

BARBARA ANN BRENNAN

Il nuovo best seller dell'autrice *Mani di Luce*

LIGHT HEALING

Scopri le nuove frequenze energetiche
per guarire te stesso e gli altri



Indice

Prefazione	3	10. Altri fenomeni della realtà del quarto livello: legami, impianti e fenomeni extraterrestri	114
Elenco delle tavole a colori	5	11. L'estrema dualità dei mondi astrali inferiori	124
Introduzione	8	12. L'intenzione negativa e il mondo astrale	133
Strumenti per vivere nel XXI secolo	8	13. La guarigione delle vite passate	141
Parte prima		14. La guarigione delle capsule del tempo: rilascia i legami del passato	151
Guarisci i blocchi e rilascia energia creativa	16	15. L'HEF di chi si avvicina alla morte	164
1. Il Sistema della coscienza energetica umana (HECS)	17	16. La vita dopo la morte	173
2. Il processo creativo nel Sistema della coscienza energetica umana	27	17. La guarigione dei cordoni energetici relazionali	180
3. Sblocca il processo creativo	35	18. La guarigione delle radici ancestrali	189
4. Ri-crea la tua vita	48	19. Concetti unitivi	198
5. Strumenti per ri-creare la tua vita	59		
Parte seconda		Appendice. Le ricerche sull'HEF e sull'HSP	210
Libera la creatività attraverso il quarto livello del campo energetico:le relazioni	69	Bibliografia	223
6. La percezione sensoriale superiore (HSP)	70	Barbara Brennan School of Healing	224
7. Entra nelle realtà del quarto livello	88	Ringraziamenti	225
8. I mondi, gli oggetti e gli esseri della realtà del quarto livello	99	L'autrice	226
9. La fisica della realtà del quarto livello	108		

Prefazione

Credo che Barbara Brennan possa essere ritenuta la pranoterapeuta e la chiaroveggente più famosa del XXI secolo. Il suo lavoro è chiaramente visionario e intuitivo. Le teorie di Barbara Brennan sul campo energetico umano (HEF) sono un punto di riferimento per l'elaborazione di molte tecniche di guarigione energetica individuate recentemente. Altri aspetti del lavoro di Barbara, come l'importanza di un'intenzionalità chiara, sono risultati innovativi e importanti. Non ho dubbi che la sua scuola, i seminari, i libri, gli studenti e più in generale la sfera di sapere da lei creata abbiano influenzato migliaia, se non milioni, di vite in tutto il mondo.

Le persone sono evidentemente affascinate dai racconti della vita di Barbara. Vogliono sapere della sua infanzia, delle sue capacità di guarigione e del mondo invisibile dei fenomeni psichici che lei riesce a vedere e a sperimentare. Questi argomenti sono stati spesso il materiale delle frequenti domande dei suoi studenti e di chi partecipava alle sue conferenze. Barbara ha canalizzato testi che riguardano tematiche personali e questioni globali su un'ampia varietà di argomenti, tra cui: salute, guarigione, psicologia, spiritualità, angeli e demoni. Nessun argomento che potrebbe risultare utile è mai stato considerato inappropriato.

Ora, per la prima volta, leggiamo il racconto della vita di Barbara Brennan narrato da lei stessa. Alcuni brani possono sembrare datati, ma dobbiamo considerare che l'autrice è cresciuta negli anni Quaranta, un periodo in cui le cose erano notevolmente diverse rispetto a oggi. La sua infanzia si è svolta in una fattoria del

Wisconsin e in un'epoca in cui le punizioni corporali erano ancora un metodo utilizzato comunemente da molti genitori. Spesso Barbara racconta che, prima di frequentare l'università, non aveva mai visto molto, tranne le mucche. Però da una prospettiva sia globale sia personale, il messaggio che Barbara veicola è senza tempo. Da una prospettiva globale, l'umanità affronta oggi le stesse sfide del passato. Da un punto di vista personale e umano, tutti noi vogliamo vivere una vita significativa e ottimizzare il nostro potenziale creativo.

Light Healing è un libro che offre il racconto di una vita spesa a comprendere fenomeni che hanno reso Barbara Brennan diversa dagli altri nel campo della guarigione. I pensieri di Barbara mentre cerca un linguaggio comune e il suo impegno per accordare entrambi gli aspetti che la caratterizzano – scienziata e guaritrice – emergono chiaramente in tutto il libro. Molti di noi vorrebbero vedere, sentire e sperimentare il mondo invisibile, per esempio sotto forma di contatto con un parente defunto. E qui si manifesta uno dei più grandi doni di Barbara: la sua capacità di creare un ponte tra il mondo visibile e quello invisibile, permettendo al lettore di passeggiare in entrambi i mondi insieme a lei.

Light Healing parla del processo creativo che ci permette di manifestare la vita dei nostri sogni.

Nella prima parte del libro Barbara Brennan esamina la configurazione del Sistema della coscienza energetica umana (HECS). Quindi prosegue descrivendo come il processo creativo fluisca attraverso di esso. Noi siamo in grado di manifestare i nostri desideri quando l'impulso

creativo è libero da blocchi, situazione però piuttosto rara. I blocchi si formano nelle aree in cui la nostra energia è rimasta intrappolata a causa di ferite e traumi che si sono verificati nell'infanzia. Questi blocchi c'impediscono di creare ciò che vogliamo e ci conducono all'interno di un circolo vizioso fatto di schemi ripetitivi. Barbara ci mostra quali sono i passi da compiere per liberarci dei blocchi. In questa maniera l'energia creativa è libera di fluire e riusciamo non solo a manifestare fisicamente i desideri che ci stanno a cuore, ma anche ad ampliare il nucleo essenziale, la nostra stella nucleo.

Light Healing conduce il lettore nel quarto livello dell'HEF (campo energetico umano) – o livello astrale – per un viaggio senza precedenti, facendo chiarezza su questo misterioso e spesso frainteso mondo e sugli effetti profondi che esercita su di noi, sulle nostre relazioni e sull'umanità. Il quarto livello è il ponte tra il mondo fisico tridimensionale e i mondi spirituali superiori. Al quarto livello si trova di tutto, dagli oggetti agli esseri, alle forme-pensiero. È il livello della relazione, e noi siamo in continua co-creazione con gli abitanti del quarto livello grazie alla legge per cui “il simile attrae il simile”. Questo livello è anche conosciuto come “mondo astrale”. Dal momento che il quarto livello non esiste nella realtà tridimensionale, non è visibile a occhio nudo anche se, da tempo immemorabile, diverse culture lo hanno descritto e lo hanno visitato.

La seconda parte del libro descrive innanzitutto come funziona la percezione sensoriale superiore e come sia possibile individuare i vari livelli dell'HECS. Prima di poter comprendere il quarto livello infatti è necessario percepirlo. Barbara offre quindi una spiegazione dettagliata del quarto livello e di come funzioni diversamente dal mondo fisico, con molti esempi tratti dalla sua stessa pratica di guarigione, che include esperienze con diversi oggetti ed esseri, visite nei regni inferiori del quarto livello e incontri con la magia nera.

Barbara definisce i blocchi del quarto livello che impediscono il processo creativo “capsule del tempo”, che si sono probabilmente formate nel corso di più vite. Descrive il processo di rilascio dell'energia creativa bloccata attraverso la guarigione delle capsule del tempo. Spiega come l'HECS sia influenzato dal processo di morte e dai viaggi attraverso il corpo astrale.

Dal momento che il quarto livello riguarda soprattutto le relazioni, in esso troviamo diversi tipi di legami o cordoni. I cordoni servono per trasmettere le informazioni in maniera invisibile e di solito s'instaurano tra due persone. Per esempio, creiamo cordoni genetici con i nostri genitori biologici e poi cordoni relazionali con persone con cui abbiamo rapporti personali. Questi cordoni possono essere sani o causa di distorsioni che interferiscono con il processo creativo. Le radici ancestrali, che sono cordoni genetici danneggiati, ci collegano ai nostri antenati e veicolano sistemi di convinzioni fasulle che vengono perpetuati attraverso le generazioni. Barbara Brennan spiega dettagliatamente come guarire i cordoni genetici e relazionali, così come le radici ancestrali.

Questo libro raccoglie inoltre componenti poetici canalizzati da Heyoan, la guida di Barbara, che ancora più chiariscono e integrano i concetti presentati in tutto il testo. Ogni capitolo si conclude con alcune domande che incoraggiano il lettore a esplorare ulteriormente l'argomento e a lavorare con il materiale presentato in quel capitolo. Goditi il viaggio mentre passi dall'esplorazione di te a un'escursione guidata attraverso i mondi fisici e spirituali. Alla fine capirai meglio che sei tu il creatore della tua vita.

Lisa VanOstrand
Diplomata alla BBSH nel 1995
Responsabile del Dipartimento
di Anatomia e Fisiologia della BBSH
Ex coordinatrice
di Studi Avanzati alla BBSH

Elenco delle tavole a colori

Capitolo 1

- 1.1 Il vuoto di velluto nero
- 1.2 La stella nucleo
- 1.3 I canali dell'hara
- 1.4 L'hara
- 1.5 Livello 1 - Corpo eterico
- 1.6 Il rene visto al livello 1
- 1.7 Livello 2 - Corpo emozionale
- 1.8 Livello 3 - Corpo mentale
- 1.9 Livello 4 - Corpo astrale
- 1.10 Livello 5 - Corpo eterico "matrice"
- 1.11 Livello 6 - Corpo celestiale
- 1.12 Livello 7 - Corpo keterico "matrice" o corpo causale
- 1.13 I sette livelli del campo aurico
- 1.14 I sette chakra principali e la corrente energetica verticale
- 1.15 Il numero di vortici dei principali chakra (Tabella inserita nel testo a pag. 31)
- 1.16 Il Sistema della coscienza energetica umana

Capitolo 2

- 2.1 Un'hara allineata
- 2.2 Il processo creativo nitido mentre fluisce attraverso l'HEF e si manifesta a livello fisico

Capitolo 3

- 3.1 Corrente forzata difensiva nell'HEF
- 3.2 Difesa passiva sottomessa nell'HEF

- 3.3 Difesa passiva aggressiva nell'HEF
- 3.4 Anatomia di un blocco
- 3.5 Processo creativo bloccato
- 3.6a Soggetto con un blocco nel terzo chakra
- 3.6b Il blocco comincia a risalire la corrente energetica verticale
- 3.6c Soggetto con un blocco pienamente in circolo nell'HEF
- 3.6d Il blocco ritorna alla sua sede abituale dopo aver acquisito maggiore energia negativa
- 3.7a L'operatore elimina un blocco nel campo del soggetto *dirigendo energia nel blocco*
- 3.7b L'operatore elimina un blocco nel campo della persona *dirigendo ancora più energia nel blocco. Il blocco sale lungo la VPC*
- 3.7c L'operatore elimina un blocco nel campo della persona *integrando la coscienza energetica sbloccata ai livelli più alti del campo energetico*
- 3.8 Anatomia di un blocco in fase rilascio

Capitolo 4

- 4.1 Il circolo vizioso conferma e riconferma la coscienza infantile
- 4.2 Interruzione di un circolo vizioso con movimento a spirale verso il nucleo di sé

Capitolo 6

- 6.1 Un chakra
 - Il bioplasma dell'HECS entra nel chakra con un movimento a spirale
- 6.2a I sigilli del chakra e la VPC
 - I 7 sigilli all'interno della VPC
- 6.2b I 7 sigilli dei chakra ingranditi
- 6.3a L'operatore attira informazioni (cioè, dolore) che riguardano il corpo del soggetto
 - Sbagliato
- 6.3b L'operatore porta la propria HSP in uno pseudopodo per connettersi con il soggetto da trattare
 - Corretto
- 6.4 Immagine di un campo energetico coerente

Capitolo 14

- 14.1 Anatomia di una Capsula del Tempo
- 14.2 Posizione delle mani nella chelazione

Capitolo 15

- 15.1 Il viaggio astrale
 - La corda d'argento mantiene la connessione tra il corpo fisico e il corpo astrale in viaggio
- 15.2 La circolazione dell'HEF al momento della morte

Capitolo 17

- 17.1 I cordoni energetici relazionali che s'instaurano tra la persona che vuole nascere e la madre
- 17.2 Un denso blocco scuro nel profondo del chakra del cuore impedisce il concepimento
- 17.3 Cordoni energetici relazionali tra il bambino e i genitori
- 17.4a Le deformazioni nei cordoni energetici relazionali tra Donald e la madre
- 17.4b Sollievo nei campi energetici di Donald e della madre dopo la guarigione
- 17.5 La corretta anatomia di cordoni e sigilli

Capitolo 18

- 18.1a Un danno nel sesto chakra causato da radici ancestrali che impediscono una chiara percezione della realtà
- 18.1b Le radici ancestrali spingono sui sigilli del chakra e li penetrano
- 18.1c Punti ciechi collocati nei sigilli
- 18.2a Momenti della guarigione delle radici ancestrali
 - L'inizio della guarigione per rimuovere le radici ancestrali
- 18.2b Momenti della guarigione delle radici ancestrali
 - Il rilascio delle radici ancestrali
- 18.2c Momenti della guarigione delle radici ancestrali
 - Tutte le generazioni ricevono la guarigione

Introduzione

Strumenti per vivere nel XXI secolo

*Stai con un piede
nella realtà fisica,
e con l'altro
nella realtà spirituale.
Nel mezzo,
c'è il solido terreno della tua essenza.*

– HEYOAN

Nei miei libri precedenti mi sono concentrata principalmente sulla struttura e sulla funzione dei primi sette livelli del campo energetico umano, sulla relazione con il corpo umano e sul suo uso nella pratica di guarigione energetica. Ho spiegato chiaramente come e perché funziona la pranoterapia o terapia energetica attuata con l'imposizione delle mani. Inoltre ho analizzato il processo di guarigione con cui creiamo la nostra vita.

Il processo di guarigione avviene attraverso il Sistema della coscienza energetica umana (HECS), che si compone di quattro dimensioni: il corpo fisico, il campo energetico umano, l'hara e il nucleo essenziale.

In questo libro, *Light Healing*, scoprirai come raggiungere la vita che desideri grazie alla comprensione, alla guarigione, al rilascio e all'uso delle energie creative che nascono dal nucleo essenziale che è al centro del tuo essere. Per far questo è necessario che impari a riconoscere e a comprendere le parti più profonde di te stesso, incluse la bontà e l'oscurità interiori. Per liberare le energie dell'essenza creativa, dovrai capire

come rispettare i desideri dell'anima, la più profonda fonte di luce, amore e vita che è in te. La tua creatività originaria è più potente di quanto immagini. Se accetti e impari a vivere con questa energia, la tua vita cambierà per sempre. Ogni creatura sulla Terra, e molto probabilmente in qualunque altro luogo del cosmo, ha una luce interiore, o essenza, che è unica per ciascuno. Quella luce, infatti, sei tu!

*T'invito a cominciare questo viaggio
insieme a me.*

Sarà il tuo viaggio.

*Il viaggio di ogni individuo è unico
e personale.*

Permettiti di essere chi sei davvero.

Tu sei divino.

*Lascia che l'essenza del sé, che è luce,
risplenda nel tuo corpo,
nel tuo campo energetico,
nelle quattro dimensioni e nella tua vita.*

Lasciala splendere nell'universo: è infinita.

*Ti condurrà verso e attraverso la vita,
oltre i tuoi desideri più belli.*

*Ti condurrà nella tua vita,
quella che hai sempre sognato!*

*Vieni con me a conoscere il te stesso
più luminoso e migliore!*

*Il te stesso che ancora non credi possibile!
Proprio quello che sogni da tutta la vita!*

Il mio percorso, la mia vita

Ti racconto una parte della mia storia per darti un'idea del cammino che ho percorso e che mi ha portato dove sono adesso. Onorare il nostro passato significa rispettare le lezioni di vita che abbiamo appreso, a prescindere da quali siano state. Ecco dunque la mia storia.

Sono nata in Oklahoma, in un capanno di una grande fattoria dove si coltivava grano. Il cordone ombelicale mi si era arrotolato intorno al collo ed ero blu. Non c'erano medici. Mia madre mi raccontò che non sapevano se sarei sopravvissuta perché alla nascita non emisi alcun vagito. Poi, però, come mia madre amava dirmi: "Hai iniziato a fare un gran baccano e non hai ancora smesso!". Ovviamente le credetti. Non c'era un briciolo di disonestà in tutto il suo corpo.

Poco dopo la mia nascita ci trasferimmo in un altro Stato, poi passammo da una casa all'altra. Sembrava che traslocassimo ogni due anni circa.

Da bambina facevo un sacco di domande sul mondo ed ero una seccatura per chiunque. Non capivo la realtà che per gli altri sembrava una certezza. Era come se tutto ruotasse intorno alle regole: che cosa bisognava evitare di dire o fare, come comportarsi o in che cosa credere, anche se era tutto assurdo. Mi pareva che le persone non fossero mai oneste riguardo a ciò che pensavano o sentivano. Si limitavano a fingere di sentire e credere ciò che ci si aspettava da loro. Io invece vedevo le cose da una prospettiva differente. Non m'importava di essere come gli altri, nemmeno alle superiori. Da noi ragazze ci si aspettava che studiassimo economia domestica, ma io volevo conoscere la fisica e la matematica. Un giorno però fui scelta da tutti come reginetta della scuola. Sapevo che sarebbe accaduto, anche se non mi spiegavo il perché. Non avevo nemmeno un fidanzato. In qualità di reginetta dovevo chiedere a un ragazzo di accompagnar-

mi al ballo. Nonostante fossi molto timida finii per rivolgermi a uno studente della squadra di calcio, come tutti si aspettavano. Prima di allora gli avevo detto solo "Ciao" ma lui accettò ugualmente. Non ci conoscevamo per niente e non sapevamo di cosa parlare. Inoltre ero molto imbarazzata perché indossavo un vestito cucito da mia madre, mentre le altre ragazze portavano magnifici abiti da ballo acquistati appositamente per l'occasione.

Non vedevo l'ora che tutto finisse.

L'Università del Wisconsin, a Madison

Dal momento che i miei genitori non potevano permettersi di pagarmi l'università, a dodici anni cominciai a lavorare. Mi occupavo dei giardini e dei figli dei nostri vicini. Continuai a lavorare anche alle superiori, come cameriera in un drive-in. Poi ancora in un ristorante e come direttrice di sala di un locale elegante. Quando ero circa a metà degli studi, dovetti interrompere per un semestre perché avevo bisogno di denaro. Per guadagnare mi trovai un lavoro in una fabbrica di porte, da mezzanotte all'alba. Usavo un martello per impiallacciare le porte che uscivano da una grossa macchina. Quello fu forse il peggior lavoro che abbia mai avuto. Quando riuscii a mettere da parte abbastanza denaro, passai dall'università pubblica a quella del Wisconsin, a Madison.

Qualche tempo dopo, per il mio primo incarico come ricercatrice, lavorai su una chiatta che attraversava in lungo e in largo il lago Mendota per rilevare l'umidità e la temperatura dell'aria. L'aria che si spostava sulla superficie del lago assorbiva il vapore acqueo. L'obiettivo della ricerca era comprendere quanto aumentasse l'umidità dell'aria quando si spostava.

Mi laureai in Fisica e poi mi specializzai presso il Dipartimento di Meteorologia dell'Università del Wisconsin. Concentrai i miei studi

sulla fisica dell'atmosfera superiore, più che imparare a effettuare le previsioni del tempo. La tesi di laurea consisteva nella progettazione del radiometro omnidirezionale a infrarossi che fu collocato su Tiros III, il terzo satellite lanciato dagli Stati Uniti. Mi laureai con il professore Verner Suomi, del comitato scientifico del presidente John F. Kennedy.

Il Goddard Space Flight Center della NASA

Dopo la laurea cominciai a lavorare come fisico ricercatore per la NASA, al Goddard Space Flight Center. Mi occupavo della strumentazione di rilevamento remoto per il satellite Nimbus 2. Ne curai la realizzazione, la prova e la calibrazione sia in laboratorio, prima del lancio, sia durante il volo.

L'apparecchiatura, chiamata radiometro a raggi infrarossi a media risoluzione, abbreviato in MRRI, volava con il satellite Nimbus 2. Il MRRI misurava le radiazioni terrestri in cinque diverse bande di lunghezza d'onda, spaziando dall'ultravioletto ai raggi infrarossi visibili dello spettro elettromagnetico. Lavoravo ai dati raccolti con questa strumentazione e pubblicavo articoli sui risultati raggiunti.

Quando avevamo qualche problema nell'interpretazione dei dati, usavamo un velivolo Convair 990 (chiamato Galileo) per verificarli. Ero il capoprogetto per le misurazioni MRRI aeree che eseguivamo per controllare i dati MRRI satellitari. Volavamo alla maggior altezza possibile, appena sotto il satellite Nimbus 2 che passava proprio sopra le nostre teste. Conducevamo quei rilevamenti per tutti i differenti tipi di superficie e fenomeni terrestri, come il bacino di acqua salata ad alta concentrazione del Salton Sea nella California meridionale, il deserto estremamente secco del Salar de Atacama in Cile, la folta foresta pluviale alle sor-

genti del Rio delle Amazzoni, la calotta artica, la barriera antartica di Ross, le tempeste che si addensavano negli oceani Atlantico e Pacifico, onde di diverse altezze e molti tipi di formazioni nuvolose. Tutto questo serviva a misurare le differenze nella luce, sia riflessa sia irradiata, su diverse superfici terrestri e a varie altitudini, per valutare gli effetti dell'atmosfera sulla radiazione terrestre. Avevamo bisogno di tutte quelle misurazioni per confrontarle con i dati satellitari. Tra una spedizione e l'altra, lavoravo sui valori ottenuti per correggere i dati satellitari che erano stati modificati dall'influsso dell'atmosfera. Amavo il lavoro al Goddard. Mi manca ancora oggi.

Diversi anni dopo, mentre continuavo a condurre ricerche al Goddard, le cose negli Stati Uniti cambiarono, soprattutto nell'area di Washington, dove vivevo. Le proteste del movimento di liberazione femminile e le rivolte dei neri occuparono i primi titoli dei giornali e coinvolsero l'intero Paese. Lavoravo come fisico e non avevo mai pensato alla questione femminile. Compresi però che in quel periodo ciò che facevo era molto insolito per le donne. Tanto è vero che per molti anni fui l'unico fisico donna del mio reparto, fino a quando fu assunta Mary Tobin e divenimmo le uniche due scienziate del dipartimento. Suppongo che ci fossero altre donne al Goddard, ma non erano nostre colleghe.

A quel tempo vivevo in un quartiere di Washington a maggioranza nera. Dal momento che ero cresciuta nel Wisconsin e avevo cominciato a lavorare fin da giovanissima, non avevo mai pensato alle questioni razziali o di orientamento sessuale. Ignoravo le ingiustizie che i neri e i gay affrontavano. Alcuni colleghi al Goddard erano neri. Mary e io non pensavamo ad altro che noleggiare un'auto e visitare, insieme ai colleghi, i siti delle spedizioni. Un giorno, però, quando arrivammo in una località nel sud degli Stati

Uniti, i due amici che erano insieme a noi si rifiutarono di accompagnarci a visitare la città.

Eravamo scioccate e non riuscivamo a comprendere perché fossero tanto arrabbiati con noi. Non capivamo che cosa avessimo fatto di sbagliato. Allora ci ricordarono che loro erano neri e che ci trovavamo nel sud degli Stati Uniti. Era troppo pericoloso. Rimanemmo sconvolte nell'apprendere che anche solo fare un giro in auto con i nostri colleghi sarebbe stato rischioso. In quella circostanza mi accorsi di ciò che stava accadendo nel Paese e decisi d'impegnarmi politicamente.

Lottavo perché tutti avessero gli stessi diritti. Mi unii anche al movimento per i diritti femminili e protestai in nome di un salario equo per le donne. Lo feci anche se ero sempre stata rispettata sul lavoro e anche se il mio stipendio alla NASA era lo stesso dei miei colleghi uomini. Scoprii che molte donne negli Stati Uniti erano sottopagate. Fu una vera e propria doccia fredda per me. Con tutte le questioni sociali che si stavano sollevando a Washington, iniziai a riflettere sulle diverse problematiche e cominciai anch'io a cambiare.

Iniziai a interessarmi allo spazio interiore e ai processi psicologici. Nel fine settimana seguivo seminari di bioenergetica. Trovai questo campo talmente interessante che intrapresi un percorso di formazione all'Institute for Psychophysical Synthesis [Istituto per la sintesi psicofisica] di Washington, che era stato fondato dal dottor James Cox.

La sintesi psicofisica

Per due anni studiai a tempo pieno, per 40 ore la settimana, psicoterapia corporea presso l'Institute for Psychophysical Synthesis di Washington. In quel periodo imparai a percepire i campi energetici umani (HEF). Una delle insegnanti era cieca a causa della cataratta, ma ri-

usciva a vedere con chiarezza e a descrivere il flusso di energia che si muoveva tra i corpi degli studenti del gruppo. Decisi allora di prestare attenzione a come "vedeva" e di imitarla. Con mia sorpresa, funzionò. Quando riuscii a imitare ciò che faceva lei, fui anche in grado di vedere ciò che lei descriveva. Dapprima rimasi stupefatta per ciò che "vedevo", perché non avevo mai sentito parlare di nulla di simile.

Continuai a perfezionare le mie capacità con l'osservazione metodica del funzionamento del mio campo energetico mentre usavo la percezione sensoriale superiore (High Sense Perception, HSP) per osservare il campo energetico delle persone. La percezione sensoriale superiore è il mezzo per ricevere informazioni grazie all'uso di sensi connaturati in noi, ma che la maggior parte delle persone non riconosce e che quindi non è in grado né di sviluppare né di usare. Ho coniato l'espressione "percezione sensoriale superiore" perché a quel tempo le parole "psichico" o "chiaroveggente" venivano considerate stravaganti. Da quelle semplici osservazioni imparai moltissimo. E, per moltissimi anni, scelsi di non raccontare ad altri ciò che vedevo.

Mi sorprese scoprire com'era sistematico e logico il funzionamento del campo energetico umano. Notai le apparenti somiglianze con i campi energetici terrestri che avevo misurato con il MRRI al Goddard. Però adesso era diverso: lo strumento di misurazione era nella mia testa. Che stupore! In qualche modo, funzionava come il MRRI. Continuai quindi a sviluppare e ad affinare la mia abilità di percepire il campo energetico umano, conducendo sempre più numerose osservazioni del fenomeno grazie alla percezione sensoriale superiore. Utilizzai le mie HSP per esaminare il fenomeno del campo energetico negli individui e nelle relazioni tra loro. Mentre studiavo per diventare operatrice bioenergetica, notai le interazioni tra campi energetici che si verificavano quando le persone vivevano processi psicologici personali.

Continuai questa pratica di osservazione anche dopo gli studi e l'incarico di group leader. Imparai tantissimo sugli abituali sistemi di difesa energetica delle persone, che alla fine causano problemi di salute.

Rimasi sorpresa nello scoprire quante informazioni siano accessibili tramite la percezione sensoriale superiore. I pensieri, i sentimenti e i movimenti di una persona appaiono nel campo energetico prima che nel mondo fisico.

Per comprendere il funzionamento della percezione sensoriale superiore, osservavo il mio campo energetico nel momento stesso in cui guardavo quello delle altre persone, spostando l'attenzione da uno all'altro molto velocemente. Le osservazioni mi rivelarono che nei campi bioenergetici naturali è contenuta un'enorme quantità d'informazioni dettagliate. Con questo metodo è possibile conoscere lo stato di salute di un individuo, comprendere le cause dei suoi malesseri, il rapporto tra il funzionamento mentale ed emotivo, l'influenza del campo energetico sulla salute del corpo fisico, così come le scelte effettuate e lo stile di vita che ne consegue.

Il processo di guarigione avviene tramite le quattro dimensioni o Sistema della coscienza energetica umana (HECS): il corpo fisico, il campo energetico umano, l'hara e il nucleo essenziale. Appresi per la prima volta di queste quattro dimensioni tramite la canalizzazione che sperimentai mentre insegnavo pratiche di guarigione.

Occorre qualche tempo per abituarsi alle nuove idee, specialmente a quelle che ci riguardano personalmente, soprattutto se ostacolate da convinzioni religiose. Per secoli la Chiesa ha dichiarato che la Terra era il centro dell'universo. Essa era il regno dell'uomo mentre i regni del paradiso erano in cielo, in chiare sfere che ruotavano intorno al Pianeta. La scienza ci ha liberato di molti vecchi modi di pensare, ma i suoi esordi non furono facili. Per esempio Ga-

lileo, quando affermò che la Terra non era il centro dell'universo, fu considerato un eretico e costretto ad abiurare. Molti anni dopo, per la sua teoria secondo cui le malattie erano causate dai germi, Pasteur fu ridicolizzato: "Come può ucciderci qualcosa di così piccolo?" si chiedevano le persone. Adesso questa scoperta è accettata e fa parte del sapere comune. Abbiamo imparato a fidarci della scienza che ha drasticamente cambiato il nostro modo di percepire la realtà. Anche l'idea dell'azione a distanza e il concetto di campo di forza servono a spiegare fenomeni naturali osservabili, come la gravità e l'elettromagnetismo. Qualcuno doveva pensarci e allora arrivarono Isaac Newton e James Clerk Maxwell. Il loro lavoro provò scientificamente che non era necessario toccare fisicamente qualcosa per influire su di esso.

La scienza ci sorprende perché mette in scacco le nostre credenze tradizionali. Adesso guardiamo all'universo e vediamo altri mondi possibili. C'è acqua su Marte! C'è vita? Proprio così, l'abbiamo trovata: microrganismi (non i mostriciattoli verdi della nostra fantasia). Più di recente, con la sonda Cassini, si è scoperto che nello spazio interstellare c'è più acqua che sulla Terra. Wow, questa è nuova! Si cerca l'acqua perché questa sostanza è intimamente correlata alla vita biologica (per quanto ne sappiamo finora).

Perché dunque non accettiamo che la vita, anche quella intelligente, non è una rarità? È vero, ci vogliono le prove, ma perché partire da un assunto negativo? Perché non diciamo invece: "È probabile che la vita assuma molte forme. È probabile che la vita sia ovunque. Proviamo a cercarla nei suoi diversi e sorprendenti aspetti." È solo questione di tempo prima che la scienza scopra la vita in tutto l'universo. Abbiamo iniziato a cercare solo adesso.

Un giorno, con l'aiuto della scienza, riusciremo a sviluppare gli strumenti per individuare e misurare i campi della coscienza energetica che

dal mio punto di vista sono una parte intrinseca della vita. Però, per indagare qualcosa, è necessario essere curiosi verso i fenomeni osservati e avere qualche idea al riguardo.

È ancora meglio se possiamo avvalerci dell'esperienza personale, che accende la curiosità e ci aiuta a formulare le domande giuste e quindi qualche ipotesi da verificare. Le risposte arrivano tramite l'osservazione. In ultimo è anche possibile proporre una teoria, verificarla con l'evidenza sperimentale e, alla fine, tramite un duro lavoro, validarla oppure no. C'è sempre qualcos'altro all'orizzonte.

Amavo il mio lavoro alla NASA e rispetta-vo gli scienziati scrupolosi con cui collaboravo. Fummo tra i primi ad avere il privilegio di far parte di quella esplorazione.

All'inizio degli anni Settanta però i tempi cambiarono e mi dedicai sempre di più allo studio dello spazio interiore. Mi concentrai su di esso per scoprire quali parti di me avevano bisogno di guarire e di svilupparsi. Iniziai a impegnarmi in sessioni di processi personali di consapevolezza per esplorare la mia realtà interiore, come si era sviluppata e come i miei vissuti infantili influenzassero la mia esperienza della realtà. Esaminai le scelte che avevo fatto nei rapporti personali e decisi di cambiare rotta se quelle situazioni non erano giuste per me. L'indagine del mio "spazio interiore" diventò tanto interessante che decisi di studiarlo formalmente. Così rassegnai le dimissioni dal Goddard. Nel modulo che compilai dovetti indicare le mie motivazioni. Scrissi le parole di una nota canzone degli anni Sessanta:

*Prendi il tuo posto
nel Grande Mandala
Mentre incrocia
il tuo breve momento nel tempo
Vinci o perdi adesso,
devi scegliere ora*

*E se perdi,
stai solo perdendo la tua vita!*

Il superiore che più amavo al Goddard, il dottor Bill Nordberg, era nato in Austria ed era una persona ironica e gentile. L'ho sempre rispettato e mi piaceva lavorare con lui. Dopo aver letto la mia richiesta di licenziamento, mi chiamò nel suo ufficio e, in tono gioviale, mi domandò: "Barbara! Cos'è un mandala?!!!".

Scoppiammo entrambi in una grossa risata!

Core Energetics

A Washington, presso l'Institute for Psychophysical Synthesis – che più tardi prese il nome di Center for the Whole Person [Centro per la persona intera] – studiai e praticai diversi tipi di psicologia focalizzata sull'aspetto corporeo, sotto la guida del dottor James Cox. Desiderando approfondire questi argomenti, studiai bioenergetica con il dottor John Pierrakos, cofondatore, insieme al dottor Al Lowen, del Bioenergetics Institute di New York City.

Fu durante quel periodo di formazione che cominciai a vedere colori e forme all'interno e intorno ai corpi umani. Mentre continuavo a osservare questo particolare fenomeno luminoso, nacque in me il desiderio di scoprire come entrasse in relazione con ciò che già conoscevo grazie al lavoro di ricerca che avevo condotto all'Università del Wisconsin e al Goddard Space Flight Center.

Solo più tardi venni a sapere che quel fenomeno era trattato dalla saggistica esoterica come un evento misterioso. Era chiamato aura, un termine che non mi è mai piaciuto. Era come se, intorno alle persone che riuscivano a percepire l'aura, aleggiasse un'"aura" di straordinarietà. Non ho mai pensato che ci fosse qualcosa di oscuro e inspiegabile. Non è così, infatti. Si tratta semplicemente di osservare un altro fenomeno

naturale piuttosto simile a quanto ho registrato alla NASA, solo che questo è in stretta relazione con la vita umana e direttamente correlato all'esperienza di vita. Il problema principale – per quanto ne so ora – è che di questo fenomeno non esistono ancora rilevamenti esatti perché, per comprenderlo, sono necessari ulteriori strumenti di misura, come una conoscenza più chiara della coscienza e un'esperienza consapevole della vita. È possibile misurare l'aura? Uno studio in grado di farlo dovrebbe includere fisica, neurologia, psicologia e forse anche qualche altro sapere nuovo ancora ignoto. Fino ad allora farò quanto possibile per offrire agli altri le mie conoscenze su questo meraviglioso fenomeno grazie al quale possiamo apprendere molto su noi stessi e sul mondo di cui siamo parte.

Dal momento che non disponevo di alcun equipaggiamento scientifico per osservare o rilevare il fenomeno, utilizzai le mie percezioni sensoriali superiori. In questa maniera mi mossi verso nuove domande e considerazioni. Ciò che osservai continuò a stupirmi. Non corrispondeva per nulla a ciò che mi aspettavo, e presto imparai a lasciar andare molte idee preconcepite che avevo riguardo a questo fenomeno. Ero timida, imbarazzata e timorosa, e per molti anni mantenni il segreto.

Siamo al primo stadio dell'esplorazione dei campi energetici umani. La scienza non ha mai seriamente preso in esame questo argomento. Sono state condotte poche ricerche, praticamente nessuna. Quindi, in attesa dei progressi della scienza, mi affido alle mie percezioni sensoriali superiori per raccogliere le informazioni sui campi energetici della vita e sull'importanza fondamentale che rivestono nella nostra esistenza personale e in generale.

T'invito ad unirti a me in questa grande esplorazione che è solo agli inizi. Spero che questo libro accenda la tua curiosità nei confronti dei campi energetici della vita che si trovano intorno e dentro di te. Sempre più persone

ne fanno esperienza ogni giorno. Sempre più persone sono interessate a questo argomento. Perché? Perché i campi energetici possono aiutarci a comprendere molte esperienze che non si spiegano con il paradigma attualmente accettato (e limitato) di cosa significhi vivere in un corpo fisico.

Vorrei partire dall'ipotesi che la nostra vita e i nostri corpi fisici siano pieni di energia. A dire la verità, è più che un'ipotesi: già lo sappiamo, perché questa energia è stata misurata. Campi magnetici ed elettrici attraversano il corpo umano in ogni punto e i più solidi sono i più facili da misurare: anche i meridiani dell'agopuntura possono essere rilevati. Molte persone che si occupano di questi calcoli ritengono che le fluttuazioni dell'energia determinate a livello corporeo siano generate unicamente all'interno del corpo e da esso. Ma è proprio così? E se ci fossero campi energetici più sottili e più difficili da misurare? E se alcuni nascessero dal corpo e altri no? E se i campi più sottili preesistessero rispetto al corpo fisico?

Per secoli gli esseri umani hanno descritto l'esperienza e la percezione che hanno avuto di questi campi nei linguaggi e nelle forme concettuali proprie delle loro culture. Perché allora partire dal presupposto che i corpi energetici non esistano? E perché pensare che non esistano prima e dopo il corpo, come è stato detto in molte culture che non hanno nemmeno provato a misurarli?

Quando la mela cadde sulla testa di Newton, l'evento lo incuriosì e nacque in lui l'idea della forza di gravità. A me è successo lo stesso. Cominciai a vedere delle cose, m'incuriosii e iniziai ad approfondire certi fenomeni. Più cercavo, più vedevo e più affinavo la mia attenzione. Con questo metodo sperimentai i campi di luce che circondano ogni cosa in natura: alberi, piante, animali. Ho chiamato tali fenomeni "campi energetici", e quelli connessi agli esseri umani "campi energetici umani". Dopo anni

di osservazioni, per me i campi energetici della vita sono diventati una parte molto importante del mondo naturale. Un giorno questo modo di vedere sarà la normalità, e forse ciò accadrà proprio nel corso del XXI secolo. È una conoscenza nota da secoli a molti popoli nativi di tutto il mondo. Presto svilupperemo gli strumenti per misurarla, come abbiamo fatto per ogni fenomeno che ci ha incuriosito.

Per cui spero che questo libro possa almeno risvegliare la tua curiosità sull'argomento.

Curiosità

*La curiosità porta all'osservazione
che conduce all'indagine
che sboccia nella scoperta
che giunge alla comprensione
che sfocia nell'applicazione
che migliora le nostre vite!*

È stato grazie alla curiosità che cominciai a osservare. Mi posi molte domande e quindi mi rivolsi all'esplorazione di questo nuovo mondo

di coscienza energetica ogni volta che mi fu possibile. Ogni risposta era un passo avanti nell'ignoto. Ogni risposta mi ha portato a domande ancora più difficili, che mettevano in dubbio la visione del mondo generalmente accettata nel presente: esistono i campi energetici? Sono correlati al nostro stile di vita, alle nostre condizioni di salute, alla maniera in cui plasmiamo la nostra esistenza, alla nostra morte? E se sì, come? I campi energetici vanno oltre a ciò che identifichiamo con la vita materiale? C'è vita oltre la materia? Questa realtà fa o farà parte della nostra esistenza? Che cos'è il paradiso secondo una prospettiva più moderna? E l'inferno? Possiamo trovare una maniera per comprendere ciò che ci circonda attraverso le conoscenze attuali? E come possono queste informazioni aiutarci a creare vite più sane e più felici? Che cosa, caro lettore, significa per te la vita? Questo libro parla di come realizzare la vita dei tuoi sogni attraverso la comprensione e l'utilizzo dei campi energetici che, dopo tutto, non sono altro che te stesso!

Parte prima

Guarisci i blocchi e rilascia energia creativa

*Quando i tempi sono maturi,
il cambiamento avviene spontaneamente.*

*Si dispiega dall'interno e ci rende
più liberi di ri-creare la nostra vita
in armonia con i nostri obiettivi.*

– BARBARA BRENNAN

1. Il Sistema della coscienza energetica umana (HECS)

*L'amore esiste prima della vita.
L'amore è il respiro della vita
e precede il primo respiro
spirituale o fisico.
L'amore esiste prima della luce.
Il tuo essere si radica nel nulla
o nell'assenza.
L'amore sorge dal vuoto come energia creativa.*

– HEYOAN

Per arrivare all'essenza di luce per la guarigione, prima di tutto è necessario studiare il Sistema della coscienza energetica umana (HECS), così da comprenderne la struttura e il funzionamento. Ne ho parlato dettagliatamente nei miei primi due libri. Adesso voglio rivedere brevemente questo argomento e aggiungere qualche informazione in più.

Oltre il mondo fisico tridimensionale

Cominciò tutto quando ero bambina e vivevo nel Wisconsin. Per molti anni non fui in grado di riconoscere le realtà in cui entravo e che andavano oltre il mondo fisico. Non capivo che mi trovavo in spazi esperienziali che superavano le tre normali dimensioni cui siamo abituati. Vivevo in una fattoria, per cui ero ben consapevole dell'esistenza dei cicli della vita. C'erano la semina stagionale, la nascita dei cuccioli in primavera, la raccolta autunnale e così via. Il

mondo naturale sembrava fluire in infiniti cicli, ognuno dei quali era unico e fondamentale per l'esistenza degli altri.

Provavo a camminare nel bosco con gli occhi chiusi, cercando di “vedere” o di “sentire” gli alberi prima di andarci a sbattere contro. Rimasi sorpresa quando mi accorsi che riuscivo a percepire gli alberi molto prima di avvicinarmi a loro.

In estate, e con gli occhi chiusi, gli alberi mi apparivano come grandi involucri di luce verde. In autunno gli involucri viravano al rosso. Poi, l'autunno si trasformava in inverno e c'era molto fermento: il verde si riassorbiva all'interno, mentre nubi scintillanti si spandevano dolcemente nell'aria intorno. L'inverno portava un involucro di quiete, con un leggero luccichio. Sembrava di guardare in una goccia d'acqua, ma senza le naturali capacità che ha l'acqua d'ingrandire gli oggetti.

In primavera gl'involucri intorno agli alberi fremevano nuovamente di attività, attirando a sé brillanti punti di luce dall'aria circostante. Il chiaro contenitore scintillante formatosi in inverno traeva una lieve luce verde dal proprio interno e cambiava colore, passando dalla chiara quiete invernale a un'esplosione di verde.

Dopo un po' mi abituai a vedere tutto questo con gli occhi aperti, e pensai che fosse così anche per le altre persone. Per me non era niente di speciale. Riuscivo a vedere se gli alberi erano felici o tristi, assetati o affamati, malati o sani.

Conoscevo i quattro venti e ciò che portavano alla Terra mentre soffiavano nei diversi momenti dell'anno. Sedevo immobile nel bosco,

senza far rumore, e osservavo piccoli animali camminare fino ai miei piedi. Parlavo con loro silenziosamente. Li consideravo miei amici, soprattutto i rospi e le tartarughe. Avevo trovato il modo di far rimanere un rospo seduto sul mio naso per lungo tempo. Ci guardavamo a vicenda negli occhi. Meditavo su come fosse la vita dal suo punto di vista. Loro rimanevano in silenzio. Erano semplici esseri viventi.

Il mondo naturale intorno a me mutava di continuo, si evolveva e si riorganizzava. Cercai indizi da cui capire come ciò accadesse. I cambiamenti erano ritmici, naturali, e si manifestavano, prima di tutto, con il movimento della luce e dell'energia intorno e attraverso ogni cosa. Poi seguivano i fenomeni fisici. Ovviamente non sapevo che si trattava di luce e di energia. Era il naturale flusso della vita, niente di diverso da ciò che conoscevo. Mi accorsi che questi cicli esistevano ovunque, dentro, intorno, tra e in correlazione a qualunque cosa.

Da adulta continuai le mie osservazioni e compresi che i fenomeni di coscienza energetica precedono sempre il mutamento fisico. Questo è molto importante. Ne dedussi che probabilmente il flusso energetico organizzava le forme. Ma in che modo? Si trattava forse di un tipo di energia naturale che conteneva anche una qualche sorta di codificazione o intelligenza, o persino un qualche tipo di coscienza sconosciuta? Se era così, allora i campi energetici che osservavo dovevano avere una specie di coscienza.

Nacquero in me molte domande: perché la maggior parte degli scienziati non si occupa di questo aspetto profondo della vita? Perché di solito la coscienza non è oggetto di studio di chi voglia comprendere il funzionamento del mondo? Perché non è un argomento di anatomia e fisiologia? Perché abbiamo accettato tanto

a lungo, tacitamente e senza dubitare, l'idea di una separazione?¹

Dopo aver studiato per anni fenomeni apparentemente inspiegabili, cominciai a realizzare che, dal momento che questi campi energetici sembrano far parte della vita, l'esperienza maturata nel mondo della coscienza energetica non corrisponde esattamente alla vita nel mondo fisico, ma funziona solo all'interno del suo mondo. E i principi fisici che governano questo mondo sono diversi da quelli che regolano la realtà fisica.

Queste esperienze e il sapere che ne traiamo ci offrono una bellissima mappa per navigare nel XXI secolo. Il genere umano sta muovendo i primi passi per spostarsi da una prospettiva del sé e del mondo che è fisica, psicologica e mentale verso una maggiore consapevolezza della coscienza energetica e di come questa crei e influenzi il nostro mondo. Tale movimento ci conduce nel territorio vasto e inesplorato dell'esperienza della vita, o della "vitalità", come preferisco chiamarla. E richiede che lasciamo andare la maggior parte delle nostre assunzioni di base su "come sono le cose".

Il Sistema della coscienza energetica umana (HECS)

Desidero presentare il sistema che ho sviluppato a partire dalle osservazioni che negli ultimi quarant'anni ho condotto per comprendere il Sistema della coscienza energetica umana, o HECS in breve. In questo capitolo descrive-

1. È solo questione di tempo prima che la scienza individui e misuri i campi della coscienza energetica che pervadono il mondo naturale e che sono una parte profonda della vita. Molti stanno cercando di farlo. In attesa che questo accada, mi affiderò alle mie percezioni sensoriali superiori per raccogliere informazioni sui campi energetici e sul profondo ruolo che esercitano nella nostra vita personale.

rò sia l'HECS sia i campi energetici umani, o HEF. È importante notare che nei molti anni in cui ho osservato e imparato qualcosa di più sugli HEF mi è diventato chiaro che l'energia che compone questi campi è, in realtà, coscienza. E per via di questa distinzione, nel libro è stato aggiunto il termine "coscienza" quando si parla di Sistema della coscienza energetica, per ricordarci che l'energia è coscienza.

Descriverò poi come funziona il nostro processo creativo tramite l'HECS e come sia importante per ogni aspetto della nostra vita. È fondamentale comprenderne il meccanismo per ottenere non solo un'ottima salute ma anche per realizzare la vita che desideriamo. Non sottolineerò mai abbastanza il grande valore che ha imparare a utilizzare il processo creativo vitale. Ci permette di comprendere e di regolare la nostra creatività al fine di raggiungere gli obiettivi che abbiamo personalmente scelto, mentre viviamo la vita che vogliamo. Una volta compresi gli effetti della coscienza energetica sulla realtà fisica, al nostro interno si rilasciano grandi forze creative, e nel frattempo apprendiamo nuovi modi di essere e di fare.

In questo capitolo, dopo aver illustrato l'HECS, approfondirò il tema della relazione tra HECS e HEF, fornendo informazioni essenziali per comprendere come funzioniamo nelle realtà di coscienza energetica correlate ai quattro aspetti o dimensioni dell'HECS e a ogni livello degli HEF.

La struttura del Sistema della coscienza energetica umana è piuttosto semplice. Ci sono quattro aspetti o dimensioni principali: la stella nucleo, l'hara, il campo energetico umano e il corpo fisico. Vedo questi quattro aspetti come quattro diverse "dimensioni" del nostro essere. Utilizzo il termine "dimensioni" in mancanza di uno migliore, perché funzionano come se esistessero in diverse dimensioni. Ogni dimensione è molto diversa dalle altre e agisce in maniera differente.

La stella nucleo

La dimensione più profonda del nostro essere è quella principale in cui si trova la stella nucleo. Questa dimensione è la nostra naturale sorgente divina di vita: è la sorgente della vita in noi. Al centro della stella nucleo e al suo perimetro esterno che si allunga all'infinito, c'è quello che chiamo "il vuoto di velluto nero" (vedi Figura 1.1). Il vuoto di velluto nero brulica di vita non-manifesta. È ricco di una potenza inimmaginabile, la sorgente di ogni manifestazione. Questa vita indifferenziata esiste al nostro interno e intorno a noi. È il fondamento di tutto ciò che siamo soliti chiamare vita a tutti i livelli che conosciamo, incluse le quattro dimensioni. Attraverso la percezione sensoriale superiore lo vedo in movimento continuo, però è fermo. È non-manifesto, però sento più vita al suo interno che in qualunque altra delle quattro dimensioni dei livelli manifesti del nostro essere.

Secondo me c'è una relazione tra questo vuoto di velluto nero che brulica di vita non-manifesta e il concetto della meccanica quantistica del campo del punto zero. Dal momento che il vuoto di velluto nero e il campo del punto zero sono le sorgenti di ogni manifestazione, credo che siano l'unica e la stessa cosa. Uno si comprende con l'esperienza spirituale diretta, mentre l'altro con la prospettiva della fisica quantistica. Da un punto di vista spirituale personale, noi entriamo in questo spazio con la chiara intenzione di creare la vita, ciò che desideriamo nella nostra vita e il nostro risveglio. Nella prospettiva della fisica, desideriamo ampliare la nostra comprensione del mondo materiale, sviluppare strumenti che risolvano i nostri problemi energetici, misurare e guarire il nostro HECS e arrivare alle stelle, fisicamente.

La meditazione profonda ci permette di fare esperienza diretta del vuoto di velluto nero che è all'interno della stella nucleo. L'esperienza di-

retta di questa vita infinita e sconfinata è meravigliosa. È la sorgente in noi e in ogni cellula del corpo, a partire dalla quale costruiamo il nostro Sistema della coscienza energetica umana, i nostri corpi e le nostre vite. Un punto fondamentale riguardo al vuoto di velluto nero è che sembra avere tutte le caratteristiche del “vuoto” spirituale di cui dicono molti saggi nel mondo. Quando parlo di Sistema della coscienza energetica umana (HECS), mi riferisco a tutte le manifestazioni della vita materiale e non solo. Questo include ciò che chiamo “vuoto”, il livello di coscienza in assenza di pensieri e del sé. Ma c'è un piccolo tranello. L'assenza di pensieri e del sé non esclude l'esperienza della vitalità o della consapevolezza.

A partire da quest'area centrale di vuoto c'è la creazione di luce, il crinale tra la creazione dal vuoto e la manifestazione di luce. La luce sprigionata dalla stella nucleo è la prima manifestazione che l'individualità genera dal vuoto. È come un punto luminoso che irradia da noi in ogni direzione.

È pura luce, ma non necessariamente costituita dai colori come li percepiamo (vedi Figura 1.2). Questa luce è diversa per ogni singola creatura che vive sulla Terra. È la somma totale di ciò che siamo diventati nel nostro più perfezionato livello dell'essere nel corso di tanti millenni attraverso le molte esperienze e incarnazioni. L'essenza che irradia da questo luogo interiore è unica. È l'essenza distillata dei più alti principi di cui ci siamo imbevuti, che abbiamo imparato e fatto nostri. È la nostra essenza divina, distillata e individualizzata. Si trova oltre le dimensioni, eppure è olografica e appare al centro di ogni cellula fisica del nostro corpo, nel nucleo delle cellule e nel nostro DNA. La stella nucleo è l'opposto del buco nero. Da essa scaturisce la vita manifesta.

Heyoan descrive così la correlazione tra il vuoto di velluto nero e il nucleo essenziale:

*Non c'è nessun salto
tra il vuoto del nucleo essenziale
e tutto ciò che costituisce la nostra vita.
La nostra energia vitale
e le sue manifestazioni
emergono da questo profondo vuoto
apparente.*

*Puoi trovare questo profondo vuoto
di velluto nero
al centro di ogni cellula,
nel nucleo di ogni cellula,
all'interno del DNA,
sempre circondato
dall'esplosione energetica del nucleo
essenziale.*

L'hara

La dimensione successiva in cui esistiamo è l'hara. La stella nucleo è il fondamento dell'hara. *Della dimensione dell'hara facciamo esperienza come intenzione o come obiettivo. L'hara è importante per incarnare con successo – oltre che per chiarire – il nostro obiettivo di vita e la nostra intenzione.* L'hara riveste inoltre un ruolo nell'intenzionalità quotidiana, come vedremo nei prossimi capitoli.

L'hara è un canale di luce al centro del corpo. Poi ci sono altri due canali che corrono al centro delle braccia e delle gambe. L'hara è alla base dei campi energetici umani descritti più avanti ed è in relazione non solo con i sette chakra principali che sono allineati al centro del corpo, ma anche con alcuni chakra minori dislocati nelle braccia e nelle mani, oltre che nelle gambe e nei piedi (vedi Figura 1.3).

Quando è in salute, l'hara si estende a partire da circa un metro sopra la testa fino al centro del cuore.

Sulla sommità dell'hara c'è un piccolo imbuto rovesciato tramite cui entra in altre dimen-

sioni che raggiungono la divinità. Questo è il punto da cui le linee dell'hara hanno origine: lo chiamo punto d'individuazione (punto ID). Rappresenta la nostra prima individuazione fuori dalla dimensione di stella nucleo in questa incarnazione, e attraverso di essa sperimentiamo una connessione diretta con la divinità.

La sede dell'anima è nell'area dell'osso superiore dello sterno (manubrio sternale). Appare come una tenue luce pulsante dai toni rosa, lavanda e bianco. Questa luce reca con sé il desiderio della nostra anima per ciò che vogliamo realizzare nella vita e ci guida costantemente.

Il principale centro energetico dell'hara assomiglia a una sfera vuota. È chiamato tan tien e in base all'altezza della persona è posizionato nell'hara circa 5-7 centimetri sotto l'ombelico (vedi Figura 1.4). Il tan tien è in salute quando si mostra come una sfera che raccoglie in sé la potente energia dell'intenzione. Ha la capacità di contenere un'enorme quantità di forza: si ricarica con la meditazione e l'esercizio fisico. I guaritori esperti sanno come portare i flussi energetici dell'hara dal tan tien ai chakra minori per rilasciare energia di guarigione. Anche con la pratica delle arti marziali è possibile orientare e utilizzare la forza del tan tien (vedi Appendice). È il potere della chiara intenzione.

Heyoan, con le sue parole, ci ha trasmesso un esempio di questa forza:

*Il tan tien raccoglie quella nota unica
con cui tu hai portato il tuo corpo fisico
alla manifestazione
traendolo dalla Madre Terra.*

Inoltre l'estremità inferiore dell'hara sotto il tan tien in salute scende fino a raggiungere il centro della Terra. Quando questo accade, siamo molto radicati e allineati con lo scopo per cui ci siamo incarnati in questa vita sulla Terra.

Il campo energetico umano (HEF)

La dimensione dell'hara è il fondamento dell'HEF e preesistente a esso. In ciò che chiamo HEF molti lettori riconosceranno il campo aurico o corpo energetico: questi termini sono intercambiabili.

Descrizione della struttura di base dell'HEF: il campo energetico umano consiste di molti livelli o "spettri di frequenza" energetici. I più conosciuti sono i primi sette. È importante sottolineare che i campi energetici hanno molti più livelli rispetto a questi sette. Ciascuno degli spettri di frequenza ha una funzione specifica in rapporto alla nostra vita. I livelli del campo energetico non assomigliano agli strati di una cipolla. Lo spettro di frequenza di ciascun livello attraversa tutto il corpo fisico e irradia da esso. Il livello successivo di frequenza più elevata irradia in uno spazio ancora più esterno al corpo. La salute e la natura specifica di ogni livello sono fondamentali quando si studia l'energia creativa attraverso i livelli dei campi energetici, perché essa ci rappresenta, ci permette di fare esperienza e determina anche molti aspetti della nostra vita.

In questo libro osserveremo i campi energetici da varie prospettive che influenzano il processo creativo. Da un certo punto di vista, i primi tre livelli del campo energetico corrispondono alla realtà tridimensionale. Il quarto livello è il ponte tra il mondo fisico e quello non fisico e risente molto dei nostri pensieri e delle nostre emozioni. I livelli dal cinque al sette costituiscono il mondo spirituale.

L'osservazione del campo energetico umano analizza quali livelli sono correlati alla ragione, alla volontà o alle emozioni. Nella dimensione del campo energetico, il tempo non è più lineare ma è un aspetto profondo di ogni esperienza della coscienza energetica. Dal momento che la coscienza energetica può essere suddivisa nei tre aspetti della nostra esperienza di vita, tutta la coscienza energetica della "dimensione"

dell'HEF (campo energetico umano) può essere sperimentata come ragione, volontà o emozione.

Nel libro adopero i termini “sentimento” e “sensazione” in maniera intercambiabile, ma anche in diversi contesti. Nel caso di ragione, volontà e sentimento, come vedremo nel Capitolo 3, abbiamo la tendenza a favorire uno o due aspetti più di altri. Questa inclinazione crea distorsioni nel Sistema della coscienza energetica. Per esempio, è più importante per te comprendere attraverso la ragione, il sentimento o la volontà? Utilizzo il termine “sensazioni” per indicare i livelli non strutturati del campo energetico e i chakra a essi correlati. Per esempio, il livello 2 e il secondo chakra sono correlati alle sensazioni. Uno squilibrio della ragione, della volontà o dei sentimenti si ripercuote direttamente sui livelli del campo che corrisponde alla nostra ragione (il terzo e il settimo livello), alla volontà (il primo e il quinto livello del campo energetico) e alle sensazioni (il secondo, il quarto e il sesto livello).

Faccio anche una distinzione tra sentimenti e sensazioni nelle nostre interazioni con gli altri. In questo contesto, i sentimenti sono reazioni a una situazione del passato e causano una distorsione nel nostro Sistema della coscienza energetica, dove le sensazioni sono risposte a una situazione del momento presente.

Secondo la mia guida Heyoan, equilibrare questi tre aspetti è parte del lavoro di:

*Il sacro cammino della guarigione
che porta al nucleo essenziale.
È un percorso in cui raccogli i pezzi di te
stesso sparsi nel tempo e nello spazio
e che riunisci nell'interezza del sacro
qui e ora che è in te.*

Si può inoltre indagare se il livello del campo energetico è strutturato oppure no. Il campo energetico umano è costituito da un'alternan-

za di livelli strutturati (numeri dispari) e non strutturati (numeri pari).

I livelli strutturati del campo energetico corrispondono al primo, terzo, quinto e settimo livello e sono composti da linee di luce con particelle brillanti che fluttuano al loro interno. Il primo livello è organizzato in forma di linee di luce blu: è la coscienza energetica della nostra volontà personale. Questo livello determina anche la struttura del nostro corpo fisico. Il terzo livello è strutturato come linee di luce gialla: è la coscienza energetica della nostra mente razionale che usiamo nel mondo fisico. Il quinto livello corrisponde alla volontà divina che è in noi ed è un modello per il primo livello. Ricorda il negativo di una fotografia: dove ci aspetteremmo linee di luce, c'è il vuoto, mentre dove potremmo pensare di trovare il vuoto, c'è un colore blu scuro, opaco. Il settimo livello è costituito da linee di luce dorata molto vivide: corrisponde alla nostra mente superiore o divina.

Le linee di luce esistono intorno e dentro ogni parte del corpo e ne tracciano il profilo tridimensionale, incluse le zone interne come gli organi e le cellule, oltre alle componenti interne delle cellule stesse. Di conseguenza, a ogni livello strutturato del campo energetico è possibile avere una vista tridimensionale dell'esterno e dell'interno di ogni parte del corpo. Questa vista è costituita dalle linee di luce di quel livello (blu per il primo livello, gialle per il terzo livello e dorate per il settimo). Ciò che intendo dire è che se guardi a ogni parte del corpo – prendiamo, per esempio, il primo livello del campo energetico – vedrai una composizione tridimensionale di linee di luce blu: gli organi sembrano composti da linee di luce blu con “particelle” di luce che fluttuano al loro interno.

Comprendere e imparare a percepire questi livelli è molto importante per sviluppare capacità di guarigione avanzate. Si può notare una compromissione nel campo energetico molto prima che si sviluppi una malattia. Le linee si

danneggiano anche quando ci facciamo male. Ricostituendo le linee interrotte, sfilacciate o aggrovigliate con le competenze apprese grazie al metodo Brennan Healing Science [Scienza di Guarigione Brennan], gli organi feriti o ammalati riconquistano la salute più rapidamente di quanto accadrebbe se le linee non venissero ricostituite. Quanto e per quanto a lungo un corpo umano può conservare l'opera di ricostituzione svolta da un praticante del metodo Brennan dipende da molti fattori: lo stato di salute fisica e del corpo energetico, la quantità di energia che il campo energetico può contenere, la disposizione al cambiamento, la cura di sé, l'abilità del guaritore e altro ancora. Di solito, ma non sempre, sono necessarie diverse sedute e ogni seduta determina salti quantici in avanti verso il ritorno alla salute. Queste tecniche progredite funzionano molto bene anche come complemento alla medicina tradizionale.

I livelli non strutturati del campo energetico corrispondono invece ai livelli multicolore non strutturati di luce diffusa situati tra le diverse linee di luce monocolore: sono i livelli delle sensazioni. Possiamo considerarli composti di bioplasma, che è la sostanza delle nostre sensazioni. Il secondo livello assomiglia a una nuvola di luce colorata e raccoglie le nostre sensazioni riguardo a noi stessi. Il quarto è un fluido colorato più denso delle nuvole, come la gelatina prima che si solidifichi: è il bioplasma che raccoglie i nostri sentimenti nei confronti degli altri. Il sesto livello è costituito da bellissimi raggi informi di luce diffusa che irradiano dal nostro corpo in tutte le direzioni: è il bioplasma delle nostre sensazioni divine superiori. (Per osservare i colori di ogni livello del campo energetico, vedi le Figure da 1.5 a 1.12; per tutti i sette livelli del campo energetico, vedi la Figura 1.13).

I sette chakra. All'interno del campo energetico umano ci sono alcuni centri energetici chiamati chakra. Nella tradizione induista i chakra ricordano i petali di un fiore, anche se il termine

“chakra” significa ruota. A me sembrano vortici a forma di cono che, quando sono in salute, girano in senso orario. Un giro in senso orario porta la coscienza energetica, o bioplasma, nel campo energetico. *Ogni chakra è presente a ogni livello del campo energetico ed è costituito dallo stesso tipo di coscienza energetica di quel livello.* Ciò significa che:

1. i chakra del primo livello del campo di energia sono composti da linee di luce blu, con particelle luminose che fluttuano al loro interno, proprio come accade altrove nel primo livello del campo energetico;
2. al secondo livello i chakra sono composti da nubi di luce colorata che ruotano nella direzione in cui si muovono le particelle di energia che si trovano all'interno dei livelli strutturati;
3. al terzo livello i chakra sono costituiti da linee più sottili di luce gialla. Al loro interno fluttuano particelle di luce più piccole rispetto a quelle del primo livello che sembrano scintillare;
4. al quarto livello del campo energetico i chakra sono composti da bioplasma multicolore più denso e più pesante rispetto a quello del secondo livello;
5. al quinto livello i chakra sono come il negativo di una fotografia che fornisce la struttura per il primo livello;
6. al sesto livello i chakra irradiano una bellissima luce iridescente e multicolore;
7. al settimo livello i chakra sono composti da linee molto dense di luce dorata, proprio come il resto del settimo livello.

Come si evince dall'elenco, il colore di ogni chakra varia a seconda del livello specifico del campo energetico in cui ci troviamo.

La coscienza energetica incanalata da ogni chakra a ogni livello strutturato viene inviata attraverso il campo energetico a quel livello lungo le linee di luce che raggiungono tutto il corpo. La coscienza energetica incanalata da ogni chakra ai livelli strutturati del campo energetico segue inoltre il flusso delle linee di luce dei livelli strutturati, ma si muove in modo più simile al bioplasma. Tutta la coscienza energetica incanalata dai chakra a ogni livello del campo energetico fluisce verso ogni arto, ogni organo e ogni cellula. Per questo, ogni parte del corpo fisico riceve la coscienza energetica da ogni chakra di quel livello del campo energetico. Il campo energetico umano e il corpo fisico cooperano insieme come un intricato sistema di coscienza bioenergetica e di carne viva. Possiamo pensare al campo energetico come a un altro sistema elettrico del corpo, più sottile, sintonizzato su pensieri, volontà e sensazioni rispetto agli altri sistemi che si studiano in anatomia o in fisiologia.

I chakra hanno tre funzioni principali:

1. portano la coscienza energetica dal campo energetico universale (UEF) o dai campi bioplasmatici ambientali che ci circondano a ciascun livello dei corpi energetici;
2. funzionano come organi di senso per attivare la percezione sensoriale superiore. Sono porte che si aprono su altre realtà che sperimentiamo nella vita fisica sotto forma di intuizioni e di idee improvvise, di presentimenti, di sensazioni che qualcosa sia giusto o sbagliato o che un qualche evento stia per verificarsi;
3. organizzano il livello del campo energetico cui corrispondono (il primo chakra corrisponde alla nota di base del primo livello; il secondo chakra alla nota di base del secondo livello e così via). Questo sistema si rivela uno strumento molto utile alla percezione sensoriale superiore, perché permette di distinguere tra i differenti livelli

del campo energetico al fine di ricostituirli, grazie a un'esperienza precisa e accurata di questi.

La Figura 1.14 (con proiezione laterale dei chakra) mostra i sette chakra principali e il Sistema di corrente energetica verticale (VPC). La corrente energetica verticale è la principale forza che fluisce lungo la colonna vertebrale nella quale sono incorporati i cuori o le radici dei sette chakra principali. Anche il canale principale dell'hara è situato all'interno di questa corrente.

La corrente energetica verticale è un insieme di bellissime e luminose corde di luce attorcigliate tra loro, che si avviluppano a spirale e pulsano su e giù al centro del corpo.

Il 1° chakra si trova tra le gambe ed entra nel corpo fisico attraverso il perineo. La punta è dislocata nell'articolazione sacro-coccigea.

Il 2° chakra entra nel corpo nell'area pelvica sopra l'osso pubico, nella parte anteriore del corpo, e nel mezzo dell'area sacrale, sul retro del corpo. L'estremità è nella parte centrale del corpo, a metà del sacro.

Il 3° chakra entra nel plesso solare nella parte anteriore e nel diaframma toracico nella parte posteriore. L'estremità a punta del chakra è profondamente all'interno del corpo, proprio di fronte alla colonna vertebrale.

Il 4° chakra si trova al centro del corpo, davanti e dietro il cuore. A differenza del cuore fisico, non si trova sul lato sinistro del corpo.

Il 5° chakra è dislocato davanti e dietro il centro della gola.

Il 6° chakra si trova al centro della fronte e alla posizione opposta sul retro della testa. La punta è idealmente collocata al centro del terzo ventricolo.

Il 7° chakra o chakra della corona si trova sulla sommità della testa, in posizione centrale. Idealmente la sua punta si collega a quella del 6° chakra nel terzo ventricolo del cervello.

Ogni chakra è costituito da diversi piccoli vortici che sono ordinatamente collocati all'interno della forma a cono principale. Il 1° chakra ha solo quattro vortici, mentre si dice che il chakra della corona ne abbia mille. I chakra superiori sono più piccoli di quelli inferiori e diventa più difficile contarne il numero di vortici. Diverse antiche tradizioni attribuiscono un differente numero di "petali" a ogni chakra. Nella Tabella 1.15 è raffigurato il numero di piccoli vortici in accordo con la tradizione induista.

Tabella 1.15

<i>Chakra</i>	<i>Numero di piccoli vortici</i>
7° Corona	972 – Violetti-bianchi
6° Testa	96 – Indaco
5° Gola	16 – Azzurri
4° Cuore	12 – Verdi
3° Plesso solare	10 – Gialli
2° Sacrale	6 – Arancio
1° Base	4 – Rossi

Si noti che i chakra sono appaiati. Il 7° è appaiato al 1°, mentre il 2°, il 3°, il 4°, il 5° e il 6° sono doppi: uno nella parte anteriore e uno sul retro del corpo. Anche i piccoli vortici all'interno di ogni chakra hanno un doppio speculare. Questo è molto importante in rapporto alla capacità di guarigione di ricostituire i chakra a ogni livello del campo energetico, perché un danno a un chakra o a un piccolo vortice di un chakra influisce sul funzionamento del suo doppio sull'altro lato del corpo fisico. I vortici di ogni chakra a ogni livello metabolizzano una

diversa frequenza della coscienza energetica. La coscienza energetica è poi portata nelle zone, negli organi e nelle cellule del corpo che la utilizzano per funzionare in modo sano.

I chakra e il metabolismo del bioplasma del Sistema della coscienza energetica umana e della percezione sensoriale superiore: i chakra metabolizzano il bioplasma del campo energetico umano. Dal momento che i chakra hanno una carica, attraggono a sé la coscienza energetica caricata che si trova nel campo bioenergetico circostante o campo energetico universale (UEF). I chakra sono una struttura di forma conica e, ruotando, attirano il bioplasma/coscienza energetica al loro centro, proprio come un tornado calamita a sé gli oggetti. Il bioplasma del Sistema della coscienza energetica umana nutre il campo energetico umano e inoltre porta informazioni al campo energetico universale circostante.

I chakra sono inoltre centri ricettivi che entrano in funzione tramite la percezione sensoriale superiore (HSP). Quando funzionano correttamente, ci donano la capacità di sentire il mondo oltre la nostra normale percezione sensoria. Possiamo entrare in contatto con la realtà intorno a noi grazie a uno spettro molto più ampio di sensazioni. Affronteremo in dettaglio questo argomento nel Capitolo 6, dedicato alla pratica della percezione sensoriale superiore.

Grazie a queste funzioni estremamente importanti, i chakra giocano un ruolo fondamentale nei nostri processi vitali. Un mal funzionamento dei chakra provocherà una reazione più forte di qualunque altra distorsione del campo energetico. Nel Capitolo 3 affronterò i principali tipi di mal funzionamento dei chakra, fornendo esempi specifici delle distorsioni che riguardano il chakra del plesso solare e i loro effetti.

Una nota sul bioplasma. Sono quattro gli stati della materia di cui siamo fatti: solido, liquido, gassoso e plasmatico. I plasmi sono gruppi di particelle elettricamente cariche, o ioni. (Lo spazio interstellare è pieno di ioni.) Dal mo-

mento che le particelle del plasma hanno una carica, sono influenzate dai campi elettromagnetici. Ritengo che il campo energetico, l'hara e la stella nucleo siano costituiti da bioplasma.

Questo bioplasma del campo energetico è direttamente associato alla coscienza. Il bioplasma contiene coscienza energetica. La maggior parte degli esseri umani è inconsapevole della propria coscienza energetica e non può percepirla. Se invece ci riesce, si riferisce a questa esperienza come a “un'intuizione” o a “una sensazione” di “sapere qualcosa” o di “dover fare qualcosa”, come il presentimento di dover lasciare un posto per andare altrove o che sia meglio “tornare subito a casa”.

È bene tener presente che nel corpo fisico ci sono altri tipi di plasma, come il plasma ematico o i fluidi interstiziali, che a volte sono chiamati plasma. In questo testo ci riferiamo sempre al bioplasma del campo energetico umano.

Il corpo fisico

Il corpo fisico è l'ultimo dei quattro aspetti del nostro essere. Il campo energetico è il fondamento e il modello, o matrice, per il corpo fisico, e comincia a esistere prima di questo. Il corpo fisico si inserisce nel campo energetico e dipende completamente dalle tre dimensioni più profonde per quanto riguarda la propria origine, la crescita, la forma e la salute.

Gli altri aspetti delle tre dimensioni indicate sopra esistono dentro e in tutto il corpo fisico, il quale non può esistere senza di esse. Ciò è vero per ogni forma di vita del mondo fisico. Ogni cellula e il suo contenuto hanno una stella nucleo e un'hara (intenzione). Ognuno ha un proprio scopo nella vita.

La Figura 1.16 mostra le quattro dimensioni dell'HECS.

Capitolo 1 – Autovalutazione.

Alcuni esercizi per percepire il tuo campo energetico e il Sistema della coscienza energetica

1. Prova a sentire i diversi livelli del tuo campo energetico. È più probabile che, inizialmente, le persone abituate a svolgere una maggiore attività fisica percepiscano meglio i primi livelli. Se sei tendenzialmente sensibile, cerca di focalizzarti sul secondo livello. Se provi amore per ciò che ti circonda, parti dal quarto livello. Se ti è facile abbandonarti alla volontà divina, parti dal quinto livello, anche se può essere la scelta più difficile. Chi medita spesso, a volte può sentire con più facilità il sesto o il settimo livello. Se le tue meditazioni sono focalizzate sul sentire la beatitudine o l'estasi spirituale, prova con il sesto livello. Se le tue meditazioni si concentrano sulla quiete e sulla mente divina, prova con il settimo livello. Usa le informazioni che hai trovato in questo capitolo per orientarti. Senti, guarda, ascolta, conosci e percepisci il livello del campo che hai scelto.
2. Puoi mettere in correlazione ogni livello del campo energetico con la tua esperienza di vita? In questa maniera comincerai a riconoscere te stesso nei livelli del tuo campo energetico.
3. Percepisci te stesso in ognuna delle quattro dimensioni dell'HECS (Sistema della coscienza energetica umana). Nota quale aspetto ti è più facile sentire e quale è più difficile. Fai pratica.

2. Il processo creativo nel Sistema della coscienza energetica umana

*L'umanità ha il dono della co-creazione,
il regalo del libero arbitrio
e quelli del corpo fisico
e del Sistema della coscienza energetica,
che comprende l'intenzionalità
e il nucleo essenziale.*

*Siete in possesso degli strumenti per diventare
co-creatori consapevoli.*

– HEYOAN

L'energia creativa della vita nell'HECS

(Nota: le espressioni “processo creativo” ed “energia creativa” sono usate indifferentemente in questo capitolo.) Dopo avermi insegnato quali sono le quattro dimensioni o aspetti del nostro essere, Heyoan ha continuato a canalizzare informazioni sul processo creativo nelle quattro dimensioni.

All'inizio pensai che stesse parlando del processo creativo della visualizzazione per ottenere ciò che vogliamo nella vita, ossia del processo di materializzazione. Ma poi ho capito che era molto più di questo.

Heyoan afferma che il nostro processo d'incarnazione è esso stesso un atto creativo. L'incarnazione è anche un modo per aprirci ad altre possibilità creative e aprirle agli altri, perché grazie a essa impariamo molto su di noi. Heyoan sostiene che il processo creativo dell'incarnazione comincia molto prima di quella che

chiamiamo incarnazione ed è antecedente al nostro concepimento.

Secondo Heyoan, il processo creativo ha origine al centro della stella nucleo, nel vuoto di velluto nero che brulica di una potente e indifferenziata vita non manifesta. *Nel processo creativo noi accendiamo il vuoto di velluto nero della vita indifferenziata che è in noi, che si fonde con il nostro desiderio di creare.*

Il successo può essere raggiunto solo con la chiara intenzione in linea con il nostro desiderio e con l'intenzione del Creatore.

Il dono dell'incarnazione è la capacità di creare. Ognuno di noi nasce con il desiderio di creare. Il desiderio di ciascuno di noi è unico e molto specifico. È al tempo stesso l'obiettivo e la ragione dell'incarnazione. Quando creiamo, sviluppiamo ed espandiamo nel nostro nucleo di luce l'espressione dell'essenza divina che è in noi. Con questa creazione il nucleo di luce diventa più brillante.

Il processo creativo poi emerge dal nostro nucleo nella dimensione della linea dell'hara e si tramuta nella nostra intenzione creativa, o scopo, nell'hara. L'hara quindi tiene allineata questa intenzione perché il nostro processo creativo fluisca verso l'alto nella dimensione successiva, il campo energetico. Facendo ciò si trasforma nei tre aspetti del campo energetico – ragione, volontà e sentimento – con cui noi creiamo le nostre vite fisiche.

Le relazioni tra i diversi aspetti dell'HECS fanno nascere l'idea delle dimensioni

Come spiegato nel Capitolo 1, gli aspetti dell'HECS (Sistema della coscienza energetica umana) sembrano contenuti l'uno nell'altro. Ognuno sembra nascere e dipendere da quello in cui è inserito per poter esistere. Muovendo dall'assenza o dal vuoto centrale che brulica di vita, il vuoto di velluto nero gradualmente si trasforma in luce. Questa luce, che è il nostro punto d'origine e la nostra stella nucleo, influenza l'hara perché ne è il fondamento. L'hara è alla base del campo energetico e lo influenza. Il campo energetico è il fondamento del nostro corpo fisico e lo influenza. Non c'è un legame diretto tra questi diversi aspetti, eppure si influenzano l'uno con l'altro come se appartenessero a dimensioni diverse. L'influenza sembra muoversi come se sorgesse dall'aspetto più profondo e basilare di noi nella successiva dimensione manifesta, simile più a una metamorfosi nella dimensione consecutiva che a un flusso diretto o a una trasmissione di sostanza. Perciò c'è un'importante metamorfosi dell'energia creativa della vita mentre risale e attraversa ogni dimensione.

Esaminiamo ora che cosa questa trasmutazione comporta in termini pratici.

Panoramica su come il processo creativo si manifesta nel campo energetico umano

La stella nucleo è costituita da essenza divina individuata. Quando l'essenza della stella nucleo sale e raggiunge l'hara, si trasforma in intenzione nella dimensione dell'hara, per cui l'essenza diventa intenzione. Se l'intenzione trasmuta nei diversi livelli del campo energetico, si esprime come la *coscienza energetica della ragione, della*

volontà e del sentimento, in accordo con il livello del campo energetico. Se la coscienza energetica del campo energetico sale nel mondo fisico, si trasforma in carne viva. Quindi noi siamo composti di tutte e quattro queste "dimensioni".

Come il processo creativo si manifesta attraverso le dimensioni della stella nucleo e dell'hara

Il processo creativo è cominciato nel nucleo e trae energia creativa dal vuoto di velluto nero. L'energia creativa s'individualizza inizialmente attraverso la stella nucleo e il nucleo essenziale. Poi sale nella dimensione dell'hara e si muove attraverso l'intenzione di creare qualunque cosa desideriamo. Quando l'hara è completamente allineata e centrata al tuo interno, l'esperienza dell'intenzione è facile. In questi momenti non incontri resistenze al fluire dell'energia creativa in te. La Figura 2.1 mostra un allineamento dell'hara. Quando l'energia creativa si sposta nella dimensione dell'hara, accende il tuo magnifico desiderio nella sede dell'anima. Alcuni potrebbero definirla una magnifica ossessione. Potrebbe però non esserti chiaro di cosa si tratti. Che cosa desideri ardentemente? Qual è la vita che vuoi? Elimina ogni tabù al riguardo. Almeno concediti di fantasticare. Lascia che la fantasia si sviluppi in una visione matura del tuo desiderio. Concediti di desiderare. Comincia la tua creazione, è ciò per cui sei nato. Fai pratica nel sentirla, nel vederla, nel conoscerne i dettagli e nel lasciarla crescere. Permettile di trasformarsi in qualcosa che ti sorprenda. Ecco quanto dice Heyoan a proposito del desiderio:

*Sei il co-creatore di tutto ciò che desideri.
Semplicemente riconoscendo che lo vuoi,
puoi essere assolutamente sicuro
che ne hai già cominciato la creazione.*

*Tutti i tuoi dolci desideri
sono in realtà creazioni che hai cominciato
tempo fa,
creazioni che stanno diventando realtà.
Sei il loro creatore.*

Sperimenta la potente energia creativa nel tan tien. Prova la tua connessione con il Padre divino e con la Madre Terra, a entrambe le estremità della linea dell'hara.

Se l'hara è in salute e in equilibrio in tutti gli aspetti di cui abbiamo parlato, l'energia creativa fluisce attraverso di essa e in modo bilanciato per procedere poi giù, nel mondo fisico, attraverso il campo energetico che è la dimensione successiva.

L'energia creativa attraverso l'HEF (campo energetico)

L'energia creativa passa quindi dalla dimensione dell'hara al campo energetico. La Figura 2.1 mostra la connessione tra l'hara e il campo energetico; il canale principale dell'hara è situato all'interno della corrente energetica verticale del campo energetico. Qui si manifesta prima ai livelli più elevati e procede poi a cascata verso i livelli inferiori, sulla strada per la manifestazione fisica.

Mentre si sposta attraverso i livelli del campo energetico, assume la natura di ogni livello – ragione, volontà o sentimento – e lo stato del nostro sviluppo evolutivo in quel livello: il grado di comprensione e la chiarezza per i livelli della ragione; la capacità di allineare la volontà personale con la volontà divina ai livelli della volontà; la facoltà di scegliere l'amore in tutte le circostanze ai livelli non strutturati dei sentimenti.

Per diventarne consapevole, occorre che tu sia in grado di sentire ogni livello del campo

energetico quando l'energia creativa della vita si muove in esso.

Di seguito presento una spiegazione di come l'energia vitale creativa si muova in ogni livello del campo energetico.

L'energia creativa al settimo livello dell'HEF

Il settimo livello dell'HEF (campo energetico) è la manifestazione o il funzionamento della nostra mente superiore o divina. Facciamo esperienza della saggezza divina quando l'energia vitale creativa si muove al settimo livello. Se sei consapevole dell'energia creativa al settimo livello del campo energetico, puoi sentire che la tua creazione è divinamente ispirata.

L'energia creativa al sesto livello dell'HEF

Al sesto livello l'energia creativa vitale esprime i tuoi sentimenti riguardo alla divinità. A questo livello percepisci l'energia creativa con una tale vivacità che, a prescindere dalle situazioni difficili che affronterai, saprai sempre che la tua creazione sarà magnifica. La fede è l'energia vitale creativa che attraversa il sesto livello del campo energetico. Molte persone a questo livello sperimentano l'estasi divina per la loro creazione.

L'energia creativa al quinto livello dell'HEF

Al quinto livello l'energia vitale creativa si esprime come libero arbitrio ed è influenzata dallo stato di sviluppo della tua capacità di comprendere e di scegliere di allinearti con la volontà divina. Se sei consapevole dell'energia creativa al quinto livello, sperimenterai un perfetto modello di precisione divina mentre la tua creazione si dispiega.

L'energia creativa al quarto livello dell'HEF

Al quarto livello l'energia creativa vitale si esprime sotto forma di sentimenti d'amore nei confronti delle altre persone ed è influenzata dal grado di sviluppo della tua capacità di amare nelle relazioni. Se diventi consapevole dell'energia creativa al quarto livello, sperimenterai una relazione d'amore con la creazione che sostiene il processo creativo.

Il quarto è il livello precedente alla manifestazione fisica. I livelli uno, due e tre si situano nella realtà tridimensionale. Qui è dove hanno luogo le relazioni: è quindi il livello dei rapporti interpersonali. Poiché questo livello precede la realtà fisica, contiene le realtà visibili e non. Per questo motivo, le tue relazioni con tutti e tutto nel mondo fisico hanno una grandissima influenza sul processo creativo.

Approfondirò la realtà del quarto livello nella Parte II.

L'energia creativa al terzo livello dell'HEF

Al terzo livello l'energia creativa vitale esprime i pensieri e la comprensione mentale. Questo livello è influenzato dal grado di sviluppo della mente umana. Se sei consapevole dell'energia creativa al terzo livello, avrai l'acume mentale necessario per portare la tua creazione nella realtà fisica.

L'energia creativa al secondo livello dell'HEF

Al secondo livello l'energia creativa vitale esprime i tuoi sentimenti riguardo a te stesso ed è influenzata da quanto ti ami. L'amore per se stessi deve essere riconosciuto, compreso e coltivato, perché è necessario per vivere bene. Se sei consapevole dell'energia creativa al secondo

livello, sperimenterai un piacere personale nel creare la tua vita e nel conquistare una migliore e più amorevole opinione di te.

L'energia creativa al primo livello dell'HEF

Al primo livello l'energia creativa vitale si esprime con sensazioni fisiche, sentimenti e con la volontà di incarnarti in questa vita. L'energia creativa è influenzata dallo stato del modello energetico del corpo fisico. Se sei consapevole dell'energia creativa al primo livello, sentirai il desiderio fisico di compiere atti creativi. Proverai inoltre piacere nel corpo e nella vita nel mondo fisico, mentre la tua creazione sta per realizzarsi.

Come si manifesta l'energia creativa nel mondo fisico

Il processo creativo precipita quindi nel nostro corpo e nel mondo fisico. Si esprime con le nostre azioni ed è influenzato dallo stato della nostra salute. I corpi fisici hanno bisogno di apprezzamento e di cure amorevoli oltre che di riconoscimento per la loro spettacolare complessità e innata bellezza. Prenderci cura del corpo è un accordo che abbiamo stipulato in cambio del dono dell'incarnazione. È il veicolo attraverso cui manifestiamo le nostre creazioni nel mondo fisico.

Il processo creativo è influenzato anche dalle nostre condizioni di vita, che sono il risultato del nostro processo creativo nel tempo. Riconoscerle, comprenderle e imparare a migliorarle da un punto di vista fisico, emotivo, mentale e relazionale è un requisito fondamentale per la buona riuscita del processo creativo.

Un approfondimento sull'energia vitale

Heyoan mi ha trasmesso i suoi insegnamenti sull'energia creativa vitale attraverso varie fasi. All'inizio mi mostrò il processo creativo così com'è descritto in questo capitolo. Pensai che la fase finale fosse il risultato materializzato, ossia: un ottimo stato di salute, un dipinto, un guadagno, una relazione personale.

Ma poi Heyoan mi disse: *“No, così sei solo a metà strada del processo creativo!”*.

“Che cosa intendi?” domandai.

Heyoan proseguì dandomi altre informazioni sul processo creativo che inverte direzione e procede ai livelli più profondi dell'HECS appena descritti, ma al contrario. (Vedi la sezione seguente, *Le quattro fasi dell'energia vitale creativa*.) Alla fine il processo creativo termina la sua creazione in una luce più brillante della stella nucleo.

Quindi Heyoan dichiarò: *“Il ‘prodotto’ finale, per così dire, dell'energia creativa vitale è un nucleo essenziale più individuato.”*

“Che cosa significa?” domandai.

“Il nucleo essenziale individuato è l'essenza divina individuata che si trova in ogni essere. È universale e individuale al tempo stesso.”

“Come può essere?”.

Ed egli mi rispose: *“Il nucleo essenziale della stella nucleo esiste oltre le dimensioni fisiche ed energetiche cui siete abituati. Non dipende dalle normali coordinate spaziali con cui vi limitate nel corso di un'incarnazione con l'obiettivo di apprendere certi concetti specifici.”*

Il nucleo essenziale non è limitato. Può essere solamente individuale, come un'espressione delle vostre qualità specifiche e autentiche, e al tempo stesso fa parte di tutti gli esseri, manifesti e non manifesti.

L'incarnazione è un risultato dell'intento d'individualizzarsi in una forma organizzata di manifestazione, con l'obiettivo di creare un nucleo essenziale più mirato che possa essere sperimentato come un vuoto luminoso, senza smarrire se stessi e senza perdersi nell'unità divina indifferenziata.

Per far questo, occorre prima di tutto imparare a diventare un co-creatore insieme al divino. Quindi è necessario apprendere come il divino crea. Devi chiedere: ‘Come crea il divino per tramite mio, che sono una sua manifestazione?’. Ecco la risposta:

L'universo divino

è un universo reciproco.

È benigno.

Risponde al tuo flusso creativo diventando co-creatore insieme a te.

Se blocchi il tuo flusso creativo, l'universo semplicemente aspetta che tu gli permetta nuovamente di fluire.”

Causa ed effetto

Il dialogo con Heyoan riportato sopra spiega come il divino non ci costringa a fare nulla personalmente né a diventare qualcuno. Non ci punisce perché facciamo o non facciamo qualcosa. Al contrario, l'universo divino rimane in attesa che iniziamo a portare la creatività nelle nostre vite. Allora risponde gentilmente a tutti i nostri pensieri, desideri e azioni (inclusi quelli negativi). Questo meccanismo è detto di causa ed effetto.

Molte persone lo chiamano “karma”, ma questo termine può avere una connotazione negativa: come se ci fosse una punizione, soprattutto se lo interpretiamo da un punto di vista personale. Ma non è la volontà celeste a orchestrare la punizione. *Il meccanismo di causa ed effetto è una caratteristica dell'universo. Se non otteniamo l'effetto (il risultato) che vogliamo, è unicamente perché non sappiamo come raggiungerlo.* Dobbiamo imparare di più, fino a quando siamo in grado di ottenerlo. Una tale comprensione implica di aver appreso molto su noi stessi e sul nostro funzionamento, e aver sostituito la nostra erronea concezione dualistica della realtà con un paradigma unificato (o olistico, se si preferisce), che ci aiuta a capire come funziona

il mondo. Più impariamo, meglio potremo realizzare il desiderio della nostra vita.

Le quattro fasi dell'energia vitale creativa

Il processo creativo si articola in quattro fasi che ho definito stasi, espansione, stasi e contrazione. C'è sempre un momento di stasi seguito da un'onda d'espansione, poi un altro momento di stasi seguito da un'onda di contrazione. Segue ancora un momento di stasi, dopo il quale comincia un'altra onda d'espansione. Tutti gli esseri viventi seguono questa energia vitale creativa. È bene notare che in alcune situazioni, come durante una guarigione, l'energia creativa comincia con un'espansione, seguita da una stasi, quindi da una contrazione e poi ancora da una stasi. A prescindere dal punto da cui partiamo, incontriamo sempre queste quattro fasi che si susseguono come un'onda che si espande e si contrae.

La prima fase dell'energia vitale creativa: al principio c'è la quiete del vuoto di velluto nero nel profondo della stella nucleo, da cui sorge ogni creazione. È una fase di stasi.

La seconda fase dell'energia vitale creativa: nella seconda fase seguiamo l'energia vitale creativa che sorge dalla stella nucleo e sale lungo l'hara, pervade il campo energetico e poi il corpo fisico. Da questa espansione a partire dal nucleo, la tua essenza si esprime attraverso le dimensioni dell'intenzione (livello harico) e della personalità (HEF o livello aurico), quindi si manifesta nel mondo fisico.

La terza fase dell'energia vitale creativa: dopo aver raggiunto il corpo fisico, l'energia creativa entra in uno stato di riposo. È la stasi al termine dell'espansione. Qui ci fermiamo per osservare

noi stessi mentre ci riflettiamo nella nostra creazione. Come ci ha ricordato Heyoan, siamo in realtà solo a metà strada del processo creativo.

La quarta fase dell'energia vitale creativa: dopo l'osservazione di sé, l'energia creativa vitale si contrae all'interno rispetto al mondo fisico, nel campo aurico e poi al livello dell'hara, per tornare nel nucleo. È proprio nel nucleo che raggiungiamo lo stadio finale dell'energia vitale creativa. Qui possiamo incontrare una resistenza, ma è importante ricordare che dobbiamo prestare pari tempo e attenzione sia alla contrazione dell'energia creativa sia al vuoto silente della stasi profonda che segue. Quando l'energia creativa ritorna alla stella nucleo attraversando nuovamente le quattro dimensioni, riporta tutto ciò che è stato creato e appreso nel sé individuale. Per questo il risultato finale dell'energia vitale creativa è l'ampliamento del nucleo essenziale divino. Quindi torniamo di nuovo nella fase della stasi interiore profonda del vuoto silente, fino al successivo movimento della nostra energia vitale.

Energie vitali

L'energia vitale creativa non è singola. Sono energie infinite d'infinte fasi, frequenze e dimensioni, e tutte originano dal nucleo essenziale.

L'energia creativa sorge non solo dalla stella nucleo, ma da ogni cellula del nostro corpo, da ogni componente di ogni singola cellula, dal DNA, dagli elementi e dagli atomi.

La vita si espande, crea, attraversa momenti di stasi, riflette, si contrae, distilla sapere,

*e porta consapevolezza cosciente
al centro del tuo essere.
Ci sono molte fasi
di quest'onda creativa vitale.
Ogni individuo si esprime in molte e diverse
fasi di espansione e di contrazione
in differenti ambiti di vita.
Alcune fasi sono lunghe, altre brevi.
Alcune sono veloci, altre lente.
Tutte le forze vitali sono universali.
Ogni energia vitale permea ogni cosa.
Ogni tua azione, ogni frase
raggiunge l'espansione dell'universo.
Tutto è sincronizzato
nella grande sinfonia della vita.*

Un processo creativo nitido che si svolge tramite l'HECS

Se l'hara e il campo energetico sono nitidi, carichi di energia e in equilibrio nell'area di un desiderio particolare, sarai facilmente in grado di manifestarlo. In effetti, questo accade già nel quotidiano. Crei con tanta facilità negli ambiti della tua vita che sono nitidi da non accorgertene nemmeno. Ti sembra una cosa da nulla.

Però per i tuoi amici è sorprendente.

Ti chiederanno: "Come ci riesci?"

E forse tu risponderai: "Oh, niente, mi viene naturale."

D'altro canto, tu dici lo stesso per quanto riguarda i talenti dei tuoi amici. Si tratta di talenti essenziali. Nascono dal nucleo essenziale che tu o i tuoi amici avete creato grazie alle esperienze di vita, in questa o in altre incarnazioni. La corrente creativa fluisce direttamente dal nucleo senza incontrare ostacoli. In queste aree del tuo essere non ci sono blocchi o ferite aperte. Parlando di "area" mi riferisco alla condizione fisica, emotiva, mentale e spirituale del tuo essere in ogni particolare aspetto della vita, come la salute, la carriera o le relazioni interpersonali.

Adesso, proviamo a vedere come funziona il processo creativo quando si muove in un campo energetico ideale, ossia nitido e privo di blocchi. Non ho mai visto un campo energetico che fosse completamente privo di blocchi in ogni area, nemmeno nei leader spirituali e nei guru che ho incontrato negli anni. In ogni caso, i campi energetici tendono a essere nitidi in alcune aree della vita in cui siamo in grado di creare senza impedimenti. Le frecce della Figura 2.2. che puntano verso il basso, attraverso il campo energetico, rappresentano il processo creativo che, nitido e senza ostacoli, si manifesta nel campo energetico privo di blocchi. In queste aree della vita tutto sembra fluire spontaneamente. Se scegliamo di creare qualcosa, funziona senza problemi. Di solito, non ci facciamo nemmeno caso, succede e basta. Fluisce attraverso i livelli, esprimendo la natura di ogni livello mentre crea quell'aspetto della nostra opera creativa. Definiamo "talenti" questi aspetti, che sono differenti da persona a persona.

Tutti hanno molti talenti. Quali sono i tuoi? A molti di noi è stato insegnato a non parlare dei propri talenti o punti di forza, per paura che ciò sembri presuntuoso. Ma non è corretto. Di solito non ci accorgiamo che ciò che nella nostra vita funziona senza problemi è il risultato di un talento. Eppure sono più che semplici talenti: sono gli aspetti dell'essere tramite i quali il nostro nucleo essenziale risplende con forza. Sono gli ambiti dell'essere che ci permettono di esprimere naturalmente il nostro nucleo essenziale ampliato. Sono inoltre le parti di noi in cui esprimiamo i più alti principi.

Per esempio, un'amica con cui ho lavorato per anni ha la capacità di sostenere profondamente le persone con cui comunica. Questa è un'espressione del più elevato principio dell'amore divino. Un'altra mia amica riesce a essere pienamente presente, persino nelle cellule di un'altra persona. È in grado di farlo a prescindere dal loro stato emotivo o fisico, anche quando queste

persone stanno morendo. È un'espressione della volontà e dell'amore divini. Un altro amico è una persona integra e fedele ai propri principi e capace di esprimerli anche nelle situazioni più confuse. È un'espressione della verità divina. Un altro è in grado di mettere d'accordo un gruppo di persone in contrasto tra loro. È un'espressione della verità e della volontà divina. Un altro è un insegnante serio e si accerta sempre che gli studenti raggiungano il loro obiettivo (espressione della verità e della volontà divine). Un'amica è assolutamente onesta (verità divina); un'altra è la persona più organizzata che conosco (volontà divina). Tutte queste persone seguono i loro desideri sacri, lavorano e studiano per sviluppare i propri talenti attraverso i quali il nucleo essenziale risplende meravigliosamente negli ambiti che amano.

Capitolo 2 – Autovalutazione. Alcune domande sull'HECS e sul processo creativo

1. Delinea come si svolge il processo creativo attraverso i livelli del tuo campo energetico. Prova a sentirli usando le informazioni

contenute in questo capitolo. Percepiscili, guardali, sentili. Prima di tutto, guarda al tuo passato per trovare qualcosa che volevi davvero e che finalmente sei stato in grado di creare nella tua vita. Osserva il processo personale che hai attraversato in ogni aspetto del tuo campo: al livello della mente superiore, della volontà e delle sensazioni; poi al livello della relazione d'amore e poi giù attraverso la mente personale/umana, la volontà e le sensazioni.

2. Adesso delinea il tuo processo creativo attraverso le quattro fasi dell'energia creativa: stasi, espansione, stasi e contrazione.
3. Metti in relazione ogni esperienza creativa con l'energia creativa dell'amore che si muove attraverso di te.

3. Sblocca il processo creativo

*Questa esplorazione può essere vista
come un lavoro per aprire il flusso
delle energie creative che sono in te,
per scoprire e per comprendere come
si sono bloccate e per liberarle,
al fine d'imparare che cos'è
la co-creazione e di portarla alla luce.*

*Tu sei qui per diventare consapevole
del tuo scopo,
che è la co-creazione con il divino.
Non studi per capire che cosa c'è di sbagliato
o di brutto in te,
o che cosa è sgradevole.*

*Sei qui per imparare, per apprendere
e portare alla luce
il tuo personale processo co-creativo
con il divino.*

– HEYOAN

Nel capitolo precedente ho descritto come si svolge un nitido processo creativo e ho mostrato come il risultato finale della nostra energia creativa (e della creazione) sia il nucleo essenziale divino o un più ampio nucleo di luce. L'esperienza che abbiamo della vita e della nostra salute dipende da quanto siamo formati, nitidi ed equilibrati nelle quattro dimensioni dell'essere, compreso ogni livello del campo energetico. Ognuna delle quattro dimensioni ha una grande influenza sull'energia creativa mentre

questa si muove in essa. Dal momento che le dimensioni più profonde sono le basi di quelle soprastanti, la loro influenza è più importante, proprio come le fondamenta di un palazzo. Ogni disturbo nelle dimensioni più profonde si rifletterà sulle altre che poggiano su di esse.

Il lavoro di guarigione deve includere ogni aspetto delle quattro dimensioni. Non può limitarsi all'hara e al campo energetico, è necessario che comprenda anche le specificità di ciascuno, ossia: il posizionamento, l'allineamento e la connessione con la Terra; la salute e l'equilibrio di ogni livello del campo energetico; quanto riusciamo a essere presenti e a onorare la nostra energia vitale in ogni momento in cui creiamo le nostre vite. Perché ciò si realizzi è importante comprendere appieno quali sono le nostre quattro dimensioni e come si bloccano, essere totalmente presenti in esse e coltivare la consapevolezza del processo creativo che veicolano.

Il processo creativo bloccato o distorto

A volte la nostra energia creativa sperimenta qualche interferenza durante il processo creativo, mentre s'incanala nelle quattro dimensioni. Sono le aree su cui, in questa vita, dobbiamo lavorare. *In altre parole, ogni interferenza che affrontiamo durante il processo creativo deve comportare una nostra crescita personale nell'area interessata.* Non è difficile individuare quali siano queste aree per ognuno di noi. Che cosa hai sempre desiderato ma ancora non sei riuscito a manifestare nella tua vita? Ogni disturbo nell'a-

rea dell'hara o del campo energetico ostacolerà il tuo processo creativo.

Disturbi nell'hara. Se sperimenti qualche disturbo nell'hara, la tua energia creativa si frammenta e si disperde in due diverse direzioni, che poi si annullano in misura proporzionale al disequilibrio. Se le direzioni sono opposte e se la forza è uguale per entrambe, allora non si crea nulla. Sei giunto a un punto di stallo con te stesso. In te la forza è diretta verso obiettivi diversi e nulla si concretizza.

L'intenzione è molto diversa dalla volontà. Se capisci che cos'è e come usarla, l'intenzione diventa un ottimo strumento per centrarti, stabilizzarti e raggiungere i tuoi obiettivi a partire dall'interno. Un buon metodo per usare l'intenzione è misurare il grado di equilibrio fra tre aspetti della psiche: ragione, volontà e sentimento. Nel Capitolo 2 abbiamo parlato dell'insieme di ragione, volontà e sentimento come di un modo per guardare al Sistema della coscienza energetica umana. Se questi tre aspetti sono in equilibrio, allora hai raggiunto la centratura, ossia l'intenzione nitida che corrisponde al proposito di diventare una persona integra e di abbandonare l'identità che si rispecchia nella dualità. Sei in sintonia con l'universo e vivi la vita così com'è senza opposizioni, creandola a partire dall'esperienza. Se i tre aspetti non sono bilanciati, la volontà sposterà l'hara sul retro, mentre il sentimento lo muoverà sul davanti.

Se non sei in sintonia, incontri resistenze e cerchi di forzare il mondo per fare ciò che vuoi, allora la tua linea dell'hara si sposta sul retro del corpo. Questa a sua volta interferisce con l'energia creativa e la divide in due. L'aspetto emotivo delle energie creative si attenua e si separa da quello della volontà. In questa maniera si favorisce l'ostinatezza.

Secondo Heyoan, ciò che la maggior parte delle persone oggi chiama volontà non è altro che una sua distorsione. È una "corrente forzata"

ed è uno dei modi più diffusi con cui interferiamo con il processo creativo. La Figura 3.1 mostra un esempio comune di come il campo energetico si sbilanci a causa di una corrente forzata. La linea dell'hara e la corrente energetica verticale (VPC) si spostano sul retro; questo fa sì che i chakra che si trovano sul retro del corpo s'ingrandiscano. In questa configurazione, l'individuo diventa apertamente aggressivo e forza la vita e gli altri a obbedire ai comandi del proprio ego. È da questa rappresentazione distorta che ha preso avvio il pregiudizio sulla volontà. Usiamo la "volontà" (così almeno la chiamiamo) per deformare il nostro campo energetico e per manipolare gli altri/il mondo/l'universo perché facciano ciò che vogliamo, quando noi vogliamo. Ma questa non è una reale volontà. È una corrente forzata che sbilancia il nostro campo energetico e interferisce con la capacità di creare ciò che vogliamo nella nostra esistenza.

Ci sono molti sistemi meno ovvi per forzare la vita a darci ciò che vogliamo. Possiamo diventare il povero e commovente sfortunato in cui la VPC (corrente energetica verticale) e la linea dell'hara sono spostate in avanti (Figura 3.2), oppure la persona remissiva che però poi pugnala gli altri alle spalle (Figura 3.3), in cui l'hara e la VPC si muovono in avanti nella metà inferiore e sul retro nella metà superiore. L'hara e la VPC possono anche posizionarsi ai lati del corpo. Ne risulta un'iperattività se sono sul lato destro e una ridotta attività se sono sul lato sinistro. Ovviamente ci sono anche molte altre distorsioni dell'hara e della VPC. Nel prossimo paragrafo vedremo quali sono i disturbi del campo energetico.

Per riassumere, quando l'intenzione è frammentata, lo è anche la corrente creativa. Le energie creative vanno in direzioni diverse, si oppongono l'una all'altra e il nostro originario intento creativo rimane bloccato. Se una parte è più forte dell'altra, l'energia creativa indebolita che risulta dalla sottrazione tra le due va in

direzione dell'intento più forte. Forse non avrà energia a sufficienza per manifestarlo o, se questo accade, la manifestazione sarà debole, incompleta, insoddisfacente e non aderente a ciò che avevamo visualizzato. Forse non saremo del tutto in grado di creare ciò che consapevolmente volevamo fino a quando non riusciremo a ristabilire un'intenzione forte e nitida e una linea dell'hara completamente allineata con quell'obiettivo specifico.

Per guarire questo tipo di frammentazione occorre una grande indagine su di sé per scoprire e diventare consapevoli di quali sono le due forze diverse e per capire come ostacolano la nostra creatività. La causa di un'intenzione frammentata è da ricercarsi nelle abituali convinzioni negative della tua coscienza infantile, che esamineremo in dettaglio nel Capitolo 4.

Una volta compresa e guarita la frammentazione, potrai ridirigere il tuo scopo e le tue energie creative per realizzare ciò che desideri. Se il desiderio originario è visto da una prospettiva infantile, può volerci qualche settimana perché maturi e raggiunga un'età adulta. Dopo il processo di maturazione, quell'intento si applicherà alla tua vita e alle tue creazioni di adulto.

La forma e la posizione dei blocchi nel campo energetico

Nei paragrafi che seguono esploreremo che cosa sono i blocchi e come interferiscono con il processo creativo mentre questo si dispiega attraverso il campo energetico. Spiegherò come i blocchi disturbino il processo creativo, mostrerò come si spostano nel campo energetico e i danni che ne derivano.

Ciò che siamo soliti definire "blocco" è coscienza energetica oscura accumulata. Questo accade solo al secondo e al quarto livello del campo energetico, in corrispondenza degli aspetti non strutturati ed emotivi del campo. L'energia si accumula perché

uno o più dei livelli strutturati che accolgono al proprio interno gli aspetti della ragione e della volontà (uno, tre, cinque e sette) che guidano il flusso di energia nel campo energetico presenta qualche disturbo. Tecnicamente, un blocco include ogni livello strutturato e problematico, ogni livello non strutturato indebolito e/o privo di carica, oltre che l'energia oscura che si è accumulata nei livelli non strutturati del campo energetico. Di solito questi disturbi possono verificarsi in qualunque blocco. I blocchi influiscono su uno o due livelli del campo energetico e, nei casi più seri, possono attraversare tutti i sette livelli del campo energetico ed essere dislocati ovunque. In tal caso l'individuo affetto da questi blocchi non è in buona salute.

I disturbi nei livelli strutturati del campo energetico. Per essere complete e integre le nostre creazioni hanno bisogno che l'energia creativa fluisca senza impedimenti in tutti gli aspetti del campo energetico. Per esempio, se i livelli del campo orientati alla ragione, ossia il terzo e il settimo, sono più sviluppati, questo può far sì che l'energia dell'HEF (campo energetico) si sbilanci verso l'alto, in direzione della testa. In tal caso noi creiamo un sistema difensivo, quello dello "scaltro manipolatore".

Se i livelli strutturati (uno, tre, cinque e sette) presentano disturbi, così come i chakra, saranno visibili strappi, lacerazioni, grovigli o distorsioni nelle linee di luce. I disturbi nei livelli strutturati distorcono, cambiano, deviano, bloccano completamente o favoriscono una perdita dell'energia creativa che cerca di muoversi attraverso i livelli del campo energetico, fino a raggiungere il mondo fisico e a manifestarsi nella realtà. Se c'è uno squarcio nei chakra, questi non saranno in grado di metabolizzare le energie necessarie a manifestare le nostre creazioni.

I disturbi nei livelli non strutturati del campo energetico. Se si verifica un problema nei diversi

livelli del campo energetico, si creano disturbi anche nel flusso dell'energia creativa. Il secondo livello corrisponde all'esperienza emotiva che abbiamo di noi, alla capacità di alimentare un sano amore per noi stessi. Il quarto livello corrisponde all'esperienza emotiva nei confronti degli altri e alla capacità di amare nelle relazioni di ogni tipo, oltre che alla propensione a donare e ricevere affetto con il giusto equilibrio. I disturbi al secondo e al quarto livello assumono la forma di blocchi di energia scura e torbida, di colore marrone-verde o rosso scuro. I blocchi corrispondono alla coscienza energetica stagnante di varie esperienze emotive non risolte, e si trovano anche nei chakra dei livelli non strutturati, due e quattro. È proprio questo tipo di blocchi che può arrestare completamente l'energia creativa e assorbirne l'energia. Un blocco dislocato in un chakra a questo livello ostacola l'assorbimento della coscienza energetica necessaria a caricare i livelli del campo energetico per renderli forti e sani.

Il sesto livello corrisponde ai nostri sentimenti spirituali e alla nostra capacità di sperimentare l'amore spirituale e l'estasi divina. I disturbi al sesto livello del campo energetico di solito appaiono come una debolezza o una mancanza di coscienza energetica piuttosto che come oscurità e ristagno. Ciò accade perché la maggior parte delle persone non dedica molto tempo a sperimentare l'amore spirituale supremo. Sopra il quarto livello non ho mai visto nessun tipo di scolorimento.

La sostanza della convinzione. I livelli non strutturati non solo sono correlati a sistemi stagnanti di credenze dualistiche, ma sono la sostanza stessa dei sistemi di convinzione dualistica. Questo accade perché i livelli non strutturati hanno la capacità di trattenere sensazioni e sentimenti, perciò il processo di guarigione non deve solo includere la pulizia del campo energetico ma anche l'apprendimento

di concetti nuovi di integrità che sostituiscano le vecchie idee dualistiche ormai sorpassate. *Le credenze dualistiche si basano tutte sulla divisione delle cose in due metà in contrasto tra loro (bianco o nero, uomo o donna) o anche opposte (buono opposto a cattivo, tu opposto a me).*

Dando spazio al concetto olistico d'integrità, favorisci e promuovi una guarigione profonda e previeni la formazione di blocchi causati da uno stile di vita che segue una prospettiva dualistica. Così costruisci solide fondamenta su principi che agevolano l'integrazione in un'esperienza interiore di vita nuovamente organizzata, in un universo benevolo e ricco.

Ogni livello del campo energetico corrisponde a una parte specifica della nostra realtà ed è correlato a particolari concetti olistici che corrispondono alla funzione (o alle funzioni) di quel livello. Fino a quando non lavoriamo sui chakra e sui blocchi presenti a ogni livello per eliminarli, il processo creativo non può procedere con chiarezza e senza impedimenti. Di conseguenza, lo studio dei principi e dei concetti olistici è una parte essenziale della guarigione dei livelli del campo energetico.

La realtà dualistica e la realtà olistica

Dal momento che i livelli del campo energetico sono costituiti dalla volontà personale (livello uno), dalle sensazioni che proviamo nei nostri confronti (livello due), dalla ragione (livello tre), dai sentimenti che proviamo per gli altri (livello quattro), dalla volontà divina in noi (livello cinque), dai sentimenti riguardo al divino (livello sei) e dalla mente divina che è in noi (livello sette), una distorsione a ognuno di questi livelli causerà una mancanza o una debolezza di quell'aspetto di noi e delle nostre creazioni. Da ciò ne risulta che avremo concezioni dualistiche anziché olistiche riguardo a tutti questi aspetti del nostro essere e della nostra vita. Se

questi aspetti sono distorti, lo saranno anche i nostri sistemi di convinzioni. Se hai un sistema di convinzioni dualistiche, l'hara e il campo energetico saranno distorti. In altre parole:

*Le distorsioni dell'hara
e del campo energetico
sono la cifra del dualismo
in cui viviamo, perché il campo energetico
e l'hara sono inseparabili
dalla nostra esperienza della realtà.*

*La realtà olistica diventa chiara
mentre le distorsioni
del campo energetico e dell'hara guariscono.*

Sfortunatamente, le antiquate idee dualistiche ci vengono insegnate e trasmesse da migliaia di anni. Non hanno più ragione di esistere per chi, nel XXI secolo, voglia una vita sana. Allontanarci dalla sofferenza e dalla punizione connesse alla realtà frammentata del dualismo è il nostro compito oggi. La nostra idea che il mondo sia costituito da due metà contrapposte è causa di problemi e genera molta confusione quando si estende ai nostri sistemi di convinzioni.

Nel XXI secolo sempre più culture entreranno in contatto tra loro attraverso la globalizzazione e la modernizzazione. C'è bisogno di una nuova comprensione di che cosa significhi il divino. Queste nuove concezioni dovranno essere olistiche e integrate nei livelli del campo energetico che ci connettono al divino. La mente divina, l'amore divino e la volontà divina avranno bisogno di un significato completamente diverso, che si basi sulla tolleranza e sul rispetto reciproco.

Su un livello più personale, dobbiamo lasciar andare le vecchie idee e gli antichi modi di limitare l'amore e permetterci di amare incondizionatamente. Questo richiede una comprensione interamente nuova di che cosa sia l'amore, il che è essenziale per il mondo moderno.

Le antiche credenze secondo cui gli altri sono separati da noi devono essere sostituite da una mentalità aperta basata sulla scoperta. Dobbiamo comprendere e partecipare attivamente alla comunità globale con amore e rispetto. Parte di questo processo consiste nel lasciar andare idee preconcepite sulla separazione dagli altri.

In una realtà olistica ogni individuo è responsabile fino al nucleo. Come ho detto in precedenza, apprendere nuove concezioni olistiche e sostituire le precedenti nozioni dualistiche è una parte molto importante del processo di guarigione. In questo libro approfondirò le concezioni olistiche nei Capitoli 5 e 19.

Tutti noi presentiamo distorsioni dell'hara e blocchi nel campo energetico. La verità è che la condizione umana a questo punto dell'evoluzione ha una lunga strada da percorrere prima che s'instauri una società olistica. Come ho già scritto nel Capitolo 2, non ho mai visto un campo energetico o un'hara completamente nitidi e in equilibrio e che lo rimangano per tutto il tempo. Ciascuno ha un personale lavoro di guarigione da portare a compimento e questo include la comprensione e lo sviluppo di principi più elevati con cui vivere, oltre alla guarigione dell'hara e del campo energetico.

Per riassumere, la nostra concezione limitata del mondo – i nostri sistemi inconsci di convinzioni dualistiche e una mancanza di conoscenza del vero modo olistico in cui funziona l'universo – c'impediscono di sperimentare un processo creativo nitido. Così non solo abbiamo bisogno di imparare quali sono i nostri blocchi e come eliminarli, ma dobbiamo anche apprendere nuovi principi olistici che sostengano la nostra energia vitale creativa. Questi principi devono rimpiazzare quelli dualistici con cui abbiamo inconsciamente vissuto finora. Più avanti, nel corso del capitolo, spiegherò nel dettaglio i sistemi di convinzioni dualistiche e il danno che possono causare alla nostra energia vitale creativa.

I blocchi nel campo energetico indeboliscono, distorcono o deviano il processo creativo. In parole povere, ciò che creiamo non corrisponde al risultato che ci aspettavamo. La distanza tra il risultato e il nostro obiettivo dipende dalla forza e dal grado di separazione dualistica dei blocchi. Dobbiamo prima di tutto comprendere qual è la natura di un blocco e poi acquisire nuovi concetti per eliminarlo.

Il “bambino interiore”. È una metafora molto usata in psicoterapia ed è un concetto semplice da cui partire.

*Non preoccuparti del tuo bambino interiore!
Il bambino interiore non esiste!
Sei tu a creare un’etichetta su cui è scritto
“bambino interiore”.*

NUOVI CONCETTI

*Bambino interiore = coscienza non evoluta
I blocchi contengono una coscienza non
evoluta intrappolata al loro interno.
Il vero lavoro è rilasciare e rieducare
la coscienza non evoluta
rimasta intrappolata all’interno del blocco.*

In altre parole, non c’è nessun bambino interiore in te. L’ultima cosa di cui hai bisogno è trascorrere il resto della vita a coccolare e cullare il tuo blocco fino a quando si addormenta. È necessario che tu apra il blocco e rilasci la coscienza non evoluta rimasta intrappolata al suo interno, la educi e l’aiuti a evolvere in uno stato olistico. Occorre inoltre che, per farlo, sviluppi un ego adulto positivo, se ancora non ne hai uno.

Lascia che ti spieghi meglio. Poniamoci le seguenti domande: Come si forma un blocco? Dove sono dislocati i blocchi all’interno del campo energetico e perché? Che cosa tiene un blocco fermo al suo posto? Quale relazione intercorre tra i blocchi e le nostre ferite? Perché i blocchi non si risolvono da soli? Come influiscono

sul nostro processo creativo e sulle nostre vite? Perché ricreano circoli viziosi di comportamenti ed esperienze negative nella nostra vita? Come possiamo interrompere i circoli viziosi? E, ovviamente, come si guariscono i blocchi?

Il processo di creazione dei blocchi nel nostro campo energetico. Noi creiamo un blocco quando facciamo esperienza di qualcosa che ci spaventa. Potrebbe essere un semplice incidente o una persona che ci tratta male. Ecco un esempio molto semplice. Poniamo che tu abbia cinque anni. Tua madre sta preparando la tavola per una festa. Ha preso il servizio buono di piatti in ceramica e bicchieri di cristallo e lo sta disponendo con attenzione. Tu prendi un bicchiere di cristallo e fai per avvicinarti al tavolo, però inciampi e cadi. Il bicchiere va in frantumi e tu per lo spavento scoppi a piangere. Tua madre accorre trattenendo il respiro e ti guarda scioccata e incredula. Per un momento pensa a quanto le è costato quel servizio. È arrabbiata e ti urla di smettere di piangere. Poi si preoccupa che tu possa esserti ferito con i vetri. A quel punto si trattiene e si calma, ma è troppo tardi. I buoni sentimenti che ti avevano spinto a pensare di aiutare amorevolmente tua madre sono svaniti. Sei confuso e atterrito. Non ti è facile piangere ed esprimere i tuoi sentimenti se sei spaventato. Anche il desiderio di aiutare gli altri è minato dall’incertezza. Questo è un semplice esempio. Al prossimo incidente simile, altra coscienza energetica si aggiungerà al blocco e sarai ancora più circospetto nell’offrire aiuto a qualcuno. La vita infantile di tutti noi è piena di esperienze negative molto più complesse e ripetute. Nel Capitolo 4 descriverò come si creano i blocchi nel feto durante la gravidanza e ancora prima.

Più un certo tipo di esperienza è dolorosa e frequente, più il blocco è potente. Dal momento che in tutte le famiglie ci sono dinamiche negative ripetute, tutti i bambini creano blocchi nei propri campi energetici. È così per chiunque.

Come si crea un blocco nel campo energetico. I blocchi si creano in maniera molto semplice. Appena ci spaventiamo o siamo impauriti, c'è una cosa che facciamo prima di tutto, senza pensarci. In effetti, accade tanto rapidamente che è impossibile evitarla perché è una risposta fisiologica: facciamo un'inspirazione improvvisa e poi tratteniamo il fiato. A questa azione segue una catena di eventi:

1. Inspiriamo improvvisamente e tratteniamo il fiato.
2. Il nostro corpo, allarmato, adotta la reazione "combatti o fuggi".
3. La reazione combatti o fuggi del campo energetico può variare. Quando tratteniamo il respiro, il normale flusso di energia del campo energetico è interrotto e la coscienza energetica dei nostri pensieri è separata da quella delle nostre sensazioni. In altre parole, da un punto di vista energetico, separiamo l'energia delle nostre sensazioni da quella dei nostri pensieri. Questo è un evento che si verifica nella coscienza energetica dell'HEF.
4. Le energie correlate alle nostre sensazioni si bloccano e la mente diventa attiva e vigile. Ne consegue che ci ritroviamo separati nella dualità.
5. La mente è impostata per individuare situazioni simili a quelle dolorose della nostra infanzia.
6. La separazione tra la nostra mente e le nostre sensazioni permane fino a quando non la ricomponiamo. Per farlo è necessario intraprendere un percorso di guarigione e di crescita personale.
7. Per questo motivo, da adesso in avanti, i nostri blocchi ostacoleranno il flusso creativo dell'energia vitale. In altre parole, i blocchi creano una frammentazione mentre il nostro flusso creativo si muove attraverso il

campo energetico verso la manifestazione fisica.

8. Senza l'energia delle sensazioni a nutrire le nostre creazioni, queste non possono essere complete e noi non raggiungiamo il successo, perché:

*La nostra mente determina
ciò che è creato.*

*Le nostre sensazioni alimentano
il processo creativo.*

*La nostra volontà determina
il modello o la forma della nostra creazione.*

*Se questi tre aspetti non sono in sintonia,
la nostra creazione rimane incompleta.*

Se non aggiungiamo ai blocchi ulteriore coscienza energetica, questi non si risolvono ma si rafforzano, perché non hanno il carburante adatto a mettere in moto il cambiamento. La coscienza energetica intrappolata nei blocchi rimane separata in un'energia più bassa fino a quando nel sistema non viene introdotta coscienza energetica sufficiente per riunire sensazioni e mente.

Se quanto detto sopra non è chiaro, prova a ricordare un'esperienza dolorosa della tua infanzia cui non hai potuto opporci. Non è difficile.

Ti ricordi? Ne hai un'immagine nitida?

Bene.

Stai piangendo?

*Dal momento che pur ricordando non provi
le stesse emozioni*

*di allora, significa che le sensazioni
legate a quel ricordo sono ancora bloccate.
Però, il fatto che te ne ricordi vuol dire che*

*l'energia mentale legata a quel ricordo
non è bloccata.
È corretto? È chiaro?
È semplice, proprio così.*

Il blocco rimane fino a quando una sufficiente quantità di coscienza energetica non entra al suo interno per sbloccare le sensazioni così che possano fluire di nuovo, permettendo alle energie mentali ed emotive di rientrare in contatto tra loro. Raramente questo si verifica in modo spontaneo. Di norma accade il contrario.

Spesso ci convincono che è inappropriato provare emozioni e fin da piccoli c'insegnano a reprimerle. Ogni volta che qualcosa suscita in noi un'emozione, la reprimiamo. Siamo molto creativi nel trovare modalità per farlo. Più emozioni reprimiamo, più una coscienza energetica di bassa frequenza si accumula intorno. Per questo motivo i blocchi portano l'accumulo di energia pesante e torbida al secondo e al quarto livello. Al secondo livello quest'energia prende la forma di nubi scure; al quarto livello diventa spessa e appiccicosa. Con il tempo, a mano a mano che i blocchi si rafforzano, diventa più intricata e si stratifica.

Inoltre, traumi simili accumulano energia nella stessa zona del corpo e si raggruppano intorno a un archetipo, a un modello. Per questo i blocchi si sviluppano creando disordini sempre maggiori nel campo energetico. Il flusso della coscienza energetica nel nostro campo energetico si muove intorno al blocco. Diventiamo molto sensibili a situazioni particolari che suscitano un flusso di energia che disturba il blocco, tanto da portarlo a rilasciare le sensazioni che contiene: così nella vita evitiamo questo genere di situazioni. In effetti creiamo stili di vita che contribuiscono al mantenimento dei nostri blocchi.

Anatomia di un blocco. La Figura 3.4 mostra il grafico dell'anatomia di un blocco. Un blocco

è costituito da diversi strati: ogni strato contribuisce a mantenere il blocco al proprio posto. In corrispondenza dello strato più esterno, c'è la nostra difesa contro il fuori. Lo strato esterno è robusto e noi impediamo alla maggior parte delle persone di attraversarlo. Questa difesa ci aiuta a comportarci secondo lo stile di vita della nostra famiglia e in accordo con le norme culturali della società in cui cresciamo.

Da adulti i nostri pensieri irrazionali e le nostre emozioni irrisolte emergono quando non riusciamo a evitare alcune idee ed energie emotive che assomigliano a quelle che ci hanno turbati da piccoli. Ogni situazione "esterna" che somiglia a un'esperienza infantile non risolta può suscitare un comportamento irrazionale o emotivo, se la situazione è abbastanza forte da superare la nostra difesa esterna. È la difesa residua del bambino che eravamo quando abbiamo cercato di proteggerci senza riuscirci. Se emerge vuol dire che non è matura. Affrontando la situazione da adulti (e smettendola di difendere irrazionalmente le nostre azioni), ammettiamo con le persone di cui ci fidiamo che le nostre reazioni non erano in realtà una risposta alla situazione presente.

Da piccoli non possiamo cambiare le nostre condizioni di vita. Per questo la maggior parte degli adulti fa di tutto per non sentirsi priva di potere: ecco perché incontriamo una resistenza quando proviamo a raggiungere i luoghi reconditi delle nostre profondità interiori. Contemplandoci più nel profondo, appare evidente che:

*Molte paure che gli adulti provano durante
la guarigione
mentre s'immergono nel dolore della prima
infanzia
hanno a che fare con il sentimento
di impotenza totale.*

La coscienza infantile

All'interno del blocco c'è quella che la sensitiva Eva Pierrakos chiamava "coscienza infantile". *La coscienza infantile non evoluta che è all'interno dei nostri blocchi si esprime tramite reazioni emotive irrazionali che hanno lo scopo di proteggerci dal dolore correlato agli eventi della nostra infanzia.*

Da adulti queste reazioni esprimono la confusione riguardo alla realtà dal punto di vista della coscienza del bambino che eravamo quando abbiamo creato questi blocchi interiori. Reagiamo emotivamente a partire dalla nostra coscienza infantile non evoluta. *Il livello di sviluppo della nostra coscienza infantile è quello di un bambino che, con il suo intelletto non ancora sviluppato, esperisce il mondo negli estremi opposti.* Le conclusioni che la coscienza infantile trae riguardo al mondo non sono vere. Dal punto di vista di un bambino, il mondo, le persone e le cose che ne fanno parte sono buone o cattive: l'uno o l'altro.

I bambini generalizzano le conclusioni e le estendono a tutti. Per esempio, se un padre grida o picchia un bambino, il piccolo può dedurre che tutti gli uomini agiscano come il genitore. La sua conclusione sulla realtà è semplicemente "tutti gli uomini sono crudeli". Il bambino sviluppa quindi comportamenti rispetto agli uomini in accordo con questa conclusione. Probabilmente proverà sentimenti negativi nei loro confronti, come rabbia e paura. Da adulto il suo comportamento nei confronti degli uomini potrebbe attirargli la crudeltà di quanti hanno questo tipo di tendenza.

Immagini. Queste conclusioni erronee hanno una grande influenza sulla nostra vita e distorcono il processo creativo. *Le conclusioni sulla realtà, come quella dell'esempio, si uniscono tra loro a formare un'immagine della realtà medesima. L'immagine è congelata nel passato. Nel tempo quest'imm-*

agine della realtà diventa inconscia. Ma le reazioni emotive/irrazionali che ne derivano continuano a trattenerci dall'affrontare i nostri blocchi, dal penetrare al loro interno per sentire il vero dolore che abbiamo provato da piccoli, quando eravamo indifesi e incapaci di reagire a certe situazioni.

Le ferite. Le ferite sono costituite da coscienza energetica non evoluta che è rimasta bloccata, sottratta al presente e all'energia creativa vitale e intrappolata in quel momento del passato in cui un certo evento si è verificato. Quella parte dell'essere di una persona è rimasta ferma all'età in cui non era abbastanza forte da affrontare e gestire un evento sgradevole, evitando così di arrestare il flusso di energia e la reazione del sistema.

Un altro motivo per cui le ferite rimangono al loro posto è che sono bloccate da una coscienza energetica frammentata tra sensazioni e ricordi, come descritto in precedenza. Dal momento che le energie sono frammentate, non hanno la forza di liberarsi. L'unico modo per guarirle è riunirle insieme nell'integrità. Per far questo, l'operatore introduce una maggior coscienza energetica nella ferita. Questo attiva la coscienza energetica, la porta alla consapevolezza cosciente e l'esperienza infantile si completa, mentre esce dal congelamento e torna alla vita.

Quando l'operatore fa emergere la ferita a livello della consapevolezza cosciente, allora e solo allora si può raggiungere il vero dolore trattenuto nella ferita originaria, con le sue "sensazioni sconvenienti". Si può guarire soltanto immergendosi nella sofferenza vera e profonda racchiusa nella ferita originaria, che può essere sperimentata per qualche attimo o per l'intera sessione di guarigione. Alla persona, insieme al dolore, arrivano molte rivelazioni che continuano a dispiegarsi anche per molte settimane dopo il rilascio delle energie trattenute nella ferita. Queste rivelazioni parlano di come la persona ha vissuto nei limiti imposti dall'immagine che

ha influenzato le sue scelte, che l'ha portata a evitare qualcosa, che è stata causa di limitazioni autoimposte, di mancanza di amore per se stessa, di problemi con le autorità o di altri comportamenti malsani. Nel presente però ci sono due importanti differenze rispetto al tempo in cui la ferita ha avuto origine: 1) durante la guarigione il guaritore è presente in uno stato di amorevole accettazione e non ha un atteggiamento giudicante; 2) il soggetto, in quanto adulto, è in grado di cambiare la situazione attuale. Occorrono tempo, comprensione e pratica, ma è possibile riuscirci.

Il tipo di coscienza energetica che l'operatore introduce nella ferita durante una sessione sarà quello più favorevole alla guarigione dell'immagine che si è creata con la ferita. Sono le energie dei principi e degli stati dell'essere più elevati, come l'amore incondizionato, la verità, la saggezza, la fiducia e il coraggio, a seconda della natura della ferita. L'amore incondizionato funziona sempre.

Questo tipo di guarigione rilascia l'energia creativa originaria del nucleo dal profondo della ferita. È rimasta intrappolata lì da quando nella prima infanzia abbiamo creato il blocco ostacolando il flusso della nostra energia, che da allora non ha potuto muoversi né creare. Questa è una chiave importante che ci permette di ri-creare le nostre vite. Sono molti i blocchi che fanno ristagnare le energie creative, e le reazioni emotive/irrazionali con cui li proteggiamo creano ciò che non vogliamo in virtù delle immagini negative che influenzano la nostra vita. Vediamo come accade.

Come i blocchi influiscono sul processo creativo e sulla nostra vita

La Figura 3.5 mostra che cosa accade al processo creativo quando è influenzato da blocchi

presenti nel campo energetico. Osserva la tua vita. Che cosa hai cercato di creare in questi anni?

Ascoltati mentre dici cose come: "Perché mi succede sempre questo?" oppure "Oh no! Sta accadendo ancora" o "Sapevo che mi sarebbe capitato di nuovo!". Questi indizi ti permettono di accorgerti che, nel profondo della tua ferita e all'interno della tua coscienza non evoluta o infantile, porti con te la credenza che il mondo funzioni così. Ogni volta che una situazione ti si ripresenta, l'erronea convinzione che conservi nel profondo della tua coscienza infantile riceve una conferma. Non è che il mondo sia proprio come la tua coscienza infantile crede che sia. Questo accade perché hai bloccato le energie creative e non sei in grado di creare ciò che desideri. Una volta che rilasci il blocco superando le difese e provando la sofferenza originaria della tua infanzia, riconquisti le energie creative originarie che non rimarranno più bloccate in te, e potrai utilizzarle per i tuoi desideri creativi. A questo punto è importante rieducare la coscienza infantile, così che possa crescere e imparare come davvero funziona il mondo.

Come un blocco entra in circolo nel campo energetico. Una volta che il blocco si forma a causa dell'energia che impatta su di lui, allora comincia a muoversi. L'energia che suscita una reazione emotiva che parte dal blocco può provenire sia dall'interno sia dall'esterno della persona. Nella vita quotidiana i blocchi che tratteniamo intorno al nostro dolore sono abbastanza forti da mantenere al proprio posto le nostre difese esterne, come si vede nella Figura 3.4. Ci sono però alcune circostanze che ci turbano tanto da scatenare in noi una reazione. Questo accade quando la coscienza energetica che ci arriva è forte abbastanza da superare la linea di difesa esterna e attaccare la successiva, innescando una reazione emotiva (ER). L'ER poi carica e frammenta il campo energetico della persona, che quindi ripete la sequenza della reazione ne-

gativa trasformandola in una reazione abituale. Quando ciò accade, si crea uno schema comportamentale che si ripete, detto anche “circolo vizioso”, che causa molti problemi nella vita dell’individuo. I concetti di reazione emotiva e di circolo vizioso furono descritti inizialmente da Eva Pierrakos. Bert e Moira Shaw, ideatori del metodo 50/50, li hanno poi chiariti e semplificati proponendo l’idea secondo cui la ferita originaria contiene “sensazioni scomode”. Con il mio lavoro ho introdotto alcuni nuovi aspetti: le dinamiche del campo energetico, ossia ciò che accade nel campo energetico per permettere a un blocco di rimanere al suo posto, gli scambi energetici che avvengono attraverso la reazione emotiva e come imparare a ridirigere energeticamente e a trasformare la reazione emotiva agendo sulle cause a essa sottostanti, risolvendo così il circolo vizioso. Nel Capitolo 4 approfondirò le psicodinamiche di un circolo vizioso. Guardiamo adesso che cosa accade nel campo energetico quando s’innesca una reazione emotiva che entra nel campo.

La Figura 3.6a presenta un blocco nel plesso solare, molto scuro e compatto. La Figura 3.6b mostra come il blocco comincia a muoversi verso l’alto, lungo la corrente energetica verticale. Quando questo accade, il blocco entra sempre più in circolo. La Figura 3.6c mostra il blocco pienamente in circolo. A questo punto, la persona di solito si è completamente arresa all’influenza della visione dualistica della realtà racchiusa nel blocco. Dopo qualche tempo che la persona si trova presa nel circolo vizioso di reazioni emotive e pensieri irrazionali che possono o no essere agiti (cioè diretti verso un’altra persona), il blocco si ferma e ritorna alla posizione abituale nel campo energetico (Figura 3.6d). Sfortunatamente, ogni volta che s’innesca questo tipo di circolo, si aggiunge altra coscienza energetica negativa/dualistica: il blocco si compatta e questo sistema di modi di vedere e di reazioni diventa sempre più abituale.

Libera l’energia creativa eliminando un blocco energetico

La Figura 3.7a mostra che cosa accade quando un operatore durante una sessione di guarigione elimina un blocco come quello della Figura 3.6a. Egli dirige energia nel blocco e il blocco comincia a espandersi. Questo può inizialmente turbare l’operatore, perché sembra che il blocco stia diventando più grande. Dopo qualche momento però si rende conto che il blocco si sta espandendo un po’ mentre si scioglie. Il processo continua, il campo si energizza di più grazie all’operatore e la persona esperisce sensazioni della prima infanzia. Le correnti dell’energia mentale e dell’energia emotiva, prima separate, cominciano a ricongiungersi. La Figura 3.7b mostra il blocco che risale la corrente energetica verticale (VPC) mentre viene rilasciato. Intanto che il blocco continua a viaggiare attraverso i chakra e i livelli del campo energetico, il guaritore aiuta la persona a integrare la coscienza energetica sbloccata ai livelli più alti del campo energetico (Figura 3.7c). L’operatore fa questo continuando a dirigere con cura l’energia ai livelli superiori del campo energetico durante la fase d’espansione dell’energia vitale.

Una volta che la guarigione è completata, molta dell’energia bloccata che era trattenuta nel passato (all’età in cui si era creato il blocco) è ora reintegrata nell’intero campo energetico nel momento presente e si unisce all’energia creativa vitale nell’attuale esistenza della persona. Mentre era intrappolata nel blocco, la coscienza infantile non riusciva a crescere. Adesso è libera di farlo. Occorreranno diverse settimane perché ciò accada. In questo periodo di tempo, l’ego adulto positivo della persona sottoposta a trattamento dovrà occuparsi di rieducare la coscienza infantile non evoluta in modo che possa raggiungere maturità ed equilibrio.

Ricorda che tutti i blocchi sono dualistici; in origine sono stati creati separando la memoria mentale

dall'esperienza sensoriale di una situazione di vita dolorosa. Non appena si crea la fattura si forma il blocco, in cui c'è una minor energia rispetto al campo energetico circostante. Ecco perché non è semplice rimuovere da soli i propri blocchi. La nuova energia integrata dev'essere diretta con attenzione nel blocco per fornirgli un'energia sufficiente a integrare i sentimenti con la memoria. Per effettuare questa guarigione è necessaria una cura amorevole, una focalizzazione costante e la presenza di un operatore bioenergetico.

Grazie all'operatore la porzione di energia creativa che era rimasta intrappolata nella persona viene liberata. Qualunque desiderio creativo rimasto bloccato ora ha l'opportunità di essere realizzato. Inoltre, le caratteristiche che di solito assegniamo solo ai bambini sono adesso integrate nel campo energetico, nel qui e ora. La persona sperimenta meraviglia, esuberanza, semplice piacere, gioia, entusiasmo per la vita, amore e fiducia, adesso, qui, senza che arrivi un inutile e negativo autocontrollo a mandare tutto all'aria. Inoltre prova sollievo perché la paura è notevolmente diminuita. Nel Capitolo 14 vedremo come le energie bloccate si coagulano in quelle che chiamo "capsule del tempo".

Si noti che la Figura 3.7b mostra anche che una piccola parte del blocco è completamente rilasciata dal campo mentre si sposta verso l'alto attraverso la corrente energetica verticale. È l'energia trasformata e ripulita che si era accumulata al quarto livello del campo energetico sotto forma di muco eterico. Si è trasformata in virtù dello spostamento verso l'alto attraverso la corrente energetica verticale.

In aggiunta al flusso naturale che si muove verso l'alto con la corrente energetica verticale, ci sono altri sistemi per rimuovere il muco eterico e trasformarlo. Durante una seduta di guarigione come quella appena descritta, gli operatori possono anche eliminare il muco con l'energia delle mani, trasformarlo in una frequenza più elevata e rilasciarlo nella luce. Chi pratica la

Brennan Healing Science non si limita mai a rimuovere il muco e a gettarlo a terra senza trasformarlo, perché altri potrebbero assorbirlo nel proprio campo energetico. Se qualcuno preferisce rimuoverlo, ripulirlo, trasformarlo nell'energia della Terra e lasciare che scenda in profondità, può comunque andar bene. (La Figura 2.2 mostra un nitido processo creativo dopo che è stato risanato grazie al metodo Brennan Healing Science.)

Rilascia energia creativa per ricreare la vita

Vediamo adesso che cosa accade all'interno del blocco quando viene rilasciato. La Figura 3.8 mostra l'anatomia di un blocco in fase di rilascio. Ricorda che le energie dei pensieri e dei sentimenti sono frammentate all'interno del blocco. La persona, inoltre, ha paura di provare dolore. Una volta che una sufficiente quantità di energia positiva e di sostegno mirata alla guarigione è stata immessa nel blocco, gli intenti divergenti in esso presenti, con le energie creative in contrasto tra loro, si ricongiungono in un'unità che reca in sé l'intenzione positiva di creare. Questo poi favorisce il rilascio dell'intero blocco, incluse le difese, le sensazioni dolorose e le energie creative originarie del nucleo.

Qualunque sia l'attuale disturbo della persona, questo processo favorirà il rilascio delle energie creative originarie trattenute nel blocco, forse per più vite, nel campo energetico del soggetto, al fine di ricreare la sua vita nel modo previsto in origine.

Ecco perché, come alcuni lamentano, è necessario provare dolore. Non è perché l'operatore desidera che la persona soffra: il dolore racchiuso nelle ferite contiene le energie creative rimaste intrappolate necessarie a liberare la vita, così che l'individuo possa creare ciò che vuole. È necessario riconoscere l'immagine che si è

creata intorno alle energie creative intrappolate e comprendere come essa limiti la vita della persona, per poi informarla al riguardo. I risultati valgono lo sforzo.

2. Come si relazionano alle tue esperienze infantili?
3. La tua coscienza infantile non evoluta in quale semplicistica raffigurazione duale della realtà crede?

Capitolo 3 – Autovalutazione.

Alcune domande da porti riguardo al processo creativo bloccato

1. Quali sono le cose che più desideri nella vita e che non sei ancora stato in grado di creare?

4. Ri-crea la tua vita

*Il circolo vizioso della difesa è semplice,
anche se vuole apparire estremamente
complicato.*

*Nel tuo circolo vizioso
puoi recitare ripetutamente le tue molte storie
di vita
che raccontano quanto siano difficili le cose,
come gli schemi della vita si ripetano,
quanto la vita ti faccia soffrire.*

*Puoi recitare ripetutamente in molte situazioni
e inscenare incidenti diversi per provarlo.
I circoli viziosi non sono altro che
forme di difesa
che prendono l'aspetto della vita.
Sono esperienze rigurgitate,
non digerite, non assimilate.*

*Eppure
la vita si muove sempre nell'ignoto.
Ogni momento è nuovo e diverso dall'ultimo.
È il processo di continua co-creazione.*

– HEYOAN

Una prospettiva differente per i blocchi

Dissolvere le illusioni e districare la tua vita è probabilmente l'impresa più difficile che intraprenderai mai. Richiede tempo, sforzo e dedizione, ma ne vale la pena. Imparerai cose di cui ignoravi l'esistenza. Una volta che avrai in-

trapreso questo cammino, riceverai tutto l'aiuto di cui hai bisogno. Anche se a volte non sembra, a lungo andare capirai. A ogni passo che muoverai sulla strada a spirale della guarigione che porta al tuo nucleo, crescerai un po' di più verso quel meraviglioso essere di luce che sei. A ogni passo altri pezzi della tua vita si ricomporranno. Vedrai le cose da una prospettiva più ampia e integrata, simile a un ologramma che include tutti gli aspetti della tua esistenza.

Panoramica sui tre passi essenziali di questo cammino

1. Il primo passo consiste nello sciogliere i blocchi che si sono creati a partire da energia, convinzioni e difese dualistiche. Questi blocchi sono alla base degli abituali cicli di dolore che creiamo per noi stessi.
2. Il secondo passo richiede che sostituiamo le voci interiorizzate e negative di quello che viene chiamato "super-ego" con un ego adulto, saggio e amorevole. Con i nostri super-ego ci criticiamo invece di incoraggiarci a migliorare.
3. Il terzo aspetto, che sarà illustrato nel capitolo successivo, consiste nel rieducare le credenze dualistiche sostituendole con convinzioni realistiche ed equilibrate che io definisco "concetti unitivi". Essi saranno la solida base su cui costruire una nuova vita.

Come la costruzione dei blocchi complica la vita

Condizioni preesistenti alla vita. Nel capitolo precedente abbiamo visto come i blocchi si formino quando qualcosa ci spaventa. Adesso spiegherò come si creano mentre procediamo nella vita. Tu vieni al mondo con alcune condizioni preesistenti in te stesso e nel tuo HECS (Sistema di coscienza energetica). Possiamo chiamare queste condizioni “tendenze”.

La creazione dei blocchi nell’utero

T’incarni in una forma fisica con alcune tendenze preesistenti. Sei connesso al tuo corpo fisico attraverso il continuo sviluppo all’interno del grembo materno. Dal momento stesso del concepimento, cominci a sentire l’impatto del mondo. Le tue tendenze influiranno su come reagirai a questi impatti. Tutto il tuo mondo è costituito dall’utero e dal corpo fisico di tua madre; tutto ciò che lei prova ha un’influenza su di te.

Puoi sentire i suoni dentro e intorno a lei: il battito del cuore, le reazioni fisiologiche e i processi biochimici. A un certo punto della tua crescita nell’utero, comincerai a vedere. Ho assistito a un video che riprendeva un feto nel momento in cui veniva inserito nell’utero l’ago per l’amniocentesi: nel momento in cui l’ago entrava, il feto girava la testa per guardarlo e lo afferrava con la mano. Il dottor David Chamberlain, che per anni ha studiato i bambini nell’utero, ha molte storie simili da raccontare: per esempio ha visto gemelli giocare tra loro nell’utero. Una storia che amo particolarmente racconta di due gemelli cui piaceva scambiarsi dei baci attraverso le membrane dei rispettivi sacchi amniotici. Dopo la nascita, quando erano diventati abbastanza grandi da stare da soli in giardino, rimisero in scena lo stesso gioco, scambiandosi dei baci

attraverso il velo sottile delle lenzuola lavate di fresco e stese ad asciugare.

Come si creano i blocchi subito dopo la nascita

Nel momento della nascita, il campo energetico del bambino è esposto per la prima volta al campo energetico universale (UEF) che è esterno al campo energetico della madre. Il campo energetico del bambino entra in tensione a ogni esperienza e si espande nel corso della vita. A ogni impatto con il campo “esterno” (UEF), il bambino si allerta, aggiunge nuovi colori e nuove forme, e poi si rilassa. L’HEF del bambino risente inoltre del campo energetico di ogni membro della famiglia.

Quando il piccolo sente che i genitori soffrono, prima di tutto cerca di allontanare il dolore, di guarirlo, perché non ha ancora sviluppato un vero e proprio sistema di difesa. Il bambino ama i propri genitori e vuole aiutarli. Crescendo diventa ancora più sensibile alle problematiche e alle distorsioni della famiglia.

La creazione di blocchi durante l’infanzia e dopo

I bambini, crescendo, imparano schemi di difesa per fermare il dolore che li colpisce fin da quando sono molto piccoli. Inoltre diventano più attivi e, grazie alla loro curiosità, comunicano di più. Verso i due o tre anni si sono già sentiti ripetere la parola “no” all’incirca 60.000 volte.

I sistemi di difesa cominciano a stabilirsi non solo come protezione dall’impatto diretto delle esperienze dolorose, ma anche per manipolare il mondo così da ottenere ciò che vogliono. I tipi di sistemi difensivi che i bambini creano sono quelli che funzionano nella struttura familiare

in cui crescono. Imparano ad armonizzarsi con le tradizioni familiari che di solito si tramandano in modo inconscio: imparano cioè a fare qualunque cosa funzioni. Sfortunatamente tutti i sistemi difensivi sono dualistici.

E sfortunatamente questo significa che i bambini avranno bisogno di frammentare la propria coscienza energetica diventando dualistici.

Per ogni esperienza dolorosa imparano a comprimere il dolore nel profondo della ferita. La ferita è coperta dalla difesa e diventa un blocco nel campo energetico. Esperienze dolorose ricorrenti si uniscono insieme secondo il principio per cui “il simile attrae il simile”. I blocchi e le difese si rafforzano e la vita continua, il campo energetico diventa più confuso. In questa maniera sviluppiamo “circoli viziosi” attraverso cui rimettiamo in circolo la nostra sofferenza, ri-creando esperienze simili che producono ancora più blocchi nel campo energetico. Per esempio, i bambini che si sentono abbandonati, da adulti possono continuare ad attrarre situazioni in cui vengono abbandonati. I bambini vittime di abusi da adulti possono attrarre situazioni in cui sono abusati o maltrattati. Probabilmente anche tu puoi trovare qualche esempio di questo nella tua vita e nella tua infanzia. Il sistema di convinzioni dualistiche sottostante può essere qualcosa del tipo: “Sono cattivo.”

Il circolo vizioso di disperazione, rassegnazione e perdita della capacità di affermazione

Procediamo con l'indagine sui circoli viziosi – compreso il concetto di reazione emotiva associato.

Grovigli. I blocchi creano grovigli che danno origine a circoli viziosi in cui viene ri-creata la sofferenza che ci tiene intrappolati, rendendoci

incapaci di creare ciò che vogliamo nelle nostre vite. Qui presento alcune semplici idee di base a proposito dei circoli viziosi.

Tutti noi creiamo circoli viziosi di esperienze dolorose nelle nostre vite perché non siamo integri. La scarsa conoscenza di noi stessi, la mancanza di amore per noi stessi, il fraintendimento su come l'universo/il divino crea per nostro tramite dà origine alla nostra sofferenza. Tutti noi soffriamo a causa delle nostre convinzioni sbagliate e a causa degli erronei sistemi di convinzioni sulla realtà a partire dai quali creiamo le nostre vite. A questi aggiungiamo altro dolore quando ci proteggiamo per evitare di provare la sofferenza originaria delle ferite della prima infanzia. A dir la verità sono le nostre difese a farci soffrire, più delle vecchie ferite.

Noi ri-creiamo di continuo circoli viziosi di dolore che ci impediscono ogni volta di manifestare la vita che vogliamo. Questo tipo di sofferenza è chiamata “dolore tenace” perché c'irrigidiamo e opponiamo resistenza al dolore originario e alla disperazione racchiusi nelle nostre ferite. Se sappiamo come si formano i circoli viziosi, è più facile comprendere gli stati psicologici che attraversiamo quando cadiamo in uno di essi. Grazie a questa comprensione, possiamo trovare un sistema per interrompere i circoli viziosi e imparare a creare la vita che vogliamo.

Per prima cosa, vedremo come si forma un circolo vizioso. Poi, nel paragrafo successivo, prenderemo in esame come sia possibile interrompere il circolo vizioso e uscirne per ricreare la vita.

La struttura del circolo vizioso

La condizione del nostro essere varia di giorno in giorno. A volte siamo più centrati su noi stessi e viviamo con un grado maggiore d'integrità; altre volte siamo più separati dal nostro nucleo e più lontani dall'integrità. Possiamo

guardare a questa difesa esterna come a un tipo di omeostasi o, più accuratamente, a uno stato di *omeostasi sbilanciata*. Utilizzo questi termini perché tutti noi stiamo percorrendo un sentiero di guarigione che conduce al nostro nucleo e alla nostra integrità. Tutti noi, in qualche modo, abbiamo situazioni di squilibrio, però possiamo vivere la nostra vita con molto amore. È così semplice.

*Se sei in un corpo fisico,
hai del lavoro da compiere.*

Osservando la nostra esistenza da una prospettiva più ampia, possiamo vedere come anche il nostro stile di vita sia parte di un'omeostasi sbilanciata. In una certa misura, tutti noi tendiamo a evitare situazioni che ci spaventano e ci mettono alla prova. L'omeostasi sbilanciata è la condizione in cui generalmente viviamo. È la condizione umana del presente.

Come mostra il grafico della Figura 4.1, il circolo vizioso è il loop psicologico in cui rimaniamo intrappolati quando cerchiamo di difendere le nostre ferite. Giriamo intorno alla ferita senza mai guarirla e aggiungiamo al blocco altro dolore tenace. Un circolo vizioso si sviluppa in quattro momenti principali, facilmente riconoscibili:

Momento 1 = Prima linea di difesa = Omeostasi sbilanciata

Momento 2 = Seconda linea di difesa = Reazioni emotive e irrazionali

Momento 3 = Terza linea di difesa = Dolore tenace che continui a ri-creare

Momento 4 = Ritorno all'omeostasi sbilanciata

Analizziamo questi momenti più nel dettaglio.

Momento 1 del circolo vizioso. L'energia impatta il tuo sistema di corrente energetica umana (HECS). Può arrivare dall'esterno o dall'interno:

1. Dall'esterno dell'HECS: proviene da una persona importante per te, come un amico, il tuo capo o qualcuno che dice o fa qualcosa che innesca il tuo sistema difensivo.
2. Dall'interno dell'HECS: proviene da esperienze come un brutto sogno, una ferita accidentale che ci procuriamo da soli, una malattia o solo una brutta giornata.

Questo stimolo energetico penetra nel primo livello di difesa e perturba la tua omeostasi naturalmente sbilanciata.

Momento 2 del circolo vizioso. L'energia, che ha superato la prima linea difensiva che hai costruito intorno alla ferita, colpisce il livello difensivo successivo che di conseguenza produrrà una reazione emotiva o una reazione irrazionale. Entrambe sono dualistiche e parte del tuo sistema di difesa.

La differenza tra reazioni e risposte alla vita. Per spiegare il comportamento umano in termini di reazioni o di risposte alla vita, noi usiamo le espressioni "risposte razionali" e "risposte sensoriali" in riferimento al nostro agire nella realtà data la situazione presente. In altre parole, la nostra coscienza energetica fluisce liberamente. Non è frammentata né bloccata.

Dall'altro lato, usiamo i termini reazioni emotive (ER) e reazioni irrazionali (IR) per riferirci al nostro non essere nella realtà riguardo all'attuale situazione. Quando non siamo nella realtà in riferimento a una situazione di vita che si verifica nel presente, reagiamo a questa irrazionalmente o emotivamente. In questo caso ricadiamo nel

passato e agiamo come se il passato si verificasse in quel momento. Abbiamo attivato il secondo livello del nostro sistema di difesa, bloccando e frammentando la nostra coscienza energetica, e siamo nella dualità. Per di più, le nostre reazioni emotive sono irrazionali e tutte le reazioni irrazionali sono emotive. Per questo motivo, quando parlo delle nostre reazioni, per semplificare la comunicazione, le chiamo ER/IR.

Le nostre ER/IR si basano sul sistema di convinzioni della coscienza non evoluta infantile e si comportano come se il passato fosse in corso. Aggiungo ancora due punti sulla reazione ER/IR:

1. Queste reazioni sono dualistiche. Ciò significa che l'energia delle sensazioni è separata da quella mentale.
2. Chi le mette in atto non si assume la responsabilità di ciò che accade. Si limita a incolpare gli altri e a pretendere aiuto da loro.

Anatomia di un'ER/IR

1. Un'ER/IR può essere innescata sia da un fattore interno sia da un fattore esterno.
2. Un'ER/IR non ha niente a che vedere con la "situazione presente" nel mondo "esterno".
3. La persona, la situazione o l'evento è visto come la causa dell'ER/IR su cui l'ER/IR si trasferisce.
4. Un'ER/IR non è obiettiva.
5. È impossibile intrattenere una comunicazione obiettiva con una persona travolta da un'ER/IR.
6. Esprimere direttamente un'ER/IR verso la persona cui si attribuisce la colpa può ferirla.

7. Chiedere all'altra persona di ascoltare ciò che diciamo mentre stiamo avendo un'ER/IR significa chiederle di comprendere che cosa ci sia di vero nelle nostre affermazioni mentre al tempo stesso la feriamo.

Momento 3 del circolo vizioso. Se continuiamo a incolpare gli altri e a pretendere che siano loro a risolvere la situazione, ricadremo nel dolore tenace, ossia in una situazione d'impotenza e disperazione. È così perché in questo modo attribuiamo e cediamo all'altro il potere di creare la vita che vogliamo. Di conseguenza, ci priviamo del nostro potere rinunciando al libero arbitrio e alla energia creativa che cediamo all'altro mentre cerchiamo di attribuirgli la responsabilità della nostra vita. Dici a te stesso: "Oh no! Ancora! Sapevo che sarebbe successo!". Ecco perché questa situazione è senza speranza. Non ha importanza quanto incolpi gli altri per ciò che è la tua vita né con quanta forza chiedi che ti sia dato qualcosa, non funzionerà. Sentirai quanto la situazione è disperata. Ma non è *la* situazione, è la *tua* situazione, perché sei tu a fare in modo che sia così, non *loro*. Non puoi modificare la tua vita facendo cambiare gli altri. Sei tu a dover cambiare.

Momento 4 del circolo vizioso. Se non comprendi che sei tu la persona che deve cambiare e non impari come farlo, dopo un'interazione dolorosa o dopo uno scontro con una persona per te significativa, e dopo che si sarà aggiunto altro dolore alla tua ferita, l'ER/IR si calmerà e tornerai nuovamente al primo momento del circolo vizioso, all'omeostasi sbilanciata. Sfortunatamente, questo processo rafforza il sentiero energetico della reazione nel tuo campo. La coscienza energetica del circolo vizioso ne esce rinnovata e questo rende più probabile che la reazione negativa possa verificarsi di nuovo, considerato che noi siamo creature abitudinarie.

Più ripetiamo la reazione del nostro circolo vizioso, più facilmente ricadremo in esso.

Interrompi il circolo vizioso

È molto difficile interrompere il circolo vizioso sul nascere. Entri in un regno sconosciuto e ti è richiesto di accettare la paura dell'ignoto e di sperimentare la disperazione e l'impotenza contro cui lotti da sempre. Quando interrompiamo il circolo, ci spostiamo nella libertà di una vita creativa e amorevole. Occorre coraggio per fronteggiare il terrore dell'ignoto e la paura del dolore. Eppure, una volta che sperimentiamo il dolore, tutto cambia.

Una volta che abbiamo imparato come interrompere il processo dei nostri circoli viziosi e ci siamo abituati a farlo, i risultati sono magnifici. Rilasciamo la nostra energia d'amore creativa che era rimasta intrappolata nella ferita e all'interno del blocco. Quando interrompiamo un circolo vizioso, creiamo un nuovo stile di vita che si sviluppa a spirale intorno al nostro nucleo. A ogni spirale rilasciamo una quantità sempre maggiore di energia d'amore creativa. *A ogni spirale impariamo ad arrenderci al "lieve dolore" delle antiche ferite. A ogni spirale impariamo ad affrontare le paure che bloccano il nostro cammino interiore verso il nucleo. Ognuno di noi è libero di scegliere: da un lato c'è il dolore lieve, dall'altro una vita intera in cui ri-creiamo il dolore tenace, la disperazione, la perdita della capacità di autoaffermazione e l'incapacità di creare una vita sana e piena.*

Sono necessari comprensione, sforzo, fede e una pratica dedicata per interrompere il circolo vizioso, ma più t'impegni su questa strada, più diventa facile. La Figura 4.2 mostra l'interruzione del circolo vizioso come risposta a una situazione che innesca il nostro sistema difensivo. In questa figura è illustrata la scelta consapevole di muovere a spirale verso l'interno, per rilascia-

re il dolore delle vecchie ferite invece di reagire allo stimolo con un'ER/IR.

Per interrompere il circolo vizioso, ci sono passi specifici da compiere. Adesso guardiamo più in dettaglio che cosa possiamo fare per ognuno di questi.

I passi per interrompere il circolo vizioso

1. Il primo passo è allineare l'intenzione all'obiettivo della guarigione e imparare a riconoscere che stiamo avendo un'ER/IR. Imparare a riconoscere quando s'innesca un'ER/IR e a gestirla è essenziale per la crescita personale.

Alcune chiavi per ricordarci di farlo sono:

- a. La tua attenzione è all'esterno, diretta verso l'altra persona, non rivolta all'interno, verso di te e verso il processo interiore che è la vera causa della situazione. Imparare a gestire un'ER/IR significa capire come dirigere la propria intenzione all'interno invece che all'esterno. È necessario separare l'energia di un'ER/IR dalla persona che suscita in noi l'ER/IR.
 - b. Incolpiamo gli altri e chiediamo che cambino in qualche modo.
 - c. Abbiamo rinunciato al nostro potere. Crediamo che, se gli altri cambieranno, la nostra vita si sistemerà. Ma la nostra vita si sistema solo quando siamo noi a cambiare.
 - d. Il circolo vizioso continuerà fino a quando non cambieremo, assumendoci la responsabilità della nostra vita.
2. La persona che ha un'ER/IR ne è responsabile. Riconosci che, attraverso l'ER/IR,

stai esprimendo la tua coscienza infantile non evoluta.

3. Un modo per interrompere ogni circolo vizioso abituale in cui ricadono le tue relazioni con le persone che sono per te importanti consiste nel non cercare di mantenere il coinvolgimento quando stai vivendo un'ER/IR. Funziona raramente. Raccogli la forza necessaria per ammettere che stai vivendo un'ER/IR e semplicemente ponile fine. Interrompi la comunicazione. Trova o stabilisci un sistema per segnalarlo all'altro. Poi chiudi e allontanati. È molto importante che tu stabilisca un segnale in anticipo e trovi un accordo con l'altra persona per evitare che la situazione degeneri, come spesso accade quando si litiga. Ci vuole pratica. Più fai pratica, meglio è. Arriverai al punto di poterlo fare *prima* di lasciarti coinvolgere in un'ER/IR. Per esempio, se stai per avere un'ER/IR, prova a dire una di queste frasi o concordate insieme una frase che funzioni per entrambi, come per esempio:

- a. "Sto per avere un'ER. Adesso ho bisogno di allontanarmi, ma tornerò!"
- b. "Sto avendo un'ER. Ho bisogno di un po' di spazio, ci vediamo dopo."
- c. "Ho bisogno di un po' di tempo per tornare padrone di me."

Ciò ti evita di dire cose che non avresti voluto dire e ti permette di non creare altro dolore, sia a te sia all'altra persona. Ecco perché è importante parlare in anticipo con la persona che ami e concordare un modo che vada bene per entrambi per interrompere il ciclo.

4. Ci sono un paio di altre cose fondamentali da imparare quando siamo coinvolti in una discussione. Richiedono un po' di pratica e un accordo con l'altra persona, ma ne vale la pena.

- a. Prima di tutto, non bloccare mai la porta d'ingresso, perché questo gesto potrebbe far sentire in trappola e spaventare l'altro.
- b. Non prendere in mano nessun oggetto. Anche questo può spaventare l'altra persona, che può trovarsi in uno stato di coscienza non evoluto e fare in automatico un'associazione negativa che ha radici nella sua infanzia riguardo a ciò che farai con l'oggetto in questione.
- c. Qualunque cosa tu stia cercando di ottenere in quel momento, rinunciaci. Convinciti che ne riparlerete quando sarete entrambi più centrati e tranquilli.
- d. Se ti vengono dette cose che ti feriscono, concediti di sentire il dolore antico che rievocano. Se dici qualcosa che fa male ad altri, ascolta il dolore che hai provocato. Scusati con te stesso e con l'altra persona. Da quale antico dolore stavi cercando di difenderti quando hai detto quelle cose? Ammetti con l'altro che era la tua coscienza non evoluta a parlare, e perdonati.
- e. Questo metodo ti aiuta a sviluppare un ego adulto e amorevole con cui potrai fare scelte di vita come queste.

Quando fermi il circolo vizioso in cui ti focalizzi all'esterno sull'altro e ti rivolgi invece all'interno, se ti trovi in una situazione adatta in cui puoi prenderti il tempo di immergerti in una guarigione profonda, allora puoi decidere di farlo. Se non riesci, puoi servirti del tuo ego adulto per disconnetterti dalla situazione complicata generata dall'ER/IR e scegliere di dedicarti ad altro per un po'. Occorrono pratica e conoscenza per non dar vita a un'altra reazione emotiva. Se hai il tempo e lo spazio per un'auto-guarigione, ecco che cosa puoi fare. Porta l'attenzione all'origine del problema, che

sono le energie dualistiche racchiuse nella ferita. Mentre t'immergi nel dolore racchiuso nella ferita e le energie dualistiche si riuniscono, il dolore si attenuerà perché hai compiuto un passo verso una prospettiva olistica. Quando dirigiamo l'attenzione all'interno e sentiamo la paura, la rabbia e il male del dolore racchiusi nella ferita, vuol dire che stiamo guarendo. È il dolore che abbiamo sperimentato da piccoli, in un periodo in cui eravamo troppo impotenti per cambiare la situazione. Da bambini è stato devastante. Adesso possiamo tollerare di sentirci impotenti. È un sollievo vivere ciò che è stato, riconoscerne la verità, provare amore per noi stessi e rilasciare il dolore che abbiamo trattenuto nel profondo, forse per molte vite.

5. Insieme al dolore, rilasciamo l'originale intento creativo: le nostre energie creative essenziali adesso possono giocare un ruolo nel ri-creare la nostra vita. Il nostro campo energetico comincerà a splendere grazie alle nuove energie. Ci sentiremo immediatamente più giovani. La nostra pelle sarà più radiosa. L'integrazione delle energie essenziali richiederà qualche tempo. È un processo continuo.
6. Durante questa esperienza e in seguito, per diverse settimane, capirai meglio l'immagine che avevi creato, i tuoi sistemi di convinzione, comprenderai perché hai agito in un certo modo per difenderti e qual è la verità.
7. Occorre qualche tempo per educare la coscienza infantile che adesso è rilasciata nel nostro campo energetico e nella nostra vita.
8. Sviluppare un ego positivo adulto è importante anche per educare la coscienza infantile che è stata rilasciata. Per far questo, è necessario prima di tutto riconoscere qual è la versione di ego adulto che ha la tua

coscienza infantile, chiamata super-ego, e che è l'autorità negativa che non si dimostra gentile con te, come quando da piccolo ti dicevano che se facevi una determinata cosa eri "cattivo!". Perché? Pensa a quando avevi sei o sette anni e volevi uscire a giocare oppure a quando hai visto il mare per la prima volta e sei corso a riva per tuffarti. Pensa a come si sente un bambino di sei o sette anni quando i genitori lo sgridano urlando, mentre provano a impedirgli di farsi male, intanto che lui è lanciato in direzione del mare. O quando un genitore esige che il bambino ferito smetta di piangere. La voce del genitore è forte, severa, arrabbiata e preoccupata al tempo stesso. Dice cose come: "Chi ti credi di essere?" "Comportati bene" "Stai attento, non metterti in pericolo" "Piagnucolone!" o "I ragazzi non piangono."

Adesso, prova a essere il bambino che eri in una simile situazione. Com'è l'energia che senti? Quali sono le parole che rivolgi a te stesso ogni volta che ti rimproveri per qualcosa che hai fatto, non hai fatto o volevi fare? Cosa percepisci? Non è una bella voce, vero? Quindi è molto probabile che tu ti stia trattando peggio di quanto facessero i tuoi genitori. È importante imparare ad ascoltare il tuo super-ego. Ecco cosa dice Heyoan a proposito:

Il super-ego

Il super-ego è la voce che hai interiorizzato a partire dalla paura infantile dell'autorità.

*Tu hai creato il tuo super-ego
come un bambino,
quando pensavi e comprendevi la realtà
come un bambino.*

*Per questo il tuo super-ego
ha la stessa età che avevi quando
lo hai creato.*

*Il super-ego cerca di tenerti al sicuro
in un mondo
che le autorità della tua infanzia
consideravano pericoloso.
Hai accettato queste voci
e hai creato un super-ego per te stesso
che presumi ti possa utilmente guidare.*

*Ripensaci!
Che cosa ti dice l'autorità negativa
che hai interiorizzato
nella coscienza infantile immatura?
Nota quanto spesso usa autocritiche
negative.*

*L'autocritica è la resistenza
al lieve dolore
di rimpiangere la scelta di un momento
di allontanarti dall'unità.*

*Impara a riconoscere il linguaggio
del super-ego.
È un linguaggio duale.*

*Il super-ego è la parte che ti giudica.
È la parte che non accetta
le esperienze dolorose in questa vita.
Non accetta i tuoi errori
e te li rinfaccia, uno a uno.
Non ha nemmeno rispetto
del tuo percorso di apprendimento
e non ti dà il tempo né lo spazio
per imparare.*

*Considera che potresti
non aver bisogno
di questo intero costrutto
di autorità critica che è in te.*

*Il tuo super-ego ti ha convinto
che hai bisogno di essere rimproverato
per comportarti bene.
Ma ci credi veramente?*

*Invece di rimproverarti,
pensa che qualunque tua preoccupazione
è correlata a un bisogno personale
che non hai ancora imparato a soddisfare.
Il super-ego limita il tuo apprendimento
rimproverandoti per la tua situazione
di squilibrio.*

I compiti di Heyoan per esplorare il super-ego.

1. *Quale ruolo gioca il super-ego nella tua condizione di squilibrio?*
2. *Come ti rimproveri nella tua situazione di squilibrio?*
3. *Quali sono i bisogni personali che non hai ancora imparato a soddisfare?*
4. *In che modo i tuoi bisogni non soddisfatti sono in relazione con i rimproveri del super-ego?*

Sviluppa un ego adulto positivo per gestire i tuoi problemi con l'autorità

Dal momento che il super-ego è la nostra voce critica interiore ed è una risposta all'autorità da parte della nostra coscienza infantile, è importante sostituire il super-ego con un ego positivo, ossia adulto. La formazione di un ego adulto è necessaria per la salute e per il benessere personale. Un ego adulto è equilibrato, maturo, gentile, amorevole e forte. Con un ego adulto è possibile ottenere risultati pratici e stabilire confini che siano allineati con lo scopo della nostra vita. Un ego adulto regola le libere scelte con cui viviamo. Per sviluppare un ego adulto positivo è molto utile avere un buon modello. Scegli una persona che sia decisamente gentile, serena e ferma e osserva come gestisce le interazioni con gli altri, soprattutto con i suoi subordinati. Osserva come si comporta e fai pratica. Puoi anche chiederle di spiegarti quale tipo di autorità ha avuto accanto nella vita, durante la crescita, che l'ha aiutata a diventare grande. L'onestà, la gentilezza, una

dolce fermezza e una considerazione personale positiva per se stessi e per gli altri sono importanti. Osservati nelle situazioni, soprattutto rispetto all'autorità.

1. Come reagisci o rispondi all'autorità?
2. Osservati nelle situazioni in cui trovi difficile essere gentile con te stesso.
3. Ti è difficile essere gentile anche con gli altri in questo tipo di situazioni?

Se è così, probabilmente sei intrappolato in una credenza negativa e stai attraversando il circolo vizioso che ruota intorno a una vecchia ferita. Indaga su questo circolo vizioso. Cerca di capire quale ferita è correlata alla situazione. Abbandonati al dolore e sperimentalo. Quando proverai il dolore, capirai che nei tuoi primi anni di vita l'autorità ti ha trattato in maniera simile a come tu tratti te stesso e gli altri. In che modo la tua autorità negativa interiore ti impedisce di sentire l'antico e lieve dolore della tua ferita? Adesso prova a fare questo:

*Cerca di essere gentile con te stesso
in situazioni che suscitano in te una paura
che deriva dalle prime ferite subite.*

È importante soprattutto comprendere che cosa un'autorità positiva fa per te, e di conseguenza sviluppare un ego adulto positivo. Ecco alcune cose che Heyoan ha detto a proposito di come viene gestita l'autorità sulla Terra:

Autorità e libero arbitrio

*Nel vostro mondo terreno,
l'autorità è gestita davvero male,
come potete vedere ovunque nel Pianeta.*

*In alcuni Paesi chi disobbedisce all'"autorità"
va incontro a pene severe.
Ovviamente l'autorità*

*genera rabbia quando interferisce
con il diritto del libero arbitrio
che viene dal Cielo.*

*L'uso del libero arbitrio
è distorto a causa dei vostri problemi
con l'autorità.
Osserva l'autorità che è dentro di te
e che regola il tuo libero arbitrio.*

*Come scegli di usare il libero arbitrio?
La tua autorità interiore regola
il tuo libero arbitrio in maniera gentile
e rispettosa?*

*Dentro di te c'è un'autorità condiscendente
che ti lascia il tempo e lo spazio
per centrarti su te stesso
al fine di trovare la tua verità?*

*Dentro di te c'è un'autorità gentile
e amorevole
che ti permette di vivere la vita che desideri
nell'estasi e nell'amore?*

*Dentro di te c'è un'autorità gentile
e accogliente
che ti ricorda di amare e di accettare te stesso
proprio come sei?*

*Dentro di te c'è spazio
per essere e per crescere
diventando la deliziosa creatura che sei,
per lasciare che questa deliziosa creatura
si esprima?*

*Permetti a te stesso
di esternare il tuo amore, i tuoi dubbi
e la tua energia creativa?*

Il compito di un ego adulto

*Il compito di un ego adulto
consiste nell'aver fiducia nell'essere interiore
e nella sua energia vitale creativa
e nel dirigere la consapevolezza cosciente
di una persona
verso quell'essere interiore
per imparare che cos'è l'unità.*

Heyoan dice che, una volta compreso il funzionamento del processo creativo, il compito principale dell'ego adulto è utilizzare il libero arbitrio di origine divina per fare scelte sane basate sull'integrità, sulla fiducia e sulla verità. Questo include tutte le scelte che compi ogni minuto, ogni giorno, ogni anno, ogni vita.

Vedi quanto è importante sviluppare un ego adulto gentile e sano? Ogni scelta che facciamo implica l'uso della nostra energia creativa d'amore ed è profondamente connessa al nostro stile di vita. Le scelte dualistiche invece frammentano le energie creative facendoci perdere parte del nostro potere. Da ciò derivano distacco, separazione, sfiducia e sofferenza. Al contrario, ogni scelta che si basa sul principio d'integrità fa crescere le abilità creative e noi generiamo contatto, connessione e comunione da cui derivano amore, gioia e rispetto per noi stessi.

Nel prossimo capitolo presenterò alcune trascrizioni editate dei messaggi che ho canalizzato da Heyoan riguardo ad alcuni dei concetti e dei principi unitivi che lui ha insegnato negli anni. Sono un valido aiuto per costruire una base su cui creare la vita che vogliamo.

Capitolo 4 – Autovalutazione. Alcune domande che puoi porti riguardo ai tuoi nodi irrisolti

1. Elenca quali potrebbero essere le condizioni preesistenti alla tua vita.
2. Esplora ed elenca quali possono essere i blocchi che si sono creati mentre eri nell'utero. Quali erano le condizioni di vita di tua madre e la sua relazione con tuo padre quando eri nell'utero?
3. Esplora ed elenca quali possono essere i blocchi che si sono creati subito dopo la tua nascita. Se non sai come vivevano i tuoi genitori e ti è possibile farlo, domandaglielo.
4. Traccia ed elenca quali blocchi si sono creati nella tua infanzia. Guarda le foto di quando eri piccolo. Che cosa vedi?
5. Esplora i ricordi dolorosi che risalgono alla tua prima infanzia. Quali tipi di blocchi hai creato allora?
6. Studia il circolo vizioso e la sua struttura. Come ti sposti nei quattro momenti base del tuo circolo vizioso? Cerca di comprendere in quale di questi momenti rimani intrappolato.

5. Strumenti per ri-creare la tua vita

Concetti olistici

Canalizzo gli insegnamenti di Heyoan fin dai primi anni Ottanta. Il materiale di queste lezioni è presentato in forma poetica, non lineare ed è diventato la base spirituale della Brennan Healing Science. Esso fornisce nuovi e ampi concetti spirituali olistici che mettono in discussione il nostro modo di considerare le realtà spirituali e le dottrine religiose, oltre alla nostra vita fisica. Heyoan usa le parole – sia in prosa sia in versi – in una maniera molto personale, per aiutarci a uscire dalla stagnante realtà dualistica e ri-creare le nostre vite incorporando al loro interno il pensiero olistico. Talvolta ci sfida, proponendoci modi di essere provocatori, che possono anche infrangere alcuni tabù rispetto a noi stessi e agli altri. Heyoan c’insegna a guardarci e a fare esperienza della vita da una prospettiva più ampia.

In questo capitolo e nel Capitolo 19, ho incluso alcuni importanti insegnamenti di Heyoan, nella forma in cui sono presentati agli allievi della mia scuola. Le parole seguono la prospettiva del mondo spirituale e sono dirette personalmente a noi. Quando canalizzo le lezioni di Heyoan, lo vedo insieme a un gruppo di guide che si definisce “Consiglio di Luce”. A volte si riuniscono intorno a un tavolo, sulla destra della scena, a sfogliare alcune carte, come se si stessero preparando per la lezione che vogliono trasmettere per mio tramite. A volte Heyoan non si presenta come l’ideatore della lezione; non dice “Io ti dico questo”, ma: “Noi ti diciamo questo.”

Rispetto al materiale che sto per presentare, Heyoan ci ha trasmesso una gran mole d’informazioni sul Sistema della coscienza energetica umana attraverso cui si sviluppa il processo creativo, come descritto nel Capitolo 2. I prossimi insegnamenti sono descrizioni dei risultati di esperienze personali psicologiche e spirituali che avvengono durante il processo. Heyoan ci guida a comprendere come lavorare amorevolmente su ciò che blocca il nostro flusso creativo: ferite, circoli viziosi, reazioni emotive, voci interne e super-ego. Rimossi questi blocchi, siamo liberi di sperimentare il piacere e l’amore che nascono quando seguiamo l’energia creativa che sorge spontanea dal nostro nucleo.

Come si formano le ferite e le difese nella vita

Da giovane sei privo di difese, anche se gli adulti spesso non lo capiscono. In quel periodo dell’esistenza l’energia vitale che scorre in te è molto vivida e il tuo corpo la segue. Salti, ridi, gridi e disturbi gli adulti. Disturbi lo status quo. Disturbi la tradizione. Disturbi le persone. Non ti comporti come ci si aspetta. Una voce, con tono di rimprovero, t’insegna come devi agire: ti dice di stare tranquillo o che ciò che stai facendo è sbagliato. Il bambino molto piccolo non conosce la differenza tra fare qualcosa nel modo sbagliato ed essere sbagliato o compiere un’azione in cui c’è qualcosa di sbagliato. Per questo, quando l’adulto cerca d’insegnare a un bambino come parlare, come sedersi a tavola e altro, la co-

scienza infantile filtra questo tipo di frasi: “Sono sbagliato. Sono cattivo. Non sono abbastanza. Non ce n'è abbastanza per me. Tutto è perfetto e io devo essere perfetto.” Il bambino quindi vive ai margini di se stesso, cercando di comportarsi bene. Ma poi cosa accade? Dov'è l'energia vitale? È ancora lì. L'energia con cui crei la vita rimane intrappolata nelle manovre difensive e nelle conclusioni negative del bambino.

Il circolo vizioso

Molte volte può sembrare che nella vita non ci sia libertà di scelta. Sembra che tutte le tradizioni, la formazione, l'istruzione, le pratiche religiose e l'educazione abbiano creato una forma tua che ti è impossibile cambiare. Ma non appena impari quali sono i semplici passi necessari a cambiare, il solo scegliere di provare il dolore antico invece che proteggerti da questo trasforma la tua vita in un chiaro sentiero spirituale da percorrere.

Il circolo vizioso della difesa è semplice, anche se vuole apparire estremamente complicato. Nel circolo vizioso puoi continuare a recitare le tue molte storie di vita che raccontano quanto siano difficili le cose, come gli schemi di vita si ripetano, quanto la vita ti faccia soffrire. Puoi recitare ripetutamente in molte situazioni e inscenare incidenti diversi per provarlo.

*I circoli viziosi non sono altro
che forme di difesa
che prendono l'aspetto della vita.
Sono esperienze rigurgitate,
non digerite, non assimilate.*

*Eppure
la vita si muove sempre nell'ignoto.
Ogni momento è nuovo e diverso
dall'ultimo.
È il processo di continua co-creazione.*

Tutte le tue difese sono ideate per tenerti prigioniero in circoli viziosi che evitano la vera soluzione, ossia provare il dolore originario per entrare in una spirale di guarigione che rilascia l'energia creativa intrappolata dentro di te e che cambia la tua vita.

Utilizza tutto ciò che hai imparato per tranquillizzarti ed essere centrato nel presente. Individua il momento in cui passi repentinamente da una prospettiva olistica alla dualità. Puoi imparare a riconoscerlo. Dagli un nome, così ti diventerà familiare. Quello è l'attimo in cui cadi nel tempo lineare e nello spazio tridimensionale dei traumi. Quando sai come riconoscerlo, puoi imparare a scegliere con intenzione chiara a non identificarti nella dualità. Potrai osservare la tua identità da una prospettiva olistica e immergerti nel processo sempre illuminante della co-creazione che parte dal tuo centro divino, dal tuo nucleo.

Questo, miei cari, è il processo dell'illuminazione, o del risveglio. È il risveglio al momento presente, che è qui e ora, sempre, oltre le limitazioni del cosiddetto continuum spazio-temporale.

*Considera la possibilità di un futuro sempre
illuminante, che in realtà è il cammino
sempre illuminante verso te stesso.
È un cammino nella luce e nella sorgente
della vita e della creazione che sono in te.*

Sperimenta i cicli di guarigione creativa

*Non è così facile imparare
a sperimentare questi cicli,
ma è benefico, per cui concediti del tempo:
tempo per capire il circolo vizioso
del desiderio
e poi l'autocritica che lo frantuma.*

*Con l'intenzione e con la scelta positiva
di procedere
in ciò che vuoi creare,*

*rilasci il tuo nucleo essenziale,
proprio quel nucleo essenziale
di cui hai bisogno
per creare ciò che desideri e per soddisfare
lo scopo della tua vita.*

*Tutte queste cose sono racchiuse nelle quattro
dimensioni dell'essere.*

*Tutta la tua sofferenza può essere guarita
con il processo in cui utilizzi
l'energia creativa dell'amore che fluisce
attraverso le quattro dimensioni
nell'energia creativa vitale:
espansione, stasi, contrazione, stasi;
espansione, stasi, contrazione, stasi.*

*Questa è la onnipresente energia
vitale creativa.*

Come crei la tua sofferenza

Considera la possibilità che tu in realtà causi più dolore a te stesso di quanto ne abbia mai provato nelle tue esperienze infantili, in ogni esistenza o in tutte le vite insieme. In realtà ti procuri più dolore perché ti rifiuti. Disponi questo rifiuto di te intorno alla tua ferita originaria. Sono il rifiuto di te e l'autocritica a creare il dolore tenace che circonda le tue ferite. Questo tipo di dolore è complicato da gestire. Sembra velenoso e corrosivo, ma quando accetti di entrare al tuo interno tutto cambia.

Sì, è un dolore profondo. All'inizio potresti sentirti vulnerabile, in primo luogo perché non visiti quel luogo da molti secoli. La coscienza infantile infatti non comprende la sofferenza e questa giunge a noi come energia vitale. Quindi, in primo luogo, devi affrontare il dolore tenace. Ma è solo per un momento. Il dolore tenace è la resistenza.

Dolore tenace, dolore lieve

*Il dolore tenace
si crea quando opponiamo resistenza
al ricongiungimento
delle due metà della dualità.*

*Se superiamo le resistenze e sentiamo
il dolore lieve delle prime ferite,
otteniamo il grande beneficio
di riunire le due metà che si trovavano
separate nella dualità.*

*È importante riconoscere la differenza
tra il dolore lieve delle prime ferite
e il dolore tenace della resistenza
ai sistemi di convinzione
cui siamo stati fermamente indottrinati
per seguire comportamenti codificati.
Tutto ciò non arricchisce la nostra anima.*

*Al contrario, mantiene al suo posto
la frattura dualistica
e causa ancora più dolore tenace.
Mette un guscio intorno alla ferita.*

*Dobbiamo rompere il guscio
e abbattere il muro che si trova al nostro
interno
per riconoscere la dolcezza e la fragilità
della coscienza infantile in esso riposta.*

*Ci sentiamo molto giovani
quando le due metà della frattura
si ricongiungono,
perché siamo giovani in quella coscienza
energetica
rimasta dietro l'energia creativa
molte vite fa,
o forse solo in questa esistenza.*

L'origine di una reazione emotiva

*Una reazione emotiva è innescata
dalla dualità interiore
o da un evento esterno.*

*Ma queste cose si limitano ad attivarla.
Non ne sono la causa.*

*L'origine di tutte le reazioni emotive
e di tutte le autocritiche è interna.
Si può trovare in parti remote dell'essere,
conservata in una capsula del tempo
di esperienze residuali non risolte,
idee, immagini e convinzioni sulla realtà.
Tutte queste cose sono frammentate.
Sono le tue mezze creazioni,
le tue mezze idee fatte a pezzi.*

*Di conseguenza, non sono potenti
se consideriamo l'infinita unità
e l'immenso sostegno divino
forniti a ogni parte dell'essere.
Sono semplici giochi da bambino.*

Indebolisci le reazioni emotive e irrazionali

È un buon momento adesso, in questo processo che è in corso da molti anni, per notare che le reazioni emotive e irrazionali non sono positive. Si attivano intorno alla tua superficie come un meccanismo di difesa. Puoi riconoscere questa semplicità in te stesso e negli altri. Non devi prenderle troppo seriamente né pensare che siano una parte terribile di te. Ti rivelerò un segreto: puoi gestire le tue reazioni emotive e irrazionali e quelle degli altri. Fai pratica dicendo: "Oh! È una reazione emotiva/irrazionale. Uffa! Che noia, che noia, che noia. Che perdita di tempo dar credito a queste reazioni!".

*Non sprecare il tuo tempo
dando credito alle reazioni emotive
o irrazionali.
Riconosci quanto sono noiose!*

Il vero dolore si è formato molto tempo fa. Il dolore tenace dell'ER/IR e le autocritiche che ne conseguono e che ruotano in circoli viziosi non significano guarire dal dolore. Se le prendi molto seriamente credendo che ti aiutino, potresti ritenere necessario sperimentare il dolore tenace e imparare a "difenderti per non soffrire più". (Non siamo sicuri di cosa intendi dire con queste frasi, e nemmeno tu lo sai, se ci rifletti con attenzione.)

*Sperimentare il dolore tenace
significa che in questo momento
non sei preparato o non ti senti pronto
a immergerti e a sentire il dolore lieve
che è in te.
Nulla più di questo.*

Ecco un'altra sfida che vorremmo considerassi:

*Se qualcuno ha una reazione emotiva
o irrazionale e dirige un'energia
aggressiva o caotica contro di te,
considerala una sfida
per imparare a centrarti nel tuo nucleo.*

Nota che il tuo sistema difensivo può attivarsi facilmente, soprattutto in relazione a circostanze che si sono ripetute nella tua famiglia d'origine. Da bambino, per difenderti, escogitavi diverse strategie che da adulto non puoi più adottare.

Quando ti centri nel tuo nucleo e ristabilisci un contatto con l'integrità del tuo essere identificandoti con essa, gli episodi correlati a reazioni emotive o irrazionali – che siano tue o di qualcun altro – diventano noiosi. Sono una deviazione che non hai bisogno di prendere e

una sfida a calmarti e a diventare più centrato. Riconosci la luce, la verità, la volontà divina dentro di te. Riconosci il tuo potere, il libero arbitrio fondato sulla libera scelta, la capacità di comprendere. Conosci e senti entrambi. Riconosci la forza della tua presenza e del tuo amore e la capacità di provare interiormente l'antico dolore che rilascia il tuo essere e la tua corrente di piacere, la corrente creativa della vita.

*Il processo di guarigione a spirale che si
avvolge intorno al nucleo è semplice.
È una scelta che si sviluppa passo dopo passo.
È la tua scelta passo dopo passo.*

Cresci lungo il sentiero a spirale

La crescita procede per salti quantici. Il sentiero a spirale della guarigione non è lineare. Forse ti capiterà di cercare di migliorare una certa parte di te e di lavorarci a lungo, probabilmente per anni, o per decenni, e di chiederti se cambierà mai qualcosa. E poi, a un certo punto, senti che questa cosa non c'è più. Senti una nitidezza nell'area del tuo essere. Succede. In maniera sorprendente o impensata, ma avviene. A volte si presenta in momenti insoliti e in modi che non comprendi: magari pensi che ti stia accadendo la peggior cosa possibile e invece risulta la migliore.

Le autocritiche negative a proposito di cose che credi siano sbagliate o ti manchino provengono dalla tua coscienza infantile che non si è ancora sviluppata in una coscienza adulta. È divisa a metà. Tutte le cose di te che hai pensato fossero sbagliate – forse per molti anni, forse per una vita intera – noi le vediamo in una luce del tutto differente. Ogni area del tuo essere che giudichi negativa, di cui pensi di doverti vergognare terribilmente e che nascondi nel profondo dentro di te, a prescindere da quale sia, è il risultato di una frammentazione. È energia e coscienza. È coscienza energetica

separata, spezzata in due da qualche evento che probabilmente è accaduto molte vite fa. Da allora non sei più in grado di percepirti, di vederti, di ascoltarti, di conoscerti o di comprenderti in una sana maniera olistica. Da allora, forse da un millennio, ti giudichi negativamente. Ti accusi di molti atti malvagi e al tempo stesso neghi il dolore tenace delle tue autocritiche.

Elimina le voci negative interne

Inizialmente imparerai a percepire le ferite e a farci i conti; affronterai la vergogna del tuo dolore. Per esempio, potresti ridicolizzare te stesso quando provi dolore e dire: "Oh, non dovrei sentirmi così. Che cosa non funziona in me?". E così via.

È possibile riconoscere queste voci negative nella tua testa. Esistono molti modi per definirle: autorità interiore negativa, super-ego, genitori interiorizzati. Sono voci nella testa che parlano dalla prospettiva del bambino interiore che è in te e sono semplificate perché il dolore ha avuto origine durante la tua infanzia. Poi hai tratto alcune conclusioni sulla realtà. Crescendo hai raccolto le voci negative di diverse autorità e le hai fatte tue dalla prospettiva e con la comprensione di un bambino. Le voci sono ancora nella tua ferita. È il linguaggio della coscienza infantile diviso in due, forse addirittura frammentato in molti pezzi. Nel momento esatto in cui è avvenuta la disgregazione della coscienza infantile, puoi sentire il dolore tenace e l'insistenza delle voci negative. Una delle prime cose indispensabili per comprendere se stessi è ascoltare quelle voci e riconoscere che non sono vere.

Ogni volta che cominci una nuova spirale in un'esperienza particolarmente dolorosa o che ha causato ferite è difficile fermarle. Ci sono molte tecniche di meditazione che possono aiutarti a focalizzare la mente. A questo stadio del risveglio personale è importante non aggiungere altre critiche riguardo a ciò che c'è di sbagliato

in te se non riesci a fermare le voci negative. In tal caso non cercare di zittirle, ma riconosci e attribuisce loro un nome. Poi lasciale semplicemente andare. Sì, forse le voci continueranno a lamentarsi dicendoti quanto sia sbagliata l'ultima cosa che hai fatto e come adesso tutti si arrabbieranno con te o che accadrà qualcosa di orribile. Dai un nome alla voce. Quella voce non è altro che il nostro sistema di difesa che racchiude il vero dolore. La voce crea dolore tenace; l'autocritica implica un dolore molto, molto difficile e tenace. Per questo motivo è importante riconoscerlo. Nominalo e riconosci come una difesa irrazionale che proviene dalla coscienza infantile che è molto piccola. Ecco perché è irrazionale. La forza di quella voce ti darà un'idea di quanto a lungo il dolore sia rimasto in te e di quanto ti abbia fatto male quando eri piccolo.

Il super-ego interferisce con la tua energia creativa

Quando t'immergi nel dolore della tua infanzia e impari a riconoscere come hai continuato a sgridarti e a usare parole di rimprovero, comprendi che non sono nient'altro che il tuo super-ego. È un bene imparare a riconoscere il super-ego e capire come esso interferisca con il processo creativo innescato dai tuoi desideri. Questa è la chiave per creare.

*L'energia creativa dell'amore,
il processo creativo del presente
avviene per tuo tramite
sulle ali della tua sacra aspirazione,
innescato dal tuo sacro desiderio.*

*Questa è la chiave per creare:
lascia che l'energia creativa dell'amore
sgorghi
attraverso le direzioni
del tuo sacro desiderio
di esprimerti.*

*La creazione che si esprime attraverso
l'amore unico di sé
è senza pari.*

Crea un mantra personale

Cos'altro puoi fare, oltre a riconoscere la voce? Puoi dare molte diverse risposte una volta che l'hai sentita, assegnandole un appellativo. Va bene anche cambiarle il nome mentre procedi sul tuo cammino.

Poi crea un mantra che ti aiuti a guarire. Forse conosci già qualche mantra che funziona bene per te. Noi abbiamo in mente questo: recita una delle tue qualità essenziali, così che tu possa cominciare davvero a conoscerle, sentirle, vederle, ascoltarle e sperimentarle.

Pensa a una tua qualità essenziale da usare come un mantra. Qualunque sia, riassumila in una parola. La tua qualità essenziale favorirà l'espansione del tuo nucleo di luce attraverso la tua intenzione, il tuo scopo e il tuo campo aurico mentre si muove attraverso le dimensioni, attraverso il corpo. Se la utilizzi come un mantra, la tua qualità essenziale ti porterà in un luogo più centrato, mentre riconosci e dai un nome alla voce negativa dentro di te.

E adesso senti, vedi, ascolta, odora, tocca una qualità essenziale al tuo interno, focalizzandoti sul centro della stella nucleo che si trova tra il terzo e il quarto chakra. Trova il tuo nucleo di luce. Avvolgiti a spirale intorno a esso. Lascia che irradi onde sferiche.

Adesso focalizzati al centro di ogni chakra, nel punto esatto dove le estremità si uniscono, e trova il nucleo essenziale. Una volta fatto questo, individua come il nucleo essenziale sgorgi all'interno di ogni chakra. Adesso ritrova il nucleo essenziale in ogni cellula del tuo corpo, in ogni cellula del tuo essere.

Concediti molto tempo e lascia andare ogni eventuale autocritica.

Se utilizzi il mantra della tua qualità essenziale, irradi luce essenziale in ogni cellula del corpo. È molto probabile che accada proprio nello stesso momento in cui senti l'autocritica negativa. Noterai che più ti muovi nel nucleo, più l'etichetta o il nome che hai dato alla voce negativa dentro di te si trasformerà.

Adesso, in questo stato di meditazione, trova una delle voci negative che senti più spesso. Dalle un nome fintantoché sei ancorato al tuo nucleo. Bene. Trova il tuo mantra essenziale. Se non riesci, sperimenta la voce negativa e il nucleo contemporaneamente. Focalizzati su entrambi.

Ci sono esperienze della tua storia personale che non sei in grado di descrivere o di comprendere. Molte di queste sono frutto di una giustapposizione in cui hai visto e sentito, nello stesso momento, sia il nucleo essenziale sia la voce negativa. E questo è molto difficile per una persona giovane. Quando eri un bambino non riuscivi a comprenderlo e ti dividevi in due. Non lo facevi apposta: semplicemente non sapevi come utilizzare queste esperienze per raggiungere l'integrità.

Il sentiero a spirale che porta al nucleo

*Il cammino essenziale sul sentiero
della guarigione è guidato
dalle energie del nucleo che sgorgano
nel cuore e portano al sacro ora.*

*Il sentiero a spirale ti conduce all'interno
delle ferite per sanare i blocchi che
t'impediscono di guarire te stesso e gli altri.*

*Ci avvolgiamo a spirale intorno alla ferita
per rilasciare il nucleo.*

Noi riconosciamo il nucleo.

*Noi riconosciamo le qualità essenziali
in noi stessi e negli altri.*

*Il sostegno e la guida spirituale sono sempre
al tuo servizio.*

*Siamo con te ovunque sei
per aiutarti a ricordare le tue qualità
essenziali*

*che ti donano agio, pace e amore
mentre entri nell'oscuro tunnel dell'anima
– pieno di buio e di dolore –
per guarirla.*

Il nucleo essenziale

*Quando, con molta attenzione, individui
le dualità che sono al tuo interno,
cominci a esplorare la relazione
che intercorre tra la tua interpretazione
dualistica
dell'esperienza e il nucleo essenziale.*

*La tua interpretazione dualistica
dell'esperienza
si basa su una credenza dualistica
sottostante.*

*Quando dissolvi l'interpretazione
dualistica,
rimani in presenza dell'esperienza
essenziale.*

*Ciò che segue è il processo con il quale impari
a riconoscere
le energie fondamentali, che sono tra le
principali forze creative
delle tue esperienze.*

Individua il nucleo per la tua guarigione

Il cambiamento personale richiede più di un semplice cambiamento di personalità. Presuppone una connessione profonda e un'identificazione con il nucleo.

Se crei un osservatore neutrale interno che testimoni il tuo movimento attraverso gli abituali circoli viziosi, puoi far pratica per imparare a riconoscerli e a identificarti con il nucleo. Occor-

rono tempo ed esercizio per comprendere quali sono i momenti del circolo vizioso e per individuare il suo punto di rottura, dove puoi raccogliere una forza sufficiente a fare una scelta diversa dal solito: la scelta di rinunciare alle tue difese affrontando il dolore che è in te. Prima di tutto, impari a sentire il dolore del bambino che è stato profondamente ferito. Poi sperimenti il vero dolore della separazione dalla divinità che sei.

Muoviti con le basi del tuo essere

Sei solo tu a importi dei limiti, per cui il primo compito sarà quello di sostenerti. È importante che tu sia in contatto con te stesso, per chiederti in ogni istante: “Che cosa voglio fare, adesso?” “Che cosa desidero?”. Oh, il desiderio è dolce ma ancora più dolce è la sua realizzazione.

Sei un essere creativo. Abbandona le catene delle autocritiche con cui ti tieni prigioniero. Se fai uno sforzo e ti centri nel tuo nucleo, sai che queste sono parole di verità. Sì, *nel mondo fisico devi affrontare frustrazioni, perché il soddisfacimento non è immediato come nel mondo spirituale.*

Eppure, il percorso a spirale di realizzazione nel sé è molto gratificante, perché grazie a esso diventi chi sei, nel senso che permetti a te stesso di compiere ciò per cui ti sei incarnato. Hai fatto una promessa prima della nascita: hai detto che avresti soddisfatto bisogni e desideri. Tu hai desideri fisici, psicologici, mentali e spirituali. Dal giorno del tuo concepimento hai promesso a te stesso che li avresti realizzati.

*È la tua verità.
Questo grande dolore nasce
quando neghiamo la verità
che è alle fondamenta del nostro essere.*

*Rifiuti le vere fondamenta del tuo essere
se neghi i tuoi bisogni basilari.*

Così diventi più consapevole di quelli che sono i tuoi bisogni fondamentali e i tuoi desideri. Dai a te stesso il permesso di realizzarli tutti, per prenderti cura di te in ogni area del tuo essere.

Infine, non dobbiamo dimenticare l'amore e il piacere. Heyoan ci ricorda che l'energia creativa si basa su questi due principi.

Il piacere della creazione

*Uno dei piaceri umani più elevati è
l'esperienza della creazione.*

La creazione si evolve di continuo.

Non ha mai fine.

*La creazione non è solo forma,
luce e colore.*

*La creazione non è solo manifestazione
nel continuum spazio-temporale
e in altri mondi spirituali.*

Nel processo creativo

hanno origine anche bellezza e piacere.

*Mentre esclami “eureka”, nel momento in cui
ti risvegli, le energie fluiscono nel tuo corpo,
nei tuoi campi energetici, nella tua psiche
e nel tuo essere, con grande piacere.*

È un'esplosione stellare di consapevolezza.

Libera la gioia creativa

*Mio caro e dolce amico,
quali sono i tuoi desideri?*

Che cosa vuoi davvero?

Che cosa vuoi creare nella tua vita?

Con chi vuoi farlo?

Come vuoi crearlo?

*Allontana le critiche del super-ego.
Lascia che le tue gioie e i tuoi desideri si
facciano avanti, soprattutto adesso.*

*La maggior parte degli esseri umani
è piuttosto timida
quando si tratta di mostrare*

*l'esuberanza e l'entusiasmo
delle vere forze creative che fluiscono
attraverso il canale dei sacri desideri.*

*I tuoi sacri desideri
sono connessi al cuore da cui nasce l'amore
mentre sorge dal nucleo essenziale.*

*Proprio al centro della tua stella nucleo
ci sono una vita e un'energia vitale
indifferenziate.*

*Irraggiano dal centro del tuo essere
infinitamente in tutte le direzioni,
mentre si espandono su tutti i livelli.*

La creazione essenziale

*Allineati, ancora una volta,
con il tuo intento,
con lo scopo della tua vita,
con l'obiettivo di questa particolare
incarnazione.*

*Acquisiscilo nel tuo bellissimo corpo
riconoscendo la luce che splende
in ogni cellula.*

*Nota il nucleo di luce in ogni cellula del tuo
corpo, in ogni organo.*

*Sperimenta la luce che c'è in esso.
Senti questa luce, mentre si sposta attraverso
il tuo essere
e sgorga dalle ineffabili profondità interiori
della stella nucleo.*

*Che cosa vuoi creare nella tua vita?
Stabilisci bene qual è il tuo scopo.
Lascia andare il dolore, il rammarico,
la disperazione,
la sensazione di essere in trappola,
il biasimo nei tuoi confronti,
la resistenza al cambiamento,
la paura che il cambiamento ti possa ferire.*

*Allineati con il più grande scopo
della tua vita.*

*Le tue esperienze di vita
e le condizioni in cui sei nato
sono i tuoi strumenti per imparare.*

*T'insegnano ad affrontare
ciò che hai deciso di superare per cambiare
e integrarti
nella totalità, in questa particolare vita.*

*Abbandona il peso della colpa, del dubbio
e delle autocritiche
in cui chiudi le cellule e le energie creative.*

*Pensa che forse le autocritiche
sono solo un altro modo
per opporre resistenza alla creatività,
per opporsi al cambiamento.*

*Per questo ti dico, ed è la verità, che nessuna
di queste autocritiche è vera.*

*Per cui ti chiediamo,
come vorresti trascorrere il resto della vita?
Quali meravigliose esperienze
vorresti creare?*

*Quali che siano i tuoi desideri,
qualunque cosa vorresti accadesse,
è già nel processo creativo che discende
dai livelli più elevati del tuo campo
energetico per manifestarsi.
Sta a te scegliere se focalizzarti
sulla realizzazione
del sacro desiderio che porti nel cuore.
Chiarisci che cosa è per te, adesso.*

*Il momento successivo può sembrare diverso,
ma che cosa desideri ora?*

*Pensa che tutto questo può avverarsi.
Dipende solo da te
e da quanto blocchi le energie creative
che ti pervadono,*

*dipende se scegli d'impedire
o di consentire al tuo processo creativo
individuale
di svolgersi e di abbandonarti a esso.*

*Non sei stato tu a creare le condizioni
in cui sei nato in questa vita.
Tu, in quanto individuo, non hai creato
la tua intera vita così com'è.
Sei realmente un creatore,
però tutti gli individui, tutti gli esseri,
creano
e quindi insieme manifestano
un mondo fisico.*

*A causa della tua individualità,
sperimenti questo mondo in maniera diversa
dagli altri
secondo le tue idee preconcepite,
i tuoi sistemi di convinzioni
e le tue prospettive emotive o irrazionali.*

*Dal profondo del cuore,
nel nucleo profondo del tuo essere,
crei una sorgente di amore incondizionato.
Ecco perché chiamiamo sacro il cuore
degli uomini.*

*Questo bellissimo cuore è il tuo strumento,
la sorgente d'amore che è in te
la cui acqua sgorga dalle profondità,
dall'ineffabile, dal Divino,
per trasformarsi in un cuore puro.*

*Insieme agli altri crei
il cuore puro dell'umanità.
L'amore umano è il dono che l'umanità
porta a questo Pianeta.
Rispetta il tuo cuore e il tuo amore.
Rispetta l'unicità dell'amore,
che è individuale e unico per ogni persona.*

*Il tuo amore unico
con le sue molte sfaccettature che sgorga
dal profondo del cuore,
si sposta in ogni cellula del corpo
grazie alle qualità essenziali
che hai già sviluppato in altre esperienze
di vita.*

Capitolo 5 – Autovalutazione. Gli strumenti di Heyoan per ri-creare la tua vita

1. Medita su ogni concetto o principio che hai individuato.
2. Tieni un diario, se lo desideri.

Parte seconda

**Libera la creatività
attraverso il quarto livello
del campo energetico:
le relazioni**

*Iniziamo il processo partendo dal nostro nucleo essenziale
e perseguiamo lo scopo della nostra vita e la vita intera
con la prospettiva di sviluppare e di svelare
ancora di più il nostro nucleo.*

*Le capsule del tempo possono essere viste come qualcosa
che oscura la luce interna o come mappe delle parti di noi
che non riconosciamo come amore.*

– BARBARA BRENNAN

6. La percezione sensoriale superiore (HSP)

*Non esiste e non è mai esistita
una separazione
tra mondo spirituale e mondo materiale.*

– HEYOAN

La natura della percezione sensoriale superiore (HSP)

La percezione sensoriale superiore si estende oltre l'ambito di quella che è considerata una semplice percezione, che avviene grazie agli organi di senso e al sistema nervoso. L'HSP ha luogo grazie agli organi di senso del campo energetico umano, che sono parte dei chakra.

Quando cominciai a studiare il campo energetico umano (HEF) e il Sistema della coscienza energetica umana (HECS), essendo un fisico di formazione, osservai anche *come* li stavo studiando, grazie alla percezione sensoriale superiore, e come l'HSP funzionasse tramite il campo energetico. Questo mi fornì informazioni molto importanti riguardo a come insegnare agli altri ad aprire e a usare la loro percezione sensoriale superiore. Grazie a queste indagini, realizzai un sistema logico, comprensivo ed efficace che illustrava il funzionamento dell'HSP attraverso l'HEF e l'HECS. Lo descrivo qui di seguito.

La percezione sensoriale superiore

Con la percezione sensoriale superiore utilizziamo più sensi rispetto ai cinque cui siamo abituati. Ogni *chakra* del campo energetico umano è correlato a un particolare senso dell'HSP. Mentre i *chakra* portano all'interno il bioplasma ricavato dai campi energetici naturali che sono intorno a noi affinché l'energia carichi le nostre quattro dimensioni, al tempo stesso assorbono anche le informazioni in esso contenute. Il bioplasma è ricco d'informazioni. La maggior parte delle persone del "mondo moderno" non è consapevole dell'esistenza dei campi naturali di bioplasma che ci circondano, eppure risponde o reagisce inconsciamente a essi mentre il bioplasma li attraversa. Ci si può riferire al bioplasma anche come a una "coscienza energetica".

La coscienza energetica che sperimentiamo e di cui sono composte le nostre quattro dimensioni non è costituita soltanto da bioenergia e informazioni: è la cifra di chi siamo. Anzi, è più di questo: è proprio chi siamo.

Anche se forse non hai ancora esperienza della coscienza come di te stesso, puoi imparare a sentire che il tuo bioplasma è coscienza con energia o, meglio, coscienza energetica.

I sette chakra

I *chakra* sono gli organi di senso per specifici tipi di HSP (percezione sensoriale superiore) e percepiscono le informazioni contenute nel bioplasma che li penetra. Noi rispondiamo o re-

agiamo a questa coscienza energetica che entra in noi. Possiamo essere consapevoli della nostra risposta o reazione, oppure no. Per ri-creare la nostra vita è necessario diventare consapevoli delle risposte e delle reazioni a questo processo vitale che avviene di continuo. Più avanti in questo capitolo chiarirò la differenza tra una risposta e una reazione alla coscienza energetica che entra in noi.

Il seguente elenco dei chakra del campo energetico descrive come ognuno di essi riceva informazioni attraverso un particolare senso della percezione sensoriale superiore.

Il primo chakra percepisce il tatto, il movimento corporeo (la cinestetica), la postura e la posizione del corpo (il senso propriocettivo).

Il secondo chakra percepisce le emozioni.

Il terzo chakra ci dà l'intuizione.

Il quarto chakra percepisce l'amore e l'amorevolezza.

Il quinto chakra percepisce le sensazioni uditive e il gusto.

Il sesto chakra ci dà la capacità di vedere il campo energetico, l'hara e la stella nucleo, oltre ai mondi spirituali all'interno dei quali esistono.

Quando usiamo il sesto chakra come organo percettivo, non stiamo più guardando la luce riflessa. Guardiamo la luce che si autogenera dal campo energetico, dall'hara e dalla stella nucleo. Dal momento che questa luce è prodotta da ciò che stiamo guardando, ci fornisce molte più informazioni su ciò che stiamo vedendo di quante ce ne dia la luce riflessa.

Il settimo chakra ci dà la capacità di conoscere gli alti mondi spirituali e può essere al

tempo stesso utilizzato, come tutti gli altri sensi dei chakra, per integrare i mondi fisico e spirituale, e perciò ci spinge in un altro regno.

Il settimo chakra è molto utile per ricevere informazioni dettagliate che integrano le realtà fisiche, mentali ed emotive con il mondo spirituale. Le informazioni possono riguardare qualunque aspetto e la loro natura è spirituale più che religiosa. Possono essere dirette a un individuo o a un gruppo. Possono essere personali o riferirsi a chiunque. Possono essere usate con i sensi dell'HSP (percezione sensoriale superiore) per integrare le informazioni in uno stato più elevato di chiarezza e di comprensione che si applica sia al mondo fisico sia al mondo spirituale. Io lo faccio regolarmente quando canalizzo le lezioni di Heyoan. Le informazioni sono trasmesse con il potere dell'amorevolezza che accetta incondizionatamente le cose come sono, senza giudizio. A volte è necessario studiare queste informazioni o renderle oggetto di meditazioni per comprenderle.

Differenze tra luce riflessa e luce autogenerata

Tramite la percezione sensoriale superiore vediamo in modo diverso rispetto a quando guardiamo con gli occhi fisici. L'HSP osserva la luce che s'irradia dalla persona, dall'oggetto o dalla situazione che stiamo osservando. I nostri occhi fisici vedono la luce del sole riflessa da ciò che stiamo osservando. Ciò spiega perché riceviamo molte più informazioni dall'HSP che dalla vista fisica. Questa è fisica elementare.

Il funzionamento della percezione sensoriale superiore è molto diverso da quello dei nostri occhi fisici. Gli occhi fisici si muovono e mettono a fuoco l'oggetto che vogliamo guardare. Le lenti degli occhi dirigono la luce del sole riflessa dall'oggetto nei fotorecettori della retina. Gli occhi regolano la quantità di luce che penetra al loro

interno grazie all'apertura: le pupille si espandono e si contraggono per regolare la quantità di luce che la retina riceve. I fotorecettori della retina sono sensibili alla luce dello spettro dai 4.000 agli 8.000 angstrom (la luce solare riflessa, che noi chiamiamo "luce visibile").

Ciò è evidente se pensiamo che noi, in quanto creature diurne, abbiamo sviluppato naturalmente la vista per utilizzarla nello spettro della luce del giorno che proviene dal sole. Quando usiamo gli occhi fisici per guardare qualcosa, stiamo in verità guardando la luce solare che è riflessa dalle cose che osserviamo. Non vediamo la luce visibile generata dagli oggetti, perché questa è troppo debole per essere percepita. Noi vediamo la luce del sole riflessa dagli oggetti che guardiamo con i nostri occhi. Questa luce solare riflessa può fornirci molte informazioni sulla luce del sole, ma poche informazioni sull'oggetto da cui è riflessa. L'informazione riflessa ci permette di conoscere solo le qualità della riflettività dell'oggetto e ciò che possiamo dedurre da essa.

La luce autogenerata fornisce molte più informazioni sull'oggetto o sulla persona che la crea di quanto faccia la luce riflessa.

La percezione sensoriale superiore (HSP) ci dà la possibilità di percepire la luce autogenerata che nasce dal campo energetico umano, dall'hara e dalla stella nucleo. Questa energia di luce supera lo spettro visibile dei 4.000-8.000 angstrom. In quanto luce generata, contiene molte più informazioni su ciò che la crea di quante ne contenga la luce riflessa. Un'altra interessante osservazione è che la luce autogenerata che irradia dalle creature viventi ha più livelli e caratteristiche differenti rispetto a quella generata da oggetti inanimati.

Per questo motivo, l'HSP ci fornisce molte più informazioni rispetto a quelle che potremmo percepire con gli occhi fisici.

Tutte le informazioni sul campo energetico, sull'hara e sulla stella nucleo che percepiamo

tramite l'HSP sono energia generata, anziché energia riflessa. La percezione sensoriale superiore ci fornisce inoltre informazioni sui diversi tipi di coscienza energetica del campo energetico umano che sono generati all'interno, invece che riflessi dal campo energetico umano, come suoni, esperienze tattili e vibrazioni. Questo è vero anche a livello dell'hara e nel nucleo essenziale.

Sviluppa la percezione sensoriale superiore

Per sviluppare la percezione sensoriale superiore occorrono anni di lavoro su di sé, finalizzato al radicamento, alla comprensione e al rafforzamento di noi stessi, in tutte le quattro dimensioni del nostro essere. Il bioenergista dev'essere molto ben radicato, presente e lucido in tutte le quattro dimensioni dell'essere contemporaneamente: la dimensione fisica, quella del campo energetico umano, dell'hara e la dimensione del nucleo essenziale.

Se l'operatore non è radicato, l'informazione ricevuta sarà difficile da comprendere e non utilizzabile. Risulterà frammentaria, incoerente e difficile d'applicare nella vita. Di solito la conseguenza di questa mancanza di radicamento è una percezione alterata della realtà. In ogni caso, non si deve giudicare una persona che commette errori di questo tipo, ma comprenderla con empatia, perché la sua è solo una difesa emotiva nei confronti della situazione difficile e a volte dolorosa della persona che sta osservando.

A meno che un individuo non abbia studiato e praticato molto, tanto che il suo sistema energetico è in grado di mantenere una luce e una potenza notevoli, coerenti, brillanti e ad alta frequenza senza che il suo campo energetico si frammenti, non è sano che l'individuo cerchi di utilizzare il settimo chakra per canalizzare le informazioni. E non è nemmeno utile, perché, se

il campo energetico di una persona non è abbastanza resistente da gestire una potenza elevata che lo attraversa, si frammenterà e l'informazione non sarà né coerente né chiara.

Ogni livello dell'HEF (campo energetico umano) e i chakra a ogni livello esistono in uno spettro di frequenza diverso e specifico. Questo ci dà quindi un modello da utilizzare per percepire lo stato, o salute, di ogni livello del campo energetico. Se utilizziamo la percezione sensoriale superiore focalizzandoci su specifici livelli del campo energetico, otterremo una gran quantità d'informazioni sull'HEF importanti per comprendere le dinamiche psicologiche di una persona oltre allo stato di salute di ogni livello del suo campo energetico. Se utilizziamo l'HSP (percezione sensoriale superiore) per percepire lo stato dell'HEF, comprendiamo esattamente che cosa è necessario per guarire ogni livello. Ripulendo, ricaricando e ristrutturando ogni livello del campo secondo le necessità, si riconquista la salute. Questo tipo di lavoro includerà automaticamente le esperienze della persona correlate al trauma che ha causato una lesione del campo energetico.

Per anni abbiamo utilizzato questo modello nella nostra scuola per formare gli allievi, in maniera che fossero in grado di percepire e di guarire l'HEF: si basa su anni di studio e di osservazione del campo energetico umano e funziona molto bene.

L'HSP apre i sigilli della percezione nei chakra

La Figura 6.1 mostra un chakra e il percorso che la coscienza energetica o bioplasma dell'HECS entrante effettua attraverso di esso per essere percepita. Il bioplasma dell'HECS entra nel chakra per effetto della "rotazione" e della carica del chakra stesso. La struttura del chakra fa sì che il bioplasma si avvolga a spirale e

penetri in esso (grazie alla sua rotazione in senso orario, se visto dall'esterno del corpo). Perché l'HSP funzioni attraverso un senso particolare, il chakra correlato a quel senso deve muoversi correttamente, ossia ruotare in senso orario se visto dall'esterno, sia davanti sia sul retro del corpo. Questo significa che il bioplasma che si avvolge a spirale ed entra nel chakra, davanti e sul retro del corpo, entra nel chakra frontale e in quello posteriore in opposte spirali. Poco prima di raggiungere il centro del chakra, il bioplasma incontra quello che è chiamato "sigillo". Per riuscire a percepire il bioplasma che entra in noi, questo deve penetrare nel sigillo e superarlo.

Una volta che la coscienza energetica è riuscita ad attraversare il sigillo e a entrare nel chakra, raggiunge il "sensore", che è più nel profondo, all'interno del Sistema della coscienza energetica umana, e così otteniamo l'informazione.

Possiamo imparare a regolare il nostro campo energetico (chakra inclusi) al fine di controllare la frequenza e la potenza della coscienza energetica che entra nei sigilli della nostra percezione. Nella letteratura esoterica i metodi antichi erano chiamati "apertura dei sigilli". L'apertura avveniva attraverso tecniche di meditazione profonda tramandata dal maestro all'allievo tramite la pratica. Oggi usiamo analogie con la fisica per conoscere un modo specifico di realizzare questo obiettivo nella prospettiva della nostra visione del mondo del XXI secolo.

I sigilli sono molto piccoli se li guardiamo da una prospettiva fisica, e si trovano all'interno del sistema di corrente energetica verticale (VPC), come appare nella Figura 6.2a. La Figura 6.2b mostra i sette sigilli ingranditi. La corrente energetica verticale si trova nel profondo del corpo fisico, approssimativamente all'interno della spina dorsale. Idealmente, la VPC non è incurvata come la spina dorsale, ma si allunga in una linea retta verticale. I sigilli assomigliano un po' a delle lenti, ma si comportano più come porte

elettriche che solo una particolare frequenza e livello energetico può superare. Per dirigere la coscienza energetica attraverso un particolare sigillo di un particolare livello occorre essere in grado di regolare l'HEF. Questo richiede pratica, ma ne vale la pena se vogliamo ricevere informazioni chiare tramite la percezione sensoriale superiore. Ci sono sigilli sia davanti sia sul retro di ogni chakra. Ci sono, inoltre, sigilli per ogni livello del campo energetico.

Inizialmente può sembrare complicato, ma è molto semplice lavorarci. Prima di tutto, scegli il tuo senso. La scelta del senso determina quale chakra userai per percepire l'HEF. La vista, il tatto o l'udito di solito sono le scelte più comuni. Dal momento che ogni livello del campo energetico è diverso dagli altri, perché le informazioni che ti giungono siano chiare, devi anche scegliere il livello del campo energetico che vuoi osservare. Per esempio, poniamo che tu voglia vedere il quarto livello del campo energetico della persona che hai di fronte:

1. In prima istanza, se vuoi vedere un livello particolare del suo campo energetico, devi caricare e aprire il tuo chakra della visione (sesto chakra) al livello del tuo campo energetico che corrisponde al livello del campo energetico della persona davanti a te.

Se invece vuoi vedere il quarto livello, devi sintonizzare l'HSP (percezione sensoriale superiore) del tuo sesto chakra sul quarto livello del tuo campo energetico e aprire i sigilli del tuo sesto chakra al quarto livello del tuo campo energetico. Questo, se abbastanza carico, permetterà alla coscienza energetica del campo della persona oggetto della tua indagine di attraversare il sigillo del tuo chakra della visione (il sesto chakra, comunemente chiamato "terzo occhio"). È necessario che focalizzi l'attenzione sul campo energetico dell'altra persona nell'area che vuoi vedere. Se il tuo chakra è in

equilibrio, la tua focalizzazione è salda e il tuo campo energetico abbastanza potente da permettere all'energia di entrare nei tuoi sigilli, allora sarai in grado di vedere il quarto livello della persona che hai di fronte, ovunque tu diriga la tua attenzione.

2. La curiosità è uno strumento meraviglioso. Assecondala, focalizzando la tua attenzione su ciò che t'incuriosisce o su ciò che la tua "intuizione" t'invita a seguire. Focalizzare l'HSP (percezione sensoriale superiore) somiglia molto a puntare gli occhi fisici su ciò che vogliamo guardare. Devi permettere a una sufficiente quantità di coscienza energetica che proviene dal campo dell'altra persona di entrare attraverso i sigilli del tuo chakra della visione (sesto chakra), nello spettro frequenziale (o al livello dell'HEF) del suo campo energetico. Per vedere fisicamente occorre che ci sia abbastanza luce. Per l'HSP è un po' diverso. Se l'HEF è potente e irradia una luce brillante e aurica, allora sarà facile per te vederlo, o, in rari casi, persino troppo luminoso perché tu riesca a guardarlo. Ma di solito, soprattutto se interagisci con persone malate, il campo energetico del tuo assistito non sarà molto brillante (e non c'è nessuna luce che sia possibile accendere, come accade invece nel mondo fisico). Dovrai procurarti una quantità di energia maggiore ricaricando il tuo campo energetico. Più debole è il campo dell'altra persona, più forte sarà la carica che dovrai creare nel tuo campo energetico. Questo significa che, per aumentare la tua HSP, dovrai caricare il tuo campo, non quello altrui. Caricare il campo energetico degli altri va fatto nel modo esatto di cui hanno bisogno.

*Per questo motivo le tecniche
per apprendere l'HSP
sono diverse*

*dalle tecniche per imparare
a somministrare guarigioni.*

Ricorda che con gli occhi fisici noi vediamo la luce riflessa dalla maggior parte delle cose che guardiamo, a eccezione, ovviamente, della luce che proviene dal sole, dalle stelle, dal fuoco, dalle lampadine e simili. Se la sera o la notte è troppo buio per riuscire a vedere, accendiamo le luci per guardare il riflesso che proviene da tutte le cose che ci circondano. Con l'HSP noi percepiamo la luce emessa, ossia irradiata, dal campo energetico umano e dal campo energetico universale, non la luce riflessa da questi. Questa e poche altre cose rendono l'HSP diversa dalla vista fisica. Spiegherò queste differenze tra breve.

3. Se hai messo in pratica i punti 1 e 2 e ancora non riesci a vedere il campo, allora significa che non ti sei caricato quanto è necessario per aprire i sigilli così che il bioplasma possa attraversarli. Ricorda, è importante radicarti nella Terra e caricare i chakra inferiori per costruire le giuste fondamenta del tuo campo energetico prima di focalizzarti sul centro dello specifico chakra correlato al senso che vuoi utilizzare.
4. Sfortunatamente, per la maggior parte delle persone sono diversi i chakra che non funzionano correttamente. Questa è una delle condizioni che rende l'HSP tanto difficile all'inizio. È necessario che tu acquisisca familiarità con gli abituali squilibri del tuo campo energetico e impari a correggerli. C'è un buon sistema, semplice, per far questo. Per caricare il chakra che vuoi utilizzare per percepire, inizia a caricare il tuo campo energetico radicandoti nel terreno e respirando profondamente in ogni chakra, cominciando dal primo. Carica ogni chakra e fallo ruotare in senso orario (se visto dall'esterno del corpo). Un buon

modo per radicarti consiste nello stare con le gambe divaricate, i piedi un po' più aperti rispetto alla larghezza delle spalle. Piega le ginocchia e tienile ferme. Non molleggiarti, perché così facendo disperderesti energia. Se hai bisogno di riposare, sciogli la posizione e muovi un po' le gambe. Poi prova ancora. Respira profondamente. Con le mani carica ogni chakra, partendo dal basso e risalendo, con la focalizzazione e con il tocco.

5. Dal momento che ho scelto la vista e il sesto chakra per questo esempio, usiamo il respiro-soffio per caricarlo. Semplicemente, fai respiri lunghi e profondi, che accarezzano il palato molle nella parte alta del fondo della bocca. Poi dirigi l'energia nel sesto chakra, focalizzandoti dove le punte anteriore e posteriore del sesto chakra s'incontrano *in mezzo al capo, nella zona del terzo ventricolo in cui si trovano i sigilli.*
(Non focalizzarti sulla fronte come cercano di fare molte persone. Invece del respiro-soffio, puoi utilizzare anche la tecnica yogica del respiro di fuoco, che funziona molto bene. In ogni caso, se non sei abituato, puoi sentirti frastornato e disorientato, perché questa respirazione può sovraccaricare il campo energetico oltre la tua capacità di regolarlo.)
6. Questo metodo funziona per aprire i sigilli di ogni chakra. Puoi usare il respiro-soffio anche per caricare l'intero campo energetico, a condizione che tu rimanga radicato. Poi focalizzati sul chakra che vuoi caricare per aprirne i sigilli. In effetti, è una buona idea caricare prima di tutto l'intero campo energetico prima di provare a utilizzare l'HSP. Comincia con il primo chakra, poi risalisci lungo tutti i chakra, respirando profondamente con le tecniche del respiro-soffio o del respiro di fuoco per aprirli e ca-

ricarli. Non cercare di percepire nulla con l'HSP prima di aver caricato tutti i sette chakra. Poi torna al chakra corrispondente al senso che vuoi usare e focalizzati sul resto dell'esercizio per cominciare l'HSP.

Problemi comuni che s'incontrano quando s'impara ad aprire l'HSP

1. Se, quando carichi il tuo sesto chakra, vedi i colori ma non le forme, significa che sei riuscito ad aprire il sesto chakra anteriore: il chakra funziona e la sua punta è centrata nella corrente energetica verticale. Il chakra posteriore però non funziona correttamente. Se vedi le forme ma non i colori, hai aperto la parte posteriore del sesto chakra, che adesso funziona correttamente, con la punta collocata all'interno della corrente energetica verticale, ma la parte anteriore del chakra non è a posto.
2. Se tutti gli allineamenti sono corretti e sei in grado di regolare il tuo flusso di coscienza energetica ma ancora non vedi con l'HSP, allora il tuo campo energetico non è abbastanza potente da dirigere una quantità sufficiente di coscienza energetica attraverso i sigilli. Hai bisogno di energizzare il tuo campo prima di provare ad aprire l'HSP. È probabile che tu abbia bisogno di incrementare l'attività fisica, rivedere le abitudini alimentari, lavorare sui tuoi processi psicologici e anche di far pratica per imparare a radicarti. Per il momento, potresti ballare. Il ballo funziona a meraviglia. Metti la tua musica preferita e scatenati. Se neanche questo sortisce alcun effetto, ricorri ad altri strumenti, come la dieta e il lavoro sui processi psicologici. Forse non sarà altrettanto divertente, ma prima o poi dovrai farlo.

3. I problemi principali che incontriamo quando apriamo l'HSP di solito nascono dalle dinamiche psicologiche. Per imparare a regolare il campo energetico, devi far pratica. Capendo come le psicodinamiche influiscono sul campo energetico, scopri quanto sia importante conoscere te stesso, comprendere la tua sofferenza infantile e sviluppare un ego adulto che funzioni in modo sano. Quando ci proteggiamo per evitare di sentire il dolore infantile originario, impediamo all'energia di fluire all'interno di alcuni dei nostri chakra. Dal momento che i chakra sono gli strumenti per accedere all'HSP, se sono ostruiti, diventa impossibile percepire con l'HSP ciò che avviene attraverso questi particolari chakra. Per questo motivo, al fine di aprire e di sviluppare l'HSP, è necessario che lavori sulle tue dinamiche psicologiche e impari a regolare le abituali distorsioni del campo energetico che nascono dal tuo sistema difensivo. Per essere in grado di regolare le distorsioni del campo energetico, devi sviluppare un ego adulto sano, funzionante e compassionevole.

Sintonizzati sul livello del campo energetico che vuoi osservare

Come si fa a sapere quale livello del campo stiamo caricando? Il sistema è semplice, dato che ogni chakra stabilisce una nota di base per ogni corrispondente livello del campo energetico. Per trovare un particolare livello di un campo energetico:

1. Fai sì che le mani sentano come sente il chakra che corrisponde al livello cui vuoi portare la tua coscienza energetica. Questo

imposta la frequenza delle mani sulla stessa frequenza del chakra.

2. Tieni le mani con i palmi aperti sul corpo, di fronte al chakra, e respira profondamente per caricare il campo energetico.
3. Porta la tua coscienza energetica a sentire ciò che accade nelle tue mani. Se all'inizio non ci riesci, non preoccuparti. Puoi imparare con la pratica: sono necessari un po' di esercizio e un po' di aiuto da parte di qualcuno che sappia farlo, e diventerà facile anche per te.
4. Una volta "trovato" il livello, concentra l'attenzione a quel livello in tutto il corpo, in maniera che anche le mani che hai già sintonizzato con il chakra lo sentano.

Cambia il modo in cui la mente elabora le informazioni

La maggior parte delle persone che scopre l'HSP (percezione sensoriale superiore) o prova a usarla per la prima volta pensa che assomigli alla percezione fisica. In parte questo è vero, ma le due percezioni sono molto diverse: alcuni sensi funzionano ugualmente e altri no. L'HSP richiede che tu diriga la coscienza energetica attraverso il cervello in maniera diversa da come sei abituato. Tutti noi siamo stati programmati, tramite l'educazione, la cultura di riferimento e la formazione, a portare energia nel cervello in un certo modo. Chiunque sia stato a scuola ha ricevuto insegnamenti che hanno influenzato la maniera di usare il cervello. Negli Stati Uniti, in Europa e in molti altri Paesi del mondo, si enfatizza l'apprendimento tramite la memorizzazione e il processo deduttivo.

Questo metodo carica i lobi frontale e temporale e innalza le frequenze alle onde beta. Nei Paesi asiatici invece, come l'India e il Tibet, l'apprendimento avveniva nel passato per mez-

zo della meditazione contemplativa, e questo ha favorito lo sviluppo di uno spettro di frequenze molto diverso e anche un differente modo di far fluire la coscienza energetica attraverso il cervello. Da ciò risulta che il centro del cervello è più carico e vibra a uno spettro frequenziale molto basso: onde alfa, theta e a volte persino delta. L'esperienza della realtà che ognuno di noi possiede cambia molto se ci spostiamo dalla realtà delle onde beta alle più lente onde alfa e theta, proprie della meditazione. Entrambi i modi di conoscere sono perfettamente legittimi e utili. Lo *Yoga Sutra* di Patanjali è uno dei testi più antichi della Terra. In esso sono descritti *cinque stati della mente*.

I cinque stati della mente secondo gli *Yoga Sutra* di Patanjali sono:

1. senza riposo, che vaga, non riesce a focalizzarsi;
2. inebetita, offuscata;
3. distratta;
4. focalizzata: un flusso costante di consapevolezza si dirige verso un oggetto per una durata variabile; questo stato può penetrare l'essenza di ogni cosa;
5. calma: chiarezza assoluta, completamente focalizzata, può connettersi con il vero sé; sorge la saggezza intuitiva.

Sono sicura che è facile capire quali sono le prime tre condizioni indicate da Patanjali. Il quarto stato può essere facilmente raggiunto con la meditazione, focalizzandosi su un oggetto o su un mantra e continuando a ritornarci sopra ogni volta che la mente divaga. Questo stato è conosciuto anche dai nativi della foresta amazzonica settentrionale, i quali lo utilizzano in meditazioni di gruppo guidate da uno sciamano. Con il quarto stato della mente osserva-

no le abitudini di vita degli animali per riuscire a prenderli più facilmente. Il quarto stato della mente è incentrato sulla meditazione come pratica per raggiungere il quinto stato, dopo anni di esercizio. Se vuoi sapere quanto sei vicino al quinto stato, prova a contare fino a dieci senza pensare a nient'altro, oppure pensa a un numero come uno o dieci senza formulare nessun altro pensiero.

Danza tra gli stati attivi e ricettivi della mente per l'HSP

L'HSP (percezione sensoriale superiore) può essere vista come una danza tra gli stati attivi e quelli ricettivi della mente. Più specificamente, l'HSP utilizza il quarto stato della mente indicato da Patanjali in una danza con la mente razionale, nello stato ricettivo come anche negli stati attivi. Ecco i passi per utilizzare l'HSP per il livello 1 dell'HEF (campo energetico umano):

1. Usando la mente razionale, chiarisci e decidi che cosa vuoi sapere.
2. Allinea la tua intenzione sull'obiettivo di trovare ciò che cerchi. Poi focalizza la mente su questo scopo utilizzando il quarto stato della mente di Patanjali, un flusso focalizzato di consapevolezza.
3. Effettua una connessione cinestetica. Invia una specie di pseudopodo – simile all'estroflessione mobile di un'ameba – di coscienza energetica alla persona e alla parte del corpo che vuoi leggere. (Forse l'avrai già fatto automaticamente quando hai compiuto il passo precedente.)
4. Una volta che hai stabilito una connessione cinestetica forte e aperta, spostati in uno stato ricettivo in cui sei un testimone in ascolto e permetti alle informazioni di dispiegarsi. Nota che non ho scritto:

“Permetti alle informazioni di entrare.” Ho usato la parola “dispiegarsi”. Chiarirò la differenza tra poco. Il termine “testimoniare” indica l'osservazione di qualcosa senza cercare di cambiarlo né di giudicarlo: semplicemente, ci permettiamo di conoscere l'informazione. Non pensare di dover portare l'informazione all'interno del tuo campo energetico per conoscerla. Questo è un grande errore che commette la maggior parte dei guaritori. Non occorre farlo. Lo spiegherò meglio più avanti.

5. Rimani nello stato mentale del testimone e permetti a te stesso di conoscere le informazioni.
6. Continua con il punto 5. Non cercare d'interpretare le informazioni. Se lo fai, esci dallo stato mentale del testimone ed entri in uno stato mentale attivo: questo ferma l'HSP. Adesso stai cercando di capire che cosa quelle informazioni significhino. Questa non è HSP. Hai interrotto la lettura. Devi tornare al punto 1 e ricominciare da capo.
7. Una volta che permetti all'informazione di dispiegarsi, sei riuscito a mantenere l'HSP e a effettuare la lettura. Mentre l'informazione si dispiega, il suo significato ti diventerà chiaro oppure no.
8. Se non è così, torna al punto 1 e poni un'altra domanda. Lasciati guidare dalla curiosità.
9. Le informazioni che riceverai risponderanno alla tua domanda, a patto che tu ne abbia posta una semplice. Una volta che avrai ottenuto la risposta, la tua curiosità si accenderà nuovamente per reperire altre informazioni da aggiungere a ciò che già sai, per rendere il quadro più completo. Puoi continuare con ogni altra cosa che accenda la tua curiosità.

10. Per condurre un'HSP (percezione sensoriale superiore) che funzioni, devi imparare a muoverti rapidamente tra lo stato mentale del testimone e lo stato mentale attivo dell'intento focalizzato, viaggiando di proposito per il corpo dell'altra persona, seguendo la tua curiosità e ricercando attivamente le risposte a ciò che vuoi chiarire.
11. Più pratici, meglio è. In definitiva, la domanda fondamentale è: "Sto proiettando o percependo?". La risposta arriverà con un feedback. Più conferme riceverà la tua HSP, più ti sarà chiaro come senti, come vedi (che cosa vedi quando osservi con l'HSP) e come ascolti (quale tipo di suoni senti quando ascolti con l'HSP).

Espansione e contrazione dell'HSP

Nel Capitolo 2 ho descritto le fasi di espansione e di contrazione dell'energia vitale nel campo energetico umano e nel Sistema della coscienza energetica umana (HECS). Possiamo utilizzare l'HSP anche in queste fasi. L'operatore può attrarre le informazioni nel proprio corpo per percepire notizie che riguardano la persona da osservare; l'operatore può quindi percepire, vedere e ascoltare queste informazioni all'interno del proprio corpo/HECS. Ho notato che la maggior parte dei guaritori attira automaticamente informazioni all'interno del proprio corpo/HECS. Questa però non è la scelta migliore; per esempio, per percepire che cosa succede nella gamba fratturata di una persona, l'operatore bioenergetico deve attirare il dolore dentro di sé. Ciò significa che egli passa il tempo ad attirare le deformazioni causate dal dolore o dalla malattia nel proprio corpo/HECS e che in seguito dovrà praticare la guarigione su di sé. Si vedano le Figure 6.3a e 6.3b per chiarimenti.

La propensione degli operatori che lavorano sul corpo ad attirare le informazioni dentro di sé deriva da un fraintendimento di base che nasce dal modo in cui i nostri sensi lavorano nel mondo fisico. Noi diamo per scontato che dobbiamo portare l'informazione nel nostro corpo per comprenderla. Ma non funziona così nella percezione sensoriale superiore, perché i nostri corpi energetici sono molto più flessibili e fluidi dei corpi fisici.

D'altro canto, l'operatore può imparare a espandersi, al fine di percepire l'informazione nel corpo fisico dell'altra persona e/o in ogni parte dell'HECS. Questo avviene molto naturalmente inviando dal quarto livello dell'HEF uno pseudopodo di coscienza energetica per connettersi alla persona da trattare. Lo pseudopodo psichico è un'estensione di energia, simile a un fluido, che dall'HEF si connette all'oggetto che si sta osservando e che collega l'HSP all'oggetto osservato: si può pensare a esso come a un condotto spaziale che ci collega all'oggetto osservato attraverso cui viaggiano le informazioni. Il problema è che la maggior parte dei guaritori pensa di dover portare l'informazione nel proprio corpo e crea un canale all'interno dello pseudopodo attirando l'informazione dentro di sé. Questo non è sano per nessuno degli individui coinvolti. Tutto ciò che occorre fare è portare la propria HSP all'interno dello pseudopodo e ottenere l'informazione in quel luogo. È simile alla vista a lunga distanza, solo che funziona anche da vicino.

Esercitati a praticare una connessione cinestetica per l'HSP

1. Siediti e chiudi gli occhi. Fai in modo di non guardare il soffitto prima d'iniziare questo esercizio. Tieni gli occhi chiusi fino a quando arrivi alla parte in cui è il momento di aprirli.

2. Allunga un braccio verso l'alto e con la mano senti qualcosa sul soffitto. Continua a provare fino a che non riesci a sentire qualcosa.
3. Dopo aver fatto questo per un po' di tempo, nota (senza guardare) che cosa stai facendo con la mano. Come la usi? Stai utilizzando le dita e/o il palmo? Il palmo è rivolto verso l'alto o verso il basso?
4. Senti il soffitto dove c'è il soffitto o sulla tua mano? Continua a osservare questo aspetto fino a quando non sei in grado di dirlo.
5. Se senti il soffitto all'altezza della tua mano, prova a sentire il soffitto in alto, dove si trova, invece di attirare l'informazione nella tua mano. Continua a tenere la sensazione all'altezza del soffitto. Questo è il sistema migliore per riuscirci.
6. All'inizio fai sì che le tue percezioni siano semplici. Ecco alcune domande che puoi porti circa il soffitto che stai toccando:
 - a. È più ruvido o più liscio dell'area che lo circonda?
 - b. È più caldo o più freddo dell'area che lo circonda?
 - c. Sporge o rientra rispetto al resto del soffitto?
 - d. È metallico o naturale?
 - e. È piacevole al tatto?
 - f. Lo associ all'aria, all'acqua, al riscaldamento, all'elettricità o alla luce?
 - g. Indovina che cos'è.
 - h. Indicalo con un dito e guarda per verificare le tue percezioni.
 - i. A quante domande hai risposto in maniera corretta?
7. Adesso ripeti quanto fatto nel modo seguente:
 - a. Allunga il braccio e senti il soffitto.
 - b. Una volta che sei connesso con il soffitto, lentamente sposta il braccio verso il basso fino a quando entrambe le tue mani sono posate in grembo, con i palmi rivolti verso il basso, mentre continui a mantenere la connessione con il soffitto.
 - c. Adesso ripeti i passi con cui hai esplorato il soffitto la prima volta, mentre tieni entrambe le mani in grembo.
 - d. Dopo aver risposto a tutte le domande su ciò che hai toccato e continuando a tenere gli occhi chiusi, ancora una volta indica che cosa hai scoperto e apri gli occhi per controllare.
 - e. Fai pratica fino a che non ci riesci. A quel punto sarai in grado di non attirare l'informazione dentro di te, oltre ad aver creato uno pseudopodo dal tuo campo energetico senza usare la mano per instaurare la connessione cinestetica. Così sei più libero di muovere le mani come vuoi per effettuare una guarigione a distanza tramite la connessione cinestetica.
8. Adesso ripeti lo stesso processo senza sollevare le mani dal grembo.
9. Fai la stessa cosa a distanza. Se è possibile, prima di tutto chiedi il permesso a un amico per poter praticare questo processo con lui.
 - a. Effettua una connessione cinestetica con un amico e osservalo.
 - b. Rivolgiti delle semplici domande su di lui.
 - c. Segna l'ora in cui conduci le osservazioni.
 - d. Quando puoi, chiama l'amico e verifica con lui le tue percezioni.

Come danzare tra la mente attiva e la mente ricettiva

1. Decidi che cosa vuoi sapere. Cerca attivamente informazioni immaginando di allungarti con la mente o con una mano e scansionare lo spazio intorno a te. Alla fine sentirai qualcosa. Quando hai individuato dove si trova questo qualcosa, stabilisci una connessione cinestetica per sentirlo meglio.
2. Una volta stabilita la connessione cinestetica, continua a sentirlo e nota ciò che provi. Spostati nello stato mentale ricettivo del testimone e permetti all'informazione di dispiegarsi. Raccogli le informazioni sensoriali al riguardo, ossia fai un elenco mentale delle sensazioni a esso legate. Fai questo nello stato mentale ricettivo del testimone e permetti all'informazione di dispiegarsi.
3. Non cercare d'interpretare le informazioni.
4. Mentre le informazioni si dispiegano, il loro significato diventerà chiaro. Se non accade, torna al punto 1 e poni un'altra domanda.
5. Se l'informazione è chiara e lo desideri, scrivi quanto hai scoperto.
6. Puoi tenere un diario delle osservazioni che conduci con l'HSP (percezione sensoriale superiore), per riferimenti e convalide future.

La natura dell'informazione dell'HSP

Ci sono due tipi fondamentali di informazioni HSP, letterale e simbolico. Come suggeriscono gli stessi nomi, l'informazione letterale si trasmette sia attraverso la percezione fisica sia attraverso la percezione del campo energetico, mentre l'informazione simbolica utilizza i simboli per trasmettere l'informazione.

Informazione letterale. Se guardi qualcuno con una gamba ferita e vedi un osso rotto tramite l'HSP letterale, vedrai l'osso rotto proprio com'è nel mondo fisico. Se osservi con l'HSP letterale al primo livello dell'HEF (campo energetico umano) il punto in cui l'osso è fratturato e l'area circostante, vedrai le linee interrotte della coscienza energetica al primo livello del campo. Le particelle di luce non fluiscono più attraverso le linee del primo livello perché la corrente energetica verticale del primo livello si arresta quando le linee sono interrotte. È proprio come la corrente elettrica che passa in un cavo che s'interrompe se questo è spezzato e il circuito non è completo.

Se guardi poi il secondo livello, vedrai formarsi un ingorgo della coscienza energetica in corrispondenza delle linee interrotte al primo livello. Ciò accade perché la corrente, al primo livello, non è più in grado di guidare la coscienza energetica non strutturata del secondo livello attraverso quell'area. La coscienza energetica smette di fluire e si ammassa in quel punto, solitamente causando un accumulo di coscienza energetica rossa al secondo livello dell'HEF.

Una lesione del campo energetico a entrambi i livelli interrompe la guarigione del corpo fisico molto velocemente. Quando un operatore ricostituisce i livelli del campo energetico che sono stati lesionati, la guarigione del corpo fisico avviene molto più rapidamente. Nei casi acuti, se si effettua subito un lavoro di guarigione sulla lesione il recupero può avvenire in giorni o in ore anziché in settimane.

Informazione simbolica. L'informazione simbolica aiuta ad aggirare la paura dell'operatore di ricevere informazioni che non portano buone notizie al suo assistito. Quest'ultimo può così comprenderne il significato in tempi più adatti a lui.

Ci sono tre diversi tipi d'informazione simbolica:

1. La simbologia della persona oggetto della guarigione. In questo caso l'operatore non conosce il significato dei simboli. Questa soluzione è la meno preoccupante per il guaritore.
2. La simbologia del guaritore.
3. Una simbologia universale, con elementi come il circolo, la spirale o la croce a bracci uguali.

Alcuni guaritori li utilizzano tutti, mentre altri si servono solo di alcuni. Io non uso molto le informazioni simboliche, preferisco quelle letterali.

L'HSP e i livelli dell'HEF correlati al mondo fisico, al mondo del quarto livello e ai mondi spirituali

I primi tre livelli dell'HEF (campo energetico umano) sono correlati al funzionamento nel mondo fisico. L'apertura dell'HSP (percezione sensoriale superiore) fornisce conoscenze sui livelli dell'HEF correlati soprattutto alla vita nel mondo fisico. Il quarto livello dell'HEF è in relazione con il mondo astrale. Una volta che avrai aperto la tua HSP al quarto livello dell'HEF, non solo percepirai il quarto livello del tuo campo energetico e di quello delle altre persone, ma anche il mondo e gli esseri astrali che esistono e vivono a quel livello, privi di corpi fisici. Questo porta a esperienze nel mondo astrale che molto probabilmente non si accordano con il tuo senso di realtà, a meno che tu non abbia avuto una precedente formazione su questi argomenti, che però manca a molte persone. Quando apri la tua HSP oltre il quarto livello, percepisci i livelli più elevati del campo energetico e i mondi spirituali corrispondenti.

Livelli di potenza nell'HEF per diverse HSP e capacità di guarigione

Quando sviluppi la tua HSP, sei capace di fare molte cose contemporaneamente.

È molto importante aumentare la capacità del tuo HEF di gestire maggiori quantità di coscienza energetica che fluiscono in esso. Maggiore è la potenza della coscienza energetica che fluisce attraverso il tuo campo energetico e che sei in grado di gestire *mentre riesci ancora a regolare l'HEF*, maggiori sono le capacità che puoi usare contemporaneamente. Ogni capacità richiede sforzo ed energia. Per esempio, se vuoi effettuare una guarigione e contemporaneamente utilizzare la tua HSP, ciò porterà ulteriore potenza nel tuo campo. È fondamentale allora che tu sia in grado di gestire e di regolare questa forza senza che il campo si frammenti o diventi caotico a causa dell'aumento della coscienza energetica che fluisce in esso.

Segue una lista delle tipiche capacità che un operatore può acquisire, mentre i livelli di potenza dell'HEF, ben regolati, aumentano:

- Il primo livello di potenza, P1, è necessario per portare la consapevolezza cosciente a un particolare livello del campo energetico, diciamo nelle mani. Ciò significa che puoi sperimentare quel livello del campo energetico nelle mani.
- Quando sei in grado di raggiungere il livello P2 e di continuare a regolare il tuo campo energetico, allora puoi sperimentare un particolare livello dell'HEF in tutto il corpo: porti cioè la tua consapevolezza cosciente a quel livello in tutto il corpo.
- Al livello P3 non solo padroneggi le capacità del P2, ma sei anche in grado di usare l'HSP per esperire il campo energetico del soggetto in osservazione allo stesso livello

che hai scelto e che stai sperimentando con le tue mani.

- Al livello P4 sei in grado di operare un cambiamento che favorisca la guarigione del campo energetico della persona al livello che hai scelto.
- Al livello P5 riesci ad apportare un cambiamento che favorisca la guarigione della persona e anche di usare la tua HSP per osservare che cosa stai facendo e quando lo stai facendo. Questa è una combinazione di capacità molto importante.
- Al livello P6 puoi aggiungere la capacità di osservare l'effetto della guarigione sugli altri livelli del campo energetico del tuo assistito.
- Al livello P7 sei in grado di comunicare con la tua guida per tutte le altre capacità che stai usando.
- Al livello P8 puoi comunicare con la guida della persona oggetto della tua osservazione e ascoltare la comunicazione tra le guide. C'è una grande differenza tra comunicare con una guida e canalizzare.

Come creare coerenza nell'HEF

Una delle configurazioni più potenti, sane e rare dell'HEF è un campo energetico coerente. Coerenza significa che tutti i livelli del campo sono in sintonia tra loro, così da permettere un efficace passaggio di energia attraverso ogni livello, oltre che tra i livelli in ogni direzione (verso l'alto o verso il basso). Per rendere un campo energetico coerente è necessario che tutti i chakra a ciascun livello del campo siano delle stesse dimensioni. Come spiegato in precedenza, i chakra esistono a ogni livello del campo: ai livelli strutturati sono composti da linee di luce, mentre ai livelli non strutturati sono composti da coscienza energetica non strutturata di

quella larghezza di banda. Creare coerenza nel campo energetico di una persona non è facile ed è il risultato di un lavoro su di te che effettui mentre percorri il sentiero a spirale della guarigione, che porta al nucleo essenziale. La Figura 6.4 mostra l'immagine di un campo energetico coerente. Mentre la coerenza aumenta nel campo, si sviluppa la possibilità di un'HSP più nitida ed efficace. Io però non ho mai visto un campo coerente. Credo che noi ci troviamo nel mezzo di un processo evolutivo a lungo termine verso la creazione di campi energetici coerenti. Un campo energetico più coerente favorisce la possibilità di una forte crescita energetica del campo.

L'HSP è diversa dalla percezione fisica

Nel processo di apertura della mia HSP (percezione sensoriale superiore), mi sono resa conto di avere molte idee preconcepite sul funzionamento di questo tipo di percezione. Supponevo che fosse simile ai sensi con cui percepiamo il mondo fisico, ma l'HSP non funziona come i nostri normali cinque sensi. Quando ero alle prime armi con l'HSP, ho avuto alcune esperienze piuttosto difficili che mi hanno creato confusione. Di seguito ne elenco alcune.

Provare a comunicare su due livelli alla volta. Ecco un semplice esempio utile a mostrare alcune difficoltà che possiamo sperimentare con l'HSP. Una mattina stavo accompagnando a scuola in auto la mia bambina. Heyoan mi parlava di qualcosa: vedevo la sua forma sul parabrezza della macchina. Al tempo stesso mia figlia mi raccontava un aneddoto riguardante la scuola.

All'improvviso la piccola ha gridato: "Mamma! Non stai ascoltando nulla di quello che dico!".

Non sapevo cosa risponderle dal momento che, a quello stadio del mio sviluppo, non ero in grado di ascoltare sia lei sia Heyoan contemporaneamente. Non volevo mettermi a spiegare che cosa stava succedendo. Ero ancora troppo cauta per riuscire a parlare apertamente di queste cose.

Poco dopo quell'incidente, compresi che dovevo imparare a cambiare in velocità la banda di frequenza su cui ero sintonizzata. Potevo sintonizzarmi su mia figlia, poi rapidamente su Heyoan, e proseguire così, avanti e indietro. Dopo diversi anni di pratica, ho imparato a usare vari tipi di HSP (come vista, udito e sensazione) contemporaneamente e a osservare due persone.

Eppure, considerata l'importanza di ciò che accade in una particolare guarigione, è fondamentale focalizzarsi sui differenti livelli dell'HEF (campo energetico umano) e osservarli con attenzione per sapere chiaramente come procede la guarigione. È importante cambiare rapidamente la frequenza su cui siamo sintonizzati per comprendere in modo nitido lo stato di salute delle diverse zone dell'HEF della persona che abbiamo di fronte, quali sono le sue emozioni e la condizione del suo corpo fisico.

Problemi causati dalla differenza tra HSP e sensi fisici. L'HSP è molto più rapida rispetto alla percezione fisica. Per esempio, è facile ricevere le risposte alle domande prima che abbiamo il tempo di porle. Le persone non capiscono che, proprio nell'attimo in cui formulano una domanda nella loro mente, possono trovare una risposta senza chiederla a voce. Questo a volte è molto disturbante per chi non comprende l'HSP. Ho passato molto tempo ad aspettare con impazienza che una persona finisse di formulare una certa domanda nel mondo fisico, perché l'informazione arrivava tanto velocemente che temevo mi sarei persa qualcosa se non avesse smesso di parlare.

Sono in grado di comunicare su più livelli alla volta, ma ho bisogno di rallentare il flusso d'informazioni per comunicare sul livello fisico, perché è molto lento se paragonato ai livelli superiori dell'HSP. È come la velocità del suono paragonata a quella della luce. Per esempio, questa mattina una mia amica mi ha telefonato per dirmi: "Posso rivolgerti una domanda?". Prima che terminasse di pronunciare quelle quattro parole avevo già sentito, con l'HSP, la frase: "Ha un polipo." Ne avevo visto l'immagine nella mia mente, individuandone le dimensioni e la posizione nel colon: avevo visto che era un peduncolo molto sottile e che era benigno. La mia amica proseguì dicendo: "Daresti un'occhiata al mio colon?". A volte temo di dimenticare le informazioni prima che la persona abbia finito di formulare la domanda.

"Leggere" i pazienti dei medici prima che il medico dica qualcosa a proposito dei sintomi. Un medico che partecipò al gruppo di supporto e formazione organizzato dalla nostra scuola chiese: "Posso farti una domanda a proposito di una mia paziente?".

Io "lessi" immediatamente il campo della signora e raccontai a quel medico ciò che vedevo riguardo alla sua condizione fisica e alle problematiche psicologiche correlate a una perdita recente avvenuta nella sua cerchia familiare. Lui replicò: "Sei riuscita a leggere tutto questo prima ancora che ti dicessi il suo nome? Non vuoi che ti dica come si chiama e qual è il suo problema?".

"No, non è necessario" risposi.

Diversi anni dopo rividi quel medico e gli domandai se l'informazione si era rivelata utile. "Avevi ragione" rispose.

Questo sembrava assurdo ai medici che studiavano nella nostra scuola prima che spiegassi loro come funzionava. Nel momento in cui un medico pensa a un paziente, si connette con lui tramite il campo energetico. Riesco a vedere la

forma con cui l'HEF stabilisce la connessione. Una volta connesso, il medico diventa un corridoio o un portale tramite cui l'informazione può fluire. Quando il medico impara ad aprire la propria HSP, non ho bisogno di leggere l'informazione perché è lui a farlo automaticamente. Molti medici che si sono formati alla BBSH (scuola di guarigione di Barbara Brennan) sono molto bravi con l'HSP e capaci di utilizzare le loro vaste conoscenze per eseguire diagnosi difficili. Di solito, per ovvie ragioni, non rivelano ai pazienti ciò che stanno facendo.

HSP – Vedere la determinazione di uno studente che vuole uno scambio con me. Come insegnante di molti allievi, ho notato questo fenomeno prima di tutto nella mia classe. Ma, a dire la verità, accade anche in altre occasioni. Hai la sensazione che qualcuno ti stia fissando alle spalle: ti volti per guardare ed eccolo.

Questo fenomeno del campo energetico si verifica quando una persona – di solito un allievo – che è nella stessa stanza o vicino a me decide che stabilirà un contatto con me a qualunque costo. (Sono molte le persone che hanno domande da pormi e per me è semplicemente impossibile rispondere a tutti individualmente.)

Ecco che cosa accade. Non appena quella persona prende la decisione, mi manda un flusso molto sottile (4-5 cm di diametro) di coscienza energetica insistente e l'attacca al mio campo energetico. A volte c'è anche un gancio. Come puoi ben immaginare, è molto fastidioso. Il mio sistema entra automaticamente in allerta e rapidamente mi metto a seguire il filo di muco fino all'origine. All'inizio avevo l'abitudine di spostarmi, in maniera che un'altra persona venisse a trovarsi tra l'allievo che aveva creato lo pseudopodo e me. Questo semplice movimento di solito era sufficiente a interrompere la concentrazione dello studente e a bloccare la comunicazione. A quel tempo ero ancora troppo riservata per parlare di queste cose e non volevo

ferire i sentimenti dell'allievo, dal momento che questi era inconsapevole del proprio comportamento. Poi spiegavo a tutta la classe ciò che lo studente voleva sapere, senza riferirmi a lui in particolare.

Ho anche aggiunto l'argomento delle "richieste insistenti" alle lezioni per aiutare gli studenti a comprendere come si verifica questa condizione e che effetto ha su di noi.

HSP – Confermare la "visione" di uno dei partecipanti al seminario. Mi accadde per la prima volta molti anni fa. Stavo lavorando con uno dei partecipanti a un mio seminario che cercava di leggere ciò che accadeva nel corpo di un altro con cui stava svolgendo l'esercizio. Voleva sapere se ciò che vedeva era corretto.

Così, per dargli conferma, decisi di osservarlo mentre osservava. Dissi: "Guarda ancora il tuo compagno e dimmi che cosa vedi."

Il mio piano consisteva nel controllare che cosa stesse osservando, seguendo lo pseudopodo di energia che entrava nel suo compagno, guardare io stessa e poi verificare la descrizione che quello studente mi avrebbe fornito a livello fisico. Ma non accadde questo. Con mia sorpresa, con l'HSP vidi un'immagine all'interno della sua mente di ciò che stava osservando. Ero così felice che davanti a tutti presi a saltare su e giù dal palco, con la mano serrata sulla bocca.

Protocollo per usare e dare informazioni ottenute con l'HSP rivolto ai professionisti della guarigione

A mano a mano che sviluppi l'HSP, ti troverai a gestire una grossa quantità d'informazioni che riceverai volontariamente, accidentalmente o incidentalmente. Ho visto utilizzare queste informazioni in molti modi errati. E ciò può diventare un problema sia per chi osserva sia per

la persona che è oggetto di osservazione. Diverse esperienze mi hanno insegnato a stabilire un rigido protocollo mirato a gestire queste informazioni, i cui punti sono delineati qui di seguito.

Protocollo per gestire le informazioni ottenute tramite HSP

1. Non prendere né dare mai informazioni in un luogo inappropriato, come all'esterno del tuo studio o fuori dall'orario di visita. È possibile fissare appuntamenti speciali, anche telefonici (assicurandoti che la persona non sia da sola e sia nella propria abitazione). Non dare mai informazioni all'esterno, come in auto, sul treno, in corridoio, a una conferenza, a un concerto, a una festa o durante altri eventi sociali. (Mi sono state rivolte domande in tutte queste situazioni inappropriate e non protette. Le persone probabilmente non hanno idea dell'impatto che queste informazioni possono avere su di loro.) A volte può essere opportuno fornire informazioni durante un seminario sull'HSP, a scopo dimostrativo, ma solo se il contenuto dell'informazione è positivo e può essere trasmesso a tutti gli studenti presenti. Se non è così, meglio evitare.
2. Verifica l'informazione con almeno tre sensi e rileggila almeno tre volte. Io ne uso quattro: visivo, uditivo, cinestetico e la canalizzazione da Heyoan. Controllo l'informazione diverse volte.
3. Raccogli informazioni fino a quando sono sufficienti perché tu possa spiegarne chiaramente il contenuto a qualcuno senza l'HSP. Impara a tradurre l'informazione in un linguaggio semplice.
4. Cerca di capire con chiarezza quali informazioni è opportuno rivelare al soggetto in osservazione. Molte volte non è appropriato rivelare tutte le informazioni.
5. Raccomanda sempre a chiunque abbia un problema di salute serio di consultare il proprio medico. Chiarisci l'importanza di questo aspetto. Afferma con chiarezza che tu non effettui diagnosi di malattie a meno che, ovviamente, tu non sia un medico abilitato.
6. Non dire mai a nessuno che ha un problema di salute serio a meno che tu non sappia esattamente come la prenderà.
7. Non fornire mai regolari sessioni di guarigione a nessuno che sia affetto da una grave malattia, a meno che questa persona non sia anche in cura da un medico.
8. Se la persona rifiuta di vedere un medico, mandala da un terapeuta autorizzato che gestirà la questione. Oppure stabilisci una data a breve termine entro la quale la persona si faccia visitare da un medico, per poi portartene la prova. In una situazione tanto dolorosa potrebbe essere necessario interrompere la guarigione: non puoi sostituirti al medico. Molte persone che scelgono di andare da un operatore di tecniche psicocorporee sono terrorizzate all'idea di ricevere una diagnosi e preferiscono evitarlo. Alcune smettono di andare dal medico proprio dopo la diagnosi.
9. In quanto operatore, chiedi il permesso al tuo assistito di parlare con il suo dottore, per capire se questi è interessato a discutere del caso con te. Alcuni medici accettano il confronto, altri no: alcuni non amano per niente i guaritori.
10. Una volta, un medico assistette alla guarigione che stavo eseguendo su un suo paziente e prese appunti mentre leggevo il campo energetico e spiegavo il procedimento.

Altri punti importanti

1. Se il medico è interessato alle informazioni che puoi fornirgli, trova il modo di comunicare con lui. Un uso improprio delle informazioni e una mancanza di chiarezza delle stesse danneggia la relazione bioenergista-medico.
2. Se fatto correttamente, lavorare in accordo con un medico può essere molto utile per la salute di una persona.

Capitolo 6 – Autovalutazione. Il tuo percorso di apertura dell’HSP

1. Elenca quali sono i principali sensi dell’HSP che utilizzi.
2. Qual è il tuo senso preferito?

3. Come sono correlati alle tue esperienze infantili i sensi che hai sviluppato?
4. Come sono correlati alle tue esperienze infantili i sensi che non hai sviluppato?
5. Elenca ogni esperienza sgradevole in cui ti sei imbattuto a causa dell’HSP.
6. Le hai tenute segrete perché erano inappropriate o perché non eri a tuo agio con l’HSP?
7. C’è un modo migliore per gestire le informazioni ottenute con l’HSP?
8. Fai pratica seguendo il protocollo per un uso appropriato dell’HSP. Quale parte è per te più difficile da seguire? Riscontri problematiche legate ai confini?

7. Entra nelle realtà del quarto livello

*Niente si crea al di fuori della co-creazione.
Non esiste creazione individuale
a meno che tu non consideri la tua relazione
con l'intero universo, manifesto
e non manifesto.*

– HEYOAN

Che cos'è la realtà del quarto livello? *La realtà del quarto livello è il mondo delle relazioni. È l'aspetto della coscienza energetica che si esprime nei rapporti con le nostre famiglie, con gli amici e con tutti gli altri. In quanto mondo di coscienza energetica, il quarto livello contiene oggetti, forme pensiero ed esseri che spaziano dagli angeli ai diavoli.*

Unisciti a me in questo affascinante viaggio alla scoperta delle realtà del quarto livello.

Flatlandia

C'è un libro molto interessante intitolato *Flatlandia. Racconto fantastico a più dimensioni*, scritto dal matematico Edwin A. Abbott. Nel piatto mondo bidimensionale di Flatlandia, esistono solo le coordinate X e Y, proprio come su un foglio di carta (l'asse orizzontale delle coordinate è X, mentre quello verticale è Y). Proprio perché è piatto come un foglio di carta, in questo spazio possono vivere solo esseri bidimensionali. Gli abitanti di Flatlandia non

hanno un asse delle coordinate Z, ossia la terza dimensione.

Nel libro gli abitanti di Flatlandia conducono una vita ordinaria e tutto sembra andare bene fino a quando, un giorno, si presenta un individuo proveniente dalla terza dimensione che sconcerta tutti. Inizialmente gli abitanti bidimensionali scelgono d'ignorarlo, ma poi uno di loro decide di comprendere che cosa stia accadendo e scopre l'esistenza di un essere tridimensionale. Entusiasta, prova a condividere quanto appreso con gli amici. Ma nessuno gli crede e alla fine tutti lo additano come pazzo. Più egli parla di queste strane creature tridimensionali, più gli altri sostengono che sia matto. Alla fine decide che è meglio non parlarne più.

La stessa cosa accade con le realtà del quarto livello. Ritengo che la storia di Flatlandia sia un utile punto di partenza per cominciare a considerare la possibile esistenza di questo tipo di realtà, per iniziare a comprenderlo e accettarlo. Anche noi guaritori ci scontriamo con questa problematica: trovare un senso a qualcosa che travalica la nostra esperienza di vita. Ma è davvero così?

La teoria dei molti mondi nella guarigione

La formazione di chi vuole diventare un guaritore bioenergetico include l'esperienza di altre dimensioni di vita, o "altri mondi". L'idea che esistano altri mondi è presente nella storia

umana da tempo immemore. Con lo sviluppo della scienza e del metodo scientifico tali idee sono diventate inaccettabili perché sprovviste di prove tangibili. Accantonate le vecchie superstizioni, oggi l'ipotesi che possiamo esistere anche in altre dimensioni è tornata in auge come un mezzo per ampliare la comprensione di noi stessi e delle nostre vite, per accrescere la capacità di essere più sani e più felici. La domanda è: in che modo la nostra attuale comprensione del mondo naturale può aiutarci a guardare ai cosiddetti "altri mondi" di cui percepiamo l'esistenza da secoli? Alla maggior parte delle persone la risposta non interessa perché è spaventata alla sola idea di questi "altri mondi". Proviamo ad affrontare le paure ed esploriamo il nostro lontano passato alla ricerca d'informazioni che possano dare una risposta alla domanda.

Gli sciamani nativi americani

Gli sciamani nativi del Sud e del Nord America si riferivano a tali esperienze con le espressioni "tempo dei sogni" o "mondo dei sogni". I nativi americani ricorrevano a rituali e meditazioni di gruppo e individuali per scoprire le abitudini di vita degli animali selvatici dei loro territori, per poterli cacciare più facilmente. Utilizzavano questo tipo di rituali anche per fini religiosi, oltre che per mantenere un equilibrio con il mondo naturale, che consideravano sacro in ogni sua parte. Queste tradizioni continuano ancora oggi.

Le religioni arcaiche femminili

Le religioni che celebravano divinità femminili furono predominanti per migliaia di anni prima dell'imporsi delle odierne religioni in cui prevale l'elemento maschile. Le donne erano onorate in quanto punto di contatto tra

l'ineffabile e il mondo fisico, e perché davano all'uomo la possibilità di piantare il suo seme per continuare la vita sulla Terra. Molte antiche statue di sacerdotesse presentano serpenti arrotolati intorno alle spalle, alle braccia o al collo. Il serpente è il simbolo antico di kundalini, la forza dell'energia di luce che corre lungo la spina dorsale, per irradiare il corpo e la mente e rendere possibile l'illuminazione. Molte pratiche meditative per raggiungere l'illuminazione si esercitano tramite il risveglio di kundalini.

Più tardi, la cristianità, durante la sua espansione verso nord, raggiunse le isole britanniche e conobbe l'antica religione celtica che onorava la divinità femminile: era la religione dei nativi che vivevano a stretto contatto con la Terra. Questi popoli seguivano i naturali cicli della vita, come facevano tutte le creature. Vivevano secondo precisi rituali e onoravano ogni stagione con una cerimonia. Tutto era considerato vivente, ossia carico di energia. Le sacerdotesse in particolare avevano sviluppato metodi di guarigione che utilizzavano l'energia delle piante e l'erboristica. Erano solite salire sulla cima di una collina sacra per sollevare il velo che separa i diversi mondi. Era un'azione molto naturale.

La religione celtica fu poi soppiantata da quella cristiana e gli "altri mondi" dei celti furono sostituiti da inferno e paradiso. I cristiani giudicarono "idolatre" le sacerdotesse celtiche che celebravano l'antico culto e condannarono i loro seguaci alla dannazione eterna. È un gran peccato che persone con un diverso sistema religioso giudichino e condannino chi non condivide le loro convinzioni.

Interpretazioni moderne dell'esistenza di altri mondi

Nella cultura occidentale odierna, mentre continuiamo a credere nelle nostre antiche tradizioni religiose, abbiamo anche cominciato a

dare un nome alle esperienze con cui entriamo in altri mondi, definendole “stati alterati di coscienza”. Ricerche molto accurate hanno mappato le onde cerebrali mettendole in correlazione con alcuni tipi di esperienze di alterazione. Prendiamo in esame le moderne indagini alla scoperta di altri mondi o di stati alterati di coscienza, a partire dal lavoro di Robert Monroe, del Monroe Institute del West Virginia, vicino a Charlottesville.

Gli studi di Robert Monroe

Robert Monroe ha condotto un'ampia ricerca su quelli che ha definito *territori dei sistemi di convinzioni* che lui e i suoi colleghi hanno sperimentato entrando in diversi stati, o livelli, di coscienza. Monroe riuscì a mettere in relazione questi stati ad alcuni schemi di andamento frequenziale misurati nel centro del cervello di soggetti che praticavano la meditazione a lungo, come i monaci tibetani. Monroe sviluppò Hemi-Sync®, un semplice metodo per ricreare le frequenze tipiche della meditazione nella mente di chiunque. Utilizzando delle cuffie per dirigere frequenze leggermente diverse in ciascun orecchio, Monroe riusciva a controllare la frequenza delle onde cerebrali. Per questo fu in grado di riprodurre le diverse frequenze che corrispondevano ai diversi stati meditativi in cui i monaci tibetani praticavano.

I monaci tibetani meditavano regolarmente per diverse ragioni: per calmare la mente, per sperimentare altri mondi e anche per prepararsi alla morte. PoHa è lo studio della meditazione che ci consente di attraversare questi altri mondi/stati di coscienza praticando la consapevolezza focalizzata sulla chiara luce degli stati elevati di coscienza. Secondo la tradizione buddista, subito dopo la morte si attraversano altri mondi, chiamati bardi. Questi mondi sono gli stati di coscienza attraverso cui l'anima viaggia

ed è indotta in tentazione. Le tentazioni, però, sono in realtà proiezioni che originano dalle parti oscure della psiche del morente.

Fondamentalmente, ogni cultura sulla Terra ha una propria idea dei mondi che stanno oltre la realtà fisica. Nel mio percorso professionale e negli anni, ho avuto molte esperienze di altri mondi che mi hanno fatto comprendere, passo dopo passo, cosa c'è oltre la realtà fisica.

L'HEF e i mondi della coscienza energetica

I mondi oltre la realtà fisica corrispondono ai livelli più elevati del campo energetico umano (HEF), mentre i primi tre livelli del campo sono associati alla costruzione di un corpo e di una vita fisica. I livelli più elevati (dal quarto al settimo e oltre) sono una parte molto importante del sé associata alla vita oltre la realtà fisica, ma hanno un impatto anche su quest'ultima.

Quando impariamo a percepire il quarto livello del campo energetico umano, siamo in grado di sentire il mondo del quarto livello, che esiste oltre il mondo fisico tridimensionale e circonda anche la realtà fisica. La banda di frequenza del mondo del quarto livello è superiore, pari e inferiore a quella del mondo fisico.

Una volta che hai imparato a osservare e a entrare nel mondo del quarto livello, ti occorrerà un po' di tempo per abituarti. È diverso dal mondo fisico e funziona in modo differente. Dopo che ci siamo entrati le prime volte, ci aspettiamo naturalmente che esso funzioni secondo le leggi del mondo fisico. Ma non è così. In un primo momento questo può confonderci e spaventarci. Se però osserviamo con attenzione, scopriamo alcune leggi di base che ne regolano il funzionamento. Pur trattandosi comunque di un'azione impegnativa, questa comprensione ci permette di entrare nel mondo del quarto livello con maggior conforto.

Come aprire l'HSP, il tuo cammino personale

Come ho scritto nel Capitolo 6, per entrare nel mondo del quarto livello è necessario prima di tutto aprire la propria percezione sensoriale superiore ai livelli dall'uno al tre dell'HEF (campo energetico umano). Questo ci aiuta a orientarci meglio quando penetriamo nel mondo del quarto livello.

Le prime esperienze di percezione sensoriale superiore (HSP) di solito sono molto semplici. Potresti fare un sogno che ha un significato particolare a proposito di qualcosa che potrebbe accaderti. Potresti avere una visione oppure udire parole nella tua testa. Se, d'altro canto, stai vivendo una situazione particolarmente difficile o che comporta un pericolo di vita, allora le esperienze di percezione sensoriale potrebbero essere anche più incisive.

Il primo senso HSP ad aprirsi determinerà il tipo di esperienze che avrai. Se per primo si apre il senso dell'udito, sentirai suoni, musica o informazioni. Se è la vista, vedrai cose straordinarie. Comincerai a verificare le informazioni combinando i diversi sensi, come facciamo nel mondo fisico. Per esempio, puoi udire un rumore forte, simile a un rimbombo, come se il terreno si muovesse un po' e poi, alzando lo sguardo, vedere un camion che si avvicina. Ti aspettavi già di vederlo a causa delle informazioni che avevi ricevuto dai primi due sensi e, ovviamente, grazie a quanto sai del camion dalle tue precedenti esperienze.

Se permetti alle tue esperienze di dispiegarsi e non cerchi d'interpretarle immediatamente, allora la tua HSP si svilupperà. Prenditi un po' di tempo per raccogliere informazioni, piuttosto che optare per una risposta immediata e semplicistica. Lascia che la tua HSP si sviluppi in maniera funzionale per te.

Sperimenta il mondo del quarto livello attraverso l'HSP

Una volta che avrai sviluppato l'HSP e l'avrai regolata sul quarto livello dell'HEF, percepirai gli esseri di quarto livello. In un primo momento accadrà in sogno, perché lo stato onirico favorisce l'integrazione di quest'esperienza nel tuo sistema di realtà.

I sogni probabilmente sono le esperienze di quarto livello meglio accettate. Può capitare, per esempio, che alcune persone sognino degli angeli o abbiano sogni premonitori di qualcosa che potrebbe accadere, come un incidente d'auto. La precognizione e i sogni si presentano in ognuno dei sensi HSP che abbiamo visto nel Capitolo 6. Ma dal momento che stai dormendo, dici a te stesso che va bene, che non stai diventando matto e che è solo un sogno. Probabilmente spererai anche di farne un altro. La nostra società accetta che gli angeli ci facciano visita in sogno. I sogni vanno bene: tutti sognano. Ma potrebbe essere solo l'inizio.

Quando cominciai a vedere gli angeli, non lo raccontai a nessuno e mi biasimai pensando: "Ma chi ti credi di essere? Solo le persone speciali vedono gli angeli." Più tardi, dopo aver visto altri angeli, ammisì con me stessa di avere le visioni. Una visione è un'esperienza sicura quasi come un sogno. In tutte le religioni si parla di persone che hanno visioni. In un certo senso, definirle visioni è un modo per non interrogarsi troppo se siano esperienze reali quanto la realtà fisica. Una visione è ancora un'esperienza incerta, tra il reale e l'irreale.

Se continui ad avere delle visioni, alla fine arrivi a un punto in cui metti in discussione il tuo criterio d'intendere la realtà. Ecco come funziona. Diciamo che in principio hai una visione di un essere spirituale, forse un angelo o una guida. Poi senti che questo essere parla con te. Sentire un angelo o una guida che parla con te è nor-

male se si tratta di visioni e continui a pensare di essere vittima di un'allucinazione.

Poi poni una domanda alla visione e l'angelo/guida ti risponde! Allora cominci a pensare che forse non è proprio un'allucinazione. Be', forse le visioni rispondono alle domande, anche se questa spiegazione per qualcuno può risultare un po' tirata.

Successivamente senti la presenza dell'angelo/guida e ti allontani sempre più dall'idea della visione. Vedi l'essere mentre parla con te: tu poni una domanda e lui o lei ti risponde. Ne senti la presenza, poi l'essere ti tocca e anche tu riesci a sentirlo. Hai superato l'idea della visione: è una spiegazione che non regge più. L'interazione adesso è una relazione. Addirittura senti la qualità dei sentimenti diretti verso di te e l'intento dell'angelo/guida. Forse sperimenti anche, intorno a te, l'ambiente in cui vive quell'essere. Adesso hai chiaramente varcato la soglia e stai sperimentando il mondo del quarto livello.

Facciamo un passo indietro e osserviamo quest'esperienza per capire che cosa accade nell'HEF. Prima di tutto vedi, hai una visione. Quest'informazione proviene dal tuo sesto chakra che si apre su una frequenza più elevata del quarto livello dell'HEF. Ricorda, il quarto livello corrisponde al mondo del quarto livello, che ha una banda di frequenza più ampia e si espande sia sotto sia sopra i sistemi di vibrazione del mondo fisico terreno. Il mondo del quarto livello è pieno di esseri che possono essere molto evoluti e quindi molto leggeri, luminosi e angelici ma comprende anche esseri non ancora progrediti, come gli esseri umani.

Dopo aver visto l'angelo/guida, lo senti parlare con te. Hai appena aperto il tuo quinto chakra al quarto livello nello stesso spettro di frequenza. Quando poni una domanda, usi anche il quinto chakra. Quando sperimenti i sentimenti che sono diretti nei tuoi confronti, come amore e cura, hai aperto il quarto chakra al quarto livello del tuo HEF. Quando senti la

presenza e il tocco dell'essere, hai aperto il primo chakra al quarto livello dell'HEF. Se capisci l'interazione e la comunicazione, significa che hai aperto il terzo chakra al quarto livello dell'HEF. Se percepisci qualcosa che ti riguarda a partire da quest'interazione, allora hai aperto il tuo secondo chakra al quarto livello del tuo HEF. Per cui, essenzialmente tutti i sei chakra sono aperti e funzionanti al quarto livello del tuo HEF, che corrisponde al regno di quarto livello. Da ciò ne consegue che stai sperimentando anche il tuo corpo di quarto livello. Se continui ad accettare questa esperienza, aprirai il chakra della corona al quarto livello del tuo HEF. In questa maniera, sperimenterai te stesso come parte del mondo del quarto livello – dove si trova l'angelo/guida – invece di sentire il mondo del quarto livello come qualcosa di esteriore, come se ti trovassi all'interno di un film interattivo.

Le esperienze infantili influenzano la percezione sensoriale superiore

Per molti anni non fui in grado di riconoscere le mie prime esperienze nei mondi oltre la realtà fisica. Non capivo che stavo entrando in spazi esperienziali al di là delle tre dimensioni cui siamo abituati. Ma dopo aver studiato i fenomeni che per tanto tempo mi erano sembrati inspiegabili, cominciai a realizzare che potevo capire meglio le mie esperienze dalla prospettiva delle realtà del quarto livello. Queste realtà sono molto diverse dal nostro mondo fisico a tre dimensioni.

Da bambini tutti noi abbiamo sperimentato i mondi oltre la realtà fisica. Alcune esperienze infantili sono frutto di fantasie; altre sono esperienze di realtà del quarto livello, come gli amici immaginari invisibili agli adulti. Nel paragrafo successivo descrivo alcune mie esperienze vissute nell'infanzia con questo livello di realtà.

E a te, è capitato di averne?

Le esperienze infantili influenzano l'interpretazione delle realtà del quarto livello

Mio papà mi portava a pescare alle cinque del mattino: m'insegnò a remare silenziosamente, in maniera che i remi non facessero rumore entrando e uscendo dall'acqua. Mi riusciva piuttosto bene. Amavo il silenzio, intervallato di tanto in tanto dal rumore di un pesce che guizzava sulla superficie per catturare un insetto. Potevo sentire la tensione dell'acqua rompersi. Ogni mattina qualche piccolo banco di nebbia si addensava qua e là e la brezza leggera increspava le acque immobili del lago, creando piccole correnti. Quando ce ne andavamo per cominciare la giornata, il sole splendeva luminoso nel cielo.

Tutte queste esperienze contribuirono a formare la mia percezione sensoriale superiore. Trascorsi ore e ore seduta in silenzio sulla barca, immobile, con tutti i sensi in allerta per percepire il mondo naturale che mi circondava. Non ho mai pensato che fosse una sorta di meditazione: ero tranquilla e in silenzio. Sono grata a mio padre per queste esperienze.

L'influenza della mamma su di me fu diversa. Nella famiglia di mia madre c'è una lunga tradizione per quanto riguarda il "sesto senso": sembra che mia nonna vi ricorresse di continuo, come faceva anche mia madre. Nella famiglia di mio padre gli uomini, molto tempo fa, erano tutti membri della massoneria, la società segreta che contribuì a fondare e a costruire gli Stati Uniti.

Gli "altri mondi" non sono mai stati considerati qualcosa di "speciale". Erano una parte naturale della vita. Mamma aveva una fede incrollabile nel divino, la fede di un granello di senape, come si dice nel Vangelo di Luca. Non ha mai vacillato. Diversi anni fa si sottopose a un quadruplo intervento di bypass e vide gli angeli intorno al tavolo della sala operatoria. Sapeva

sempre quando stava per accadere qualcosa. Sapeva quando il telefono avrebbe squillato e se avrebbe portato notizie buone o cattive. "Una semplice sensazione" diceva. A volte aveva la percezione che qualcuno stesse per morire: non sapeva chi fosse, ma solo che sarebbe accaduto. Alcune delle sue sorelle, le mie zie, frequentavano regolarmente dei guaritori.

L'effetto delle esperienze infantili negative sulla percezione sensoriale superiore

Quando ero "cattiva" mia madre mi puniva con delle sculacciate. Ma mio padre mi spaventava di più. Se, rientrato dal lavoro, veniva a sapere da mia madre che mio fratello e io non ci eravamo comportati bene, esplodeva in un accesso di rabbia e ci picchiava.

Divenuta un po' più grande, mio fratello cominciò a prendermi in giro, dicendomi spesso che non ero figlia dei miei genitori, che mi avevano trovata sotto una roccia. Allora mi arrabbiavo. A seguito di queste esperienze imparai a usare la percezione sensoriale superiore per capire dove sarebbe scoppiata la tempesta successiva. Lo sviluppo della mia HSP ebbe quindi un duplice aspetto: quello del mondo naturale pacifico e meditativo che percepivo sulla barca in mezzo al lago o mentre giocavo nei campi o nei boschi, e quello che usavo per evitare ogni scontro con i miei familiari. Credo che quei bisticci siano stati una delle ragioni per cui da piccola trascorrevi tanto tempo seduta in mezzo alla natura.

Questo è un problema generale che tutti quelli che usano la percezione sensoriale superiore devono affrontare, *perché la maggior parte delle persone che l'ha sviluppata lo ha fatto per cercare di difendersi*. Alcuni individui tendono a cercare sempre il pericolo e ciò che c'è di sba-

gliato, invece di osservare la situazione in atto. Una delle signore che assisto, per esempio, da piccola veniva chiusa nell'armadio dalla madre. Là dentro era buio e spaventoso, fatta eccezione per la lama di luce che penetrava dalla fessura sotto la porta. La signora mi raccontò di aver imparato (mentalmente ed emozionalmente) a uscire passando dalla lama di luce sotto la porta per trascorrere le proprie giornate "fluttuando" fino ai luoghi in cui desiderava andare. *Quindi usava l'HSP per superare la paura e rimanere vigile per difendersi da eventuali situazioni negative.*

Durante l'insegnamento della percezione sensoriale superiore nella nostra scuola, stiamo molto attenti a far capire agli allievi la differenza tra cercare ciò che non va bene e osservare la situazione in corso. Se in ogni frangente cerchiamo ciò che non va, l'HSP sarà facilmente distorta verso il negativo e lo studente perderà di vista la persona con cui ha a che fare. Abbiamo sviluppato metodi speciali d'insegnamento in maniera che lo studente possa individuare la propria frammentazione interna, che influisce non solo sulla sua HSP ma anche sulla capacità di sviluppare una dote di guarigione a livello professionale.

Le mie prime esperienze con gli "altri mondi"

C'è stata un'altra esperienza importante che ha influito negativamente sullo sviluppo della mia HSP: assistere alla morte di tanti animali, sia quelli della fattoria sia quelli selvatici che mio padre cacciava. Osservavo con molta attenzione il processo della morte nel momento in cui l'animale passava da un mondo all'altro. Guardavo le energie vitali richiamate all'interno e verso l'alto mentre l'animale lottava durante la transizione. Era al tempo stesso affascinante ed educativo e, ovviamente, terrificante, perché sapevo che un giorno sarebbe toccato anche a

me. Come risultato di queste esperienze, m'incuriosii a proposito dell'interazione tra i mondi fisico e spirituale. Mi domandavo come fosse lasciare questa esistenza per una vita nel mondo spirituale. Cercavo anche d'immaginare come potesse essere la morte e molte notti rimanevo sdraiata cercando di vivere quel momento di passaggio, senza riuscirci.

Quando c'era la luna piena e in camera mia faceva molto freddo, mi proiettavo fuori dalla finestra e andavo sulla Luna. Era un sogno? Chi lo sa! Ho "sognato" spesso di fluttuare nella mia stanza.

Di notte il mio problema principale era alzarmi per andare al gabinetto, che si trovava al piano inferiore. A volte mi svegliavo al mattino scoprendo di aver bagnato il letto. Mi arrabbiavo molto perché mi sembrava di ricordare chiaramente di essere scesa per andare in bagno. Alla fine la mamma mi portò da un medico per risolvere il problema. Il dottore le disse di sculacciarmi ogni mattina in cui mi sarei svegliata nel letto bagnato. E lei lo fece. Credo che questo mi abbia dato la motivazione per trovare un modo d'interrompere quegli incidenti. Ce la misi tutta. Decisi che quando avevo l'impressione di andare in bagno probabilmente si trattava di un sogno. Poi ebbi un'idea. Notai che nel "sogno" scendevo le scale come se sciaassi lungo un pendio. Così ogni volta che di notte mi accorgevo di "sciare" giù per le scale fino al bagno, sapevo che dovevo in qualche maniera obbligarmi a ritornare in camera per riprendere il mio corpo. Mi ci volle un po' di pratica, ma alla fine fui in grado di fermarmi, voltarmi indietro e andare a prendere il mio corpo con cui scendere le scale a piedi. E smisi di bagnare il letto.

In seconda o in terza media mi capitò un'altra esperienza interessante. Ricordo che ero seduta su un'altalena nel cortile di casa, piangendo a profusione perché l'amore della mia vita non era ancora nato. Qualche anno fa mi sono ricordata di questo episodio e ho realizzato che in

effetti avevo ragione. Mio marito, l'amore della mia vita, in quel momento non era ancora nato.

Crescendo misi insieme tutte queste esperienze cercando di trarne un significato e divenni ancora più curiosa.

Alcune delle mie prime esperienze da adulta nel mondo del quarto livello

Prima di tutto voglio chiarire che nessuna delle vicende che descrivo in questo libro è correlata all'uso di droghe o alcol. Non bevo, non assumo droghe né l'ho mai fatto in precedenza. Non ho nemmeno mai fumato una sigaretta. Tutte queste sostanze sono terribilmente nocive sia per il corpo fisico sia per l'HECS, perché perturbano la salute naturale del campo energetico, abbassano la frequenza e diminuiscono la coerenza. Ecco quali sono state le mie prime esperienze al quarto livello, ne condividerò altre nel Capitolo 10.

La prova del tunnel. Mentre stavo smettendo di lavorare come operatrice bioenergetica per diventare guaritrice spirituale, affrontai alcune esperienze insolite che si verificarono nel bel mezzo della notte. Per due notti di fila sentii come se qualcuno cercasse di tirarmi fuori dal corpo mentre stavo dormendo. Ma io resistetti. La terza notte mi svegliai e vidi un essere nell'angolo della stanza: pensai fosse un angelo.

“Ciao angelo!” dissi, poi mi riaddormentai e vissi un'esperienza profonda che cominciò come un sogno.

Mi ero alzata nel mezzo della notte e, seduta in bagno, guardavo il mio viso riflesso nella placca d'ottone che circondava la maniglia. Mentre osservavo l'immagine vidi che i miei capelli da biondi diventavano neri, con un taglio afro. Poi il mio volto si trasformò in quello di un uomo dalla pelle scura.

All'improvviso mi ritrovai di nuovo nel letto e non stavo più sognando, ma vidi due esseri che cercavano di tirarmi fuori dal corpo. Da un lato c'era l'uomo dalla pelle scura che indossava un vestito tipico africano rosso-arancione, dall'altro c'era l'angelo. Cercai di resistere ma la forza con cui gli esseri mi tiravano era troppa perché riuscissi a rimanere nel mio corpo. Era come se un vento impetuoso soffiasse attraverso di me, riuscivo persino a sentirne il suono. Il vento creò una forza di suzione che mi tirava verso l'esterno. I miei timpani vibravano come se fossero percossi da una corrente interna.

Quando i due personaggi mi tirarono fuori dal corpo, mi dissero: “Ti metteremo alla prova per vedere se sei in grado di seguire la volontà divina, perché tu possa diventare una guaritrice. Sei d'accordo?”.

“OK!”.

“Proviamo a vedere se riesci a lasciar andare quanto occorre per attraversare questo muro di cemento spesso mezzo metro.”

“OK!” risposi, ricordandomi che tra una molecola e l'altra c'è molto spazio. Lasciai andare e mi abbandonai. Attraversammo il muro, poi rientrai nel mio corpo.

“Bene. Adesso una prova un po' più difficile. Sei pronta?”.

“Sì” dissi, con un cenno d'assenso del mio capo energetico.

Mi portarono all'interno di un tunnel scuro. Tutto si fece nero: sentivo una grande pressione. Mi sembrava che mi stessero spremendo fino a farmi morire. Alla fine riuscii a vedere una luce in fondo al tunnel. Non procedemmo fino alla luce ma ci fermammo poco prima, per tornare indietro. Più tardi realizzai che si trattava del tunnel tra la vita e la morte. (Vedi il Capitolo 15 per la descrizione dell'HEF nelle persone morenti.)

In quel periodo stavo ricevendo le guarigioni da un insegnante di New York, come parte della formazione per diventare io stessa una guaritri-

ce. La settimana seguente mi recai nel suo studio e l'insegnante mi domandò: "Come stai?".

"Ah be', una notte mi è capitato che qualcosa cercasse di tirarmi fuori dal corpo, ma ho opposto resistenza. Poi ho visto un angelo nell'angolo della stanza."

"Ero io. Continuavi a dirmi che ero un angelo. Cercavo di tirarti fuori dal tuo corpo, ma opponevi resistenza."

"Oh! Eri tu?".

"Sì, ma dal momento che resistevi tanto strenuamente, ho domandato a Sai Baba di aiutarmi a vincere la tua opposizione."

"Oh, ecco chi era l'uomo dalla pelle scura e dall'aspetto africano! Mi avete portato nel tunnel tra la vita e la morte per vedere se fossi in grado di accettare la volontà divina tanto da diventare una guaritrice. È vero?".

"Sì."

"Ho superato l'esame?".

"Sì, molto bene."

Nel giro di tre mesi dalla prova del tunnel, mi ritrovai sommersa dalle richieste di persone che desideravano che li trattasi con massaggi e pratiche bioenergetiche e di guarigione. Non mi ero fatta alcuna pubblicità: venivano da me, stavano meglio e lo dicevano ai loro amici. Non riuscivo a gestire tutte le chiamate né l'agenda, così assunsi una segretaria e un assistente e fui costretta a mandare alcune persone da altri terapisti. Il mio lavoro come guaritrice prosperava.

Angeli e guide, quanti sono!

Per molti anni ho visto tantissimi angeli e guide, di ogni tipo. Tutti gli angeli che ho incontrato avevano le ali. Le guide di solito no, erano di forma e di aspetto differente secondo la cultura e i sistemi di convinzione della persona con cui volevano comunicare. Heyoan mi ha detto che le guide assumono qualsiasi forma sia necessaria perché noi le accettiamo e le ricono-

sciamo. Vogliono stabilire una comunicazione con noi principalmente per insegnarci e aiutarci a percorrere il nostro cammino verso l'unità. Secondo Heyoan, le guide sono esseri che si sono incarnati molte volte e per questo motivo hanno una diversa relazione con il mondo fisico rispetto agli angeli.

Gli angeli vivono nei regni della vibrazione elevata del quarto livello, oltre che negli alti mondi spirituali che si trovano sopra al quarto livello. Non sempre capisco che cosa stiano facendo. Diversi arcangeli hanno partecipato alle sessioni di guarigione che ho tenuto al Pathwork Center di New York. Ancora una volta, non riuscivo a capire che cosa facessero ed ero troppo timida per parlare di questo genere di cose, a meno che non fosse la persona che stavo trattando a cominciare il discorso.

Per esempio, il forte e virile arcangelo Michele arrivò durante una guarigione e sferzò più volte la sua spada nell'aria disegnando figure geometriche sopra la mia assistita.

"Che cosa fai? Presta attenzione!" esclamai telepaticamente. Lui continuò e non potei far nulla per fermarlo.

Il giorno successivo, quando salii in taxi per tornare a casa, l'autista mi domandò: "Vuole un segnalibro?" e me ne tese uno che raffigurava l'arcangelo Michele. L'immagine era uguale all'angelo che avevo visto il giorno precedente durante la sessione di guarigione. Nelle settimane successive l'arcangelo Michele continuò a presentarsi alle sedute con quella stessa persona e proseguì ad agitare la grossa spada sopra di lei. Alla fine smisi di cercare di fermarlo e realizzai che l'arcangelo stava svolgendo il proprio lavoro. La signora cominciò a sentirsi meglio. A dir la verità, era una delle poche persone che non risentiva degli effetti collaterali della chemioterapia. Mi disse di aver messo un'etichetta su ogni fiala di chemio con la scritta "Puro amore". In seguito mi raccontò di aver pregato quotidianamente per ricevere l'aiuto dell'arcan-

gelo Michele. Credo che fosse questo il motivo che lo spingeva ad arrivare ogni giorno durante le sedute.

Anche l'arcangelo Gabriele si presentò durante una seduta di guarigione. Questa volta si trattava di un'altra signora e l'arcangelo suonò il corno per tutta la durata della seduta. In un primo momento pensai che fosse meraviglioso ma dopo un po' desideravo solo che si fermasse. Il suono era talmente assordante che cominciai a perdere la concentrazione. Continuo a ignorare perché l'abbia fatto. Senza rivelare ciò che stavo vedendo e udendo, domandai alla signora se sapeva qualcosa degli arcangeli. Lei mi raccontò subito di come si sentisse vicina all'arcangelo Gabriele.

Gli arcangeli Raffaele e Ariel sono stati molto meno invadenti. L'arcangelo Raffaele arrivò avvolto in una nuvola d'amore di mille colori. L'arcangelo Ariel era tanto effimero che l'atmosfera della stanza si fece più leggera, come se un'aria cristallina soffiasse delicatamente accanto e attraverso me e la mia assistita.

Mi aspettavo che gli arcangeli fossero molto più grandi, più lucenti, forti e belli. Ma Heyoan mi ricordò che gli esseri spirituali appaiono nella forma che desiderano e che scelgono secondo ciò che è meglio per la salute del soggetto.

Secondo la sensitiva Eva Pierrakos, gli angeli non si sono mai incarnati e non hanno lo stesso tipo di individualizzazione degli esseri che invece hanno vissuto in un corpo. Per avere il libero arbitrio è necessario incarnarsi. Senza l'incarnazione manca l'idea stessa di libero arbitrio o di volontà individuale. Per questo motivo è naturale che gli angeli seguano la volontà divina senza esitazione o senza nemmeno pensare di poter fare diversamente.

Secondo una credenza comune, più l'essere di luce, la guida o l'angelo è grande, più è evoluto. Non sempre questo è vero. Ho visto esseri piuttosto piccoli ma molto efficaci nell'aiutare le persone che guidano. Una volta, però, ho visto

un angelo molto grande. Mi ricordò il grande Buddha di Nara, in Giappone. Si presentò durante una delle prime lezioni nella nostra scuola, in un periodo di rapida espansione, e stavamo avendo qualche difficoltà nella gestione per mancanza di spazi adeguati. In quel momento ero particolarmente sotto pressione e avevo anche qualche problema con uno dei tirocinanti. Quando sono sotto pressione capita che mi arrabbi con le guide spirituali che si occupano della scuola. Quella volta minacciai di andarmene (di lasciare psichicamente il contatto con le guide) se le cose non fossero diventate un po' più semplici. Chiesi agli angeli e alle guide di aiutarci a risolvere le cose, o almeno di darmi un qualche tipo di conferma del fatto che mi trovassi sulla giusta strada.

Con l'HSP pretesi: "O ricevo un segno che è giusto che continui e che sto svolgendo bene il mio compito, oppure me ne vado." (Probabilmente non me ne sarei andata, ma quello era l'unico modo che conoscevo di chiedere aiuto in quei primi anni della scuola.)

La settimana seguente, mentre ero a lezione durante una meditazione, un grande angelo apparve sopra l'intera sala. Era gigantesco. Il soffitto della sala era alto almeno sette metri, con una balconata che correva tutto intorno. Il vestito dell'angelo ricadeva tutt'attorno. L'orlo della gonna era alto come il soffitto, più di sette metri! La luce era tale da risultare accecante.

"Ok, ok... ho capito!" esclamai con l'HSP alle guide e all'angelo gigantesco.

Come cercai di proiettare la mia consapevolezza cosciente in un libro

Diversi anni dopo ero a East Hampton, New York, e stavo leggendo un testo su Edgar Cayce e su come proiettò la sua coscienza nei libri così da poterne assimilare il contenuto mentre dormiva o meditava. Un pomeriggio, mentre ero

sdraiata a riposare, misi il libro di Cayce sotto la testa e proiettai in esso la mia consapevolezza. All'improvviso mi ritrovai a fluttuare al di fuori del corpo, molto sopra la casa. Fu sconcertante perché pensavo che sarei riuscita a cogliere le informazioni del libro senza doverlo leggere.

Il giorno seguente, mentre facevo un riposino, decisi di utilizzare la stessa tecnica per uscire dal mio corpo e andare a New York, a circa 150 km di distanza, dove mio marito lavorava, solo per capire se sarei riuscita a vederlo. Uscii dal mio corpo, ma quando provai a raggiungere New York mi accorsi che stavo andando nella direzione opposta. Tentai diverse volte ma proprio non riuscivo. Non prendevo mai la direzione giusta e non sono mai riuscita a raggiungere New York in quel modo. Continuavo a confondere l'est con l'ovest. Questo accadeva perché viaggiare nel mondo del quarto livello è diverso rispetto alla realtà fisica. La sfida di un viaggio astrale consiste nel focalizzare la mente, ossia dipende da quanto a lungo puoi tenere la mente focalizzata su una cosa. Su qualsiasi cosa è focalizzata la tua mente, è lì che andrai. Non appena cambi il focus, cambi direzione o almeno ciò che sulla Terra chiameremmo "direzione". Vai da un'altra parte. Dunque, forse non riuscivo a tenere la mia mente focalizzata. Come funziona il mondo del quarto livello è l'argomento del capitolo successivo.

La confusione nel mondo del quarto livello

Una volta che sei passato all'HSP e sperimenti il corpo e il mondo del quarto livello, comincia la confusione. È molto probabile che tu presuma che il mondo del quarto livello e il tuo corpo di quarto livello funzionino come il mondo e il corpo fisici. Questo non è vero. Inoltre, come ho spiegato nel Capitolo 6, l'HSP non agisce come i normali cinque sensi.

Preparati a salire sulle montagne russe e a vivere qualche esperienza bizzarra difficile da comprendere. Nel capitolo successivo ti aiuterò a orientarti nei viaggi nel mondo del quarto livello, offrendoti alcune prospettive che per me hanno funzionato e che nascono dalle informazioni raccolte durante le mie esperienze.

Capitolo 7 – Autovalutazione. Come indagare le fondamenta della tua relazione con l'HSP e con l'ignoto

Passa brevemente in rassegna le tue esperienze infantili per mettere in luce la propensione verso l'ignoto che si è sviluppata nella tua famiglia d'origine, da entrambi i rami. Ecco alcune buone domande che puoi porti.

1. Quali sono le esperienze insolite che hai avuto quando eri piccolo che non possono essere comprese o spiegate con il "normale" ragionamento? Come le hai affrontate? Che cosa ha suscitato la tua curiosità? Che cosa ti rende curioso adesso?
2. Come si rapportavano entrambi i rami della tua famiglia di origine rispetto a questi argomenti:
 - a. Le realtà o i mondi oltre quelli fisici.
 - b. La spiritualità personale in rapporto alla religione organizzata.
 - c. La natura del male e la sua relazione con i mondi non fisici e con l'HSP.
3. Come si è sviluppato il tuo atteggiamento rispetto a quanto elencato sopra e all'HSP (percezione sensoriale superiore) come risultato di queste esperienze?
4. Quali sono i tuoi timori rispetto a una possibile esperienza nel mondo del quarto livello?

8. I mondi, gli oggetti e gli esseri della realtà del quarto livello

*Tutti i mondi,
fisici e non,
tutti i livelli celestiali e inferiori
sono sempre in un rapporto di co-creazione
tra loro.*

– HEYOAN

In questo capitolo parlerò del mondo della realtà del quarto livello e descriverò diversi tipi di oggetti e di esseri che lì risiedono.

Escursioni nella realtà del quarto livello

Appena entrato nel mondo della realtà del quarto livello potrebbe sembrarti che non sia molto diverso da quello fisico. Il panorama infatti è piuttosto simile in quanto *ne siamo i co-creatori*. Eppure poco dopo noterai la differenza, perché il mondo della realtà del quarto livello è mutevole. Approfondiremo l'argomento più avanti. Per prima cosa voglio raccontare dei diversi oggetti ed esseri che lo formano.

Gli oggetti della realtà del quarto livello possono includere tutto ciò che hai osservato o sognato; cose strane che forse non hai mai visto o a cui non hai mai pensato prima: cose create dagli umani e da altri esseri viventi che sono anch'essi co-creatori dei mondi delle realtà del quarto livello.

Gli esseri della realtà del quarto livello assumono ogni tipo di forma, dimensione e aspetto.

Possono assomigliare ad animali, uccelli, rettili, anfibi, pesci ed esseri umani. Possono essere personaggi di miti e fiabe, di paradisi e d'inferni, giovani o vecchi, conosciuti o sconosciuti. Possono essere qualunque cosa, anche oltre ogni immaginazione.

In aggiunta agli oggetti e agli esseri della realtà del quarto livello, ci sono anche le forme-pensiero. *Le forme-pensiero sono una combinazione di emozioni e pensieri creata dagli umani e da altri esseri viventi che io chiamo forme psiconoetiche*. Tutti noi creiamo forme-pensiero. Di solito non sono molto grandi né ben formate, perché sono costituite soprattutto da emozioni negative e da pensieri irrazionali che non sono né ben individuati né ben organizzati. Contengono molta energia dualistica negativa e un'intenzione dello stesso tipo.

Possiamo ritrovare tutti gli oggetti, gli esseri e le forme-pensiero della realtà del quarto livello anche al quarto livello del nostro HEF. Di solito sono associati a blocchi o a ferite dell'HEF che contengono esperienze irrisolte di questa e di altre vite. Al quarto livello dell'HEF (campo energetico umano) possiamo occuparci di questi oggetti, ferite e forme-pensiero con le tecniche di guarigione del quarto livello descritte nel Capitolo 14.

Gli oggetti nelle realtà del quarto livello

Nei campi energetici umani del quarto livello tendono ad accumularsi diversi tipi di armi che provengono da antiche battaglie, come spade e lance, scudi, frecce e proiettili. Nella par-

te posteriore del campo ci sono anche diversi coltelli, rimasti lì in seguito a pugnalate – sia letterali sia figurate – e ad altri tipi di ferite di diversa origine, che includono attacchi di animali, avvelenamenti e lesioni dovute a tortura. È incredibile quanta sofferenza gli esseri umani si sono inflitti a vicenda nei secoli. Nel Capitolo 11 descrivo alcuni oggetti che ho rimosso dai campi energetici delle persone.

Non importa quanto siano antiche, finché queste esperienze non vengono risolte continuano a rimanere nell'HEF, e più sono remote più sono compresse al suo interno. A volte sono talmente piccole da essere quasi invisibili, fino a quando non si espandono e si dispiegano, attivate da cause esterne come una potente energia che sottopone a pressione il sistema energetico della persona, o da cause interne come una malattia.

Nell'HEF, oltre alle normali ferite, si trovano le intenzioni negative che il soggetto ha ricevuto nella vita presente o in quelle precedenti, o rivolte a un antenato e trasmesse alle generazioni successive. Queste intenzioni negative assumono varie forme e richiedono tecniche di guarigione aggiuntive, che comprendono particolari tipi di rituali o cerimonie focalizzati sulla persona responsabile di averle scatenate. Questi individui utilizzano conoscenze e tecniche segrete, che a volte si tramandano per generazioni.

Le tecniche antiche non si affievoliscono nel tempo e le intenzioni negative a volte ristagnano nel campo energetico di alcune persone malate o disturbate. Anche se è raro, è possibile che le conoscenze e le tecniche antiche siano ancora attivamente presenti nel mondo della realtà del quarto livello e vengano utilizzate con l'antico proposito di acquisire potere per "dominare" gli altri.

Queste affermazioni travalicano la razionalità e le conoscenze della cultura moderna, ma sono necessarie per comprendere come il mondo del quarto livello lavori per guarire questi casi. Esso utilizza *l'intenzione negativa di nuo-*

cere, inducendo la paura nella persona verso cui è rivolta. Affronteremo più in dettaglio l'argomento nel Capitolo 12.

Alcuni oggetti del mondo della realtà del quarto livello

1. Esperienze irrisolte della vita presente.
2. Esperienze irrisolte di vite passate.
3. Intenzioni negative o oggetti cerimoniali, come scudi o simboli, posti nell'HEF durante questa vita o nelle vite passate, o lasciati lì da antenati e trasmessi alle generazioni successive.
4. Forme-pensiero create da noi o dagli altri.

Gli esseri della realtà del quarto livello

Gli esseri della realtà del quarto livello vivono in quel livello di realtà. La loro natura è varia e spazia da quella degli angeli e delle guide fino alle entità disincarnate tra le vite fisiche, umane e animali, fino ai mostri e agli esseri demoniaci. Il mondo della realtà del quarto livello copre uno spettro frequenziale ampio. Alle frequenze più elevate si trovano luce, coerenza, sincronicità ed esseri amichevoli e gentili. Più elevata è la frequenza, più forte è la luce, più evoluti sono gli esseri. Questi sono i regni o territori dei sistemi di convinzioni che gli umani etichettano come paradisi. Più bassa è la frequenza, più oscuro è il regno. Questi sono i livelli del purgatorio e dell'inferno di cui sentiamo tanto parlare quando non ci comportiamo bene. Nessuno vuole davvero raggiungere questi territori. Dal momento in cui lasciamo il mondo fisico, possiamo scegliere dove dirigerci, a patto di saperlo fare e di saper regolare la luce e la chiarezza del nostro HEF. Ma lo approfondiremo in seguito.

Tornando agli esseri: ecco un elenco di tipi di esseri non fisici che ho incontrato.

Esseri della realtà di quarto livello

1. Arcangeli: si trovano al di sopra della realtà del quarto livello, ai livelli spirituali più elevati dell'HEF, ossia al settimo livello e oltre. Possono però spostarsi dove vogliono.
2. Angeli: anche gli angeli possono spostarsi a proprio piacimento, come fanno gli esseri umani molto evoluti che hanno raggiunto il livello di bodhisattva. Molti di questi esistono ai livelli spirituali dell'HEF: ai livelli quinto, sesto e settimo, e continuano fino ai livelli molto più elevati dell'HEF di cui non ho ancora scritto. Gli angeli sono esseri che non si sono mai incarnati: seguono spontaneamente la volontà celeste. Tutti gli angeli che ho visto avevano le ali, compresi gli angeli custodi. Ma forse perché questa è la mia maniera di raffigurarli. Se esistesse un angelo senza le ali, probabilmente lo inserirei in una diversa categoria dal momento che ho avuto un'educazione cristiana. Nella cristianità si suppone che gli angeli abbiano questo aspetto. Per altre religioni e culture può essere diverso.
3. Guide: esseri passati per molte incarnazioni che hanno raggiunto un livello d'integrità che li qualifica come maestri e permette loro di accompagnarci sul nostro cammino in questa vita. Le guide che ho visto non avevano le ali: assumevano diversi aspetti e dimensioni e comunicavano con noi attraverso forme-pensiero e forme-emozione. Con l'HSP (percezione sensoriale superiore) possiamo vederle, sentirle, udirle e toccarle. Abbiamo diverse guide: una guida principale e altre che vengono a insegnarci cose diverse in momenti differenti delle nostre vite incarnate.
4. Deva: sono molto simili agli angeli, ma si occupano di alcuni aspetti del regno fisico, come per esempio dell'appagamento dei bisogni delle persone che vivono in specifici luoghi spirituali.
5. Spiriti della natura: sono connessi con i vari elementi della natura, come piante, alberi e fiori.
6. Esseri non incarnati: difficili da riconoscere; alcuni di essi non si sono mai incarnati sulla Terra ma in altri sistemi dell'universo fisico.
7. Esseri umani disincarnati: anime sospese tra le varie vite. Si spostano in diversi posti nel mondo della realtà del quarto livello per acquisire nozioni attraverso le vite fisiche. Alcuni si perdono e dopo la morte cominciano a vagare. Ci sono gruppi, come i buddisti tibetani, che meditano per aiutare queste anime perdute. Anche il gruppo di Monroe se ne occupa. Approfondiremo l'argomento nel Capitolo 16.
8. Sub-personalità non integrate: sono parti di esseri che si disconnettono dall'intero e vagano alla ricerca di un sé.
9. Animali, uccelli, pesci e altro disincarnati: comprendono esseri che si trovano tra due vite, a volte persi e vaganti.
10. Esseri della realtà del quarto livello in stati di separazione profonda: di solito si trovano nella parte inferiore del quarto livello. Sono piuttosto grotteschi e, siccome hanno paura, per difendersi cercano di spaventarli. Essendo in uno stato di profonda separazione, hanno un sistema di convinzioni fortemente dualistico e valori molto negativi da cui deriva la loro volontà di nuocerti. Inoltre temono il contatto. Farti del male può essere il solo modo che conosco-

no per entrare in relazione con te. A volte assumono la forma di demoni di piccola o media taglia. La loro apparenza “diabolica” dipende da quale pensano debba essere il loro aspetto, in base alla cultura in cui sono vissuti durante l’ultima loro incarnazione.

Forme psiconoetiche

Le forme psiconoetiche sono prodotte da noi e da altri esseri creativi. Possono assumere ogni forma, anche parziale, perché di solito non sono molto elaborate. Più ci focalizziamo su di loro e le visualizziamo, più diventano chiare e ben formate. O, secondo una prospettiva negativa, più rimuginiamo sui nostri pensieri ed emozioni negativi e ci lasciamo ossessionare da questi, più le forme negative diventano nettamente definite e potenti. La loro chiarezza, frequenza e intenzione dipende da quanto credevamo in loro quando le abbiamo create. Per questo sono sparse nelle diverse frequenze della realtà del quarto livello e giocano un ruolo negativo.

I mondi della realtà del quarto livello e i loro abitanti

Possiamo sperimentare i mondi della realtà del quarto livello come spazi la cui natura è determinata dai sistemi di convinzione degli esseri delle realtà del quarto livello che li abitano. Questi spazi – o territori dei sistemi di convinzioni o bardi – sono di varia natura, dal paradiso all’inferno, con tutte le possibili gradazioni nel mezzo. C’è una grande differenza tra i sistemi di convinzioni di matrice occidentale e la tradizione orientale dei bardi. La prospettiva occidentale considera questi spazi esterni a noi; la concezione orientale invece colloca questi spazi unicamente nella nostra psiche e li ritiene luoghi inaccessibili. Sono stati

di coscienza che dobbiamo imparare a chiarire e a dissolvere con la meditazione.

I territori dei sistemi di convinzioni. Sono divisi in due submondi che possono essere in contatto tra loro oppure no. Questo concetto si comprende meglio grazie alla teoria degli insiemi, in cui definiamo la natura di un dato insieme delimitato e definito da certi parametri. I parametri si combinano per formare la natura dello spazio. Stabiliti i parametri, il matematico procede per derivare e risolvere le equazioni che descrivono il mondo in cui gli elementi interagiscono all’interno dell’insieme. Queste interazioni determinano la natura dello spazio. Da ciò si evince come funzioneranno le cose all’interno di quel tipo di spazio.

I territori dei sistemi di convinzioni non esistono necessariamente in una dimensione spaziale, perché sono creati e incrementati dalle convinzioni degli esseri che li abitano. Il territorio di un sistema di convinzioni non esiste fino a quando esseri con intenti e convinzioni simili non si uniscono proprio a causa delle loro convinzioni e intenzioni. Dunque, perché il territorio di un sistema di convinzioni diventi un territorio spaziale, è necessario che i suoi abitanti credano che si tratti di un territorio spaziale. Il territorio spaziale – grande quanto i suoi abitanti credono che sia – è creato dalle convinzioni dei suoi abitanti. Questa è una delle leggi di base della creazione della realtà del quarto livello.

Dal momento che ci identifichiamo molto nei nostri corpi fisici, che crediamo esistano in uno spazio tridimensionale, è difficile per noi immaginare che ci sia qualcosa al di fuori di essi. Noi certamente pensiamo che gli angeli siano esseri tridimensionali. Lo sono? Chi lo sa. La meditazione può aiutarci a superare i nostri limiti.

Eppure, anche se riusciamo ad abbandonare l’idea degli angeli come esseri tridimensionali, ci rimane il problema della comunicazione.

Gran parte della nostra comunicazione è piena di riferimenti tridimensionali e di rimandi a un tempo lineare. Se proviamo a eliminarli, allora entriamo subito in difficoltà. In un certo senso, l'uso dell'espressione "territori dei sistemi di convinzioni" è fuorviante, perché la parola territorio implica un concetto di spazio, come lo definiamo nel nostro mondo tridimensionale. Proviamo allora a cercare un nuovo termine:

Mondi di sistemi di convinzioni

Questo rende evidente che le convinzioni giocano un ruolo importante nella loro esistenza. Anche l'intenzione è fondamentale per creare questi mondi, dal momento che essa trae in gran parte origine dal nostro sistema di convinzioni.

Dalle ricerche che ho condotto appare chiaro che i mondi di sistemi di convinzioni esistano nell'ambito della coscienza energetica del quarto livello del campo energetico umano.

La legge del "simile attrae il simile"

La legge nel mondo astrale. I mondi e i submondi della realtà del quarto livello attraggono esseri con credenze e intenzioni simili, che ne siano consapevoli o meno. Questa è probabilmente la particolarità dei mondi astrali che più genera confusione, perché le convinzioni e le intenzioni che li creano possono essere inconse.

La natura del mondo di un sistema di convinzioni è determinata dalle convinzioni e dalle intenzioni degli esseri che creano quel territorio o che vi sono condotti dalla legge del "simile attrae il simile".

La legge nel mondo fisico. Molte persone semplificano la legge del "simile attrae il simile" nel mondo fisico e fanno confusione, soprattutto nel caso della dualità. La dualità rende questa legge più complicata perché, se uno è nella dualità di un sistema di convinzioni negativo, entra in gioco un altro aspetto che la contraddistingue.

Per prima cosa, i sistemi di convinzione si avvicinano l'uno all'altro nel mondo fisico per la legge del "simile attrae il simile". Per esempio, due diverse persone che credono nella violenza hanno maggiori probabilità d'incontrarsi. Dal momento però che credere nella violenza è una convinzione dualistica, ciò implica anche il credere negli opposti. Nella dualità, gli opposti si attraggono perché sono la metà di un intero. Per questo motivo ogni persona che partecipa al gioco della violenza recita la parte di una delle due metà, la vittima o il carnefice. A volte possono anche scambiarsi i ruoli. Le caratteristiche peculiari di ciascun ruolo dipendono dal sistema di convinzioni di ogni individuo, che contiene altre paure e richieste. Questo conduce a un circolo vizioso tra le persone coinvolte, che di solito funziona così: allontanamento, rifiuto e richiesta, seguita da risposte senza successo. Ciò porta a un ulteriore allontanamento e rifiuto che conduce ad altre richieste, più insistenti, che portano a un nuovo rifiuto, che sfocia poi in un abuso che giunge a un'ulteriore separazione e a un rifiuto. Il circolo vizioso può cominciare in ogni momento. La morale della favola è che nessuna domanda può essere soddisfatta sempre, perché la sua stessa natura è dualistica nel senso che in essa c'è la pretesa che la propria soddisfazione venga dall'altro. Eppure:

L'appagamento può venire solamente dall'interno della persona che esprime una richiesta a un'altra persona.

*Se ti accorgi che stai chiedendo
qualcosa a un'altra persona,
fermati e procurati quella cosa per conto tuo,
per il tuo bene.*

Questo è il motivo per cui conoscere se stessi e soprattutto comprendere le psicodinamiche personali è fondamentale quando si tratta di relazionarsi con il quarto livello dell'HEF e con la realtà del quarto livello o mondo astrale nel processo di guarigione.

La legge del "simile attrae il simile" e l'influsso del mondo astrale su quello fisico. Dal momento che il quarto livello del nostro campo esiste e vive nel mondo astrale, noi siamo, a nostra volta, direttamente influenzati dal mondo astrale attraverso il nostro quarto livello. Questo influsso dal quarto livello si riflette sul mondo fisico e ha un forte impatto sulla nostra vita. Ogni nostro sistema di convinzioni sarà supportato e implementato dai mondi astrali descritti sopra e dalla legge del "simile attrae il simile". Questa legge fa sì che il mondo astrale ci condizioni sia positivamente sia negativamente.

Per questo motivo, se le nostre convinzioni sono dualistiche e malsane, saranno supportate e implementate da esseri del mondo astrale che hanno le stesse convinzioni negative. Quando abbiamo una reazione emotiva (ER), gli esseri astrali che hanno la nostra stessa convinzione frammentaria saranno attratti verso di noi, per convalidare la dualità da cui la nostra reazione emotiva ha avuto origine. In questa circostanza gli esseri convalideranno e implementeranno i giudizi negativi su noi stessi e sugli altri. Questo non fa che peggiorare la situazione di tutte le persone coinvolte.

Come ho scritto nel Capitolo 7, una volta che hai aperto l'HSP (percezione sensoriale superiore) al quarto livello, percepisci anche il mondo delle realtà del quarto livello e devi rapportarti a esso, che tu sia consapevole o meno

dell'intenzione e del sistema di convinzioni che sono in te, oltre che del sistema di convinzioni degli esseri del quarto livello con cui interagisci. Se non sei consapevole del tuo sistema di convinzioni negative o del tuo intento negativo, crederai che quando accade qualcosa di negativo questo si verifichi a opera di qualcun altro. Ciò può anche essere vero, ma siccome inconsciamente ci credi, per via della legge secondo cui "il simile attrae il simile", attiri a te quella situazione sia nel mondo fisico sia nel mondo astrale. La lezione da imparare è simile ai passi per uscire dal circolo vizioso che hai appreso nel Capitolo 4.

I mondi fisico e astrale continuano a interagire anche dopo la morte. Per esempio, se credi di essere cattivo e che andrai all'inferno e lo immagini come un luogo di punizione, allora è lì che finirai a causa delle tue convinzioni e del tuo intento. O almeno ci andrai per un po', fino a quando avrai un'idea/una convinzione/un intento migliore. Se hai altre convinzioni riguardo alle esperienze successive alla morte, probabilmente le vivrai. Andrai in quei luoghi, a diversi livelli del mondo astrale, a causa delle tue convinzioni e dei tuoi intenti. Questi diversi livelli del mondo astrale sono creati dagli esseri – umani e non – che credono in essi. Fai attenzione a ciò in cui credi.

Qualunque sia la tua credenza/intenzione predominante, che tu ne sia consapevole o meno essa prevarrà.

*Puoi decidere di cambiare le tue convinzioni
se ne sei consapevole
e non ti piace a cosa portano.*

*Se non sei consapevole delle tue convinzioni
e pensi che sia il mondo a essere fatto così,
allora hai minori possibilità
di cambiare il risultato finale.*

*Per questo motivo, chiarisci la tua
intenzione
portando alla luce e comprendendo le tue
convinzioni inconsce
e come influiscono sulla tua vita;
osservati per capire come si formano,
e poi sostituiscile
con altre che funzionano.
È estremamente importante.*

La legge del “simile attrae il simile” e gli effetti globali creati dai livelli fisico e astrale. Ogni volta che abbiamo una reazione emotiva o una reazione istintiva, creiamo forme di vita dualistiche negative nella realtà del quarto livello che vanno verso la persona cui sono dirette. Queste forme di solito rimangono attaccate al campo energetico che è permeabile a esse. Le forme psiconoetiche generate dalle nostre reazioni ER/IR avviano e mantengono una connessione negativa con il soggetto verso cui le abbiamo indirizzate. In altre parole, se sei ancora arrabbiato con una persona del tuo passato, continui a rimanere connesso negativamente a lei attraverso la rabbia. Lascia andare la rabbia e dissolvi la connessione negativa.

Anche le forme-pensiero negative che creiamo si collocano al quarto livello del nostro campo energetico, grazie al fatto che le trasmettiamo ad altri. Inoltre, come gli esseri menzionati prima, le forme che creiamo hanno la capacità di vivere una vita propria nel mondo della realtà del quarto livello. Si raggruppano, secondo i loro sistemi di convinzioni, nel livello di coscienza energetica in cui si trovano, di solito a una vibrazione inferiore rispetto a quella delle realtà del quarto livello.

Questo tipo di processo include anche i pensieri e le emozioni negative che non esprimiamo apertamente. Ogni volta che ripetiamo un'ER/IR, la nostra reazione carica queste forme di vita dualistiche, che crescono e si rafforzano. Co-

minciano quindi a vivere un'esistenza propria in accordo con la coscienza energetica negativa di cui sono imbevute. Si uniscono a formare gruppi creativi con un intento simile. Noi le attraiamo ogni volta che abbiamo un'ER/IR: arrivano per sostenere l'ER/IR e si uniscono a essa in una creazione negativa.

Semplicemente si esprimono in un processo creativo, come fanno gli altri esseri, ma da una prospettiva dualistica negativa perché questo è quanto conoscono. È così che funziona l'universo creativo. Vale lo stesso per te. Attirerai a te forme-pensiero e forme-emozione negative del tipo che tendi a creare. Il negativo costruisce se stesso in accordo con le leggi della creazione dell'universo. Funziona come il processo olistico. Le forme di vita dualistiche creano in accordo con le loro convinzioni, proprio come fanno gli esseri che hanno raggiunto l'integrità.

Il guscio di rumore intorno alla Terra

Adesso che hai capito come funziona il processo, pensa all'effetto che ha sull'umanità. *Tutte queste forme di vita energetica dualistiche al fondo del mondo del quarto livello creano un guscio intorno alla Terra. Il fenomeno è noto come “il guscio di rumore intorno alla Terra”, ma in realtà si tratta di un guscio di rumore creato da forme dualistiche di coscienza energetica.* Quando dallo spazio ci si avvicina alla Terra, il rumore dell'agonia, della sofferenza, delle suppliche, della rabbia, del dispiacere, della paura e del terrore è enorme. Molti di noi che si sono incarnati in questa vita sono stati chiamati qui dalle suppliche. Il nostro desiderio di aiutare e di guarire ci ha condotti verso questo posto di sofferenza e di dispiacere. Abbiamo portato il dolore e il dispiacere nel nostro essere e nel nostro corpo quando ci siamo incarnati per guarirli. Ci siamo ovviamente incarnati anche per il nostro bisogno di risolvere la nostra dualità. Il guscio di rumore intorno

alla Terra può essere anche considerato come l'inconscio collettivo – negativo e dualistico – dell'umanità.

Il guscio di rumore è usato nel marketing

C'è un altro aspetto molto inquietante del guscio di rumore: l'uso negativo che una gran parte dell'umanità ne fa a scopi pubblicitari. I pubblicitari sono ben consapevoli di quanto sia efficace servirsi delle nostre reazioni emotive e irrazionali per convincerci ad acquistare qualunque cosa.

Anche la propaganda politica rientra in questa dinamica.

*Hai mai notato
che, quando un qualunque gruppo politico
vuole fare qualcosa di discutibile,
giustifica i propri piani fomentando
la paura nella realtà del quarto livello
nella popolazione
che vuole convincere?*

*Questo atteggiamento è pericoloso.
È così che hanno inizio le guerre.
Quando la coscienza energetica nella realtà
del quarto livello
raggiunge una massa critica,
allora ha abbastanza potere
per precipitare nel mondo fisico
materializzandosi in un evento.*

In ogni dibattito, in ogni disputa e in ogni scontro politico, nazionale o internazionale, c'è molta retorica emotiva e irrazionale da entrambe le parti. La rete di comunicazione mondiale in tutte le forme ne è piena e ciò mette l'umanità nelle condizioni di far precipitare il bene o il male nel mondo fisico, con un'incisività maggiore a causa delle molte persone che possono partecipare al proces-

so creativo. Ogni parola, ogni esagerazione, ogni accusa aggiunge una quantità ulteriore di energia dualistica nell'aspetto dualistico della realtà del quarto livello.

Il problema è che, una volta che la coscienza energetica raggiunge la massa critica, precipita nel mondo fisico portando con sé le proprie caratteristiche. Questo è l'obiettivo della retorica dualistica negativa: costruire coscienza energetica che precipiti nel mondo fisico. Ogni volta che ciascuna delle due fazioni nutre rabbia e paura e ogni volta che qualcuno le imita, l'energia dualistica ne esce potenziata. Soprattutto nei programmi di dibattito politico, la retorica si ripete solo per vendere notizie. Mi chiedo se le persone che prendono parte a questi programmi sappiano quel che fanno. Ne dubito. Ogni individuo che ripropone eventi negativi alimenta il calderone negativo della frammentazione. Ci sarà un attacco fisico, un atto terroristico, una guerra o avremo la pace?

Alla fine accadrà ciò che il "noi" collettivo vuole che sia.

La responsabilità individuale nelle creazioni globali

In qualunque misura accresciamo ogni tipo di coscienza energetica dualistica al quarto livello, automaticamente ci connettiamo al guscio di rumore che è intorno alla Terra e contribuiamo a mantenerlo inalterato. Pensa a come contribuisci personalmente ad aumentarlo. Quali sono le tue convinzioni dualistiche che concorrono a mantenerlo e quindi a minacciare la pace nel mondo? E di quale tipo di guarigione hai bisogno per dissipare le convinzioni negative al fine di disconnetterti da quelle collettive e inconsce dell'umanità? Trovi una risposta a queste domande seguendo l'intero processo descritto nel libro.

Mondi ed esseri della realtà del quarto livello creati dagli umani

Negli anni in cui ho canalizzato Heyoan, mentre ero in uno stato di espansione, ho esclamato diverse volte “eureka” di fronte a parole e concetti che uscivano dalle mie stesse labbra. Nel corso di una canalizzazione, Heyoan stava affrontando l'argomento della paura degli umani nei confronti delle realtà del quarto livello. Offrì una lezione chiamata *Escursioni nella realtà del quarto livello: amici e nemici, ossia i tuoi figli*. In questa lezione spiegò che noi umani siamo co-creatori dei mondi della realtà del quarto livello e che non c'è motivo di aver paura delle nostre stesse creazioni. Heyoan aggiunse che molti esseri nel mondo della realtà del quarto livello sono, in effetti, i nostri figli, nel senso che siamo noi ad averli creati. Questa affermazione mi sorprese e m'inquietò, per non dire altro. Ma è importante ricordare che ognuno di noi ha contribuito e contribuisce a creare, oltre che a mantenere in vita, i mondi della realtà del quarto livello.

Il futuro dei mondi della realtà del quarto livello

Il futuro dei mondi della realtà del quarto livello dipende da quanto siamo in grado d'imparare a regolare e poi a risolvere i nostri sistemi d'immagini e di convinzioni erronei riguardo

alla realtà. Dipende inoltre dalle reazioni emotive e irrazionali, che giocano un ruolo importante nelle creazioni negative nei mondi del quarto livello. Si spera che, apprendendo queste tecniche e utilizzandole per crescere psicologicamente e spiritualmente, la coscienza energetica negativa della realtà del quarto livello e gli oggetti che da quel livello precipitano nei mondi fisici diminuiscano.

Capitolo 8 – Autovalutazione. Chiarisci la tua comprensione delle realtà del quarto livello

Pensi di aver avuto qualche esperienza relativa a oggetti, esseri o forme psiconoetiche del quarto livello? Come le hai gestite? Ti sei divertito? Ti sei inquietato?

1. Che cosa hai imparato dall'esperienza?
2. Quale zona del quarto livello hai percepito: superiore, media o inferiore?
3. Quale stato di coscienza ti ha portato a quel livello?
4. Perché hai percepito queste aree?
5. Hai sviluppato un possibile piano per gestirle se dovesse ricapitarti?
6. In che modo i sistemi di convinzioni negative hanno contribuito ad alimentare il mondo della realtà del quarto livello?

9. La fisica della realtà del quarto livello

Il mondo astrale è il mondo oltre il fisico.

*I confini del mondo astrale
non sono gli stessi del mondo fisico.
Anche la fisica del mondo astrale
è diversa.*

*Quando entri nel mondo astrale,
cominci a percepire e a interagire
con mondi non fisici.*

*Questo processo diventa più chiaro
a mano a mano che apprendi nuovi modi
di essere nella realtà del quarto livello.*

– HEYOAN

Nei molti anni trascorsi a osservare e a esplorare la realtà del quarto livello, oltre che a canalizzare informazioni da Heyoan, ho raccolto quelle che considero informazioni importanti sul funzionamento della realtà del quarto livello dell'HEF. Queste informazioni possono essere un'utile guida per far luce sulle tue esperienze e per aiutarti ad agire con maggiore efficacia nel mondo del quarto livello.

Purtroppo il termine “astrale” spesso è associato a esperienze negative. Questo è dovuto a una scarsa conoscenza della struttura di base del mondo astrale e dei suoi meccanismi. È proprio la sua struttura che gli permette di funzionare con grandi differenze rispetto al mondo fisico. La maggior parte delle persone che entra nel reame astrale si aspetta che operi come il mondo

fisico, ma non è così. Questo ci stupisce e di solito c'intimorisce fino a quando non impariamo a muoverci al suo interno secondo le sue regole. Quindi, per proseguire nella nostra avventura è meglio, oltre che necessario, comprendere il funzionamento del mondo astrale.

La struttura di base del mondo astrale

Quando proviamo a osservare il mondo astrale o a entrarvi, ci aspettiamo di vedere cose secondo coordinate spaziali e temporali e anche di trovare i tre strati della materia: solido, liquido e gassoso. La realtà del quarto livello però non funziona come il mondo fisico. Possiamo anche provare a interpretare questo mondo secondo quanto sappiamo del mondo atomico o subatomico, ma non funzionerà. La struttura fondamentale non è né solida né fluida: non si comporta né come un gas né come una molecola o una particella atomica. Non possiamo comprenderne il funzionamento da nessuna di queste prospettive.

Infatti:

*La struttura fondamentale
del mondo astrale
è completamente priva di forma.
Gli oggetti e gli esseri non sono solidi.
Non sempre mantengono lo stesso aspetto,
né le stesse dimensioni,
né la stessa forma,
né lo stesso colore.
Adesso è già diverso.*

Imparare a lavorare con il mondo astrale richiede tempo.

La fisica della realtà del quarto livello, o mondo astrale

Adesso vediamo come funziona la realtà del quarto livello e chiariamo come sia diversa dal mondo fisico. Di seguito è indicato un elenco delle caratteristiche fisiche del mondo del quarto livello. Se le applichi alle esperienze che hai avuto della realtà del quarto livello, ti sarà facile orientarti in essa e dare un senso alla tua esperienza. È importante conoscere e comprendere a fondo come funziona il mondo astrale per sapere come comportarti se dovessi entrarci. Ricorda: correre non serve, perché in quel mondo non c'è un terreno solido su cui poggiare i piedi.

Di seguito sono indicate ventisette caratteristiche principali del mondo astrale per darti un'idea di come appare.

1. La struttura di base del mondo astrale è costituita da eventi psiconoetici che si sono verificati nel mondo fisico oppure sono stati solo immaginati.
2. Un evento psiconoetico include caratteristiche temporali, spaziali, uno scenario di riferimento, oggetti ed esseri.
3. Tutti noi, individualmente e anche collettivamente, co-creiamo al quarto livello perché le cose precipitano nel mondo fisico. Tutto quanto è creato nel mondo fisico deve prima passare dal quarto livello: così funziona il processo creativo.
4. Gli eventi immaginari sono possibili eventi futuri in corso di creazione. Quando un numero sufficiente di esseri umani si focalizza – soprattutto emozionalmente – su qualcosa, la probabilità che questo precipiti nel mondo fisico aumenta. Se mettiamo molta energia emotiva e molta forza in un processo di visualizzazione, stiamo compiendo quanto necessario perché l'evento immaginario si verifichi nel mondo fisico. Vedi quanto detto a proposito del guscio di rumore nel Capitolo 8. Molti di questi eventi immaginari sono irrisolti e in attesa di chiarificazione: possono essere trasformati attraverso processi personali o di gruppo o acquisire una massa sufficiente per precipitare nel mondo materiale.
5. Il processo di visualizzazione degli eventi immaginari è specifico e utilizzato appositamente per creare una massa critica sufficiente a far precipitare quegli eventi nel mondo fisico. Gli eventi immaginari possono avere un intento sia positivo sia negativo.
6. Perché un evento si materializzi, occorre che raggiunga una massa critica nell'inconscio collettivo di un gruppo di esseri umani intenti a creare un mondo di realtà del quarto livello, o submondo astrale.
7. La natura dello spazio nella realtà del quarto livello è determinata dalla coscienza energetica e dall'intento dell'evento che formano lo spazio e il luogo in cui esso si è verificato o in cui si è immaginato che accadesse.
8. Secondo il principio per cui “il simile attrae il simile”, gli eventi si coagulano intorno ad archetipi di sistemi di convinzioni e d'intenti. Questo è ciò che dà al mondo della realtà del quarto livello la propria struttura. Ogni archetipo potrebbe essere considerato un submondo in sé.
9. La fisica di ogni submondo di realtà di quarto livello è definita dalle convinzioni della coscienza energetica di quel mondo e degli esseri che ci vivono. Per esempio, in un mondo astrale ci potrebbe essere quella che chiamiamo “forza di gravità”, mentre

in un altro, dove la forza di gravità è assente, ogni cosa fluttua nello spazio. La luce e i colori di ogni mondo e submondo astrale sono diversi.

10. Il tempo astrale è molto diverso da quello fisico. Nel nostro mondo terreno, soprattutto quando si tratta di studi scientifici, adottiamo quella che i fisici chiamano “linea del tempo”, che inesorabilmente procede sempre verso il futuro. Abbiamo anche la nostra personale esperienza del momento (o dei momenti) temporale. A volte ci sembra che il tempo proceda molto velocemente (quando ci divertiamo) e altre volte sembra muoversi con lentezza (quando ci annoiamo). A volte il tempo sembra addirittura fermarsi, soprattutto quando sperimentiamo uno shock improvviso dovuto a un evento inaspettato. Ti ricordi di quegli episodi a rallentatore, per esempio, quando inchiodi sul pedale del freno per evitare di tamponare l’auto davanti che si è fermata all’improvviso. Il tempo astrale non necessariamente è lineare né si muove sempre verso il futuro. Il tempo in ogni particolare mondo astrale dipende dalle convinzioni degli esseri che hanno creato e che alimentano quel particolare mondo astrale. Per esempio, il tempo può procedere in avanti o a ritroso, o anche fermarsi. Se gli esseri che abitano in un particolare mondo astrale non sanno nulla del tempo o non hanno mai pensato al tempo, non lo creeranno.
11. Il tempo astrale è intimamente connesso allo spazio perché è formato da un evento o da eventi psiconoetici. Il tempo nel mondo astrale è incapsulato nello spazio. Nel mondo fisico il modo in cui viviamo il nostro spazio è incapsulato nel tempo. Nel mondo fisico il tempo continua a procedere in avanti. Nel mondo astrale il tempo è

determinato e incapsulato nello spazio. Per esempio, la mia migliore amica e io siamo state ad Atene. Eravamo affacciate a un muro dell’Acropoli ed entrambe siamo scoppiate a piangere perché abbiamo visto le orde di soldati che stavano per distruggere la città. È terribilmente doloroso andare in quei luoghi, perché l’evento irrisolto è ancora lì, incapsulato nello spazio.

12. Possiamo far luce sugli eventi fisici del passato incapsulati nello spazio astrale tramite un lavoro personale o di gruppo. Quando questo accade, la coscienza energetica contenuta in quell’evento è integrata nella grande unità, che può essere sperimentata come un grande mare di vita colorato e pieno d’amore. Poi si verifica il processo creativo del nucleo essenziale e la creazione di altro nucleo essenziale.
13. Il luogo del mondo astrale in cui ti trovi è quello in cui sei automaticamente portato dalla tua intenzione, dal tuo focus mentale e dalle tue emozioni: e tutti questi elementi possono essere inconsci. Quando in te la consapevolezza è molto carente o manca una forte chiarezza mentale ed emotiva, sarai inesorabilmente attratto verso uno spazio che ti è conforme. Se esci dal tuo corpo fisico e vuoi viaggiare, andrai nel territorio astrale più adatto a te. Questo è ciò che accade quando qualcuno va in overdose da sostanze stupefacenti ed entra nel mondo astrale. Lo stato mentale in cui si trovava al momento dell’overdose corrisponde al mondo astrale in cui quella persona andrà dopo la morte.
14. Il movimento e il viaggio sono controllati dal focus e dall’intensità mentale o dalla forza dei sentimenti e delle emozioni. Se vuoi viaggiare nel mondo della realtà di quarto livello, devi allineare intenzione e focus mentale e permettere ai sentimenti

che provi nei confronti di quel luogo di fluire verso di esso. Se vuoi andare da qualche parte, fai finta di essere un razzo spaziale. Le tue emozioni sono il carburante e la tua mente è il sistema di guida. Se il luogo verso cui vuoi andare non suscita in te emozioni forti, ti sarà difficile raggiungerlo. Il tuo focus mentale determina dove sei diretto. È questa la sfida di un viaggio astrale: mantenere la mente focalizzata su una cosa sola. Non appena il tuo focus mentale cambia, si modifica anche la tua direzione. Più sei in grado di rendere nitido il tuo campo energetico e di regolare le tue emozioni e la tua mente, meglio ti troverai nel mondo astrale, perché là non c'è il mondo fisico a rallentare le cose. Tutto accade all'istante, più velocemente di quanto comporti il meccanismo di causa ed effetto.

15. La tua intenzione può modificare le emozioni all'istante. Il fatto che tu voglia andare da qualche parte non necessariamente ti ci porterà, perché ciò che la maggior parte di noi chiama "volontà" in realtà è una corrente di potenza dualistica. Questo può condurti nel territorio di un sistema di convinzioni di esseri energici e ostinati che vogliono controllarti e forzarti a fare ciò che desiderano.
16. Nel mondo astrale i confini sono flessibili e non sono strutturati come nel mondo fisico, a meno che tu non *creda* che siano simili, perché allora lo saranno.
17. La nostra forma e il nostro aspetto sono definiti dal modo immediato in cui ci vediamo, momento dopo momento. Quando cominciai a occuparmi di guarigione, mi capitava di vedere tantissimi esseri astrali diversi nelle persone. Entravo nel campo astrale di una persona e cercavo di eliminare questi legami dal campo, ma essi cambiavano forma e sgusciavano via. È strano

rapportarsi agli esseri astrali, perché, nel mondo fisico, noi siamo abituati a vedere persone che mantengono sempre la stessa forma.

18. La coscienza energetica può espandersi all'infinito o comprimersi in uno spazio piccolissimo. Mentre nel mondo fisico gli umani hanno uno spazio prestabilito, nel mondo astrale un essere può avere dimensioni enormi o piccolissime, perché non è fatto di sostanza materiale.
19. La percezione dipende dalla nitidezza e dalla frequenza della coscienza energetica dell'osservatore. Un essere astrale assumerà una certa forma per connettersi con te o con ciò che crede di essere.
20. Una volta stabilita la connessione, rimani connesso per sempre. Questo implica alcune conseguenze, soprattutto se si tratta di qualcuno con cui non vai d'accordo.
21. Nel mondo astrale la luce è irradiata dall'oggetto o dall'essere, a differenza di quanto accade nel mondo materiale dove la luce è riflessa dal sole. Questa luce autogenerata contiene molte più informazioni sulla vera natura dell'oggetto o dell'essere di quante ne contenga la luce riflessa. Ciò è particolarmente evidente quando si parla dei regni inferiori che sono molto bui, perché gli esseri che li abitano non emettono alcuna luce.
22. La coscienza energetica del quarto livello può essere trasmessa a oggetti fisici, che servono da contenitori.
23. Su e giù possono essere definiti spazialmente, a seconda della frequenza vibratoria o del grado di luminosità. Più elevata è la vibrazione e più splendente la luce, più ti trovi a un livello elevato.
24. Buono e cattivo possono essere definiti a seconda della vibrazione, della luminosità e

dell'intenzionalità ma non in rapporto alle dimensioni.

25. La potenza può essere definita in base alla frequenza, all'intensità, alla nitidezza, alla coerenza e alla focalizzazione.
26. Il potere della realtà del quarto livello trae origine dalla focalizzazione mentale che determina l'ambito di quel potere (la nitidezza mentale), la crescita di energia emozionale e la precisione della volontà. Questo comprende l'utilizzo dei tre aspetti di noi – ragione, volontà ed emozione – e del loro equilibrio reciproco, che riflette l'allineamento dell'intenzione personale e può anche aiutare a definirlo. Più nitida è l'intenzione, più equilibrati tra loro sono la ragione, la volontà e i sentimenti, e più chiari, vigorosi, olistici e sani sono i risultati.
27. Molti sogni sono esperienze della realtà del quarto livello, come fluttuare giù per una scala o volare.

Come uscire dagli spazi inferiori della realtà del quarto livello

Può capitare che a volte, in sogno o mentre esploriamo il mondo della realtà del quarto livello, ci ritroviamo negli spazi inferiori. È probabile che questo accada se decidi di imparare a operare guarigioni nella realtà del quarto livello e cominci ad approcciare i mondi che la compongono. Sarebbe meglio che tu avessi sempre al tuo fianco un insegnante qualificato. Le prime volte infatti potresti spaventarti e per questo è importante sapere come uscirne.

Quindi, far pratica con i metodi elencati di seguito o con quello che preferisci ti sarà di grande aiuto per spostarti in uno spazio superiore della realtà del quarto livello.

1. Medita per costruire un collegamento tra il terzo e il quinto livello del tuo campo energetico, che corrisponde a un collegamento tra il terzo e il quinto livello spirituale. Pratica regolarmente questa meditazione prima di cominciare a lavorare. Innanzi tutto senti, osserva e conosci i livelli terzo e quinto, poi fai pratica spostandoti tra di loro. Probabilmente è il passaggio più difficile tra quelli presentati in questo elenco.
2. Segui la luce, entra nella luce.
3. Usa come mantra il nome di una qualsiasi figura spirituale con cui ti senti connesso.
4. Chiama a rapporto le tue guide, il tuo guru o il tuo maestro spirituale.
5. Costruisci uno scudo bianco che ti protegga nel settimo livello del campo energetico. Per far questo è necessario che superi la paura. La prima volta non sarà semplice: occorre fare pratica.
6. Ordina: "Nel nome di... (nome del leader spirituale con cui ti senti connesso)."
7. Recita *La preghiera della sera* dall'opera musicale "Hänsel e Gretel" di Humperdink.

Conclusione

Nella realtà del quarto livello i nostri pensieri e le nostre convinzioni più forti prendono forma. Uno dei miei film preferiti che mostra questo processo è una vecchia pellicola dal titolo "Il pianeta proibito". Nel film un gruppo di viaggiatori spaziali è abbandonato su un pianeta. In quel luogo incontrano un vecchio scienziato e la sua bellissima figlia, gli unici sopravvissuti al precedente atterraggio di una nave spaziale. Tutto sembra andar bene fino a quando i nuovi arrivati scoprono di essere in un luogo davvero pericoloso e di notte devono chiudere tutto all'interno di spesse pareti di acciaio per evitare gli attacchi di

un mostro sconosciuto dalla forza smisurata che potrebbe ucciderli.

Nel corso del film uno degli ultimi arrivati e la figlia dello scienziato s'innamorano e la situazione con il mostro si fa ancora più difficile. Poi gli astronauti trovano un grosso computer/macchinario nascosto sotto terra. Il vecchio scienziato mostra loro come funziona con un diretto comando mentale. Tutti rimangono impressionati. Gli attacchi del mostro invisibile però continuano. Dopo altri scontri e aggressioni, diventa chiaro che il mostro è creato dall'id dello scienziato, ossia dal suo inconscio più profondo di cui lui è inconsapevole. "Mostri dell'id" esclamano. Mentre il vecchio scienziato muore nella lotta, il mostro svanisce e il macchinario si rompe.

Cose simili accadono nella realtà del quarto livello, anche se non ci sono né macchinari né computer. La realtà del quarto livello funziona proprio così, soprattutto per quanto riguarda il rapporto con l'inconscio di cui siamo inconsapevoli. Una volta che diventiamo consapevoli dei nostri contenuti inconsci e di come l'inconscio funziona attraverso l'HECS con cui creiamo la nostra realtà, possiamo anche diventare consapevoli del modo in cui creiamo i nostri problemi.

Capitolo 9 – Autovalutazione. **Chiarisci la tua comprensione della realtà del quarto livello**

1. Studia i principali punti elencati che descrivono il funzionamento della realtà del mondo del quarto livello. Confrontali con il criterio con cui hai interpretato inizialmente questo tipo di realtà. Adesso reinterpreti le tue esperienze usando le informazioni presentate in questo capitolo.
2. Che cos'hai imparato da ciascuna delle tue esperienze?
3. Elenca ogni esperienza che ti ha messo a disagio o che ti ha spaventato e che si è verificata nel mondo della realtà del quarto livello.
4. Se avessi bisogno di uscire dal mondo della realtà del quarto livello, quale dei punti elencati nell'elenco che compare nel paragrafo "Come uscire dagli spazi inferiori della realtà del quarto livello" pensi che ti aiuterebbe?

10. Altri fenomeni della realtà del quarto livello: legami, impianti e fenomeni extraterrestri

*Quando si tratta di dissolvere
oggetti ed esseri astrali,
la sfida è mantenere per tutto
il tempo un amore incondizionato,
senza lasciarlo andare
né perdere il contatto con esso,
neppure per un secondo.*

*Se ti lasci sopraffare dalla paura,
tutto torna com'era
e devi ricominciare la guarigione
molte volte ancora.*

– HEYOAN

Adesso che sai come funziona la realtà del quarto livello, in questo capitolo e nei seguenti vedremo quali sono i diversi tipi di realtà del quarto livello o fenomeni astrali che probabilmente incontrerai quando operi guarigioni. Partiamo dai più semplici: i legami astrali.

Legami astrali nel campo energetico

Nell'affrontare questo argomento è fondamentale ricordare che il mondo astrale è composto da coscienza energetica.

Nel mondo astrale la legge per cui “il simile attrae il simile” è molto più forte e funziona più velocemente che nel mondo fisico. *Attrai oggetti o esseri che sono chiamati a te a causa dei tuoi pensieri, emozioni e convinzioni e che si aggancia-*

no al tuo campo cercando di accrescere le credenze che entrambi condividete. I rapporti che si creano sono nominati “legami” e di solito si manifestano al quarto livello o livello astrale dell’HEF. A volte si trovano anche all’esterno del settimo livello. Non li ho mai visti ad altri livelli. In ogni caso influenzano gli altri livelli del campo – soprattutto il secondo – con la loro semplice presenza nel quarto livello.

Se hai una relazione difficile in cui litighi spesso, attrai molti di questi legami che cercano di farti avere sempre più scontri perché da essi ricavano energia. Durante una discussione infatti si libera energia negativa. L’energia rilasciata fomenta le dispute e aumenta la probabilità di nuovi litigi, perché intorno al tuo campo rimane sempre una quantità di energia negativa sufficiente a innescare lo scontro successivo.

È facile rimuovere dal campo energetico questi legami di energia negativa: basta provare amore incondizionato, trasmetterlo alle tue mani per staccare con delicatezza il legame e portarlo alla luce in modo che si trasformi. Questi legami sono esseri o oggetti, come per esempio diversi tipi di armi rimaste dalle vite precedenti.

La natura del potere astrale

Come esposto nel Capitolo 9, il potere astrale si manifesta attraverso l’attenzione della mente che si concentra, la forza di volontà che mantiene saldo l’obiettivo e la costruzione di una solida energia emotiva che infonde vigo-

re: in altre parole, dall'utilizzo dei tre aspetti di noi, ragione, volontà ed emozione. Questo tipo di potere può dare risultati positivi o negativi, ossia può aiutare, nuocere o servire per dominare un'altra persona. Il potere astrale – positivo e negativo – funziona secondo le stesse leggi.

Il potere astrale negativo può essere diretto da o verso un individuo o un gruppo. Può riempire gli oggetti. A dir la verità, noi compiamo questa azione di continuo: di solito lo facciamo inconsciamente, mentre altre volte semi-inconsciamente; altre volte ancora ci concediamo di farlo di proposito. Hai mai litigato con qualcuno al telefono per poi riagganciare arrabbiato? Indovina dove è andata a finire quella rabbia? Non solo verso la persona con cui ti sei arrabbiato ma anche nel telefono. Indovina chi l'ha assorbita? La persona che ha usato il telefono dopo di te. Ti è mai capitato di dir male apposta di qualcuno? Indovina dove è andata quella coscienza energetica carica di rabbia? Esatto: direttamente alla persona di cui hai parlato male, a prescindere da dove quella persona si trovasse. Più ti comporti così, più la coscienza energetica negativa si rafforza. È come ogni altra abitudine. Costruisci percorsi lungo i quali la coscienza energetica si può muovere, non solo attraverso il tuo stesso sistema, ma anche verso le persone di cui hai ripetutamente detto male di proposito. A ogni azione segue una reazione uguale e opposta. Alla fine quelle persone reagiranno. Si pensa che questo tipo di coscienza energetica non s'indebolisca con la distanza, come invece fanno i campi elettromagnetici.

Usare il potere astrale per la dualità o per l'unità dipende dall'intenzione

Il potere astrale trae origine dalla forza emotiva. Per utilizzarlo però è necessario focalizzarsi su un obiettivo. Per dirigere la forza astrale verso un obiettivo è necessaria la chiarezza menta-

le. L'obiettivo può essere qualunque persona o qualunque cosa. Se a questo aggiungiamo il potere dell'intenzione che viene dall'hara, si crea ancora più potere.

Quando qualcuno crede di dover combattere contro qualcosa, le sue intenzioni saranno frammentate: ciò significa che questa persona pensa di avere un intento positivo, mentre ritiene che l'altra persona ne abbia uno negativo. Ogni volta che assumi una prospettiva del tipo "buono contro cattivo", stai adottando una visione dualistica. L'intenzione dualistica non è forte e nitida come l'intenzione positiva allineata.

Italismani. Un talismano è un oggetto carico di potere astrale e d'intenzionalità. Ogni oggetto può essere trasformato in talismano. Una volta creato, quel talismano può essere utilizzato come mezzo per attrarre il particolare potere astrale di cui è imbevuto. Un talismano può anche servire a proteggersi da qualche cosa o da qualcuno. Di solito i talismani vengono creati in una cerimonia. Puoi realizzare un talismano per te stesso o per qualcun altro e potenziarlo con un'intenzione positiva, nitida e allineata volta ad aiutare gli altri, oppure con un'intenzione dualistica negativa finalizzata al danno.

In una tipica cerimonia "positiva" potresti attivare un cristallo, all'alba, con un particolare obiettivo positivo, come rimanere sul cammino di guarigione che ti porta al tuo nucleo essenziale. È il tuo intento a determinare se si tratta di qualcosa di positivo o negativo. L'attivazione dei cristalli è un'antica cerimonia dei nativi americani durante la quale una persona si allinea con un obiettivo positivo e, appena sorge il sole, passa il cristallo nel fuoco per tre volte mentre canta il proprio obiettivo. Ho svolto questa cerimonia molto tempo fa, guidata da un esperto. L'ho trovata molto emozionante.

In quel periodo però non pensavo agli avversari che avrei potuto trovare sul mio cammino e durante la cerimonia li avevo percepiti come qualcosa di estraneo e lontano da me. Adesso

invece so che qualunque antagonista io debba affrontare, la vera sfida in realtà è portare alla luce i nemici interiori: quelle parti di me che ho tenuto separate dall'“io” con cui m'identifico. Questa è la profonda verità che permette a una cerimonia di funzionare: gli avversari sono dentro di noi, non all'esterno. Quando hai fatto pulizia e integrato le parti che si trovano in te, sei in grado di gestire ciò che arriva da fuori.

Se ci ricordiamo che guarire significa soprattutto risolvere la nostra frammentazione interiore, il mondo dualistico esterno diventa un riflesso della nostra dualità.

La mia esperienza con gli oggetti astrali

Cerimonie di crescita spirituale e impianti del passato e del presente. Rimasi piuttosto sorpresa quando vidi per la prima volta un impianto in una donna: uno scudo che le proteggeva il cuore. Ancora una volta mi domandai che cosa fosse. Heyoan mi disse che quello scudo era stato messo lì nel periodo delle antiche religioni centrate su una divinità femminile. Lo scopo dello scudo era aiutare la donna a mantenere il giuramento che aveva stretto con la dea, ossia di non innamorarsi mai di un uomo: sarebbe dovuta rimanere una vergine guerriera a guardia del tempio.

La donna in effetti si lamentava di avere continui problemi con gli uomini. Aveva divorziato più di una volta e non era stata in grado di mantenere a lungo nessuna relazione, anche se aveva cinque figli grandi.

Osservai le istruzioni di Heyoan mentre mi spiegava come rimuovere lo scudo: si trattava di eliminare il muco che si era accumulato intorno al cuore in seguito a diverse esperienze dolorose; cauterizzare la ferita con l'argento e poi con il platino; ricostruire il campo in tutti i sette livelli nei punti in cui era stato distrutto e poi integrarlo con il resto del campo a tutti i

livelli. Ciò che seguì fu un'interessante serie di guarigioni, e più tardi scoprii che la donna si era risposata un anno dopo il mio intervento.

Ho rimosso molti altri tipi d'impianti posizionati in tempi antichi e per obiettivi specifici, come scarabei collocati durante le cerimonie religiose dell'antico Egitto, insetti impiantati in epoca più recente in Africa e manufatti di nativi americani. Questi oggetti servivano a donare potere o a nuocere. Ho visto anche oggetti di cristallo impiantati durante la civiltà nota come Atlantide.

Ho visto perfino un tipo di pugnale cerimoniale utilizzato per aprire il terzo occhio di alcuni studenti di un certo giovane guru che diceva di venire dal Tibet. Egli non aveva avuto intenzione di lasciare quella forma astrale nel terzo occhio degli allievi, lo aveva fatto per ignoranza. Non l'ho mai conosciuto ma era noto perché a metà degli anni Settanta aveva l'abitudine di scorrazzare in moto per la città di Washington. Praticava la shaktipat, ossia la discesa dell'energia Shakti per aprire il terzo occhio, e la esercitò su molte persone utilizzando un pugnale cerimoniale. Purtroppo durante la pratica lacerò loro il terzo occhio (il sesto chakra) che rimase sempre aperto, danneggiandone il sigillo. Dal momento che gli studenti non riuscivano a controllare né la loro HSP né i livelli astrali che egli aveva aperto, la loro visione astrale diventò distorta e affrontarono alcune esperienze psichiche davvero terribili.

Presto quegli studenti vennero a sapere di me e si riversarono come un fiume a chiedermi aiuto. Mi limitai a riparare il loro sesto chakra e i sigilli, chiudendo questi ultimi per mettere fine alle visioni terrificanti. La guarigione automaticamente interruppe le visioni astrali distorte e inaffidabili, perché avevo riparato i chakra e i sigilli al loro interno. Lo avevo fatto perché quelle persone non erano in grado di regolare il proprio campo energetico, i chakra e l'energia che fluiva attraverso di essi. Per questo motivo

non potevano raccogliere una quantità di energia sufficiente a riaprire i sigilli. Dopo la guarigione la loro visione tornò sana e appropriatamente focalizzata sul piano fisico.

In altre persone che avevano cercato un contatto con il mondo astrale prima di venire da me in cerca di guarigione, ho visto molti tipi di oggetti astrali in diversi punti del loro campo energetico, molto probabilmente posti là a scopi cerimoniali in epoche differenti.

La mia esperienza con gli esseri astrali

Esseri che si sono autogenerati e che sono attratti da un bisogno non soddisfatto. Una delle prime volte che incontrai un essere appartenente alla realtà del quarto livello fu durante una sessione di guarigione, mentre lavoravo con una donna per favorire il risanamento del suo pancreas. La donna soffriva di dolore cronico. Mentre ripulivo il quarto livello dell'HEF all'interno del pancreas, trovai un nido di piccole arpie. Rimasi sorpresa e mi rivolsi alle mie guide per ricevere consiglio. Mi suggerirono di prendere delicatamente ogni arpia, toglierla dal campo energetico della mia assistita e portarla alla luce. Mentre ero impegnata a farlo, un'arpia mi morsicò un dito. Quei piccoli esseri non volevano essere rimossi dal proprio nido. Le guide suggerirono che portassi amore incondizionato nelle mie mani e nelle mie dita mentre svolgevo quell'operazione. Funzionò. Dopo aver delicatamente sollevato i cuccioli nella luce, rimossi anche il nido che si dissolse assieme alle arpie. Libere dalla distorsione, esse si mutarono in colombe bianche.

Poi le guide mi dissero di ripulire il pus e altri veleni accumulati nella ferita. Mi spiegarono come lavare completamente l'area, per poi ricaricarla con un'appropriata coscienza energetica al quarto livello. Quindi ripulii il campo energetico in tutto il corpo e terminai la guarigione.

Dopo che la donna si fu riposata, le dissi ciò che avevo visto. Dal momento che era una guaritrice, potemmo affrontare questi argomenti insoliti. Nelle settimane che seguirono, la donna sentì molto meno il bisogno di zuccheri e nelle sessioni di autoguarigione lavorò sulla strategia che aveva adottato di compensare con lo zucchero il bisogno di amore materno. Le piccole arpie della realtà del quarto livello rappresentavano questo bisogno, oltre alla frustrazione e alla rabbia, perché esso non era stato soddisfatto quando lei era piccola. Ricorda, gli esseri del quarto livello prendono la forma cui credono di assomigliare e si attengono alla legge dell'attrazione, ossia "il simile attrae il simile". Ecco perché le arpie riuscirono a trovare una sistemazione nel pancreas della mia assistita.

Mentre le raccontavo come le arpie si fossero trasformate in colombe bianche, Heyoan si avvicinò e disse:

Sono sempre state colombe.

Dunque le arpie nel pancreas della donna erano state create dal bisogno e dalla rabbia inconsci dovuti alla mancanza delle cure materne. Possiamo quindi dire che era stata la donna a crearle o ad attrarle. Qualunque di queste due spiegazioni o entrambe possono essere vere. Attenzione: l'operatore non giudica il comportamento della madre. Il punto importante è la conclusione cui è giunto l'inconscio del soggetto in osservazione, ossia la veridicità della vicenda e la necessità di affrontarla e risolverla con il sostegno dell'operatore. Il guaritore spirituale utilizza anche il potere della guarigione e della ricostruzione del campo energetico per aiutare a risolvere simili questioni. Il risultato è una guarigione più potente. Il soggetto può imparare a prendersi cura di se stesso e a lasciar andare le autocritiche, oltre che abbandonare la sensazione di essere "indegno" o "cattivo".

Le forme astrali correlate a questioni psicologiche non sono un prodotto della fantasia. Sono forme di coscienza energetica che bloccano il campo e aiutano a mantenere al loro posto schemi di vita negativi, oltre a interferire con i processi creativi con cui creiamo la nostra esistenza.

Fantasia. Uno dei problemi che riguardano i fenomeni del mondo della realtà del quarto livello sta nel distinguere tra le guide utili e attendibili e gli esseri della realtà del quarto livello che non sono a quel livello di evoluzione ma fanno finta di esserlo o vogliono solo entrare in contatto con un essere umano. Conosco un caso interessante a questo proposito. Una donna, che non aveva una vita sociale e non era molto integrata in sé, attirò alcuni esseri della realtà del quarto livello che dichiararono di essere le sue guide spirituali. La donna si presentò entusiasta alla seduta di guarigione, asserendo di essere finalmente riuscita a mettersi in contatto con le proprie guide. Durante la sessione vidi quegli esseri e mi accorsi che erano poco evoluti. Erano oscuri, non molto ben formati e avevano l'intento negativo d'ingannare. Mi preoccupai molto per l'incapacità della cliente di stabilire un contatto chiaro con la realtà. Mandai quegli esseri verso la luce e le spiegai la situazione. Proseguimmo quindi con "normali" sedute prive di fenomeni psichici. La invitai a rimanere nella vita fisica invece di fuggire nella fantasia, così cominciò a ricostruirsi una normale esistenza nel mondo fisico.

I legami della realtà del quarto livello: la nera Kali. Poco prima di passare a insegnare a tempo pieno, durante una delle mie ultime sessioni di pratica a New York dove avevo esercitato per quindici anni, vidi la nera Kali per la prima volta. Stavo lavorando con una donna affetta da sclerosi multipla. Proprio alla fine della seduta visualizzai una grande Kali nera con le unghie e

i denti piantati nel suo campo energetico, al settimo livello. In un primo momento cercai di toglierla, ma non fu facile. Compresi che era fuori dalla mia portata. Raccontai alla signora ciò che vedevo e le suggerii di recarsi da un esperto di induismo e buddismo tibetano. Non so poi se la signora abbia seguito il mio consiglio: traslocò in un'altra città e non ebbi più sue notizie.

Sessioni congiunte tra esseri umani ed esseri astrali. Dopo aver fatto pratica nel trattare gli esseri della realtà del quarto livello, cominciai a condurre sessioni congiunte di guarigione tra queste entità astrali e gli esseri umani. Le sedute erano molto simili alle sessioni che si svolgono tra due persone nel mondo fisico. Una cosa che ho imparato trattando gli esseri del quarto livello è che, se una di queste entità gira intorno a una persona fisica, di solito vuole qualcosa. Spesso si tratta di portare a termine una questione lasciata in sospeso quando viveva nel mondo fisico. A volte l'essere astrale desidera soltanto entrare in contatto con una persona che ama e che appartiene ancora al mondo materiale, per farle sapere che non è "morta" ma vive nella realtà del quarto livello. Altre volte l'entità non riesce a rinunciare a una relazione che aveva nel mondo fisico. Di seguito è illustrato un esempio interessante di un caso simile.

Una delle associate al Pathwork Center – che chiamerò Clara – stava attraversando un momento difficile. Aveva sfiorato due volte la morte nel giro di un paio di settimane e mi raccontò un'interessante storia a proposito della nonna, morta qualche settimana prima che iniziassero gli episodi. La nonna l'aveva praticamente cresciuta e Clara le era molto affezionata, per cui dopo la sua morte aveva cercato di entrare in contatto con lei e c'era riuscita. Adesso, però, era sorto un problema. La nonna continuava a chiamare Clara perché la raggiungesse e l'aveva addirittura convinta a salire sul davanzale di una finestra del terzo piano per buttarsi giù. Clara

era tormentata: le mancava la nonna, ma non voleva morire. In un altro episodio, mentre stava facendo il bagno, Clara si ritrovò quasi soffocata da una inspiegabile fuoriuscita di gas. La nonna continuava a chiamarla perché Clara la raggiungesse.

Tutte le sedute che facemmo insieme furono effettuate in congiunzione con la nonna deceduta che si trovava dall'altro lato del velo tra i due mondi. Cominciavamo con un dialogo tra nonna e nipote, tramite la mia HSP e quella di Clara: ognuna delle due diceva all'altra quanto era necessario per completare la loro relazione in questa vita. Finalmente l'ultimo giorno la nonna se ne andò. Entrambe lasciarono andare l'altra, e la nonna salì lungo il raggio di luce che apparve in un angolo della stanza. Dopo quelle sessioni Clara non ebbe più problemi.

Dopo quella volta ho praticato molte altre sessioni simili. Di solito le situazioni non erano drastiche come quella di Clara. Per lo più si trattava di contatti brevi, durante i quali la persona dall'altra parte del velo spiegava molto chiaramente a quella che viveva nel mondo fisico che stava bene ed era ancora viva, anche se in una realtà diversa. (Molti preferiscono di gran lunga quella realtà a questa del mondo fisico.)

I bambini della realtà del quarto livello. Uno dei più comuni tipi di relazioni a lungo termine tra umani della realtà del quarto livello e umani che vivono nel mondo fisico è quella tra i figli defunti e i loro genitori. Questi bambini del livello astrale continuano a far parte della famiglia e a crescere in essa come fa ogni bambino. La maggior parte delle volte le madri ne sono consapevoli e comunicano con loro attraverso la realtà del quarto livello, ma non lo dicono a nessuno. Alcune ne hanno parlato con me.

Un altro fenomeno simile è il caso di bambini che vivono nel mondo fisico e hanno compagni di gioco provenienti dal livello astrale, chiamati "amici immaginari", ma chiunque abbia la

capacità di mettersi in contatto con la realtà del quarto livello può vederli. Questo capita di frequente ai figli dei guaritori.

Contatti tra la realtà del quarto livello e la vita fisica. L'esperienza più curiosa che abbia mai avuto tra esseri del piano astrale e persone fisiche mi capitò quando si presentò da me una donna che veniva da un altro Paese. All'epoca ero già abituata a vedere guide e altri tipi di esseri presentarsi regolarmente alle sessioni, insieme ai miei assistiti. Quella volta fu un po' diverso. La donna entrò e chiuse la porta. Qualche minuto dopo tre uomini appartenenti alla realtà del quarto livello, vestiti in abito scuro formale, entrarono incespicando nella stanza attraverso la porta chiusa e si misero a guardare con serietà in tutte le direzioni. Sembravano molto imbarazzati, come se non sapessero bene che cosa fare lì nella stanza in compagnia di una guaritrice. Pensai che fosse strano, dal momento che quasi tutti gli esseri che avevo visto fino a quel momento prendere parte alle guarigioni arrivavano per aiutare (se erano stati leader spirituali o guru) oppure erano parenti del mio assistito che desideravano entrare in contatto con lui. Questi tizi erano diversi: erano robusti e molto seri. Continuarono a controllare la grande stanza in cui lavoravo. Dopo un po' cominciai a ignorarli perché non sembravano intenzionati a entrare in contatto con la donna, anche se rimasero in stato di grande allerta. Alla fine della seduta si allontanarono insieme alla signora. Lei non sembrava sapere chi fossero e io non ne parlai.

Qualche anno dopo chiacchieravo con una mia amica medico, che chiamerò Sally, e che viveva in un altro Paese. Sally mi domandò se la donna che mi aveva mandato si fosse mai presentata da me per una guarigione. Le chiesi il nome della persona e venne fuori che si trattava della donna alla cui seduta si erano presentati i tre "uomini in nero". Raccontai a Sally l'accaduto e lei rise, dicendo che quella signora era la

moglie del capo di un'agenzia di servizi segreti del suo Paese. Ridemmo tantissimo! Credo che sia stato uno degli eventi più bizzarri della mia carriera di guaritrice. A quanto pare, i tizi in abito scuro erano una sorta di guardia del corpo. Chi lo sa?

*Vorrei solo dirti
che puoi prendere ognuna
di queste esperienze
che ho descritto nel modo che preferisci!*

– BARBARA BRENNAN

Ti sembrerà che alcune abbiano senso, mentre altre no. Per me sono state un'ottima fonte di apprendimento. *Hanno sciolto le briglie del mio cervello*, aiutandomi a superare le idee rigide sulla natura della realtà. Ho deciso di condividerle con te per ampliare la tua prospettiva, se lo desideri: sta a te.

I cosiddetti extraterrestri, meglio noti come ET

L'argomento degli extraterrestri è un tabù, ma cercherò in ogni caso di trattarlo. Ho lavorato come ricercatrice della NASA presso il Goddard Space Flight Center e non riesco a immaginare un universo tanto limitato in cui non ci siano altri esseri intelligenti almeno quanto noi, e probabilmente più progrediti. Il nostro sistema solare è molto giovane, così come la nostra galassia di medie dimensioni. Eppure continuiamo a pensare di essere la specie migliore e più evoluta. Oh be', probabilmente non siamo i soli. Quanto sarebbe triste limitare così la nostra visione del futuro. Un giorno o l'altro, da qualche parte troveremo una forma di vita intelligente, oppure saranno quegli esseri a trovarci, se non l'hanno già fatto.

Dapprima pensavamo di essere la specie eletta che abitava un pianeta posto al centro dell'universo. Galileo pagò un caro prezzo per aver cercato di sfatare questa prospettiva limitata: la Terra non si trova al centro nemmeno del sistema solare. A mano a mano che la scienza si sviluppa, scopriamo qualcosa di più grande e più interessante.

Riesci a immaginare quando incontreremo esseri extraterrestri più evoluti di noi? Come gestiremo questa scoperta da un punto di vista psicologico? È molto probabile che si verificherà. Dopo tutto, noi abitiamo un piccolo pianeta che gira intorno a una stella nana gialla – il Sole – che non è né speciale né unica in un universo pieno di stelle simili. E la nostra galassia non è nemmeno antica: alcune sono più vecchie della nostra di molti anni luce.

È difficile trovare pianeti come il nostro in altri sistemi solari perché non abbiamo ancora sviluppato gli strumenti adatti per effettuare la ricerca. Ma non significa che questi pianeti non esistano. Inoltre, solo perché i nostri corpi si sono adattati all'ambiente terrestre, non vuol dire che altri sistemi di vita debbano essere come il nostro. Al contrario, le ricerche al momento mostrano che la vita è capace di adattarsi anche a quelli che crediamo ambienti ostili. La vita crea ecosistemi in cui poi prospera. Un ottimo esempio sono gli ecosistemi che si sviluppano intorno alle sorgenti idrotermali nelle profondità del mare: prima di scoprirli non credevamo che la vita potesse esistere a temperature tanto elevate. Invece ci riesce.

Non so se gli ET esistano oppure no. Non ne ho mai visto uno, almeno nel mondo fisico. D'altro canto ho osservato alcuni esseri simili a extraterrestri nei mondi non fisici: li ho visti a bordo delle loro navi spaziali. La mia casa a Montauk è vicina alla torre radar dove si pensa sia apparsa una grande entità extraterrestre, come risultato dell'Esperimento di Filadelfia. Ho visto trasmissioni sull'Area 51, una zona

militare nel Nevada in cui si dice che il governo statunitense tenga nascosta tecnologia o visitatori alieni. Mi ricordo quando gli extraterrestri erano di moda tra i miei studenti più eccentrici e mi piacerebbe conoscerne uno nel mondo fisico, a patto che lei o lui sia amichevole, dall'aspetto tollerabile, non invasivo e non interessato ad avermi come pranzo, ma per il momento non ho avuto molta fortuna da questo punto di vista.

Parlando di ET, una volta tenni un seminario all'Omega Institute nello stesso momento in cui Whitley Strieber, scrittore di narrativa horror, presentava uno dei suoi workshop. Strieber alloggiava nell'altra metà del cottage bifamiliare in cui pernottavo anch'io. In quel fine settimana ci fu molta confusione per via delle persone che arrivavano per incontrarci: un paio di volte pensai che il cottage stesse per decollare. Whitley camminava in punta di piedi, con la testa eretta e proiettata in avanti così come l'intero corpo, leggermente inclinato come se fosse tirato da una corda.

Quando Whitley passava accanto a noi insegnanti della Brennan School, all'ora di pranzo, tutti noi utilizzavamo la visione a raggi X per osservare un interessante oggetto che a quanto potevamo vedere sembrava impiantato nella sua testa. Aveva una vibrazione elevata rispetto a quella dei normali esseri umani. Ma c'era dell'altro: quell'oggetto era anche uno strumento di osservazione, connesso a un'"astronave" in una diversa realtà del quarto livello. Attraverso quel congegno, gli esseri del quarto livello potevano osservare noi e le nostre attività. Volevamo chiedere a Whitley quali sensazioni gli provocasse quel marchingegno, ma eravamo troppo imbarazzati e timidi per farlo. Non riuscii mai a vedere chi fossero gli esseri a bordo della navicella.

Incontri ravvicinati con Elisabeth Kübler-Ross

L'episodio appena narrato mi porta a parlare di alcune interessanti esperienze che ebbi in compagnia di Elisabeth Kübler-Ross, una donna meravigliosa che dedicò la propria vita a curare gli altri: non si tirò mai indietro, fu una grande leader del nostro tempo e aprì molte porte a tanti di noi.

La mia storia comincia con l'idea di chiederle di scrivere la prefazione al mio primo libro, così le inviai il testo con la mia richiesta e poi le telefonai.

Mi disse: "È un libro molto insolito! Può venire a trovarmi a casa, in West Virginia?".

Mi precipitai da lei. Le lunghe ore di guida furono caratterizzate da una peculiarità che segnò l'intero viaggio. A prescindere dalla mia direzione, sembrava che la costellazione conosciuta come Pleiadi rimanesse sempre in piena vista nel cielo notturno, che appariva luminoso e carico di mistero. Ho sempre percepito il fascino delle Pleiadi e mi sento in costante sintonia con loro. Forse sono addirittura arrivata sulla Terra proprio dalle Pleiadi, eoni fa. Spesso, quando le osservo, sento nostalgia di casa. Mi capita a volte di svegliarmi nel cuore della notte e di uscire sul balcone a contemplarle, provando un inesplicabile desiderio di tornare a casa, nella loro bella e avanzata società. So che le Pleiadi non sono nemmeno una costellazione di stelle vicine le une alle altre, ma che sembrano così solo se viste dalla Terra. In ogni caso questo non frena il mio desiderio.

Quando arrivai, Elisabeth mi venne incontro nel portico per accogliermi. Le indicai le Pleiadi nel bellissimo cielo notturno e lei disse: "Noi veniamo proprio da lì. Adesso entra, così mangiamo qualcosa."

Una volta in cucina, mi trovai di fronte a un incredibile assortimento di dessert preparati in casa. Ogni piano e l'intero tavolo ne erano rico-

perti. C'erano crostate, torte, fagottini ripieni di frutta, biscotti, pane alla frutta e altre paste. Era come entrare in una pasticceria.

“Dai, assaggia. Devi essere affamata dopo un viaggio tanto lungo” disse, impilando nel piatto quanti più dolci possibili. Ero troppo timida per dire che non mangio dolci, così mi rimpinzai con piacere.

“È un libro straordinario: raccontami tutto quello che sai!”.

“Da dove comincio?”.

“Insegnami a vedere l'aura” rispose, mentre teneva una tazza di caffè in una mano e una sigaretta nell'altra.

Provai a spiegare, mentre lei continuava a bere caffè e a fumare sigarette. Era chiaro che il suo stato di coscienza non sarebbe cambiato, prerequisito per l'HSP (percezione sensoriale superiore). Cercavo di pensare a una maniera educata di portare la conversazione sulla prefazione del mio libro. Per me sarebbe stato molto importante, perché allora ero un'autrice sconosciuta. Continuai:

“Per vedere l'aura è necessario calmare la propria consapevolezza, mentre aumentiamo l'energia che fluisce in tutto il corpo. Fai un grande respiro e concentrati.”

“Perché non riesco a vedere l'aura se ho visto un ET?” mi domandò, ignorando le mie istruzioni.

“Io non ho mai visto un ET” risposi, cercando di glissare sull'infruttuosa lezione di HSP. “O forse dovrei dire che li ho visti solo nella realtà del quarto livello: ho visto quelli alti e quelli bassi e blu. Che aspetto avevano i tuoi?”.

“Lo stesso, ma erano reali (ossia fisici). Fece- ro levitare una sedia proprio dietro le mie spalle. Mi portarono sull'astronave.”

“Wow! E com'era? Io sono stata su un'astro- nave nella realtà del quarto livello” dissi, cercando di portare avanti come potevo la conversa- zione.

“Fu come entrare in una sala operatoria, con tanto di tavoli. Tutto era grigio chiaro o bian- co. Stavano lavorando su alcuni esseri umani” rispose.

“Sì, c'erano i tavoli” replicai. “E tutto era color grigio chiaro. Sopra i tavoli c'era un telo leggero, quasi bianco. C'era un grosso buco nel mezzo del soffitto dell'astronave, che in quel punto ri- cordava un alto atrio. Forse in quel luogo ar- rivavano gli oggetti e le persone che loro por- tavano a bordo dopo averle fatte levitare. Non vidi scale da nessuna parte. Voglio sapere come ci riescono – a far levitare gli oggetti, intendo. Ha qualcosa a che fare con i campi magnetici di rotazione inversa. Credo che fu in quel modo che entrai nell'astronave, ma non ricordo di aver levitato. Pareva tutto un sogno, ma sembrava anche reale. Capisci cosa voglio dire?”.

“Non era un sogno” mi disse Elisabeth, come un dato di fatto.

“Sembrava un ospedale o un laboratorio ma all'interno non c'era nessuno” proseguì.

Mentre continuavamo a parlare, le cose si fe- cero ancora più strane. Sembrava che entrassi- mo e uscissimo da un “altro mondo”.

Poi Elisabeth mi domandò: “Tu effettui ca- nalizzazioni?”.

“Sì.”

“Bene, fai una canalizzazione per me.”

“OK” dissi, e cominciai a espandere il mio stato di coscienza. Mi aspettavo che mi avrebbe rivolto un paio di domande, ma le cose andaro- no per le lunghe. Mi ricordo vagamente di aver visto alcuni ET della realtà del quarto livello entrare nella stanza all'inizio della canalizza- zione. Li vedemmo entrambe. Poi gli argomenti cambiarono velocemente e per gran parte della serata canalizzai ogni tipo di cose, come la spie- gazione dell'origine e della cura per l'AIDS, in cui vidi un insetto africano che assomigliava un po' a una mantide religiosa, un libro sugli in- setti nella biblioteca di Harvard che descriveva questo insetto particolare e anche una possibile

cura per l'AIDS in cui il sangue del paziente veniva filtrato attraverso una sostanza simile al carbone che lo ripuliva e poi lo rimetteva in circolo nel corpo. La canalizzazione e le domande proseguirono per tutta la notte. Alla fine passarono nove ore.

All'arrivo dell'alba mi accinsi ad andarmene e mi chiesi se ciò che avevo sperimentato quella notte fosse vero. La canalizzazione si era svolta bene? Oppure era stata influenzata da quella bellissima e misteriosa nottata e dalla stupefacente esperienza dell'incontro con una donna tanto celebre? Sembrava che Elisabeth e io ci conoscessimo da decenni, ma forse questa è proprio una sua caratteristica. Non credetti veramente alla canalizzazione né all'esperienza con gli extraterrestri, ma come sempre dissi a me stessa: "Aspetta e vedi se ne nasce qualcosa di buono. Per il momento, Barbara, apprezza questo stato di grazia."

Registrammo l'intera canalizzazione. Lasciai i nastri a Elisabeth e ignoro che cosa ne abbia fatto. Non mi ricordo che altro ci fosse inciso, né ho mai cercato di scoprire qualcosa sull'insetto nell'enciclopedia entomologica nella biblioteca di Harvard. Me ne andai però da casa di Elisabeth con la certezza di aver trovato un'amica e una collega che amavo e rispettavo. Qualcuno che non aveva paura di affermare la propria verità, a prescindere da quello che pensavano gli altri o dalle possibili conseguenze di trattare argomenti tanto inappropriati per un medico, come gli extraterrestri.

Andai a trovarla un'altra volta e portai con me una studentessa che desiderava conoscerla. Il viaggio fu carico di aspettative. L'incontro fu simile al primo, ma senza gli ET né la canalizzazione. Elisabeth trattenne la propria energia: sembrava che non le importasse nulla della persona che avevo portato con me e che voleva conoscerla. Quando in seguito la rividi, Elisabeth mi disse che non si fidava di quella donna perché non aveva fatto del lavoro su di sé. Eppure fu un

incontro altrettanto meraviglioso. Quella volta, a coronamento della visita, per l'intero tragitto di ritorno che durò tre ore, un arcobaleno sormontò la strada, da una parte all'altra, proprio davanti alla mia auto. Fu splendido!

Vidi Elisabeth solo in un paio di altre circostanze. Ogni volta che la incontravo a una conferenza, si mostrava molto amichevole e mi chiedeva se stessi continuando la mia opera nel mondo, come se volesse sapere se mi stessi assumendo i miei rischi e se dicessi la verità riguardo a chi ero, a ciò che vedevo e a ciò che veramente facevo. Devo ammettere che, per molto tempo, ho avuto timore di lavorare a questo libro. Ma la verità è sempre la strada migliore e alla fine è stato appassionante scriverlo.

Capitolo 10 – Autovalutazione. **Esplora le tue esperienze con altri fenomeni astrali**

1. Hai mai sperimentato legami astrali? Elenca.
2. Come li hai affrontati?
3. Qual è il tuo sistema di convinzioni riguardo agli ET?
4. Hai mai avuto esperienze con un ET? Elencale.
5. Come hai integrato gli ET nel tuo sistema di realtà?
6. Questo capitolo ti è servito a comprendere meglio i fenomeni astrali? Se sì, in quale modo?

11. L'estrema dualità dei mondi astrali inferiori

*Quello che chiamiamo "inferno" o "aldilà"
sarà chiarito e riportato alla luce.
Perché che cos'altro è l'inferno se non
un profondo oblio?*

*Le anime che si sono focalizzate sull'inferno
sperimentano una grande sofferenza.
Si trovano in quel luogo semplicemente perché
non conoscono la propria luce,
e non sono capaci di amarsi.
Non conoscono la propria purezza.
Non hanno esperienza della propria vita.
Questa è la grande sofferenza dell'inferno.*

*Se un essere non prova amore per se stesso,
è perso nell'oscurità
e difficilmente l'amore lo raggiungerà,
perché l'amore e la luce lo spaventano.
Per questo, quando è raggiunto dalla luce,
reagisce per difendersi e attacca.*

*Pensa che forse
quegli esseri che chiamiamo "demoni"
sono immersi in un oblio profondo.
Sì, combinano guai e nuocciono agli altri,
ma lo fanno dal profondo del loro oblio
e della loro separazione,
al punto che, quando appare la luce,
si difendono con molta durezza.*

*Tutti voi adesso comprendete che cosa sia
la difesa.
Quando assumi un atteggiamento difensivo,
ti spaventi e ti arrabbi.
Puoi decidere di buttar fuori energia*

*o di trattenerla perché esploda in seguito.
Puoi attaccare verbalmente qualcuno
o dirgli cose negative.
Questo è lo stesso tipo di difesa su scala
più piccola.*

– HEYOAN

Ciò che desidero fare con questo libro è fornire una cornice più comprensibile e funzionale per comprendere alcuni mondi che non sono ritenuti reali né esistenti dalla comunità intellettuale. In accordo a una legge non scritta, nella nostra cultura certi argomenti sono considerati pericolosi. Essi sono tollerati solo in un contesto religioso tradizionale o nell'ambito psichiatrico, che etichetta le esperienze di questi mondi come allucinazioni o proiezioni nel mondo esterno al sé, e quindi non reali.

Avendo conosciuto tali mondi di persona, non sono d'accordo con le molte interpretazioni religiose e con l'uso della parola "male" che screditano questo tipo di esperienze, ritenendole addirittura pericolose (soprattutto le esperienze che riguardano la parte inferiore della realtà del quarto livello), come se la persona coinvolta sia posseduta o psicotica. Ma nessuna di queste definizioni è molto utile. Gli atteggiamenti negativi con cui ci si rapporta a questi mondi producono sofferenza sia all'individuo che ne fa esperienza sia a coloro che abitano o sono rimasti intrappolati nel piano astrale. Dopo aver sperimentato le realtà del quarto livello, è faci-

le comprendere da dove abbiano avuto origine parole come paradiso, inferno e purgatorio. Purtroppo l'interpretazione religiosa è limitata, mentre la psichiatria scredita queste esperienze e cerca di eliminarle con i farmaci. Nessun approccio è quello giusto.

Ho lavorato con alcune persone etichettate come "psicotiche", e penso che molte di loro abbiano bisogno di farmaci per la loro stessa sicurezza. Per aiutare questi soggetti a riconquistare armonia ed equilibrio, occorre tanto tempo e molto lavoro di guarigione congiuntamente a uno psichiatra che riduca gradualmente i farmaci. Senza un'appropriata indicazione medica non provateci nemmeno. I problemi di matrice psichiatrica a volte non sono scatenati solo da cause di tipo fisiologico, ma anche da gravi distorsioni del campo energetico.

In questo capitolo cercherò di descrivere la natura dei livelli di coscienza energetica estremamente dualistici delle realtà del quarto livello del campo energetico umano o dei mondi astrali inferiori. Questi sono territori della coscienza governati da sistemi di convinzioni molto negativi: sono i regni dell'oscurità estrema, del dolore psicologico e fisico grave, della tortura, della confusione, dell'odio di sé, dell'autoflagellazione e della perdizione. Essi appartengono al mondo astrale inferiore che le religioni chiamano inferno e purgatorio.

Molte religioni insegnano che l'inferno è il luogo nell'aldilà in cui le anime vengono punite per i loro cosiddetti peccati. Altri termini usati per indicare questo posto sono: Annwn, Diyu, Duat, Geenna, Ade, Jahannam, Naraka, Sheol, Tartaro e Yomi.

Sono mondi di coscienza frammentata. *Gli esseri che li abitano vivono in un profondo oblio del loro vero sé.* Hanno un'opinione molto negativa di se stessi e soffrono un dolore profondo legato alla loro persona.

Heyoan dice:

*Nei mondi celesti
non esistono giudizi negativi.
Ci sono soltanto
gentilezza e accettazione amorevoli
per i difetti degli esseri umani
che percorrono un difficoltoso cammino
di guarigione a spirale,
che li porterà al proprio nucleo essenziale,
dove la cosiddetta "luce" e il cosiddetto "buio"
si uniscono nella trasparenza
della verità, della saggezza e dell'integrità.*

Molte religioni parlano di una lotta tra le forze della luce e le forze del buio. Heyoan dice che questo è un pensiero dualistico e che la nostra abitudine al pensiero dualistico è proprio ciò che ci causa problemi, perché ci porta alla necessità di scegliere da quale parte stare.

Heyoan dice:

*Scegliere da quale parte stare
significa sostenere la prospettiva dualistica.*

*Scegliere da quale parte stare
esaspera e aggrava la frammentazione.*

Considera il mondo astrale inferiore da una diversa prospettiva

È necessario che impariamo a pensare olisticamente, senza la tensione degli opposti, come abbiamo visto nei capitoli precedenti. Gli esseri che creano e vivono nei territori astrali inferiori sperimentano un profondo oblio della loro interezza. Sono disconnessi dalla bontà innata che c'è nel profondo del loro essere, e per questo sperimentano una grande sofferenza.

Riconosci la vera natura di un intento negativo

A volte un intento negativo nasconde solo la ricerca di un contatto. È bene tenerlo a mente quando c' inoltriamo nella realtà astrale inferiore per incontrare le cosiddette "entità oscure". Questo ci consente di riuscire a mantenere la connessione con la nostra integrità, ossia con la nostra profonda bontà e con le fondamenta del nostro essere. Una volta entrati nei territori oscuri, infatti, saremo circondati e influenzati dalla coscienza energetica negativa e dualistica dei piani inferiori. Quel mondo di coscienza energetica negativa e gli esseri che vivono intrappolati al suo interno sono attratti da ciò che in te è in risonanza con la loro stessa dualità, ossia il tuo intento dualistico (negativo).

Questo significa che quegli esseri vorranno farti adottare una prospettiva dualistica (ossia frammentata) e potenziarla. Vorranno attirarti pienamente nel loro mondo dualistico. Cercheranno di aumentare la tua frammentazione per tirarne fuori il lato negativo, che tu hai imparato a nascondere, come tutti gli esseri umani. Ciò che puoi fare è considerare questo intento estremamente negativo come

*l'unico sistema che questi esseri conoscono
per cercare un contatto con te.*

Sono sicura che anche tu ti sei comportato così qualche volta, anche se in scala minore. È un meccanismo normale che s'innesci quando conosciamo una persona nuova. Se vuoi entrare in contatto con qualcuno la prima volta che lo vedi, cerchi un terreno e interessi comuni, vero? Dunque, una maniera alternativa di considerare le *manovre apparentemente subdole* degli esseri astrali è pensare che vogliono solo stabilire un contatto. Tu non lo faresti se ti trovassi intrappolato in una condizione tanto sgradevole?

Un altro modo di intendere questo fenomeno è che gli esseri intrappolati nella realtà astrale inferiore amano i piaceri negativi, quindi cercheranno di portarti verso di essi, scovando, potenziando e richiamando le parti di te che amano gli stessi piaceri negativi!

*Anche questa può essere
un'altra maniera di cercare un contatto.*

Oppure:

*Forse è l'unico modo
che conoscono per stabilire un contatto.*

Dunque, se comprendi la psicologia degli esseri astrali inferiori che incontri, otterrai un buon strumento per affrontare la tua stessa paura e i tuoi impulsi negativi. Dopo tutto, li hai incontrati in questa incarnazione per condurli verso l'integrità.

Per questo motivo nella tua carriera di guaritore, quando entri nella realtà astrale inferiore, invece di frammentarti nella "facile via d'uscita" di chiamare quel luogo inferno e gli esseri che vivono lì demoni, dovrai accogliere la sfida di affrontare il tuo stesso desiderio di piaceri negativi e il tuo stesso intento negativo per guarirli. Questo è fondamentale per svolgere un lavoro di guarigione: proprio come accadde a me molti anni fa quando, nel mezzo della notte, alcuni esseri astrali inferiori o cosiddette "entità oscure" vennero a farmi visita per spaventarmi. Non mi lasciai intimorire, ma rimasi salda nella mia fede nei mondi divini di cui avevo avuto diretta esperienza, forzando le entità oscure ad andarsene grazie alla mia coscienza energetica forte e luminosa. Ovviamente pregai per ricevere aiuto. Ottenni assistenza prima grazie al gruppo di meditazione di Edgar Cayce e poi con il Pathwork Center. Provo sempre una profonda gratitudine per l'aiuto ricevuto.

Ecco il racconto di uno dei miei primi incontri con una cosiddetta entità demoniaca.

La nera entità “demoniaca”

Il mio gruppo di meditazione secondo lo stile di Edgar Cayce si ritrovava una volta a settimana. In quelle occasioni conobbi diverse persone molto piacevoli, alcune di loro erano quacchere. C'incontravamo per studiare le lezioni di Cayce, discuterle e poi meditare. L'opera di Cayce è meravigliosa, perché fornisce una chiara idea di come siano fatti i mondi spirituali e di come rapportarci a essi in modo positivo e utile a migliorare la nostra vita nel mondo fisico. Nel gruppo di Cayce c'era anche Iris, che studiava buddismo tibetano. Iris aveva praticato la meditazione per anni. Mi recai a casa sua per eseguire alcune meditazioni insieme a lei ed entrambe assistemmo alle stesse visioni simboliche. Avendo un background scientifico, prima di raccontarle il contenuto della mia visione le chiedevo sempre cosa stesse osservando lei. Questo tipo di conferma mi era molto utile e m'incoraggiò a proseguire nella mia ricerca per ottenere un'HSP (percizione sensoriale superiore) chiara e per comprendere i mondi spirituali.

Qualche anno dopo, mentre ero all'ultimo anno della mia formazione in bioenergetica, accadde qualcosa che m'insegnò che ci sono diversi modi d'interpretare un'esperienza psichica e che è davvero importante saperlo fare in maniera utile e positiva. Diventò chiaro per me che un requisito fondamentale per ottenere un'HSP nitida è una conoscenza forte e radicata: la conoscenza dei propri processi psicologici, del funzionamento del proprio sistema di coscienza energetica e la conoscenza dei meccanismi per regolarlo. In realtà tutto questo richiede molta formazione e tanto lavoro su di sé.

Accadde quindi che una persona in cura da un medico della clinica in cui stavo studiando,

e che chiamerò Bud, s'impiccò. Ignoro il perché di quel gesto. Bud fu cremato e le ceneri furono portate nella sala in cui si riuniva il nostro gruppo di meditazione per una cerimonia commemorativa. Non conoscevo Bud, ma l'avevo incrociato qualche volta quando veniva per le sessioni di guarigione. Non sapevo nemmeno chi fosse il suo medico. Durante la cerimonia per Bud, la mia curiosità nei confronti della morte diventò davvero forte. Volevo sapere dov'era quell'uomo adesso. Terminata la celebrazione, appoggiai le mani sull'urna delle ceneri e proiettai la mia consapevolezza all'interno. Volevo sapere dove si trovasse.

“Bud, dove sei?”.

Riuscii a sentire l'energia dura, turbata, incoerente e ardente che emanavano le ceneri, un tipo di consapevolezza che cercava di essere rilasciata. Fu tutto quello che percepii.

Il giorno successivo ero in casa da sola quando bussarono alla porta. Erano la mia vicina bibliotecaria e la signora che viveva al piano di sotto. Mi dissero che pensavano che la mia casa fosse in fiamme e che sarebbe stato meglio se fossi uscita. Risposi loro che probabilmente i vetri delle mie finestre erano solamente molto sporchi. M'invitarono per un tè, e io accettai. Appena ci sedemmo per bere il tè, una di loro mi domandò:

“Sei mai uscita dalla porta che si trova sulla tua fronte?”.

“No, ma mi piacerebbe provare!”.

Così, per tutta la sera, cercammo di uscire dalle porte che avevamo sulle nostre rispettive fronti. Una delle donne non ci riuscì. Vidi che la bibliotecaria diventava un punto di luce dorata e usciva dalla porta. Anch'io diventai un punto di luce dorata. Giunsi sulla soglia della porta e mi fermai. Rimasi sull'orlo di un abisso: un nulla infinito e oscuro che sembrava pieno di vita indefinita. Ero troppo spaventata per saltare nell'abisso, così rimasi sulla soglia e chiamai Bud. Dopo un paio d'ore, la serata prese una pie-

ga molto strana. Una delle due donne decise di provare la scrittura automatica. Stava scrivendo, quando all'improvviso si fermò, indicò qualcosa che aveva scritto ed esclamò:

“Questa è un'entità demoniaca!”.

In cucina il cane cominciò ad abbaiare e noi tre rimanemmo pietrificate dalla paura. Cerchiamo di calmarci; mi trattenni un po' più a lungo del previsto, poi tornai a casa. Fu allora che cominciai a vedere la grossa entità nera che mi seguiva. Non sapevo come comportarmi. Per fortuna ero a casa da sola, così nessun altro ne sarebbe rimasto coinvolto. Camminai intorno alla casa tremando e reggendo in mano una Bibbia. Con l'acqua provai a disegnare croci sulle pareti, ma non servì. Trascorsi le notti successive nel terrore.

Qualche giorno dopo fissai un appuntamento con uno sciamano europeo, che cercò di rimuovere l'entità, ma senza successo. Alla fine disse: “Questa entità demoniaca ti sta dando la caccia da molte vite. Devi raccogliere le forze e combatterla. Devi cercare di vincere. Ma non preoccuparti: in caso contrario, perderai solo il tuo corpo.” Be', questo di certo non mi aiutò a sentirmi meglio, al contrario: le mie paure peggiorarono.

Poi arrivò il momento della regolare seduta con il mio guaritore che non sembrò molto preoccupato al riguardo. Mi disse che non riusciva a vedere l'entità nera, ma sentiva il mio terrore. Mi aiutò a lavorare sulla mia paura dell'ignoto, ma l'entità nera non si allontanò.

Il guaritore disse: “Hai bisogno di occuparti di più di questo aspetto. Puoi fare qualche seduta in più: per fortuna non vai da uno psichiatra, altrimenti ti somministrerebbe dei farmaci e ti farebbe rinchiudere.”

Fissai altre sedute in cui riuscii ad affrontare la mia paura e, in parte, a calmarmi. L'entità era sempre presente, e questo mi preoccupava. Dal momento che nessuno che conoscevo riusciva

a vederla, cominciai anche a farmi qualche domanda sulla mia salute mentale.

Poi mi ricordai di Iris del gruppo di Cayce, così la chiamai. Non le parlai della situazione, ma le domandai semplicemente:

“Possiamo meditare ancora insieme?”.

“Va bene, vieni alle tre.”

Quando arrivai, Iris non mi fece entrare in casa sua come al solito. Mi portò in giardino, dove sedemmo sotto un melo a meditare in silenzio. Entrambe entrammo in stato meditativo ed entrambe ne uscimmo nello stesso momento senza dire una parola, proprio come avevamo fatto in precedenza.

Iris disse: “Sei stata invasa da un'entità molto oscura. La tua aura è nera, dal petto in giù. Tutto ciò che devi fare è espellere quell'entità dal corpo con una luce bianca, superare la tua paura e inviare all'entità amore incondizionato per rilasciarla nella luce. Ti aiuto io. Questa 'entità oscura' si è scontrata con me prima del tuo arrivo, ma non ho lasciato che m'invadesse.”

La parte in cui si parlava di superare la paura non mi sembrava facile. Adesso ero ancor più terrorizzata. Mi calmai per quanto possibile e cominciai a meditare in silenzio insieme a Iris.

Iniziai a spingere “l'entità” fuori dal mio corpo con la luce bianca che attingevo dal chakra della corona. M'impegnai a superare la paura e a provare amore incondizionato. Era molto difficile. Mi concentrai sulla luce e sull'amore e continuai a spingere l'entità fuori dal mio corpo con la luce bianca. Riuscivo a vedere (con gli occhi chiusi) che anche Iris stava inviando luce e amore. L'entità scivolò fuori dal mio corpo e camminò alle mie spalle e verso Iris. Poi un pensiero molto buffo mi attraversò la mente:

Se credi di essere messa male, pensa a quel coso: non ha nemmeno un corpo.

Sogghignai dentro di me e provai amore incondizionato per quella povera creatura. Quando riversai su di lei il mio amore, cambiò colore e, da grigio scuro e nero, diventò grigia, poi gri-

gio chiara e alla fine bianca. La vidi intorno a Iris, dove diventò molto chiara. Poi mentre Iris e io rilasciavamo amore incondizionato, l'HEF dell'entità lentamente diventò bianco e lei fu rilasciata. Dopo che Iris e io uscimmo dalla meditazione silenziosa, la mia amica descrisse con esattezza ciò che avevo visto io.

Iris disse: *“Le ho inviato luce e amore, ma non si sarebbe mossa se anche tu non glieli avessi inviati. Alla fine hai superato la tua paura e hai spinto l'entità fuori dal tuo corpo, con amore incondizionato. Quell'essere ha camminato alle tue spalle e poi è venuto verso di me. I suoi colori sono diventati più chiari. Quando è arrivato alle mie spalle, l'ho gettato nella luce in forma di scintille. Così è stato rilasciato.”*

Tornai a casa tranquilla e non rividi più quell'entità.

Una più utile interpretazione dell'esperienza con “l'entità demoniaca”. Con il passare del tempo, cominciai a rendermi conto che l'esperienza con Bud era connessa a quella con la cosiddetta “entità oscura”. Questo rese la mia prospettiva sull'accaduto molto più chiara. Dopo aver lavorato su questo aspetto durante le mie sedute, per me diventò ovvio che l'entità oscura era Bud. Dopo quell'esperienza ho notato molte persone suicide diventare entità oscure. Il suicidio non aiuta. Quando lasci il corpo, ti ritrovi molto simile a prima, con le stesse questioni e gli stessi problemi, ma non hai più un corpo fisico che stabilizzi le tue emozioni e le tue paure. Nella nuova situazione aumentano le autocritiche e anche la paura e di solito non sei in grado di regolare la tua esperienza o le tue percezioni.

In una situazione come quella di Bud, una volta arrivati nel mondo astrale ci si sente persi. Lo sciamano europeo e Iris, che si era formata nella tradizione tibetana, avevano definito Bud un'entità oscura perché il suo HEF era cupo. Nessuno dei due conosceva le informazioni che ho da tempo messo insieme grazie al mio punto

di vista di operatore bioenergetico e fisico per reinterpretare questo fenomeno. L'HEF di Bud era scuro perché lui era in uno stato di profonda disperazione e senso di colpa per essersi suicidato. Era già disperato anche prima di suicidarsi. Ignoro quale fosse la causa della sua disperazione né ho mai letto niente di lui con la mia HSP quando era in vita. Ma ovviamente era disperato al punto da commettere un suicidio. Come la maggior parte delle persone che si toglie la vita, in seguito si era sentito in colpa. Una volta lasciato il proprio corpo si era trovato privo di quella protezione che gli permetteva di frenare o di regolare il grado di sentimenti negativi che provava nei propri confronti e la disperazione per quel gesto estremo.

Mi ricordo quando mi proiettai per la prima volta nelle ceneri di Bud e poi in seguito mi fermai sulla soglia dell'abisso chiamandolo. Guardando a quanto accaduto da una nuova prospettiva, ho compreso che Bud era venuto in mio aiuto perché l'avevo chiamato e perché ero in grado di vederlo e di entrare in contatto con lui anche nello stato in cui si trovava. Tranne lo sciamano europeo e Iris, le altre persone non riuscivano a vederlo. Adesso capisco che Bud si era disperatamente aggrappato a me, nel tentativo di non perdersi nel mondo astrale. Questo è tipico delle persone che si suicidano.

Ci sono due modi di affrontare tutto ciò: da una prospettiva dualistica frammentaria secondo cui il demone nero avrebbe provato a uccidermi, oppure possiamo vederlo come un essere umano che si è ucciso ed è caduto in un'oscurità molto profonda. E chi l'aveva chiamato? Ero stata io. Come dice Heyoan:

*L'oscurità che guarda attraverso l'oscurità
vede oscurità.*

*Ma se sei nella luce,
luce che guarda attraverso l'oscurità,
vedrai le cose per come sono.*

Così ho guardato e ho capito che cos'era quell'esperienza. Bud era in ginocchio e si aggrappava a me per creare una connessione perché si era perduto. Lo abbiamo aiutato a tornare alla luce.

La morale di questa storia è che quando siamo spaventati vediamo mostri ovunque. La maggior parte delle culture riflette la prospettiva dualistica del bene che si oppone al male: ci sono mostri neri e grandi angeli meravigliosi. Invece, è molto diverso dire: "Qui c'è una persona che è caduta molto in basso e ha incontrato un grosso problema nella sua vita. Pensava tanto male di se stessa da suicidarsi: io l'ho chiamata e lei è arrivata per aiutarci."

Quest'esperienza ha avuto un impatto profondo sul modo in cui interpreto i fenomeni psichici del mondo astrale. La cultura e le credenze tradizionali sono fortemente negative e classificano "gli esseri astrali inferiori" come cattivi o demoniaci spedendoli in luoghi ancora più bassi, come l'inferno. In realtà queste persone/esseri necessitano di aiuto per tornare nella luce. L'ultima cosa di cui hanno bisogno è che altra energia negativa venga proiettata o diretta verso di loro. Hanno bisogno di aiuto come ne abbiamo noi tutti per illuminare le aree buie della nostra psiche. Come disse Carl Jung: "Non diventiamo illuminati immaginando figure di luce, ma portando alla consapevolezza ciò che è oscuro."

L'oblio profondo è una frammentazione molto grave della psiche. Una frammentazione è la separazione della realtà in bene e male. In una frammentazione profonda, il cattivo è realmente cattivo e il buono è angelico. Purtroppo, un individuo che adotti una prospettiva tanto frammentaria tende a identificarsi, per lo più, con il lato negativo. Quando la personalità si sposta sul lato positivo, di solito si tratta di un positivo esageratamente irrealistico che non rimane a lungo e che non è radicato nella realtà fisica e spirituale. L'espressione più comune di

questo tipo di frammentazione si ha nella sindrome bipolare.

C'è sempre, ovviamente, un aspetto fisiologico di ogni frammentazione di questo tipo, così come di quella che si manifesta nel campo energetico umano: più è profondo l'oblio, più oscura, densa e negativa è l'energia. Un altro modo di metterla è che un essere che sperimenti una frammentazione profonda ha un'opinione bassissima di se stesso.

*Questa grande lezione è fondamentale
per tutti coloro
che operano guarigioni astrali.
È molto facile guardare agli oscuri mondi
astrali e vedere il male.
Ma non è questo ciò di cui hanno bisogno
gli esseri che vivono lì.
Stanno già lottando con immagini di sé
fortemente negative.
Non hanno bisogno che altri proiettino
le proprie paure su di loro.
Se cercano di spaventarti,
è perché hanno paura di te.
Hanno bisogno di accettazione allegra
e amorevole
e di essere riconosciuti per ciò che sono.
Esseri sul Cammino che porta
all'Illuminazione.*

– BARBARA BRENNAN

Passo dopo passo, la mia vita cominciò a cambiare in qualcosa di più bello di quanto avessi mai sognato. Dopo un periodo di studio e cura di me stessa, fui pronta per affrontare di nuovo "l'inferno", ma in maniera diversa. Fui pronta a entrare nell'oscurità e nella disperazione che avevo conosciuto, ma questa volta in qualità di guaritrice. Ero pronta a offrire guarigioni a quei poveri esseri caduti nell'oscurità e nella sofferenza dei mondi astrali inferiori. Ecco la mia storia.

La prima volta in cui viaggiai all'“inferno”

La prima volta che viaggiai fino all'inferno ne rimasi molto sorpresa, perché accadde durante una guarigione che stavo operando nel mio ufficio di New York. Ero quasi alla fine della seduta: tenevo le mani sul sesto chakra della persona, cui inviavo amore e pace per portarla a uno stato di consapevolezza più elevato. Aveva quarant'anni ed era venuta da me perché il suo corpo non si era completamente sviluppato durante la pubertà. Le avevo già somministrato diverse guarigioni per potenziare lo sviluppo del suo sistema endocrino e questo l'aveva aiutata a stare un po' meglio.

All'improvviso sprofondai all'inferno. Dallo stato di grazia del sesto livello precipitai nel buio degli aspetti inferiori del quarto livello. Ne fui scioccata. Non riuscivo a capire come fosse accaduto. Cominciai a giudicare me stessa, pensando di aver commesso qualcosa di terribile. Passai in rassegna gli avvenimenti dell'ultimo periodo ma non riuscii a trovare nulla. Dopo essermi tormentata con i miei dubbi per un po', iniziai a guardarmi intorno. Era così buio che non riuscivo a vedere nulla. Alla fine mi ricordai delle molte tecniche che avevo appreso qualche tempo prima e che mi sarebbero tornate utili per uscire da lì, così decisi di sperimentarle. La prima tecnica consisteva nel cercare la luce e andare nella sua direzione. Ma non ce n'era da nessuna parte. Non sapevo in quale direzione procedere. Sentivo suoni orrendi, ma non riuscivo a vedere nulla: era tutto nero. Allora pregai per chiedere aiuto, ma neanche questo funzionò. Rammentando la mia formazione cristiana e unendola alla musicalità hindi, presi a cantare dentro di me (senza emettere alcun suono), perché non volevo disturbare la persona che stavo trattando e che riposava tranquillamente.

Mi sembrava che anche questa tecnica non funzionasse, ma continuai comunque a cantare.

Poi, con mia sorpresa e sgomento, udii molte voci nel buio che domandavano:

“Chi è là?”.

Adesso ero davvero spaventata.

“Shhhh! Silenzio, Barbara. Calmati!” dissi a me stessa, poi ripresi a cantare, ancora e ancora.

Dopo qualche tempo notai che un punto sopra la mia tesa diventava più chiaro e sembrava che mi stessi muovendo verso l'alto, nella luce. Presto mi ritrovai nel chiostro pieno di luce di quello che pareva un monastero. Alcuni monaci con indosso tuniche marroni si avvicinarono, presero la mia mano destra e dissero:

“Ecco, prenderemo questo.”

Guardai nella mia mano e vidi un pezzo dell'anima della persona che stavo trattando durante la seduta. Poi, indicando un'altra direzione, i monaci dissero:

“Vai a chiedere un consulto.”

Mi voltai e fluttuai sulla sinistra, così mi ritrovai in mezzo alle due zampe anteriori della sfinge. Nel petto dell'essere mitologico si aprì una porta segreta, quindi mi ritrovai in una camera interna. (Tutto questo accadeva psichicamente, mentre nel mondo fisico continuavo a tenere le mani sulla fronte della persona, per elevare il sesto livello.) Una volta all'interno della camera, vidi Heyoan seduto su un trono d'oro. M'inginocchiai davanti a lui, che mi sfiorò con una luce dorata brillante e poi disse:

*Ecco il segreto
che promisi di rivelarti
quando saresti stata pronta.*

*Tu e io siamo una cosa sola.
Io sono il tuo Spirito.
Condividiamo la stessa stella nucleo.*

*Tu, Barbara,
sei la mia incarnazione in questa vita.*

Per anni evitai di raccontare ad altri quest'esperienza, perché era profondamente personale. Adesso però comprendo che si è trattato di un'esperienza universale: tutti noi nel corso della vita abbiamo delle guide che sono il nostro Spirito. Altre guide giungono a noi per periodi di tempo limitati e per insegnarci particolari concetti, come le tecniche di guarigione. Una volta svolto il proprio compito, le guide se ne vanno. Pertanto:

*La guida che ti accompagna
per tutta la vita
è il tuo Spirito.
Quella guida condivide
la stella nucleo con te!*

Quello fu un punto di svolta anche per la persona che stavo trattando: si riunì con una parte della sua anima rimasta separata da anni, forse per vite intere. Ignoro come fosse accaduto: ci vollero tanto tempo e molte sedute, ma alla fine riuscì a stare molto meglio. Il suo sistema endocrino si risvegliò e la sua mascolinità si sviluppò.

Il compito di questo nuovo millennio

In questo millennio la dualità che gli esseri umani hanno portato avanti per migliaia di anni sta uscendo allo scoperto, per essere guarita e riassunta nell'unità. Gli estremi di luce e buio si

stanno congiungendo. Le religioni organizzate affrontano le loro dualità interne e il problema del controllo e del giudizio che esercitano sulle persone.

Come dice Heyoan:

*Tu non ci credi
che devi essere punito
per comportarti bene, vero?*

Capitolo 11 – Autovalutazione. Come esplorare le tue esperienze dualistiche

1. Elenca le tue esperienze di vita che pensi siano state caratterizzate da un dualismo estremo.
2. Come le hai gestite?
3. Come le hai risolte una volta cresciuto nella tua essenza?
4. Che cosa hai imparato sulla tua energia interiore e quanta fiducia riponi adesso nella tua capacità di affrontare le situazioni della vita?

12. L'intenzione negativa e il mondo astrale

*Ciò che chiamiamo Male
può essere considerato una dualità estrema,
che è solo un profondo oblio.*

– HEYOAN

Vediamo adesso che cosa accade quando l'intenzione negativa è rivolta contro qualcuno con la volontà di nuocergli.

Fatture, incantesimi ed entità

Le fatture e gli incantesimi possono essere molto pericolosi. E lo sono ancor di più se una cultura ne nega l'esistenza, perché possono causare malessere, paura o comportamenti strani senza che nessuno riesca a individuarne la causa. Non ho mai studiato questo argomento con qualcuno, per cui le mie conoscenze si basano unicamente sulle osservazioni che ho condotto con la mia HSP (percezione sensoriale superiore) e sulle mie esperienze di guaritrice energetica. Non so nemmeno se esista una differenza riconosciuta tra i termini incantesimo e fattura. Forse sono due modi diversi per indicare cose simili. Gli incantesimi e le fatture utilizzano le leggi che funzionano nella realtà del quarto livello che ho già descritto. Ogni cultura ha creato le proprie fatture e i propri incantesimi, inoltre li comprende e li interpreta secondo il proprio sistema di riferimento.

Che cos'è la magia nera

La magia nera è un sistema organizzato che utilizza le informazioni della coscienza energetica per controllare gli altri, avvantaggiandosi della loro debolezza e della loro mancanza di comprensione di questi fenomeni. Si basa sugli stessi principi e sulle stesse leggi che regolano il funzionamento della realtà del quarto livello dell'HEF (campo energetico umano) e che sono utilizzati nelle pratiche di guarigione. Nella magia nera, però, quelle leggi sono impiegate in maniera mirata all'interno di rituali che prevedono l'uso di oggetti e simboli e del potere creativo delle energie sessuali. Questi rituali si sono ripetuti nei secoli a opera delle società segrete. Come detto nel Capitolo 10, gli oggetti e i simboli possono essere caricati per far sì che rechino in sé energie dualistiche e un intento negativo.

Ogni volta che un rituale si ripete, aumentano la coscienza energetica negativa, il potere negativo e l'intenzione negativa delle forme astrali e dei territori dei sistemi di convinzioni negative a esso correlati. Ciò può essere potente e pericoloso perché trova e nutre il terrore: non è qualcosa con cui giocare, perché è connesso a grandi riserve di energia negativa nera che si sono accumulate in secoli di esistenza umana.

Uno dei modi con cui la magia nera mantiene il suo potere è il segreto. La maggior parte delle persone non pensa che sia reale o ha paura di scoprirlo. Però la teme. Se le persone pensano che esista, allora la magia nera fa presa sul

terrore che ne hanno per intimidirle. Dunque: stanne alla larga e impara a riconoscerla.

La mia esperienza con la magia nera, le fatture e gli incantesimi

Una donna con un problema insolito: la possessione. Poco dopo il mio breve viaggio all'inferno, una donna mi chiamò dicendomi che mi voleva vedere subito. Sembrava talmente disperata che trovai uno spazio e le fissai un appuntamento. Guidò il suo furgoncino fino al nostro Centro e parcheggiò nel cortile. Appena scesi gli scalini di fronte all'ingresso per salutarla, lei saltò giù e prese disperatamente a raccontarmi la sua storia, a volte urlando in maniera incoerente. Cercai di calmarla e la condussi nel mio studio. Il suo HEF era un disastro, a dir poco. Non avevo mai visto quel tipo di configurazione prima di allora e non mi ricapitò mai più. Era stata invasa da un altro individuo molto potente che la controllava tramite il chakra della corona, che era stato spalancato, lacerato e i cui schermi protettivi erano stati distrutti. Alcuni tentacoli o radici, grossi, spessi e duri entravano attraverso il chakra della corona, poi scendevano e si aggrovigliavano intorno alla corrente energetica verticale, fino a raggiungere il suo terzo chakra. Sembrava che un potere a me sconosciuto, proveniente da una cultura lontana, li mantenesse lì. Nonostante i miei tentativi, non riuscii a toglierli. Prima di allora, infatti, non avevo mai incontrato una forza tanto straordinaria e inamovibile. Sapevo che era troppo per me. Quindi interruppi la guarigione e cercai di calmare la donna perché mi raccontasse la propria storia, nella speranza di trovare un modo per liberarla. Ben presto compresi perché non ero riuscita a guarirla. Ecco la storia che mi raccontò.

“Quando studiavo il buddismo, conobbi un monaco che veniva dal Tibet. M'innamorai di lui e ci sposammo. Ma non funzionò. Voleva

avere il controllo su di me: continuava a sottrarmi energia. Non riuscivo a sopportarlo, quindi gli chiesi il divorzio. Rifiutò. Alla fine gli dissi che avrei divorziato anche senza il suo consenso: dopo tutto, siamo in America. Poi il controllo peggiorò e poco dopo scoprii che non era un monaco buddista ma un seguace della magia nera. Aveva continuato a usare la magia nera su di me per prendere la mia energia. Non posso andarmene e non riesco a trovare nessuno che riesca anche solo ad ascoltarmi. Tutti pensano che sono pazza. Per favore, aiutami. Ti prego! Ti prego! Devi toglierlo!” urlò, saltando su e giù.

“Mi spiace, non posso” le risposi. “Non so come fare e non ho abbastanza forza. Ho cercato, ma hai bisogno di un esorcismo. Devi andare da un monaco tibetano, cercane uno. Oppure cerca un prete esorcista: ho il contatto di una persona che potrebbe aiutarti. Per favore, vai da lui.”

Scrissi il nome del prete su un pezzo di carta, feci uscire la donna dallo studio e poi l'accompagnai al furgoncino, anche se non fu per nulla semplice. Mentre eravamo sulle scale infatti, lei cominciò a saltare su e giù strillando e urlando come impazzita. Cercai di nuovo di calmarla. Ci volle un po' di tempo perché salisse sul furgone e fosse pronta per mettersi alla guida. Pregai perché trovasse la guarigione. Allora non avevo ancora le capacità per gestire un incantesimo di magia nera di quelle proporzioni.

Incantesimi ed etica. Agli inizi della carriera incontrai un uomo che venne a New York per studiare con me. Lo chiamerò Peter. Durante la lezione mi accorsi che il terzo chakra di Peter era terribilmente danneggiato. Lo schermo era stato strappato via, i sigilli rovinati e nel centro c'era un buco enorme e profondo. Dopo aver notato la portata del danno ma senza menzionare ciò che vedevo, gli domandai notizie sulla sua storia. Peter mi disse di aver studiato con uno sciamano per circa tre anni, durante i quali

era diventato apprendista. Il suo compito consisteva nell'assistere lo sciamano mentre dissolveva incantesimi e fatture. Funzionava così: il soggetto cui era stato fatto un incantesimo che doveva essere rimosso era condotto al centro di un cerchio di persone che si tenevano per mano a formare un cordone di energia protettrice. L'obiettivo del cerchio era fornire protezione rispetto all'incantesimo o all'entità. Lo sciamano estraeva l'incantesimo o l'entità dall'aura del soggetto e lo gettava nel terzo chakra del suo apprendista (Peter). Quando questo accadeva, Peter cominciava a contorcersi a terra per il dolore e la confusione. Poi era trascinato fuori dal cerchio mentre lo sciamano si occupava di terminare la guarigione. Il cerchio di persone impediva che l'incantesimo o l'entità rientrasse nell'aura del soggetto trattato. Lo sciamano aveva aiutato molte persone con quella tecnica. Peter mi disse che una volta uscito dal cerchio continuava a contorcersi per altre tre ore, fino a che le convulsioni si fermavano. Poi stava male per due settimane prima di rimettersi.

Ero preoccupata per Peter e mi chiedevo che cosa gli sarebbe accaduto nel tempo con un chakra tanto danneggiato. Lavorai sulla sua guarigione durante quasi tutte le lezioni e continuai anche mentre studiava per diventare insegnante alla mia scuola. Ma il suo chakra iniziò davvero a guarire solo quando smise di assistere lo sciamano.

Peter mi raccontò di aver studiato anche con altre persone e che era la norma togliere entità e incantesimi bloccati nel campo energetico e trasferirli su polli, uova o, come nel suo caso, persino su apprendisti. Aggiunse inoltre che era abitudine rimandare gli incantesimi alla persona che li aveva lanciati. M'interrogai sull'etica di entrambe le tecniche e cercai un sistema migliore di svolgere questa pratica.

Un "incantesimo" da transfert. Non passò molto tempo che dovetti affrontare un'altra sfi-

da, questa volta attraverso un transfert, termine utilizzato in psicanalisi. Una delle cose più difficili dell'essere una persona di riferimento è il transfert che gli studenti sperimentano mentre percorrono il loro cammino di guarigione verso il nucleo. Il transfert positivo si ha quando un soggetto trasferisce i propri sentimenti positivi sulla persona che per lui, in quel momento, è un punto di riferimento: un guaritore, un medico o un insegnante, come nel mio caso. In un primo momento l'insegnante è ritenuto totalmente positivo e lo studente pensa che si prenderà cura di lui come nessuno ha mai fatto. Questo in parte può essere vero, ma in parte è frutto di suggestione. Più avanti nel processo di trasformazione del sé, lo studente giunge a un punto critico: è il momento in cui sono necessari un lavoro e un cambiamento profondi, così inizia a farsi strada un transfert negativo. La persona che per lui era un punto di riferimento diventa un semplice insegnante, non un saggio.

Ciò accadde anche a una mia studentessa che instaurò un transfert molto negativo nei miei confronti. Invece di affrontare l'argomento con un professionista, si recò da un sensitivo negativamente prevenuto il quale le disse che, in un'altra vita, avevo scagliato su di lei un incantesimo e che avrebbe dovuto "rimandarmelo indietro". Ovviamente, non avevo mai scagliato incantesimi su nessuno. Morale della favola: la studentessa mi lanciò un incantesimo. Be', per fortuna non ebbe un grande effetto. Era solo un transfert. In quella occasione scoprii uno dei molti problemi connessi alla scelta di "rimandare indietro gli incantesimi".

Heyoan m'insegnò come risolvere la situazione tenendo conto di ogni aspetto, anche delle difficili vite passate di quella donna. Reggendo amore incondizionato tra le mie mani, rimossi l'incantesimo dal mio campo. Lo seguii a ritroso, facendo in modo che si dissolvesse: tornò dalla studentessa attraverso il sensitivo che le aveva detto di inviarmelo e poi ancora indietro,

a un'altra persona che non conoscevo. Ne dissolse ogni traccia, perché nessuno riportasse danni.

Una vacanza da sogno... o forse no. La prima volta in cui assistetti per caso a un incantesimo ero nel mio studio. Una donna venne da me perché sembrava che si stesse lentamente spegnendo, ma lei ne ignorava il motivo. La chiamerò Pat. Mi raccontò che era stata visitata da diversi medici che però non erano riusciti a formulare alcuna diagnosi, e ogni farmaco che le avevano prescritto non aveva avuto effetto. Mentre iniziavo a caricare e ripulire il campo energetico di Pat, mi accorsi di una forma astrale attaccata a esso che le stava letteralmente succhiando energia vitale. Notai che quella forma non era connessa solo a lei ma anche a qualcuno molto lontano da noi.

Seguii il legame a ritroso fino ai Caraibi. Lo trovai curioso: non avevo mai visto niente di simile. Continuai a leggere il campo al livello astrale: c'era una connessione con una donna indigena che viveva là. Poi notai che il legame in realtà non nasceva dalla donna indigena, ma ne avvolgeva il campo e continuava fino a un uomo dall'aspetto spaventoso in cui, al tempo, riconobbi quello che definirei uno stregone, con maschera, piume, scudo e oggetti misteriosi sulle mani e appesi intorno al collo e alla cintura. Era da lui che aveva origine il cordone che stava portando via l'energia di Pat.

Con difficoltà tentai di rimuovere questa densa, appiccicosa, viscida coscienza energetica negativa. Cercai di rimandarla indietro a chi l'aveva generata, ma non funzionò. Così decisi di centrarmi, entrai in uno stato d'amore incondizionato e lo riversai tutto nel mio campo energetico. Poi mi focalizzai sulle mie mani che lavoravano per distaccare quella coscienza energetica dal campo di Pat e mi assicurai che fossero avvolte e piene d'amore incondizionato. Piano piano riuscii a dissolvere l'energia nega-

tiva, ma ci vollero molto tempo e una grande concentrazione da parte mia.

Una volta che ebbi trasformato tutta l'energia che era dentro e intorno a Pat, procedetti dissolvendo il lungo, spesso e appiccicoso cordone di muco astrale che la legava alla donna indigena. Quando raggiunsi il campo energetico di quella donna, le domandai psichicamente il permesso di dissolvere il cordone per trasformarlo in amore. Lei acconsentì. Poi continuai a seguire il cordone fino al cosiddetto stregone. Una volta arrivata in prossimità del suo campo energetico, gli domandai il permesso di dissolvere il cordone. Rifiutò, così gli lasciai l'ultima parte del cordone. Poi ripresi e completai la guarigione di Pat e sistemai la chiusura del suo campo energetico.

Dopo questo trattamento, Pat guarì rapidamente. La vidi ancora un paio di volte: ogni seduta era dedicata a ricostituire e a rafforzare i molti livelli del suo campo energetico. Nel corso di una seduta le domandai se fosse mai stata ai Caraibi e lei mi raccontò:

“Due anni fa andai in vacanza in Giamaica dove incontrai Jeremy, un isolano. C'innamorammo: lui era meraviglioso e sembravamo fatti l'uno per l'altra. Decidemmo che ci saremmo sposati e lui dichiarò che sarebbe venuto negli Stati Uniti con me. Verso la fine della vacanza, però, accadde che nel cortile sul retro del cottage in cui alloggiavo si presentò una donna molto arrabbiata. Mi gridava qualcosa ma non capivo la sua lingua. Poi vidi il coltello. Mentre lei si lanciava su di me, all'improvviso alcuni ragazzi che l'avevano sentita urlare arrivarono di corsa e la bloccarono. Continuavano a gridare rivolti a lei e la trascinarono via. Più tardi quei ragazzi tornarono e mi dissero che da molti anni quella donna era la moglie di fatto di Jeremy (come si usa ai Caraibi) e che insieme avevano avuto diversi figli. Terrorizzata e con il cuore spezzato, fuggii dall'isola il più velocemente possibile.”

Sedetti in silenzio, mentre Pat erompeva in un doloroso pianto liberatorio. Quando ebbe finito, le raccontai ciò che avevo visto nel suo campo energetico e quanto era accaduto durante la guarigione. La donna isolana si era rivolta a uno stregone perché uccidesse Pat con un'energia psichica negativa, così che Pat non potesse più far ritorno in Giamaica né portare via Jeremy a lei e ai suoi figli.

Come spesso mi accade, qualche settimana dopo ricevetti alcune persone nuove. Una di loro era originaria dei Caraibi: aveva scritto un libro sugli uomini obeah (stregoni) e me ne regalò una copia. Non sapeva nulla della guarigione di Pat. Fu in quell'occasione che venni a sapere della tradizione caraibica degli *uomini obeah* che ha origine dagli schiavi africani. Questi stregoni sono i medici degli antichi popoli africani e si propongono di guarire secondo antichi rituali.

L'incantesimo del fuoco. Appena un mese dopo m'imbattei nuovamente in un incantesimo. Una donna, che chiamerò Jean, si rivolse a me per una guarigione. Dopo una breve introduzione, mi disse: "Il mio ragazzo sta cercando di uccidermi con la magia nera. Sono terrorizzata. Sto tentando di rompere i suoi incantesimi con la meditazione e con la preghiera, ma temo che non funzionino."

"Che cosa intendi dire? Che cosa sta facendo che ti porta a pensare questo? Come lo sta facendo?" domandai cautamente, rimanendo seria.

"Ti faccio vedere" mi disse, mentre cominciò a togliersi la maglietta a maniche lunghe e i guanti che indossava. Fu difficile mascherare il mio shock. Le mani e le braccia di Jean erano ustionate al punto che tutta la pelle e anche il tessuto sottostante era consumato. Aveva innesti cutanei sulle mani e sulle braccia, fino ai bicipiti. Gli innesti cutanei erano di circa mezzo centimetro più sottili dell'epidermide normale, per cui nel punto in cui si congiungevano a

questa si notava un ispessimento oltre che un arrossamento. Tutti gli innesti cutanei erano di colore rosso-bluastrò. Jean mi raccontò quanto segue:

"Mi ha fatto questo con la magia nera, ne sono sicura: sta cercando di uccidermi. Un giorno, quando rientrai dal lavoro, lo chiamai, ma non ricevetti risposta. Poi mi accorsi che era al piano superiore, impegnato in un rituale. Rimasi pietrificata. Corsi immediatamente nel seminterrato, nella nostra sala di meditazione, accesi una candela e cominciai a meditare per ricevere protezione. Ma ero troppo spaventata, così mi misi a pregare con quanta più forza possibile. Quando aprii gli occhi, la casa, sopra di me, stava andando a fuoco. Non era stata la mia candela, su cui soffiai velocemente prima di precipitarmi al piano terra e la porta. La porta però era chiusa. Raggiunsi di corsa quella sul retro, ma anche quella era chiusa. Mi lanciai verso le finestre, ma erano bloccate. Aveva appiccato il fuoco alla casa e mi aveva chiusa dentro, ma nessuno mi avrebbe creduto. Mi coprii il volto con le braccia e le mani per riuscire a respirare. Alla fine ruppi il vetro di una finestra, scavalcai e uscii."

Jean fece una pausa, seguita da un respiro profondo e scoppiò in lacrime: "Sono stata in ospedale per mesi."

Cominciai a operare una guarigione su Jean per ricostituire tutti i livelli del suo campo nelle braccia così come nel resto del corpo. Dovetti rimuovere molti segni del trauma: trovai lacrimine ai livelli strutturati e nuvole scure e caotiche ai livelli non strutturati. Il fuoco aveva lasciato non solo molte macchie rosse ai livelli non strutturati del campo energetico, ma aveva anche distrutto e logorato i livelli strutturati dell'HEF sulle sue braccia e sulle mani gravemente ustionate.

Utilizzando la mia HSP, compresi che il ragazzo di Jean aveva provato a usare la magia nera contro di lei, anche se non sapevo come.

Per quanto riguarda le ustioni, mi sembrava che si fosse trattato proprio di un caso di incendio doloso, però non ne avevo la prova. La cosa più importante, ad ogni modo, è che Jean sia stata protetta da ogni altra possibilità di attacco psichico. Me ne assicurai ripulendo, rafforzando e proteggendone il campo energetico: per far questo l'aiutai a rafforzare il proprio centro. Ricquistate le forze, Jean decise di sottoporsi ad altri interventi di chirurgia estetica per eliminare le cicatrici.

Un incantesimo africano, nove generazioni dopo. Quest'esperienza costituì un'altra sorpresa per me. Nel periodo in cui venni a conoscenza di questo incantesimo, la scuola Barbara Brennan aveva messo a punto un corso di studi della durata quadriennale e io insegnavo come rimuovere oggetti ed esseri della realtà del quarto livello dai campi energetici già a partire dal secondo anno. Fui sorpresa di scoprire quanto a lungo e con quale forza un incantesimo potesse rimanere nel campo: nove generazioni sono davvero molte.

Prima di tutto, una nota: la grande differenza tra un oggetto astrale e un essere astrale è che gli esseri hanno libero arbitrio e non vogliono che qualcuno li rimuova. Se provi a spostarli si oppongono, come fecero le piccole arpie che cercarono di mordermi le dita quando le tolsi dal pancreas di una mia assistita. Di conseguenza, la rimozione degli esseri bloccati nel campo è più difficile di quella degli oggetti che per loro natura non possono opporre resistenza. Gli esseri sono stati messi nel campo da qualcuno o dagli stessi soggetti, in questa vita o in un'altra. Inoltre, la volontà degli individui che hanno introdotto l'incantesimo o la fattura nel campo continua a lavorare per tenerli lì.

Torniamo a quanto sperimentai durante la pratica d'insegnante. Stavo addestrando gli studenti del secondo anno a rimuovere oggetti ed esseri della realtà del quarto livello tramite le

guarigioni sul lettino con altri studenti che facevano da cavia. Camminando per la stanza, notai che una studentessa stava incontrando qualche difficoltà. Mi avvicinai per capire il problema. Lo studente che era sul lettino e riceveva la guarigione era di origine africana. La studentessa "guaritrice" non riusciva a stabilizzare il campo perché non aveva ancora abbastanza energia nel proprio. Inoltre non sapeva bene che cosa stava cercando di rimuovere: anche questa incertezza era dovuta a una mancanza di energia. Guardai il campo energetico al quarto livello dello studente africano e vidi che la sua corrente energetica verticale era piena di serpentelli neri dall'aspetto sinistro. Ecco, questo spiegava perché l'energia della studentessa non era sufficiente a portare a termine la guarigione: la mia allieva non aveva ancora energia sufficiente per rimuovere i serpenti che avevano un intento minaccioso (del resto non era previsto che avesse un tale controllo della propria energia a quel livello di studi). Così subentraio, chiedendo alla studentessa di assistermi. Rimossi i serpenti: prima uno alla volta, poi molti insieme. L'operazione richiese tempo. Mentre rimuovevo i serpenti, li portavo a livelli più elevati del campo energetico dove prendevano la forma originale e non dualistica di normali serpenti (senza alcun intento minaccioso). Mi misi poi a tracciare e a dissolvere l'energia negativa dell'incantesimo, procedendo a ritroso fino alla sua origine in Africa, nove generazioni prima. Ero stupita. Non avevo idea che un incantesimo potesse estendersi per tante generazioni.

Per fortuna ho sempre avuto una buona relazione con i serpenti: da bambina ero solita dar loro la caccia per giocarci. Da adulta appresi che nelle antiche religioni femminili diffuse in gran parte del mondo, il serpente era un simbolo della kundalini, l'energia vitale di sopravvivenza/guarigione/trasformazione. Avevo visto alcuni serpenti nelle persone prima di allora, ma non così tanti e con origini tanto lontane. Venne

fuori che il disturbo evidente che lo studente africano presentava alla studentessa guaritrice era un mal di schiena cronico, che si risolse dopo la guarigione.

Rassegna essenziale degli esseri/oggetti e degli incantesimi/fatture presenti nel quarto livello dell'HEF

1. Il mondo della realtà del quarto livello esiste sulla stessa banda di frequenza del quarto livello dell'HEF.
2. Gli oggetti possono essere caricati con la coscienza energetica della realtà del quarto livello per aiutare o per nuocere. Tali oggetti possono trasmettere questa coscienza agli umani. Alcuni di essi sono chiamati talismani e vengono imbevuti di potere al quarto livello della realtà durante particolari cerimonie rituali.
3. Gli incantesimi e le fatture sono posti nel campo energetico o attorno a esso da un altro individuo che pratica o cerca di praticare qualche sorta di sciamanismo, stregoneria o voodoo.
4. Le società segrete che usano questi poteri sono esistite ed esistono ancora ovunque.
5. Se la persona che scaglia un incantesimo o una fattura non ha il potere di inserirlo all'interno del campo, l'incantesimo prende posto all'esterno di esso fino a che l'individuo cui è stato rivolto ha un'ER (reazione emotiva). Quando questo accade, il campo s'indebolisce abbastanza da permettere all'incantesimo di penetrarlo.
6. Gli incantesimi e le fatture possono rimanere per molte generazioni se scagliati da una persona potente e ben formata in quest'ambito. Il loro potere dipende dalla capacità dell'individuo che li scaglia di re-

golare e controllare il proprio HEF tramite la focalizzazione (ragione) e la forza (volontà), alimentate dalle emozioni.

7. Un incantesimo o una fattura dovrebbe essere dissolto e non rimandato indietro, perché rimandarlo indietro significa scagliare un incantesimo a nostra volta.
8. Gli oggetti della realtà del quarto livello bloccati nel campo sono portati al quinto livello del campo – il divino, il modello (e forma) di tutte le cose – perché ritrovino il loro obiettivo originale.
9. Una volta che si crea un essere nella realtà del quarto livello o astrale, questo continua a esistere e a evolversi come tutti gli altri esseri.
10. Gli esseri astrali sono portati alla luce per ritrovare il loro normale stato di salute ed equilibrio.
11. Lo strumento principale per operare guarigioni della realtà del quarto livello è l'amore incondizionato, che sorge in forma sferica dal chakra del cuore quando l'HEF è nitido e in equilibrio. Per raggiungere questo stato, è una buona idea andare al livello della stella nucleo e poi dell'hara fino a raggiungere un'intenzione chiara e nitida.
12. L'utilizzo della forza di volontà nelle guarigioni astrali di solito porta a un atteggiamento duale finalizzato a ledere gli altri o a dominarli.
13. Non cercare di farlo da solo: c'è bisogno di qualcuno che t'insegni a gestire la paura dell'ignoto e i contenuti del tuo subconscio.
14. Il tuo rapporto con la realtà del quarto livello è influenzato dal tuo passato ancestrale.
15. Le tue relazioni significative, come il matrimonio, risentono del passato astrale delle famiglie coinvolte.

16. Tutti i sistemi di convinzioni negative sono correlati e influenzati dai mondi della realtà del quarto livello in cui vivono queste convinzioni.
17. Una guarigione completa dell'HEF deve comprendere guarigione astrale, guarigione delle capsule temporali e guarigione dei rapporti, oltre che altri tipi di guarigioni avanzate, alcune delle quali sono discusse in questo libro. Una guarigione completa deve includere almeno sette livelli dell'HEF e tutti gli aspetti dell'HECS.
18. Il quarto livello dell'HEF è il livello attrverso cui funzionano tutte le relazioni.
19. Il fondamento del quarto livello del campo energetico è il cuore, dal quale e attraverso il quale fluisce l'amore incondizionato.
20. Ricorda che l'amore incondizionato è fondamentale per la guarigione nella realtà del quarto livello.²

Karma

Gli argomenti trattati qui non devono essere presi alla leggera o negati, come si usa oggi. Ho visto persone stare molto male a causa di queste cose e i sistemi usati tradizionalmente per contrastarle creano ancora più problemi. Heyoan ci ha insegnato altre tecniche. Noi usiamo l'amore incondizionato per dissolvere la negatività di oggetti ed esseri e riportarli alla luce. Dobbiamo inoltre rimuovere il cosiddetto "karma negativo"

2. Nota per il lettore: in questo libro non ho presentato tutte le tecniche di guarigione della realtà del quarto livello, come la guarigione dai legami e dagli impianti presenti nel campo energetico, perché queste tecniche richiedono una formazione approfondita che comprenda un lavoro su se stessi e affrontare, in quanto guaritore, la paura dell'ignoto che nasce dal profondo della psiche, oltre al supporto personale di cui l'allievo ha bisogno quando comincia a entrare in contatto con i mondi della realtà del quarto livello.

da quelli che agiscono da una prospettiva duale e nuocciono agli altri.

*Il karma negativo
è il risultato
di ogni tua
azione creativa dualistica
che ti ritorna indietro,
come sempre accade.*

*Il karma può essere considerato
un'opportunità
di risolvere ogni conflitto
o di chiarire
ogni fraintendimento sulla realtà
che è in te.*

– HEYOAN

Ogni esperienza di vita non risolta, di qualunque vita, rimarrà nel campo fino a quando non si risolverà. Nell'HEF ci sono quindi molte opportunità per tutti. L'incarnazione è un'opportunità di ripulire il karma. Noi continuiamo a ri-creare lo stesso tipo di esperienze negative nella vita presente fino a quando riusciamo a risolverle. Queste ri-creazioni, anche se molto fastidiose, ci danno l'opportunità di guarire. Questo è uno degli scopi dell'incarnazione.

Capitolo 12 – Autovalutazione. Come esplorare le tue esperienze con l'intenzione negativa

1. Quali esperienze della realtà del quarto livello hai avuto che hanno comportato un intento o un piacere negativo?
2. Prova a descriverle.
3. Sono state spaventose? Se sì, come hai gestito la paura?
4. Che cosa hai imparato?

13. La guarigione delle vite passate

Per individuarti, cominci a percorrere le spirali di guarigione attraverso il processo che voi chiamate incarnazione e reincarnazione.

Voi avete creato questi termini – incarnazione e reincarnazione – separandoli con la vostra idea di qualcosa chiamato tempo.

Vi siete dati molte opportunità e molte “vite” con cui creare. Se usi una scala temporale lineare, puoi tornare indietro nel tempo e ricordare altre esperienze di vita. Tutte queste esperienze di vita sono strumenti per riconoscere il sé.

– HEYOAN

L'ottimo psicoterapeuta dottor Stan Groff disse:

“Colui che muore prima di morire, non muore quando muore.”

Il dottor Groff scoprì che sperimentare eventi di vita dolorosi, inconsci e irrisolti che conserviamo congelati dentro di noi ci fa bene: ci dà la possibilità di viverli e di dissolverli. Alcuni terapisti definiscono questo metodo “lasciar morire gli eventi per noi”.

L'opera del dottor Groff include il lavoro su esperienze non risolte di questa vita o delle vite

precedenti. Molti psicoterapeuti che operano direttamente sul corpo delle persone hanno scelto questo tipo d'approccio per la sua efficacia. Richiede un profondo lavoro su di sé con un operatore ben formato che a sua volta abbia riflettuto molto su di sé. L'uso dell'HSP (percezione sensoriale superiore) e la conoscenza del funzionamento dell'HECS (Sistema della coscienza energetica) potenziano il processo di guarigione, riducendone i tempi. Lo rendono più immediato, dal momento che si può lavorare sulla configurazione energetica del trauma e rimuoverla direttamente dall'HECS. Una volta che ciò accade, il corpo fisico guarisce rapidamente.

L'argomento che riguarda la guarigione rivolta alle “vite passate” è molto vasto. In questo capitolo acquisiremo le informazioni di base su questo tipo di trattamento. Passeremo quindi a considerare un nuovo modo d'intendere il fenomeno chiamato “vite passate”. Ho sviluppato queste nuove tecniche osservando come l'HECS trattenga esperienze non risolte di tutte le vite, compresa la precedente, oltre a quelle che chiamiamo “vite passate”.

Due aspetti fondamentali legati alle esperienze delle vite passate:

1. La sensazione inevitabile che dobbiamo risolvere un problema legato a una vita passata e c'è qualcosa che continua a sfuggirci. A volte capita che per un'intera esistenza

cerchiamo di affrontare delusioni che in realtà sono legate ad altre vite.

2. Le persone che siamo state in una vita passata possono essere riconosciute come altro da noi o come parti di noi che hanno ancora problemi da risolvere.

Come usare il rilassamento profondo per seguire il corpo nel passato

Il mio approccio alle vite passate avvenne tramite l'uso del rilassamento profondo e della regressione. Cominciai questa formazione intensiva a tempo pieno per due anni, dopo aver rinunciato all'incarico di fisico ricercatore della NASA, ruolo che avevo ricoperto tra la fine degli anni Sessanta e i primi anni Settanta.

Nel corso della formazione, c'insegnarono che non bisognava indurre nel soggetto sottoposto a regressione alcuna visione o emozione particolare proveniente da una vita passata. Invece, con calma, attraverso le parole e un tocco gentile, guidavamo il soggetto in uno stato di rilassamento profondo che interessava ogni parte del corpo fisico, cominciando dai piedi. Questo lavoro veniva fatto mentre il soggetto era sdraiato su un solido lettino o su un tavolo da massaggi. Una volta che tutto il corpo era rilassato, la visualizzazione guidata conduceva il soggetto mentalmente e fisicamente a regredire nel tempo. In seguito, l'operatore massaggiava la specifica parte del corpo fisico del soggetto associata al trauma.

Passo dopo passo, questo metodo riporta la mente e il corpo di una persona indietro nel tempo, aiutandola a rivivere i vecchi traumi che hanno provocato il blocco in una zona specifica del corpo fisico. Il trattamento si ripete a ogni sessione e continua fino a quando il soggetto sperimenta e rilascia tutte le ricorrenze del trauma, compreso il primo impatto accidentale,

risalendo fino alla vita passata in cui si è verificato originariamente il trauma. L'HEF non è del tutto libero dai blocchi causati dal trauma fino a quando il primo trauma non è del tutto guarito. Di solito il campo rilascia innanzitutto i traumi più recenti dello stesso tipo. Nella guarigione successiva si rilascia il secondo trauma più vicino in ordine di tempo e simile al primo, e avanti così.

In generale, quasi tutti i problemi di questa vita sono stati provocati da esperienze non risolte nelle esistenze passate: molti di questi problemi spesso si presentano come traumi legati al momento della nascita. Per esempio, una mia assistita aveva un problema cronico alla cervicale. Il cordone ombelicale le si era arrotolato intorno al collo al momento della nascita "in casa". Lei rimase blu (e in silenzio) per diversi giorni dopo la nascita. Dopo quell'evento si ferì al collo molte volte durante l'infanzia. Ogni volta che sperimentava una piccola tensione nei muscoli del collo, come per esempio quando affrontava un carico muscolare troppo pesante, questo le causava sofferenza. I dolori cronici sono molto difficili da guarire, perché richiedono cura e vigilanza costanti per evitare che si aggravino ulteriormente. Pertanto:

*I dolori cronici ci offrono
uno strumento per imparare a prenderci
cura di noi
oltre che ad accettare amorevolmente
le nostre imperfezioni.*

Quando la donna affrontò gli episodi della vita passata che erano in relazione alla situazione presente, si ricordò di essere stata legata a un palo con una corda stretta intorno al collo. Aveva cercato di strappare via la corda per scappare ma non ci era riuscita e chiedere aiuto non le era servito. Ogni volta che tirava la corda, questa la strangolava ancora di più: una situazione disperata che si concluse con la sua morte.

Adesso, nella vita presente, per quella donna era difficile trovare un motivo di speranza. Riuscì a farlo imparando a chiedere aiuto quando ne aveva bisogno. E questa volta lo ricevette.

Farsi guidare dalla persona. È importante ricordare che durante il trattamento il guaritore o conduttore della regressione è sempre presente. Egli va dove vanno la psiche e il corpo della persona che segue, in relazione al problema. La guarigione continua fino a che la capsula del tempo non si è completamente dissolta. Dopo di ciò il campo è ripulito e la persona non dovrà più affrontare quella particolare esperienza o quel particolare problema. Ha disperso la credenza specifica che influiva negativamente su di lei e sulla sua vita. Ha preso parte al processo di guarigione e adesso sta bene, è più forte e in grado di vivere secondo le proprie scelte. In questa maniera impara il rispetto di sé. Sì, il guaritore la aiuta, ma è la persona a rilasciare i problemi irrisolti, sperimentando, rilasciando e guarendo la sofferenza che questi causavano.

Il guaritore aiuta anche a rimuovere la coscienza energetica traumatizzata dall'HEF. Una volta che il campo della persona è pulito, l'operatore lavora per ricaricare e ricostituire il campo energetico. Inoltre mostra al soggetto il processo psicologico con cui egli aveva compensato il trauma, disallineando così il proprio campo energetico. Come guaritori, noi ci limitiamo semplicemente ad assistere la persona nella gestione delle emozioni rilasciate dal corpo. Siamo loro accanto per testimoniare e dare conferma che stanno affrontando quel processo. Le persone rispondono bene al trattamento e progrediscono nella risoluzione dei problemi che hanno avuto origine nelle vite passate. Fino a quando non sono guarite, le esperienze irrisolte e le memorie delle vite passate continuano a ostacolare l'energia vitale nel presente.

L'approccio secondo i principi della bioenergetica con cui ho affrontato le questioni cor-

relate alle vite passate ha risvegliato ancor più le mie capacità psichiche e di guarigione. Da quando sono in grado di vedere il campo energetico, ho iniziato a trattarlo dalla prospettiva dei flussi bioenergetici che attraversano il campo e il corpo. Ho potenziato i flussi di bioenergia nei punti in cui il corpo li aveva bloccati, rimuovendo e ripulendo le sacche stagnanti di energia che si erano accumulate e caricando le aree deboli con energia di guarigione pulita. A quel punto la mia visione si è aperta ulteriormente: non vedevo solo la coscienza energetica dell'intero HECS, ma anche gli eventi che si erano verificati nella vita del soggetto e che avevano causato i problemi.

Poco dopo iniziai a vedere le vite passate dei soggetti da me assistiti. In un primo momento questo mi spaventò e come sempre non lo raccontai a nessuno. Riuscivo a vedere come le esperienze di vita di una persona fossero correlate tra loro. Gli eventi traumatici delle esistenze precedenti rimasti irrisolti venivano recuperati e nascosti nel profondo del campo energetico sotto esperienze simili che accadevano nel presente. Questa presa di coscienza fu per me una vera rivelazione: mi mostrò infatti che morire non significa uscire da una situazione irrisolta. La morte ti spinge nell'incarnazione successiva e aumenta di molto la probabilità che ti troverai ad affrontare ancora la stessa questione sulla Terra, in situazioni personali simili, anche se in un altro periodo temporale.

Come vedere la vita passata di una persona

La prima volta che mi imbattei nella vita passata di un soggetto fu per me un evento memorabile. La prima cosa che feci fu di confrontarmi con la gestione delle informazioni psichiche ricevute.

Il soggetto in questione era una donna, che chiamerò Sarah. Sarah si sdraiò sul lettino per una seduta di regressione e io ebbi subito una visione: ero davanti al Mar di Galilea, vicino a un'imbarcazione su cui era gettato l'abito indossato da Gesù. In lontananza, proprio sopra l'acqua, vedevo una splendente luce dorata che si muoveva verso di me. A mano a mano che la luce si avvicinava, diventava più grande e più splendente. Poi mi accorsi che era Gesù che camminava sulle acque verso di me. Non sapevo come interpretare la visione dal momento che Sarah era ebrea, ma siccome la scena si ripeteva ogni volta che Sarah mi chiedeva di essere guarita, immaginai che si riferisse a una sua vita passata al tempo in cui Gesù era sulla Terra. Del resto tutte le visioni ricevute durante le sessioni di guarigione riguardavano il soggetto e non me.

In quell'occasione però, dato che ero cresciuta come cristiana, mi venne il dubbio che la visione fosse diretta proprio a me. In ogni caso pensai bene che fosse meglio non parlarne. Più tardi, quando diventai più esperta nel mio lavoro, iniziai a chiedere con calma a Heyoan di chiarirmi i dubbi.

Come rapportarsi alla visione delle vite passate di un'altra persona

Dall'episodio di Sarah in poi, mi sono occupata di molte guarigioni delle vite passate. Di solito visualizzo gli eventi legati alle esistenze precedenti della persona da trattare prima che lo faccia lei, ma attendo sempre che sia lei stessa a parlarne. Allora posso confermare. È un sistema molto efficace per gestire questo tipo d'informazioni. Se invece è l'operatore a parlare di ciò che vede, può capitare che il soggetto non senta come autentico quanto descritto e diventi insicuro. D'altro canto, se una persona fa esperienza diretta di una vita passata – soprattutto

se la sente nel proprio corpo senza interventi esterni – questa sarà autentica tanto per lui quanto per l'operatore che lo assiste. Il soggetto userà quell'esperienza per raccogliere informazioni personali riguardanti una sua vita passata che gli consentono di risolvere i problemi attuali. È la potenza sprigionata dalle guarigioni legate alle vite passate: porta le persone a una risoluzione profonda che non sarebbe possibile solo con le informazioni disponibili in questa esistenza.

Una visione più ampia delle "vite passate"

In anni di attività in cui ho approfondito il fenomeno delle "vite passate", ho appurato che ci sono molte vite correlate tra loro da questioni personali irrisolte. Quando alla fine rompiamo gli schemi che abbiamo ripetuto attraverso molte "vite", il presente cambia rapidamente e si trasforma in un'esperienza davvero appagante.

Uno sguardo d'insieme sui fenomeni delle vite passate

Ci sono quattro principali canali di approccio al fenomeno delle vite passate:

1. **Psichico:** tramite la lettura delle vite passate o la canalizzazione delle informazioni a esse correlate.
2. **Parapsicologico:** attraverso l'indagine scientifica e sperimentale degli eventi che presumiamo siano accaduti in passato per provarne o confutarne l'esistenza.
3. **Religioso:** si può credere nella reincarnazione in quanto dogma di fede o dottrinale, oppure no. La maggior parte delle religioni crede nella reincarnazione. Si dice che

l'idea della reincarnazione fu rimossa dalla cristianità durante il Primo Concilio di Nicea, nel 325 d.C.

4. Psicico/di guarigione: tramite il lavoro di un operatore bioenergetico che operi una guarigione energetica e migliori l'esperienza di vita; aspetto su cui mi soffermerò in questo capitolo.

Importanti pensatori che si sono occupati delle vite passate

Il dottor Ian Stevenson. Durante la sua carriera di psichiatra, il dottor Ian Stevenson notò che i bambini piccoli spesso facevano affermazioni del tipo “quando vivevo prima” o “quando sono morto prima”. In quel periodo il dottor Stevenson era presidente del Dipartimento di Psichiatria alla University of Virginia e più tardi divenne il direttore della Divisione di Studi sulla Personalità nella stessa università. All'interno della Divisione egli svolse una ricerca su antichi documenti per raccogliere le prove a supporto dell'esistenza delle vite passate, soprattutto ricordi di bambini. Purtroppo il dottor Stevenson morì nel 2007, ma il suo lavoro rimane un dono per noi tutti.

Egli si dedicò per cinquant'anni a documentare scientificamente le memorie della vita passata di bambini provenienti da tutto il mondo e che ricordavano spontaneamente (senza ipnosi). La sua metodologia si sviluppava attraverso i seguenti punti:

1. registrazione metodica di quanto affermato dai bambini;
2. identificazione della persona morta che il bambino ricorda di essere stato;
3. verifica dei fatti della vita della persona deceduta che corrispondono ai ricordi del bambino;

4. ricerca di una corrispondenza tra segni e difetti congeniti con ferite e cicatrici riportate in una vita precedente, verificandole attraverso i report medici.
5. esclusione di tutte le possibili spiegazioni “normali” in merito ai ricordi del bambino.

I risultati del dottor Stevenson. Il dottor Stevenson trovò oltre 3.000 corrispondenze e scrisse numerosi libri in cui mise in relazione alcuni segni congeniti a ferite riportate in una vita precedente.

L'opinione di Carl Jung sul fenomeno delle vite precedenti. Invece di chiedersi se le vite precedenti fossero reali, il dottor Jung utilizzò il fenomeno degli archetipi per scopi medici. Disse: “Gli archetipi sono formazioni caratteriali universali e antiche e sono le strutture di base della nostra psiche. La nostra tendenza a sperimentare eroi, malvagi, amanti e despoti in noi stessi si deve agli archetipi.” Nella terapia junghiana questi archetipi sono portati allo scoperto perché il paziente li riconosca, li comprenda e li risolva nella sua personalità.

Jung spiegò: “Non diventiamo illuminati immaginando figure di luce, ma portando alla consapevolezza ciò che è oscuro.”

Jung affermò che il fenomeno delle vite passate offre uno schermo bianco chiamato “vita passata” su cui proiettare gli archetipi collocati nel profondo della psiche. Questo tipo di approccio è divenuto generalmente noto come “lavoro sull'Ombra”, perché si basa sull'osservazione di alcune caratteristiche – spesso negative – che si trovano nella nostra psiche, portandole alla luce invece di reprimerle.

Da questo lavoro nacquero molti altri protocolli che hanno permesso di esplorare a fondo la psiche umana. Per esempio, *il metodo psicodinamico presuppone che la verità sia ciò che è vero per un soggetto.* Per questo la ricerca della verità si

trasformò nella *ricerca di un significato*. Un altro aspetto fondante fu *l'importanza della sincronicità nella vita di un soggetto*, essendo la sincronicità una coincidenza che ha un significato soggettivo e personale che oltrepassa il fattore oggettivo.

I guardiani della soglia. Un altro aspetto che riguarda l'indagine approfondita nelle regioni più oscure della psiche è quanto in profondità si debba andare e quando è lecito farlo. Dal momento che la psiche non funziona come la consapevolezza cosciente che ci guida nella vita quotidiana, come può sapere l'operatore come e quando agire? La psiche è simbolica, priva di logica, archetipica, imprevedibile e a volte anche molto cattiva.

Un'idea che accomuna le varie discipline che studiano la psiche è che ognuno di noi abbia al proprio interno dei guardiani della soglia che gli impediscono di scendere troppo in profondità, troppo velocemente. I guardiani della soglia assomigliano ai mostri spaventosi spesso ritratti accanto alle porte dei templi o a lato di un mandala, come la nera Kali, con denti e unghie piantati nel settimo livello del campo energetico di un soggetto (vedi Capitolo 10). Rappresentano la paura e si trovano lì per impedire al soggetto di entrare nei regni della psiche che egli non è ancora pronto ad affrontare.

La guarigione rivolta alle vite passate, se non è gestita correttamente e tenendo ben presente il suo potente effetto sull'esistenza di una persona, può aprire il vaso di Pandora, liberando energie che per il soggetto trattato possono essere molto difficili da gestire. L'indagine sulle vite passate alla ricerca di risposte a questioni presenti dovrebbe essere intrapresa solamente con un esperto. La rivelazione di una cosiddetta "vita passata" può essere scioccante. In una "vita passata" il soggetto può aver agito in maniera disumana nei confronti di altre persone. Quest'informazione può diventare un problema

morale che mette alla prova l'intera personalità. Il soggetto può diventare ancora più critico nei confronti di se stesso e utilizzare la vita passata come una scusa per denigrarsi o per farsi del male. Le informazioni riguardo a una vita passata potrebbero indurre una persona ad approfittare di soggetti che apparentemente gli hanno fatto del male in un'esistenza precedente. Mi capitò di assistere a questa dinamica all'interno di un gruppo che conducevo. Un membro del gruppo dichiarò di ricordare che una persona gli aveva fatto del male in una cosiddetta "vita passata". Per questo, secondo la sua logica, lui adesso aveva il diritto di vendicarsi. Fu forse la cosa più scioccante che abbia mai sentito negli anni in cui ho diretto gruppi di autoaiuto. Alla fine dovetti chiedere a quella persona di lasciare il gruppo.

Nonostante questi rari episodi, le vite precedenti dovrebbero essere considerate come energie viventi da riportare in equilibrio tra loro e con l'ego del soggetto, potenzialmente per essere integrate in un rinnovato e più ampio senso del sé.

Le persone tendono a vivere vite in cui ripetono esperienze simili, in lunghe serie, ma in condizioni differenti. È come se ripetessimo sempre la stessa situazione fino a quando impariamo a prenderla dal verso giusto.

Ostacoli che il guaritore può incontrare lavorando al quarto livello

La proiezione è uno dei primi ostacoli che s'incontrano lavorando con il mondo del quarto livello. È molto facile proiettare la tua dualità in ciò che percepisci se non capisci come funziona il mondo del quarto livello. Se guardiamo attraverso un vetro oscurato, vediamo l'oscurità proiettata dal sé, invece che ciò che esiste davvero. Come ho detto nel Capitolo 6, cerchiamo di comprendere ciò che è, non ciò che è sbagliato.

Ogni paura che l'osservatore nutre nei confronti del mondo del quarto livello darà adito a tre fenomeni:

1. Le proiezioni dell'osservatore che nascono dalla paura si manifesteranno proprio davanti ai suoi occhi. Ciò che accade in questo caso è che la paura dell'osservatore si trasforma in energia creativa che genera l'evento o l'essere temuto: la proiezione quindi diventa creazione.
2. La paura dell'osservatore, che si compone di coscienza energetica, attrae a sé una coscienza energetica simile nella realtà del quarto livello. È fondamentale fare del lavoro su di sé per portare alla luce le proprie paure e affrontarle.
3. L'osservatore finge di essere un sensitivo. Un altro ostacolo che ho incontrato spesso mentre formavo guaritori alla Brennan School è la pretesa degli studenti di diventare sensitivi SUBITO. La paura inconscia dello studente è di non essere in grado d'imparare a usare l'HSP. Forzare l'HSP porta solamente alla proiezione e a una fantasia complessa che confonde l'allievo e ne rallenta i progressi. La pazienza, l'umiltà e il lavoro su di sé, come anche la padronanza delle tecniche faranno progredire l'allievo nell'apprendimento dell'HSP.

Uso improprio dei fenomeni della realtà del quarto livello e come gestirli

Sono molti i modi sbagliati di gestire i fenomeni della realtà del quarto livello cui ho assistito. La forma più comune di attacco psichico che la maggioranza delle persone mette in atto senza accorgersene è la maldicenza. Molti di noi sono abituati a usarla e a sopportarla, anche se non la amano. Riesco a vedere i flussi negativi e

gli affilati fendenti di energia che volano da una persona all'altra quando ci si attacca verbalmente, a prescindere dalla distanza fisica.

Come gestire un attacco psichico. Gran parte delle persone non è consapevole di inviare flussi negativi agli altri, di colpirli e di far loro del male. A seconda della relazione che intrattieni con la persona che ha un atteggiamento negativo nei confronti di qualcuno, puoi informarla direttamente degli effetti delle sue parole. Puoi dirle che ti mette a disagio parlare di persone assenti oppure puoi cambiare argomento. Puoi anche ergere uno scudo protettivo davanti alla persona verso cui sono state dirette le maldicenze.

L'intento negativo inconscio nei guaritori è anch'esso una forma di attacco psichico e ha un effetto molto pesante. Ho visto numerosi casi del genere. Di seguito elenco alcuni esempi di flussi di coscienza energetica e di legami energetici che i guaritori hanno riversato inconsapevolmente sui propri assistiti.

1. Ci sono guaritori chiaramente privi di un'adeguata formazione, che hanno nei confronti dei propri assistiti pretese non etiche e chiedono per esempio che i soggetti si comportino in modi che non hanno niente a che fare con la guarigione o con il loro problema.
2. Altri guaritori hanno una mediocre consapevolezza delle proprie psicodinamiche personali, oltre a non possedere alcuna cognizione di ciò che fanno e del perché lo fanno. Mi capitò di andare da una guaritrice di questo tipo che pretendeva che adottassi un atteggiamento di sottomissione e non progredissi nel mio processo di crescita. Voleva che rimanessi sempre giovane, inesperta e remissiva, e insisteva nel chiamarmi "ragazza". Ne parlai durante una guarigione: alla fine della seduta, mentre stavo per andarmene, sarcasticamente

mi salutò chiamandomi “ragazza”. Scelsi di non tornare più da lei.

3. Ci sono poi guaritori che denigrano e calunniano i colleghi affermando di essere migliori, e creando così forme terribili nel campo energetico da inviare alle persone oggetto della loro invettiva.
4. Infine ci sono i guaritori fraudolenti. Accadde una volta che, nel corso di un unico fine settimana di guarigione di gruppo, alcuni operatori proclamarono che una persona affetta da un tumore cerebrale letale era guarita. A quella persona fu detto che non aveva bisogno di andare in ospedale: morì poco dopo.

Come gestire l'intento negativo inconscio: se il tuo assistito è affetto da una grave malattia, accertati che si faccia visitare da un medico. Negli anni in cui ho lavorato come guaritrice, mi è capitato d'incontrare diverse persone gravemente malate che sceglievano di venire da me piuttosto che recarsi da un dottore. Le ho sempre rinviate dal medico. Non ho mai somministrato guarigioni senza conoscere il nome del dottore e prima di aver avuto dal mio assistito il permesso di parlarci.

Ricorda, il rifiuto è dotato di un'energia potente che maschera una paura profonda.

Stadi di reazione al mondo astrale e il lavoro su di sé

Gli allievi che imparano a effettuare guarigioni al quarto livello di realtà attraversano vari stadi. Ogni stadio deve essere affrontato con attenzione, sostegno e amore.

1. *L'infatuazione è il primo stadio.* Entrare nella realtà del quarto livello significa procedere in un mondo del tutto nuovo che

esiste dentro e intorno a noi. In un primo momento risulta affascinante e le persone ne sono incuriosite. Hanno sentito storie di viaggi astrali che permettono di uscire dal corpo e visitare amici vicini e lontani che si trovano addirittura in altri Paesi, o anche di attraversare il sistema solare e di andare oltre. Sono entusiaste all'idea di esplorare nuovi mondi e spesso nutrono la convinzione che la realtà del quarto livello funzioni come quella fisica, ma che sia più divertente. Come sappiamo, però, il mondo astrale non funziona come il mondo fisico e qualche volta non è per nulla divertente. D'altro canto, ci sono anche persone che non ne hanno mai sentito parlare e non ci crederebbero.

2. *La paura è il secondo stadio.* Le persone che vengono a conoscenza del mondo astrale e iniziano a crederci veramente in principio ne hanno paura. La realtà del quarto livello infatti è diventata un tabù: secondo alcune religioni è pericoloso e nocivo esplorarla. Le persone pertanto preferiscono tenersene alla larga: probabilmente questo è positivo per loro. Occorrono anni, molto lavoro psicologico e un forte radicamento nel mondo fisico per poterci provare.
3. *Il terrore per qualcuno rappresenta il terzo stadio.* Se un individuo vive un'esperienza positiva a livello astrale, per esempio con un angelo o con una guida spirituale, probabilmente non avrà paura di entrare nel quarto livello. Presto o tardi, però, se si trova in uno stato mentale negativo, oppure durante un brutto sogno, il terrore arriva. È in quel momento che l'individuo realizza quale sia l'ampiezza del mondo del quarto livello e ne percepisce alcuni aspetti. Il paradiso va bene, ma l'inferno... quello no. Oppure si rende conto che una persona può perdersi o rimanere intrappolata nel-

le realtà del quarto livello, e a volte questo accade soprattutto se si è soggetti a psicosi.

4. *La creazione di un sistema di realtà accettabile.* Il quarto stadio di reazione alla realtà del quarto livello avviene quando l'allievo è in grado di comprendere e di affrontare la propria paura con un approccio psicoterapeutico, per creare uno spazio nel proprio sistema fondamentale di realtà in cui collocare le esperienze del quarto livello. Se si studia la fisica del mondo astrale (Capitolo 9) e si sperimenta che quel mondo funziona come descritto, il quarto livello diventa un luogo le cui dinamiche sono sì diverse da quelle del mondo fisico, ma sono anche chiare. Lo studente adesso capisce che c'è un sistema che gli consente di affrontare le realtà del quarto livello e che potrà esplorarle con successo quando imparerà a regolare le proprie reazioni emotive, interrompendo il circolo vizioso degli schemi negativi ripetuti. Lo studente s'impegna per liberarsi della paura inconscia dell'ignoto – che è al di fuori di lui, ma anche al suo interno – imparando a regolarsi, a prescindere da quale esperienza stia affrontando. Il lavoro di riunire al centro tutti i pezzi del sé che si trovano sparsi nel tempo e nello spazio e d'integrarli in un intero continua attraverso molte vite.

Il transfert e la proiezione nel lavoro psicologico

Per quel che riguarda il quarto livello, dal punto di vista psicologico è molto importante comprendere le dinamiche del *transfert* e della *proiezione* e i loro effetti sull'esperienza della realtà.

È importante inoltre imparare a stabilire un contatto profondo con se stessi. Il *transfert*

si verifica quando qualcuno proietta le caratteristiche di una persona significativa da un punto di vista psicologico (di solito un'autorità dell'infanzia) su un altro individuo. Si dice che quell'autorità è "trasposta su" qualcuno.

La *proiezione* è un fenomeno psicologico in cui un individuo riflette i propri sentimenti interiori su qualcun altro, come se fosse l'altra persona a provarli. Un esempio comune è quando temiamo una persona perché siamo convinti che sia arrabbiata con noi, e invece siamo noi a essere arrabbiati con lei. Abbiamo paura a causa della nostra stessa rabbia. Se comprendiamo questi aspetti e guariamo le paure a essi correlate, la realtà ci appare molto più chiara. Sono stata in terapia per molti anni e ho seguito una formazione come operatrice bioenergetica: questi processi mi hanno aiutato a comprendere gli aspetti sconosciuti di me. Ancora oggi lavoro sulle mie dinamiche personali con l'aiuto di un bioenergista.

Chi voglia immergersi nei mondi della realtà del quarto livello per operare guarigioni dovrà lavorare molto su di sé. È complicato affrontare le questioni psicologiche correlate alle insolite esperienze che viviamo nel mondo astrale.

Quando iniziai a vivere questo tipo di esperienze, per orientarmi non avevo la mappa che ho presentato nel Capitolo 7. Poi le esperienze sono diventate più numerose e ho tracciato la mia mappa. Di seguito riporto alcuni episodi importanti per la mia formazione, avvenuti con esseri appartenenti alla realtà del quarto livello. Questi episodi mi permisero di avere una prospettiva più ampia sul funzionamento del mondo astrale e sugli esseri che lo abitano. Mi aiutarono a comprendere come comunicare con le entità del quarto livello e anche come aiutarle.

Quando iniziai, avevo già sentito parlare di questo tipo di esperienze. In alcuni casi furono sorprendenti e mi mostrarono che non ci sono limiti a ciò che si può sperimentare.

Prima di tutto racconterò alcuni episodi che mi sono accaduti nella vita privata, poi quelli che ho vissuto nella terapia, quindi illustrerò le sessioni di guarigione che io stessa ho somministrato.

Uso improprio della consapevolezza delle vite passate

Ho osservato tre modi principali in cui una persona durante una seduta può abusare della consapevolezza delle vite passate.

Evitare le problematiche della vita presente. Il soggetto si focalizza su altre vite per evitare di affrontare le problematiche del presente. Di solito percepisce le “altre” vite come caratterizzate da potere, ricchezza e/o fama.

Proiettare il biasimo sugli altri. Il soggetto proietta e indirizza sentimenti negativi verso alcune persone in questa vita in seguito a esperienze che ha vissuto in altre esistenze. Può anche essere vero che ciò sia accaduto e che queste persone ti abbiano trattato male in un'al-

tra incarnazione, ma biasimarle non ti aiuterà nemmeno un po' a guarire. È la tua creazione a essere incompiuta, non la loro.

Approfittarsi di questioni irrisolte nel passato. Non è possibile servirsi di questioni incompiute nelle cosiddette vite passate per arrogarsi prerogative e diritti nel presente.

Capitolo 13 – Autovalutazione. Indaga le tue vite passate

1. Elenca in ordine temporale le esperienze che hai avuto con le vite passate.
2. Come influenzano il tuo presente?
3. Quali immagini e convinzioni continui a portare con te che sono correlate a esperienze irrisolte di altre vite?
4. Che cosa hai imparato di te dalle esperienze connesse alle vite passate?
5. Hai mai riconosciuto qualcuno che abbia fatto parte di una tua vita passata? Com'è stato?

14. La guarigione delle capsule del tempo: rilascia i legami del passato

*Quando entri in quell'antica ferita
e sperimenti il dolore,
li trovi parti della tua energia creativa
rimaste bloccate ai tempi in cui la ferita
si è formata.*

*Ciò che tu chiami passato,
chiuso in una capsula del tempo dal momento
in cui l'energia creativa si è interrotta,
non è un passato di ordine temporale.*

*È piuttosto la tua energia creativa,
trattenuta nella densità della ferita
che avvolge in sé la luce.*

*L'illusione del passato
è la tua energia creativa bloccata
nella stagnazione.*

*Non continua a muoversi e a scorrere
secondo il suo normale ritmo vitale e creativo.*

*È vero, tu usi il concetto di tempo
per comprendere ciò che chiami "ricordo".
Però considera la possibilità che il ricordo
possa essere l'idea di un'esperienza
congelata e raccolta all'interno di una capsula,
che preferiamo chiamare "capsula del tempo".*

*È soltanto energia creativa stagnante
che ha smesso di muoversi secondo il ritmo
vitale creativo.*

– HEYOAN

Tutti noi abbiamo costrutti di realtà interiori che riguardano noi stessi, le nostre vite e altre persone.

Alcuni dei nostri costrutti di realtà sono olistici e integrati nei nostri ego adulti. Negli ambiti della vita in cui i nostri costrutti di realtà olistici funzionano, siamo in salute e saggi, e forse anche prosperi. Questi sistemi di realtà sani funzionano molto bene per creare le vite felici, amorevoli e appaganti che desideriamo. Condividiamo la nostra saggezza, nitida e integrata, con i nostri amici e li aiutiamo anche a guarire le loro vite. I nostri amici fanno lo stesso con noi.

Dunque, perché non tutti gli ambiti esistenziali sono perfetti? Non siamo capaci di creare vite perfette, perché alcuni dei nostri sistemi di realtà interiori non sono sani. Sono frammentati in parti che si trovano in conflitto tra loro. Di solito sono divisi in due metà: sono quindi dualistici. Tutti noi abbiamo sistemi di realtà dualistici non sani che si basano sulla nostra dualità interna.

I dualismi interni

I costrutti di realtà dualistici e non sani di solito sono poco chiari, inconsapevoli e ci portano ad avere convinzioni malsane con cui ci procuriamo problemi e sofferenza e complichiamo anche le vite degli altri, in particolare delle persone che hanno convinzioni dualistiche come le nostre. In altre parole, aiutiamo i nostri amici a rendere la loro vita problematica nella

stessa maniera in cui rendiamo problematica la nostra. Non lo facciamo intenzionalmente. Per questo:

*È importante diventare consapevoli
delle nostre convinzioni dualistiche inconse,
della nostra energia dualistica inconscia,
e della nostra intenzionalità dualistica
inconscia.*

Per far ciò dobbiamo indagare nel profondo attraverso la potente tecnica della guarigione della capsula del tempo, per trovare:

1. quali sono le nostre convinzioni frammentate o dualistiche e la loro origine;
2. quali sono le nostre intenzioni frammentate o dualistiche che risultano da queste convinzioni;
3. come le nostre intenzioni frammentate o dualistiche entrano in contrapposizione tra loro;
4. quale risultato unitario desideriamo realmente creare.

Ricordiamo che l'energia bloccata ha un'intenzionalità frammentata ed è dualistica (vedi Capitolo 3).

*La coscienza energetica dualistica
si compone di due costrutti di realtà irrisolti,
incompleti e in opposizione tra loro.*

*Questi costrutti risultano in due intenzioni
opposte*

*che c'impediscono di realizzare
ogni atto creativo correlato a esse.*

*La coscienza energetica dualistica
non riesce a creare ciò che desideriamo
veramente,
perché non dispone di una sufficiente energia
nitida e allineata per farlo.*

Ogni parte è affiancata da una volontà potente che chiede strada con l'idea di proteggerci da un risultato temuto. Questa volontà automaticamente – e di solito inconsciamente – entra in gioco quando si presenta una situazione di vita simile a qualcosa di molto doloroso che abbiamo sperimentato in precedenza.

*Quel ricordo è ancora doloroso
perché è ancora irrisolto.*

Il ripetersi di un'esperienza simile evoca prontamente il ricordo di una paura già provata in un momento della nostra vita attuale o in una vita "passata" o in più "vite passate". Molte volte questa paura è inconscia. L'abbiamo spinta nell'inconscio nel tentativo di arginare una situazione problematica per cui non avevamo una soluzione immediata.

Per riuscire nell'intento creativo, dobbiamo unificare e allineare l'obiettivo. Quando un obiettivo non è chiaro, di solito è frammentato e quindi dualistico, perché dentro di noi convivono "scopi diversi". In questo caso non abbiamo una sufficiente energia creativa allineata che ci permetta di raggiungere il nostro scopo creativo. Fino a che ogni coscienza energetica creativa associata a un particolare sforzo creativo rimane dualistica, interferirà con la nostra capacità di portare a compimento la nostra creazione, qualunque essa sia.

Lo scopo della guarigione della capsula temporale

Noi vogliamo guarire la capsula del tempo per conquistare una maggiore energia creativa nella nostra vita e per risolvere questioni che ci siamo trovati ad affrontare di continuo, e che sembrano non avere alcun senso apparente. *La guarigione della capsula del tempo rilascia la coscienza energetica creativa che è rimasta in uno*

stato dualistico, stagnante e immobile forse per centinaia o migliaia di anni.

Il processo della guarigione della capsula del tempo restituisce le nostre energie creative dualistiche al loro stato olistico originario, affinché possano portare a compimento l'obiettivo iniziale. Con la guarigione della capsula del tempo ri-creiamo la vita così come la desideriamo. Una volta che la coscienza energetica creativa e olistica rientra nel tuo HECS, disponi di molta più energia creativa per guarire malattie croniche, affrontare i cambiamenti che desideri, vivere e apprezzare la vita e creare ciò che vuoi.

Descrizione di una capsula del tempo

Le capsule del tempo sono conglomerati di eventi non guariti – e quindi non risolti – di vite passate e anche di quella presente. Questi includono ferite fisiche che si ripresentano come segni congeniti, problemi comportamentali emotivi e irrazionali e sistemi di convinzioni dualistiche in conflitto tra loro ma che al tempo stesso si attraggono secondo il principio per cui “il simile attrae il simile”. Tutto nello stesso essere umano. Come siamo complicati!

Le capsule del tempo si formano intorno a un archetipo, ossia si accumulano intorno a un'idea, a una credenza o a un'impressione sbagliata sulla vita e su come si presume dobbiamo comportarci e agire. Questa concezione sbagliata ripetuta, alla fine, culmina in una lesione del corpo fisico nello stesso punto in cui la capsula del tempo è collocata nel campo energetico. Il processo di rimozione di una capsula del tempo è simile a quello di eliminazione di un blocco che è stato descritto nella sequenza di guarigione riportata nel Capitolo 3.

Sette caratteristiche principali delle ferite delle vite passate. A volte ci portiamo addosso questioni irrisolte e ferite che appartengono a vite

precedenti sotto forma di segni congeniti. Ecco un elenco delle sette caratteristiche principali delle ferite delle vite passate. Le ferite:

1. Sono dovute a traumi e sono visibili nello stesso punto del corpo in cui sono state inferte in una vita passata.
2. Hanno tutte una coscienza energetica che le accomuna. Per questo, in un'area del corpo, si possono trovare molte ferite risalenti a vite passate simili a quelle che si sono verificate in questa esistenza.
3. Non sono disposte lungo una linea temporale ma si avviluppano nell'HEF, in una coscienza energetica simile e isolate dal resto del campo.
4. Le pulsazioni e il flusso di coscienza energetica dell'HEF si limitano a girarci intorno (vedi Capitolo 3).
5. Non hanno avuto origine in questa vita.
6. Anche se abitualmente sono definite come “traumi di vite passate”, in questo capitolo esaminiamo questa definizione e la superiamo. Come descritto nel Capitolo 9, le esperienze dolorose nel mondo della realtà del quarto livello non sono organizzate lungo un tempo lineare.
7. Sono accumulate dal principio della similitudine. Le ferite, come tutte le esperienze dolorose simili tra loro, si accumulano e si collocano nelle aree del corpo fisico in cui sperimentiamo difficoltà o lesioni.

Dobbiamo ricordarci della non linearità del tempo e della sua connessione con i blocchi che adesso si trovano al quarto livello dell'HEF. Nel mondo della realtà del quarto livello le informazioni esistono in un campo quadrimensionale, ma noi le consideriamo da una prospettiva fisica tridimensionale perché così siamo abituati a osservare la realtà che ci circonda.

*All'interno di un blocco,
il tempo non è più una freccia
che punta solo verso il futuro,
come nel mondo fisico.*

*All'interno di un blocco,
il tempo è congelato
dal momento in cui quel blocco si è formato.
Il tempo è incapsulato
all'interno della coscienza energetica
contenuta nel blocco,
nello spazio che il blocco occupa
al quarto livello dell'HEF.*

Lascia che lo dica ancora in un altro modo:

*All'interno di un blocco che si trova al quarto
livello dell'HEF, il tempo si è congelato nel momen-
to in cui il blocco si è formato. Pertanto il blocco è
separato dalle normali pulsazioni del flusso ener-
getico che si muove nell'HEF. Questa separazione
permette all'individuo che ha creato il blocco di fun-
zionare nella quotidianità, invece che rimanere in-
trappolato nella sofferenza profonda sperimentata
in precedenza.*

Noi invece utilizziamo un *nuovo tipo di tempo*
come strumento di guarigione. Nel far questo,
troviamo che:

*Il tempo, al quarto livello dell'HEF,
è incapsulato nell'esperienza,
invece di essere l'esperienza
incapsulata nel tempo,
come accade nel mondo fisico.*

Anatomia di una capsula del tempo

*Una capsula del tempo contiene un particolare
tipo di ferita creatasi durante molte vite passate,
ognuna delle quali si è svolta in un tempo e in un
luogo particolari nel mondo fisico. Le capsule non*

*sono disposte su una linea temporale come ci po-
tremmo aspettare. Sono invece collocate in aree
particolari dell'HEF, all'esterno e all'interno
del corpo fisico, dove ancora tendiamo ripe-
tutamente a ferirci. Si trovano in aree del tuo
corpo che forse credi di non riuscire a guarire
completamente e dove forse sperimenti un do-
lore cronico.*

La Figura 14.1 mostra il grafico di una cap-
sula del tempo. Ho numerato ogni "vita passa-
ta" in ordine crescente, come si sono presentate
nel mondo fisico. Per esempio, T1, che sta per
Tempo 1, è il primo momento in cui si è ve-
rificato questo tipo di ferita, molte vite fa. Per
questo particolare tipo di ferita, ho mostrato
nove esperienze avvenute in vite diverse. Tem-
po 9 (T9) è l'ultima occasione in cui essa si è
verificata: in una vita precedente o in questa
vita. Si noti che le vite rappresentate nella Fi-
gura 14.1 non sono necessariamente consecuti-
ve: tra queste possono esserci state molte vite
in cui il soggetto non ha sperimentato questo
tipo di ferita.

Le capsule del tempo si formano intorno a
uno specifico archetipo cui è associato uno spe-
cifico sistema dualistico di convinzioni. Capsule
del tempo simili di solito si raggruppano e si
compattano in un'area specifica del corpo fisico,
in cui la prima esperienza (T1) è la più profon-
da. La seconda esperienza simile verificatasi è
Tempo 2 (T2). (Questo è ciò che intendo dire
quando affermo che non si collocano lungo una
linea temporale.)

Un altro punto importante riguardo alle cap-
sule del tempo è che più a lungo rimangono nel
campo energetico, più compatte diventano. A
volte le ho trovate disposte nel profondo della
corrente energetica verticale, compattate fino a
raggiungere la dimensione di un punto.

Le aree principali in cui la guarigione della capsula del tempo è efficace

1. Qualsiasi paura cronica o irrazionale, come quella di annegare, degli spazi chiusi, dell'altezza, degli insetti, dei serpenti e altre;
2. insicurezza;
3. depressione e astenia croniche;
4. fobie;
5. comportamenti sadomasochistici;
6. senso di colpa e tendenza al martirio;
7. insicurezza materiale;
8. disordini alimentari;
9. incidenti;
10. violenza e brutalità fisica;
11. crisi familiari a lungo termine;
12. problemi sessuali;
13. comportamenti sessuali aggressivi e negativi;
14. gravi difficoltà coniugali;
15. malattie fisiche croniche.

Il processo di guarigione della capsula del tempo

Il processo generale di guarigione della capsula del tempo. Esso integra le tecniche che insegno nella mia scuola di guarigione e i fenomeni del campo energetico con la terapia delle vite passate e le tecniche di regressione. Le capsule del tempo possono influire su ogni livello dell'HEF e anche sull'intero Sistema della coscienza energetica umana (HECS). Il compito del guaritore è quello di liberare la capsula del tempo dal quarto livello del campo, seguendo poi le risposte naturali dell'HEF attraverso ogni livello mentre questo si riorganizza. Per diverse settimane – forse anche mesi – dopo la guarigione di

una capsula del tempo, l'intero HECS continua a riorganizzarsi fino a raggiungere uno stato più sano. In questo periodo di tempo, il soggetto sottoposto alla guarigione incorpora l'energia creativa appena rilasciata e prova un nuovo senso di libertà. Mentre la guarigione prosegue, la sua vita cambia anche in modi sorprendenti ai quali si deve riadattare. Il soggetto sperimenta una maggiore padronanza della propria vita.

Dopo un periodo di rapidi cambiamenti, la situazione si stabilizza ed è tempo di procedere con la guarigione di una nuova capsula del tempo. La durata di questo periodo varia da persona a persona e dipende dal sistema di supporto del soggetto oltre che dalla sua capacità di affrontare il cambiamento.

A volte le persone vengono da me più volte in un mese per guarire una capsula del tempo. La frequenza normale però è di una o due volte la settimana, a seconda della capacità del soggetto di adattarsi ai cambiamenti che nascono dalle guarigioni.

L'HSP nella guarigione della capsula del tempo. La guarigione della capsula del tempo comincia dalla lettura dell'HECS tramite l'HSP (percezione sensoriale superiore) per trovare le configurazioni delle cosiddette "vite passate" trattenute nelle capsule del tempo e per individuare quali esperienze necessitano di essere guarite. Il guaritore non usa le informazioni ottenute con l'HSP per programmare la guarigione o per indirizzare il suo assistito in un senso specifico, bensì per diventare più presente: egli non rivela le informazioni al suo assistito fino a quando la guarigione non è completa e dopo che il soggetto ha parlato della propria esperienza (se desidera farlo). Il guaritore allora condivide le informazioni ottenute tramite l'HSP in maniera da confermare l'esperienza del soggetto o, in alcuni casi, fornire informazioni aggiuntive per aiutarlo a comprendere

più pienamente la guarigione cui ha preso parte scegliendo di rivivere il passato.

Come il guaritore regola l'energia che esce dalle proprie mani. Gli operatori energetici che si formano alla Brennan School imparano diverse tecniche per operare la guarigione della capsula del tempo. Elencarle tutte travalica lo scopo di questo libro. In ogni caso, imparare a regolare il flusso di energia che esce dalle proprie mani è necessario per operare ogni tipo di guarigione. Noi lo insegniamo fin dal primo giorno di formazione durante i seminari e anche agli allievi del primo anno. Chiamiamo le più semplici di queste tecniche: *Spingere, Tirare, Arrestare, Permettere e Rimanere neutrale* perché questo è esattamente ciò che si fa. I guaritori principianti imparano a spingere l'energia fuori dalle loro mani: scoprono come arrestare completamente il flusso di energia e anche come permettere che essa fluisca naturalmente. Imparano a dirigerla dove desiderano. Apprendono come tirare fuori energia nociva dal campo del soggetto. Non preoccuparti: imparano come arrestare, ripulire e rilasciare l'energia nociva nella luce prima che rimanga bloccata nei loro polsi o nelle loro mani.

Nella guarigione della capsula del tempo utilizziamo le prime quattro tecniche per regolare l'energia – spingere, tirare, arrestare e permettere – secondo le pulsazioni del campo energetico del soggetto e in accordo con quanto necessario per la tecnica di guarigione. Gli allievi imparano a controllare il colore dell'energia che esce dalle mani e dal loro campo e a decidere in quale area del campo del soggetto trattato dirigerla.

Nel corso di ogni guarigione l'HEF continua naturalmente a pulsare attraverso il ciclo in quattro fasi di espansione, stasi, contrazione e stasi. Durante una guarigione l'operatore sa sempre in quale delle quattro fasi si trova l'energia vitale del suo assistito e regola di conseguenza la guarigione per renderla più efficace. Molto tempo

fa alcuni studenti del secondo anno chiamarono questa tecnica "Seguire l'onda". (La guarigione della capsula del tempo è insegnata al secondo anno della Brennan School of Healing.)

Al terzo anno di formazione gli studenti imparano a sintonizzare in modo più efficace l'energia che fluisce dalle mani su ogni area, o aspetto, del campo energetico del soggetto trattato, compresi tutti i livelli del campo o ogni particolare frequenza di ciascun organo corporeo. La sintonizzazione della frequenza è operata in maniera neutrale ed è molto efficace.

Le tecniche utilizzate per la guarigione della capsula del tempo

La chelazione. Dopo la lettura del campo tramite HSP (percezione sensoriale superiore), l'operatore effettua una pulizia generale e potente dell'HEF del soggetto da guarire, detta "chelazione". Prima di tutto carica e apre il proprio campo, poi "permette" all'energia di guarigione dell'universo di fluire per suo tramite nel soggetto, ricaricando e bilanciando il suo campo. Il guaritore appoggia con attenzione le proprie mani sulle piante dei piedi della persona sdraiata e diffonde energia nel suo corpo.

La persona attraversa le quattro fasi di espansione-stasi-contrazione-stasi. Intanto il guaritore fa fluire energia dalle sue mani appoggiate sulle piante dei piedi della persona. Poi, se destrimane, si sposta sul lato destro del soggetto (o su quello sinistro se è mancino); quindi appoggia la mano destra sulla pianta del piede destro della persona e la mano sinistra sulla caviglia destra per permettere all'energia di fluire, per suo tramite, nel piede destro del soggetto e su fino alla caviglia destra. Poi fa lo stesso sull'altro lato. Dopo che quest'area è stata caricata, l'operatore sposta le mani più in alto, sulla caviglia e sul ginocchio destro, e così via, fino a raggiungere tutti i chakra, permettendo all'ener-

gia di fluire naturalmente attraverso il corpo del soggetto.

La Figura 14.2 mostra la posizione delle mani durante la chelazione. Se il guaritore è mancino di solito lavora sul lato sinistro del soggetto, con la mano sinistra appoggiata al corpo della persona più in basso rispetto alla mano destra. In entrambe le posizioni – destra o sinistra – il bioenergista opera la guarigione risalendo lungo il corpo nella modalità “permetti”, ripulendo e caricando il campo energetico. Per far questo dovrà tenere il proprio campo caricato e nella modalità “permetti”. In questa maniera l’energia fluisce dall’universo nel guaritore e arriva al soggetto da guarire. Il campo energetico del soggetto accetta l’energia di guarigione in accordo con i propri bisogni: determina come, quando e dove ricevere l’energia che fluisce dal guaritore. Il campo energetico del soggetto, inoltre, indirizza l’energia che riceve lungo le proprie linee fino all’area in cui ne avverte il maggior bisogno.

Una panoramica sull’onda. Il guaritore utilizza l’HSP per eliminare le scorie della capsula del tempo e liberare la coscienza energetica originaria del soggetto intrappolata in essa. Il guaritore si focalizza sui movimenti di apertura e ripiegamento dell’HEF in accordo con l’energia vitale creativa e li segue. L’HEF si espande dall’interno del corpo lungo tutti i livelli del campo, attraverso il quarto livello (dove si trovano le capsule del tempo), e poi attraverso i livelli superiori fino ai livelli esteriori del campo. Raggiunge la stasi, si ferma e poi si contrae fino ai livelli inferiori, per arrivare nuovamente alla stasi nel profondo del corpo.

Il processo ritmico di espansione e di contrazione. Durante questo processo il soggetto sottoposto a trattamento sperimenta le fasi di espansione e contrazione dell’energia creativa vitale, mentre questa si muove attraverso il suo HEF.

Se il guaritore continua a concentrare e a dirigere una sufficiente quantità di energia di guarigione nella capsula del tempo (per esempio, nella capsula del tempo 9/T9, quella di “adesso”, come mostrato nella Figura 14.1), l’energia aprirà la capsula e permetterà il rilascio della coscienza energetica in essa bloccata. Quando questo accade, il soggetto rivivrà l’evento che ha provocato in lui la ferita, che potrebbe risalire a un episodio della sua attuale vita o di una vita passata.

La capsula successiva (per esempio, T8) si apre grazie al maggiore afflusso di coscienza energetica. Ogni volta che una capsula del tempo si schiude e libera l’energia in essa intrappolata, una maggiore coscienza energetica è rilasciata nell’energia vitale creativa e questo favorisce l’apertura della capsula successiva. Il processo continuerà a ritroso, operando via via sulle capsule che si sono formate in precedenza nell’attuale vita. Continuando a procedere in questo modo, alla fine potrebbe verificarsi qualcosa di strano. Il soggetto potrebbe rivivere una sua esperienza in un periodo differente della storia dell’umanità, forse anche in un diverso continente.

L’alternarsi delle fasi di espansione-stasi-contrazione-stasi che si verifica nel corso di una guarigione riecheggia nella corrente energetica verticale. Quando l’onda creativa si espande, l’energia stagnante è spinta verso l’alto della corrente energetica verticale. Quando l’onda creativa si contrae, l’energia stagnante può spostarsi nuovamente verso il basso, lungo la corrente energetica verticale, per ricompattarsi: a meno che il guaritore non la fermi. È compito dell’operatore energetico evitare che l’energia stagnante si ricompatti e rimuoverla nella fase di espansione dell’energia creativa. Per farlo bisogna conoscere la differenza che c’è tra il ricompattarsi della coscienza energetica stagnante e il naturale e sano ripiegamento delle energie creative che ritornano al nucleo. Per questo sono

necessarie la pratica e un'HSP chiara. Per fortuna l'energia di guarigione e l'energia stagnante bloccata che necessita di guarigione sono molto diverse tra loro.

*L'energia stagnante è scura,
densa, dualistica e con una bassa energia.*

*L'energia creativa è chiara,
olistica, vibrante, viva e guaritrice.*

Quest'onda che attraversa tutto il corpo continua durante l'intero processo di guarigione, mentre viene rilasciata sempre più coscienza energetica dualistica che si trasforma in unità. Il guaritore utilizza tecniche di guarigione specifiche e più avanzate (vedi il paragrafo successivo) per dissolvere la capsula del tempo e per liberare e rinvigorire l'energia creativa originaria. Ogni particolare tecnica di guarigione è somministrata dal guaritore secondo le necessità dell'HEF in quel momento, che cambia a ogni espansione, mentre la vecchia e inutile coscienza energetica stagnante è ripulita e liberata.

Tecniche avanzate. Il guaritore utilizza tecniche più avanzate per caricare le scorie stagnanti, a volte persino tossiche, che si sono accumulate intorno e all'interno della ferita originaria che sta alla base della capsula del tempo. Queste tecniche favoriscono il rilascio e l'espulsione del materiale tossico. L'operatore rimuove le scorie afferrandole (con la tecnica del "tirare") con dita energetiche, sollevandole poi al di fuori del campo e rilasciandole nella luce. Mentre il guaritore solleva le scorie attraverso i livelli superiori dell'HEF e al di fuori del campo energetico, le trasforma in luce chiara. Ciò avviene durante entrambe le fasi dell'espansione e nella fase espansa-statica delle pulsazioni. Quando l'onda si contrae, il guaritore adotta la modalità del permettere e segue l'onda che si ripiega all'interno del corpo per raccogliere altri detriti.

Come integrare l'energia creativa rilasciata. Nel corso di una guarigione, una gran quantità di coscienza energetica intrappolata viene ripulita e rilasciata dai blocchi che si trovano all'interno del campo energetico. Una volta liberata, l'energia potrà riprendere l'impresa creativa che aveva cominciato in origine, forse molto tempo prima. Questa energia adesso è in grado d'integrarsi nuovamente nell'energia vitale creativa della persona oggetto della guarigione, attraverso tutti i livelli e tutte le dimensioni dell'HEF.

Ora, nel presente, l'energia opera una creazione più in linea con la vita attuale del soggetto e corrispondente ai suoi bisogni, che sono comunque simili a quelli delle vite passate. Nel presente il soggetto può quindi portare a compimento l'impresa creativa che era stata interrotta molto tempo prima.

*Quando la coscienza energetica creativa
è sufficientemente forte,
l'originale intento creativo
può essere soddisfatto.*

Dal momento che in ogni capsula del tempo ci sono molte ferite simili nella stessa area del corpo, dovute alle esperienze simili che si sono ripetute in differenti occasioni, sono necessarie molte guarigioni per rimuoverle tutte. Ognuna deve essere ripulita e il campo completamente ricostituito nelle aree dei principali blocchi cronici. Per questo motivo, il processo dell'onda continua per molte guarigioni fino a quando il campo non è ripulito da quel particolare problema che richiede una guarigione.

Per tutta la durata del trattamento, l'operatore continua a fornire un supporto profondo e amorevole al suo assistito con la propria presenza: lo aiuta a sentirsi sicuro durante la guarigione, anche se il soggetto potrebbe non trovarsi completamente a proprio agio con gli eventi rilasciati dalla capsula del tempo. (Nel corso della guarigione il corpo del soggetto rea-

gisce agli eventi come se si verificassero in quel momento.)

Gli operatori principianti devono imparare a rimanere presenti per tutta la durata della guarigione, al fine di sostenere il proprio assistito. Se un guaritore si spaventa, il suo sostegno può venir meno e ciò può compromettere il processo di guarigione. La persona si sentirà abbandonata nel momento del bisogno interrompendo il processo di guarigione, e il guaritore dovrà ricominciare dal principio, se la persona lo vorrà e il guaritore si sentirà pronto.

Se la persona rifiuta, il guaritore deve rispettare i suoi desideri e creare una chiusura appropriata per la guarigione non completata. Senza una chiusura della guarigione, la situazione diventa molto difficile per il soggetto, che può portare il trauma nelle circostanze della sua vita fino alla successiva guarigione. Se ciò accade, il mio consiglio è che il guaritore cerchi di fissare una nuova seduta con il soggetto il prima possibile. Inoltre il guaritore deve liberarsi dalla paura o con un lavoro psicologico o sottoponendosi egli stesso a una guarigione prima di cercare di operare una nuova guarigione su un soggetto.

*È responsabilità del guaritore
rimanere limpido e mantenere l'integrità.*

Quando una persona ha completato il passaggio attraverso tutte le onde di guarigione, è ripulita, limpida e di solito si sente più giovane.

*La coscienza energetica
rilasciata durante una guarigione
ha la stessa età
di quando si creò la ferita.
Da allora, è rimasta
in animazione sospesa.
Per esempio, se una ferita si è formata
quando avevi cinque anni,
la coscienza energetica appena rilasciata
ha quell'età.*

*Avrà bisogno di qualche settimana
per crescere
e integrarsi con il soggetto
nella sua età attuale.*

Ecco perché la guarigione continua a operare nel campo anche diverse settimane dopo la seduta: di solito impiega da due a tre settimane. Le energie creative di recente rilasciate continuano a muoversi attraverso il campo energetico e nelle cosiddette "vite future", a meno che non vengano nuovamente bloccate.

I risultati della guarigione della capsula del tempo. Ogni volta che una ferita all'interno di una capsula del tempo è guarita, una quantità maggiore di energia creativa è liberata a favore del processo creativo del soggetto. Per questo motivo l'opera creativa che una persona non era riuscita a realizzare zampilla e torna in vita, affinché la parte mancante della creazione sia portata a compimento. Questo processo rilascia una potenza energetica e creativa eccezionale nell'HEF, così che le persone possano ri-creare la propria vita come la desiderano. Ovviamente, la guarigione della capsula del tempo cambia anche le idee che le persone hanno a proposito della vita e di come la vorrebbero. Essa offre grandi opportunità e permette il disvelarsi di una più grande passione e di una maggiore gioia di vivere, perché ci porta a contatto con i nostri desideri più profondi intrappolati nel passato, come esperienze importanti non assimilate, non integrate e quindi rimaste inutilizzate.

La mia esperienza con le guarigioni delle capsule del tempo

Una ferita alla caviglia. Un uomo che non conoscevo si presentò un giorno nel mio studio: si era ferito a una caviglia ed era già la seconda volta in poco tempo. L'incidente si era verificato

mentre andava in bici. L'uomo era preoccupato per i rapporti con il suo datore di lavoro e pedalava sovrappensiero, così non aveva notato la buca nella pista ciclabile. Quindi era rientrato a casa zoppicando su un piede solo, appoggiandosi alla bici e arrabbiato con se stesso per quanto accaduto. Quando venne da me era in ansia per l'imminente maratona cui avrebbe voluto partecipare, ma con la caviglia in quelle condizioni sarebbe stato complicato. Decise quindi di fissare una seduta aggiuntiva. Durante la prima parte della guarigione si rilassò profondamente, mentre io caricavo il suo campo energetico. Continuò a rilassarsi anche quando concentrai e diressi l'energia di guarigione nella sua caviglia. A mano a mano che l'energia si accumulava, il soggetto iniziava a reagire come se la ferita rilasciasse il ricordo e le emozioni che per molti anni erano rimasti intrappolati in quell'area. Sostenni con energia amorevole il mio assistito mentre entrava nella capsula del tempo e sperimentava di nuovo gli eventi dolorosi che avevano frantumato la sua coscienza energetica, imprigionandola e congelandola nella capsula. Così facendo i pezzi separati della coscienza si ricongiunsero, ritrovando la nitidezza originale.

A quel punto l'uomo era pronto per l'onda successiva. La sua percezione si era fatta più intensa e tutti i suoi sensi erano allerta, mentre l'energia creativa cominciava la fase di espansione dal profondo del suo sé. Spinsi allora una maggiore quantità di energia proprio dietro l'onda. Il passato tornò vivido, provocando una reazione nel corpo dell'uomo attivata da ciò che era rimasto nel campo. Liberai il tempo imprigionato nella capsula e ancora una volta lasciai che fluisse attraverso il sistema del soggetto, rilasciando l'esperienza rimasta bloccata secoli prima. L'uomo era esterrefatto. I suoi occhi erano chiusi ma egli percepiva, ascoltava e vedeva immagini e scene, come se tutto stesse accadendo in quel momento dentro e fuori il suo corpo. Le immagini non gli erano familiari: intorno a

sé scorgeva un mondo antico. La sua voce interiore gridava:

“Sono a terra... Non riesco a muovermi... la mia gamba è rotta. Sono stato appena calpestato da un cavallo! Ho paura. È la guerra...”

Io intanto continuavo a spingere quanta più energia possibile nel suo sistema, evitando però di distrarlo e disturbare il suo campo energetico. La parte della capsula del tempo collegata alla vita che stava sperimentando si congiunse in un'unità e venne rilasciata al di fuori del campo.

Ci fu una pausa. L'energia creativa dell'uomo raggiunse il punto di massima espansione e poi entrò in fase di stasi. Smisi immediatamente d'inviare energia nella ferita e adottai la modalità “permettere”, rimanendo sempre pienamente presente e mantenendo lo stato di cui il soggetto aveva bisogno, perché la sua guarigione trovasse sostegno. In questo caso aveva bisogno di accettazione e tranquillità. Tutto era quieto. Poi, mentre il campo cominciava a contrarsi verso l'interno, l'uomo si rilassò intimamente, assaporando una pace profonda. Lo seguii, confermando quella pace nel silenzio, centrandomi. Rimasi con lui in attesa, senza muovermi, con la mia semplice presenza e le mie mani amorevoli.

Ancora una volta il campo energetico dell'uomo entrò nella fase di espansione. Spinsi proprio dietro l'onda, facendo fluire energia di guarigione nella ferita. Seguii l'energia mentre si raccoglieva in unità, rilasciandola e facendola fluire verso l'alto, lungo la corrente energetica verticale. In questa maniera vennero liberate altre porzioni di tempo e di esperienza. Come era accaduto prima, l'uomo vide, percepì, ascoltò e sperimentò l'evento nel suo corpo e intorno a sé. Il corpo reagì soffrendo e contraendosi, come se l'evento stesse accadendo in quell'istante. Ancora una volta la sua voce interiore gridò:

“Oh no! Oh Cielo! Non posso crederci. Non può essere... Sono ahhh... Sono ahhh... Sono nel corpo di una donna!”

Per riassumere quanto visto finora: il guaritore deve rimanere sempre presente a se stesso e accanto al soggetto mentre continua a lavorare sulla sua capsula del tempo. Il guaritore accompagna il soggetto nei cicli di espansione e di contrazione dell'energia, e il soggetto regola intenzionalmente il flusso di energia di guarigione attraverso ogni fase delle pulsazioni dell'HEF. Non c'è bisogno che il soggetto parli a voce alta. L'operatore guarda e ascolta la scena nel suo dispiegarsi, sempre seguendo le pulsazioni dell'onda creativa del soggetto nelle sue quattro fasi di espansione-stasi-contrazione-stasi. Questo processo va avanti per molti cicli completi. Ogni ciclo rilascia una quantità sempre maggiore di coscienza energetica e di tempo rimasti intrappolati all'interno della ferita di quella particolare esperienza di vita, soprattutto nel crescendo della fase di espansione. All'inizio della guarigione, ogni ciclo completo è caratterizzato da un crescendo espressivo – che a volte corrisponde a un vero e proprio panico – mentre il soggetto sente ed esprime l'evento doloroso. A metà del processo di guarigione l'agitazione comincia a scemare e si acquieta verso la fine della seduta. Mentre la guarigione procede, il soggetto raggiunge una maggiore integrità, un completamento, più luce e più amore. Poi le onde semplicemente diminuiscono d'intensità. Il soggetto è in pace e in armonia: "esausto" ma in maniera positiva. Il corpo e l'HECS hanno raggiunto una nuova armonia. La persona adesso è capace di contenere e di gestire una quantità maggiore di potenza creativa tramite la propria energia vitale. A guarigione avvenuta, per qualche ora – a volte qualche giorno – rimane in uno stato vulnerabile. La guarigione invece continua a dispiegarsi per diverse settimane.

Una donna che non riusciva a chiedere aiuto. Una donna si presentò da me perché non riusciva a chiedere aiuto in nessun ambito della propria vita. Non aveva idea da cosa dipendesse

questa paura. Quando operai la guarigione della capsula del tempo, la donna tornò indietro all'epoca dei grandi velieri. Rivisse la propria esperienza di marinaio su una nave in rotta verso le Americhe, nel bel mezzo di una tempesta. Il suo corpo rivisse l'intera vicenda. Durante la guarigione della capsula del tempo, il suo corpo fisico e l'HEF lottarono con la nave che rollava e con le onde enormi che la sovrastavano. Poi tutto si dispiegò, proprio com'era accaduto allora. All'improvviso il marinaio fu gettato in mare: continuò a chiamare aiuto, ma nessuno dei suoi compagni riuscì a sentirlo. Affogò, pensando che chiedere aiuto non era servito a nulla. Alla fine della guarigione, la donna era calma e tranquilla, ancora intenta a integrare l'esperienza vissuta. Rientrò a casa in un profondo stato contemplativo.

La settimana seguente la rividi per un'altra seduta e le domandai: "Come sta andando con le richieste di aiuto?"

"Bene, per ora. Ogni volta che ne ho avuto bisogno, ho chiesto aiuto e l'ho sempre ricevuto. Oh, e tra l'altro, ho superato anche la paura di affogare."

"Non me ne avevi parlato."

"Già, non pensavo che le due cose fossero in relazione. Sono andata in piscina e mi sono divertita un mondo. Prenderò lezioni di nuoto."

Un problema di claustrofobia. Un'altra donna venne da me perché si trovava molto a disagio negli spazi piccoli: riusciva a malapena a tollerarli e non poteva rimanerci a lungo. Nel corso della guarigione della capsula del tempo, rivisse la sua esperienza nel corpo di un uomo, nel Medioevo, incatenato alla parete di una prigione dove alla fine morì. Dopo la guarigione, la donna riuscì a sopportare meglio i luoghi poco ampi, anche se continuava a non trovarsi a proprio agio. Alla fine commentò: "Stare fuori la notte non mi causa problemi, ma odio le stanze

scure e male illuminate. Adesso so perché non le sopporto.”

La paura della povertà. Ho assistito una persona che in passato morì in povertà diverse volte, per cui nel presente risparmiava ogni singolo centesimo. Dopo la guarigione imparò a godersi il denaro guadagnato.

Un uomo con le gambe deboli. Durante una guarigione, un mio assistito cadde faccia a terra. Rimase bloccato al suolo senza riuscire a muovere le gambe. Sentii il fuoco intorno a sé e compresi che gli era caduto addosso un pilastro, fratturandogli entrambe le gambe. Inoltre era intrappolato sotto quel peso enorme. Era pieno di angoscia perché non poteva correre a casa per aiutare moglie e figli a sopravvivere al terremoto. Dopo la guarigione della capsula del tempo, quando era il momento di uscire di casa per andare al lavoro, si sentiva più tranquillo. Le sue gambe inoltre si rafforzarono grazie alla guarigione.

Punti importanti sulla teoria delle vite passate e sulla guarigione della capsula del tempo

I talenti con cui siamo nati possono essere considerati capacità che abbiamo sviluppato in altre esperienze di vita. Le nostre qualità innate essenziali sono i principi più elevati secondo cui viviamo nel modo più naturale. Le abbiamo sviluppate grazie a un lungo processo in altre vite e le abbiamo portate in questa che stiamo vivendo. Le nostre ferite possono essere ritenute creazioni incompiute che si sono separate dalla nostra energia vitale creativa. La guarigione della capsula del tempo è una maniera per reintegrare le nostre creazioni incompiute e per realizzarle pienamente.

Pensiamo di poter evitare di ripetere le esperienze irrisolte di questa e di altre vite se stiamo attenti a non sperimentare di nuovo le nostre ferite. Ma questo non è vero.

Stare lontani dalle nostre ferite significa mantenere la dualità racchiusa al loro interno. Ciò comporta la creazione di altra dualità che causa ancora più confusione, dolore, sofferenza, bassa energia, ostacoli alla nostra creatività e ancora ferite. Creiamo interi modi di vivere intorno alle paure inspiegabili bloccate nelle nostre capsule del tempo.

Per rilasciare la creatività è necessario entrare nelle nostre ferite per rivivere completamente l'esperienza che abbiamo bloccato. Con la nostra piena presenza – ossia sentendo le nostre emozioni e permettendo ai nostri pensieri intrappolati di fluire – riuniamo questi due aspetti di noi che sono separati tra loro. Nel far questo, liberiamo la coscienza energetica creativa, che quindi continua sulla sua onda originaria fino alla realizzazione.

È in questa maniera che ri-creiamo le nostre vite proprio come le desideriamo.

Invece di considerare il karma una punizione per i nostri “peccati”, possiamo vederlo come una semplice reazione alle creazioni del passato. Se facciamo un passo ulteriore nella comprensione delle implicazioni delle capsule del tempo, vediamo che il karma rappresenta le creazioni dualistiche/insoddisfacenti che continuiamo a produrre perché non abbiamo ancora riunito in un intero la dualità contenuta nelle nostre capsule: pertanto le nostre creazioni non rientrano ancora in un sano processo creativo. Dal momento che sono intrappolate nella dualità, continuano a essere dualistiche. I prodotti della creatività sono dualistici e non olistici, e di conseguenza malsani e frammentati in “buoni” e “cattivi”.

La guarigione della capsula del tempo è meglio della guarigione delle vite passate

La guarigione della capsula del tempo ci libera dall'abitudine fittizia e malsana di sentirci vittime. Se non c'è una spiegazione chiara alla nostra situazione che ci permetta di cambiarla, ci sentiamo vittime indifese perché non sappiamo come guarire le nostre vite. Attribuire la colpa delle nostre difficoltà alle azioni di qualcun altro – in questa o in un'altra esistenza – non ci aiuta, perché *così finiamo per assegnare ad altri il potere sulla nostra vita*. Ciò, in realtà, non è possibile, ma a volte ci comportiamo come se lo fosse e ci trasformiamo in vittime. Perché? Perché non comprendiamo i processi che sono stati descritti in questo capitolo. La guarigione della capsula del tempo cambia tutto. Ci permette di rilasciare il biasimo che attribuiamo ad altri per il nostro stato d'inadeguatezza. I nostri problemi possono anche aver avuto inizio dalla relazione con un'altra persona, ma non dipendono da lei.

Siamo noi a mantenere i problemi al loro posto, nelle esperienze incompiute all'interno delle nostre ferite. Si trovano nella dualità che si conserva all'interno di esse. La nostra guarigione è possibile se ricomponiamo in un intero la nostra dualità interna, per rigenerare l'originale sforzo creativo che allora si congiunge con la nostra energia vitale creativa. Una volta fatto questo, abbiamo rilasciato le capacità creative che porteranno a compimento i nostri desideri creativi originali, ossia ciò che abbiamo desiderato per tutta la vita. È nostra responsabilità focalizzarci sulle esperienze non finite, bloccate nelle nostre ferite, e portarle a compimento. Sono queste a causare i problemi che c'impediscono di creare la nostra vita.

*In questo processo soddisfiamo
i nostri desideri,
costruiamo le nostre vite
e portiamo a compimento noi stessi.*

*Comprendere e vivere questo processo
ci dona una grande libertà.*

Benvenuto nella tua nuova vita.

Capitolo 14 – Autovalutazione. Reinterpretare le “vite passate” come capsule del tempo

1. Reinterpreta le tue particolari ferite e le vicende accadute nelle vite passate come capsule del tempo. Annota questa esperienza nel tuo diario.
2. Elenca le quattro principali capsule del tempo presenti nel tuo campo energetico che necessitano di guarigione e descrivi il loro originale intento creativo.
3. Quale dualità è trattenuta nella capsula del tempo che impedisce alla tua creazione di giungere a compimento? È probabile che questa dualità incolpi un'altra persona dell'ostacolo. Alla base di questo comportamento c'è l'insicurezza nella tua capacità di creare e una critica pesante nei confronti di te stesso. Entrambi questi fattori ti hanno impedito di procedere con la tua creazione. Come puoi farlo adesso? Che forma assumerebbe la tua creazione? (Potrebbe essere la stessa oppure diversa. C'è sempre un'opportunità ad aspettarti.)

15. L'HEF di chi si avvicina alla morte

*Non sei schiavo delle tre dimensioni,
né della freccia del tempo,
che inesorabile si muove in avanti
verso la tua cosiddetta morte.*

*La morte è solo un cambiamento di forma,
un lasciar andare,
un'espansione dell'essere.*

– HEYOAN

Nel mondo occidentale sembra che molti di noi desiderino una morte veloce e indolore. Non vogliamo essere presenti alla morte o nella morte. Si tende a pensare che se andiamo veloci e non ci soffermiamo, non dovremo affrontarla. Ma da quanto ho osservato nell'HEF delle persone che hanno superato il momento della loro morte, questo non è vero.

Si dice che in Oriente le persone preghino di avere una morte lenta. Forse perché in questo modo la persona ha la possibilità di adattarsi al cambiamento. Questo è vero, ma c'è di più. Un altro motivo riguarda quanto accade al campo energetico del morente, ma ne parleremo più avanti. Prima di tutto voglio raccontare alcune delle mie esperienze di HSP (percezione sensoriale superiore) relative alla morte che mi hanno aperto gli occhi.

Visite dopo la morte

Una delle mie prime esperienze di osservazione dell'HEF correlato alla morte si verificò un giorno mentre ero seduta alla scrivania a sbrigare alcune pratiche amministrative per la mia scuola. Alle mie spalle, alla propria scrivania, era seduta una donna che lavorava insieme a me in ufficio: la chiamerò Carol. Era una normalissima giornata di lavoro fino a quando la madre deceduta di Carol salì le scale ed entrò in ufficio. La vidi avvicinarsi alla figlia e tentare di catturare la sua attenzione, ma senza successo. Mi domandai se dirlo o no a Carol, mentre cercavo di capire che cosa potesse succedere: non volevo rendere il lutto della mia collega ancora più doloroso. Poi vidi che la mamma di Carol provava a contattare la figlia attraverso i loro cordoni energetici relazionali e notai che aveva intenzione di inviarle una conoscenza di vita distillata attraverso di essi. Era la forma di conoscenza che la mamma di Carol aveva appreso in questa vita più recente. Compresi che avrei dovuto rivelare a Carol che cosa stava accadendo.

Quando glielo raccontai, Carol mi fu molto grata e meditò per essere completamente presente e per riconnettersi con la madre. Si aprì per ricevere quanto le stava passando. Sembrava che una coscienza nitida fluisse attraverso le corde del cuore dalla madre fino al cuore di Carol. Quando ebbe finito, la donna baciò la figlia, le disse addio e se ne andò... scendendo le scale e uscendo dalla porta d'ingresso. Sembrava che non avesse ancora realizzato di poter entrare nella stanza senza bisogno di porte né di scale.

Rimanemmo sedute in atteggiamento di rispetto e gratitudine: io per ciò cui avevo assistito, Carol per quanto ricevuto. Piangendo silenziose lacrime di commozione, continuammo a coltivare quello spazio sacro e un manto d'amore avvolse l'intero ufficio.

L'ultimo addio di mio padre

Molti anni fa mia madre partecipò a un seminario che tenevo a Boston. Era la prima volta che seguiva uno dei miei corsi: il seminario si svolse normalmente. Come d'abitudine, la domenica mattina praticammo la meditazione della Guarigione della Dea. (Me lo chiedono tutti, ma non so perché questa meditazione sia diventata nota con il nome di "Guarigione della Dea": non sono stata io a chiamarla così.) Nel corso della guarigione cominciai a camminare tra gli studenti in meditazione, canalizzando energie spirituali elevate e abbandonandomi alla luce bianca che fluiva su di me e in ciascuno di loro. Quando giunsi presso mia madre, notai che mio padre si era attaccato alla sua schiena per non morire. Da molto tempo era malato di Alzheimer e mia madre si stava esaurendo nel prodigargli le cure. Lo liberai dalla schiena di mia madre, poi mi focalizzai sulla luce bianca che fluiva attraverso di lei.

Durante il seminario successivo che si tenne poco dopo a Long Island, New York, ancora una volta tutto si svolse normalmente. Sabato, all'ora di pranzo, mi ritirai nella mia camera d'albergo. Lì ricevetti la telefonata di mio fratello che mi diceva che papà era appena morto. Mi misi subito a meditare, pensando che avrei potuto aiutarlo se si fosse ritrovato disorientato dopo aver lasciato il corpo. Lo avevo già fatto per altri, poco dopo la loro morte. Ma questa volta fu diverso: mio padre entrò nella stanza e, con grande determinazione, mi passò la saggezza che aveva appreso in questa vita. Alla fine mi

domandò di canalizzare durante il seminario, invece di condurre una normale lezione, perché non mi aveva mai visto canalizzare.

Dopo pranzo tornai al seminario e in lacrime dissi agli studenti:

"Mio padre è appena morto. Mia sorella Sandy e mio fratello David erano insieme alla mamma in ospedale, accanto a papà. Si sono tenuti per mano, formando un cerchio intorno al letto: mamma teneva una mano di papà e Dave l'altra. Mi hanno detto che è stata una morte dolce. Dave gli ha domandato: 'Come va, pa?'. E con il suo ultimo respiro papà ha risposto: 'Niente male'."

Uno studente prese la parola a nome di tutti e mi domandò: "Non vuoi stare un po' da sola? Capiamo: non è necessario che continui a fare lezione."

"Oh no! Ho appena parlato con mio padre che mi ha chiesto un favore speciale. Vuole che canalizzi, perché non mi ha mai visto farlo."

"Oh! Sei sicura? Be', ok!" risposero gli studenti meravigliati.

La canalizzazione di Heyoan fu meravigliosa: parlava di come la morte, al pari della vita, potesse essere bella e di come rimaniamo connessi alle persone che amiamo dopo la loro morte e a volte, in alcuni casi, il legame addirittura si rafforzi.

Poi, poco dopo l'inizio della canalizzazione, vidi papà entrare nella sala. Era in compagnia di zia Grace, sua sorella morta diversi anni prima, e ne rimasi sorpresa. Papà aveva portato anche la nonna. Non fu facile per me: non l'avevo mai conosciuta perché era morta quando lui aveva solo otto anni. Era così felice di rivederla! (Era bellissima: assomigliava un po' a mia cugina Jane.)

In un primo momento rimasi così coinvolta da quell'esperienza che mi dimenticai degli altri. Poi, quando rivolsi la mia attenzione agli studenti, mi accorsi che l'intera aula era piena degli antenati di tutti i partecipanti. Alcuni

allievi ne erano consapevoli, ma altri no. Continuai a canalizzare Heyoan, che raccontò a tutti che cosa stava succedendo. Heyoan condusse quindi una guarigione che ebbe luogo tra ogni partecipante e i propri parenti deceduti. La guarigione comportò la ricostituzione dei cordoni energetici relazionali, come anche il rilascio delle radici ancestrali tra loro, sia nel mondo fisico sia nel mondo spirituale. (Vedi i Capitoli 17 e 18 per la guarigione dei cordoni energetici e delle radici.)

Al termine del seminario tutti i partecipanti trascorsero una serata speciale, avvolti dall'amore della propria famiglia. Anni dopo scoprii che una donna aveva dovuto annullare la propria partecipazione al seminario di Boston a causa della morte della madre. Aveva perciò deciso di partecipare al seminario di Long Island e aveva visto la propria madre entrare nella sala durante la canalizzazione/guarigione di Heyoan. In seguito decise di intraprendere la formazione presso la School of Healing e finì con il diventare insegnante.

La mamma aspetta l'arrivo delle sorelle

Mia madre morì lentamente. Giorno dopo giorno, mia sorella e io sedevamo accanto a lei. Le persone venivano per omaggiarla con amore, rispetto e gratitudine, o solo per essere presenti. Alcune ci osservavano mentre ci prendevamo cura di lei, altre si tenevano a distanza. Tutti aspettavano, semplicemente.

Mamma era la più giovane di sette sorelle; aveva anche sette fratelli. Erano tutti morti prima di lei. Mamma avrebbe voluto vivere fino a cento anni: mancò l'obiettivo di due anni.

Aspettavamo. Lei sopportava il dolore e stava metà in questo mondo, metà dall'altra parte, dentro e fuori dal corpo. Si svegliava di soprassalto e ogni tanto ci guardava. Gli infermieri e i dottori andavano e venivano. Il tempo sembrava

scorrere sempre più lentamente. Mia sorella e io ci sentivamo onorate ogni volta che avevamo il privilegio di cambiarle i pannoloni, ricordando quanto lei aveva fatto per noi. Prese a respirare con affanno.

Continuavo a chiedere: "Dove sono? Perché le sue sorelle non sono ancora arrivate?". Mi aspettavo che venissero e si librasero intorno al letto. Cominciavo ad arrabbiarmi per il ritardo. Pensai che forse, dal momento che erano morte molti anni prima, avevano incontrato qualche difficoltà a riunirsi.

Poi mia madre si girò verso di noi, che sedevamo accanto a lei guancia a guancia, con le nostre mani piene d'amore posate sul suo corpo per incoraggiarla a lasciar andare. Ci guardò profondamente negli occhi e due lacrime le scesero lungo le guance, fino a bagnare il cuscino. Rivolse il volto al Cielo e se ne andò, in quel momento le sue sorelle piombarono nella stanza per aiutarla. Quando cominciai a lasciare il corpo, lavorai sul suo HECS e spinsi luce bianca lungo la corrente energetica verticale, verso l'alto, per favorire un nitido distacco.

Poi scese un silenzio assordante.

Sedemmo senza parlare, onorando e toccando il suo corpo con amore e gratitudine. Quindi chiamammo le onoranze funebri, che arrivarono e con rispetto portarono via il corpo che dopo la cerimonia in chiesa sarebbe stato cremato. Come da lei richiesto, mio fratello sparse le sue ceneri in diversi laghi del Wisconsin dove avevamo già lasciato le ceneri di mio padre. Era stato il luogo di villeggiatura della nostra famiglia per anni.

Marjorie

Quando Marjorie arrivò alla Brennan School come studentessa, da anni stavo canalizzando da sola la meditazione della Guarigione della Dea. Succede spesso che durante la meditazione una

parete di luce bianca entri nella stanza. È sempre alta almeno quanto il muro alle mie spalle. La più grande era larga circa quindici metri e alta trenta. Molti esseri spirituali entrano nella stanza per partecipare alle guarigioni.

Quando Marjorie arrivò, l'intero soffitto della sala si aprì sopra le nostre teste. Vidi schiere e schiere di angeli salire verso l'alto in ordine gerarchico, fino a una bianca luce accecante in cima. Era meraviglioso e lo stava diventando ancora di più.

Marjorie aveva studiato alla prestigiosa scuola di musica Julliard e aveva suonato nell'Orchestra sinfonica di Atlanta. Mentre studiava alla nostra scuola, la convinsi a portare la sua arpa a lezione. S'imbarazzava a suonare davanti ai compagni di corso, ma io avevo un piano segreto: volevo che canalizzasse musica per arpa. Sapevo che era in grado di farlo, ma non era mai successo. Suonava musica per i compagni, seguendo lo spartito. Poi le feci uno scherzetto. Alla cerimonia di apertura della scuola le domandai di suonare i quattro punti cardinali (un'antica cerimonia nativo-americana), mentre uno studente rappresentava ogni direzione evocata reggendo tra le mani un cristallo. Alla fine Marjorie si lasciò andare e canalizzò i punti cardinali: fu bellissimo.

Una volta le chiesi di suonare per accompagnarmi in una Guarigione della Dea. Fu così che assistemmo al dispiegarsi di un bellissimo miracolo che, fortunatamente per noi, durò diversi anni. Da quel momento e per molti anni Marjorie canalizzò una splendida musica per arpa per la Guarigione della Dea. Ogni volta sembrava che le porte del Cielo si aprissero. E accadeva davvero. Era la musica del cuore, la musica delle sfere, la musica dei mondi spirituali che scendeva sulla Terra per deliziarci. Mi sentivo così felice e grata. Mi sembrava di vivere in Paradiso quando canalizzavo insieme a lei. Ogni volta che praticavamo la Guarigione della Dea insieme, arrivavano sempre più esseri

spirituali. Poi la mia collega Roseanne si unì a noi, sedendo accanto a me sulla sinistra del palcoscenico: un fascio di luce cilindrica scendeva dall'alto attraverso il suo corpo e poi nel terreno, radicando l'intero processo celeste.

Quando Marjorie cominciò a canalizzare la musica per arpa, lei e i miei colleghi Roseanne, Michael e Levent presero a viaggiare insieme a me per condurre i seminari. Organizzavamo dodici corsi all'anno in tutti gli Stati Uniti, in aggiunta alle sei settimane di formazione presso la scuola. Ci divertivamo un mondo e diventammo grandi amici. Giocavamo e ridevamo insieme come bambini in un negozio di caramelle. Durante le Guarigioni della Dea, Marjorie sedeva alla mia destra e Roseanne alla mia sinistra. Dopo un po', Marjorie cominciò a lamentarsi di non avere abbastanza note sulla sua arpa (utilizzava il modello più grande allora disponibile). Marjorie voleva più note: diceva che le sue braccia continuavano a muoversi verso l'alto, alla ricerca di altre note, ma non c'erano più corde disponibili.

Pregai più volte Marjorie di registrare le sue composizioni inserendo un microfono nell'arpa, ma lei non voleva. Finalmente, molti anni dopo acconsentì a farmi registrare la sua musica, ma era troppo tardi e riuscimmo a registrare soltanto qualche traccia.

Dopo anni di fantastica collaborazione, Marjorie scoprì di avere un nodulo al seno. Non avevo mai pensato di controllare la sua salute con l'HSP. Quando lo feci, vidi subito che si trattava di un tumore e compresi che era troppo tardi per fermarlo: mi accorsi che aveva già raggiunto i linfonodi. Marjorie seguì le tradizionali cure mediche, Roseanne e io le eravamo accanto il giorno in cui il dottore le comunicò la diagnosi. Continuò a suonare per quasi tutto l'anno successivo. Poi decise che avrebbe trascorso il resto del proprio tempo con l'amato Rob e la figlioletta adorata.

Il suo funerale si svolse in una grande chiesa del New Jersey, appena fuori New York City. Mi sedetti in maniera da vedere con l'HSP che cosa facesse Marjorie. Portarono in chiesa la bara coperta da un panno viola su cui era ricamata una grande croce dorata. Ecco ciò che vidi con l'HSP:

Marjorie reggeva una sfera dorata nella mano sinistra. Indossava un vestito bianco immacolato. I suoi capelli erano lucenti quanto il vestito. Aveva un'aureola di luce intorno al capo e stelle dorate brillavano sopra di lei. La metà inferiore di Marjorie fluttuava insieme al vestito bianco e si assottigliava mentre scendeva dentro la bara: in quel punto il corpo spirituale si connetteva con quello fisico.

La pianta della chiesa era anch'essa a croce latina. I portatori posero la bara nel punto d'incontro tra la navata centrale e il transetto. Il prete percorse il deambulatorio e raggiunse la bara, cantò in latino e asperse acqua santa. A questo punto, il corpo spirituale di Marjorie si disgiunse completamente dal corpo fisico. Mentre fluttuava verso l'alto soffitto della chiesa, cominciò ad assumere una forma più simile alla solita, conservando una consistenza spirituale. (Ignoro perché accadde, non me lo aspettavo. Era come se alle preghiere recitate in latino mancasse qualcosa.)

In un primo momento Marjorie assistette alla cerimonia seduta sulla capriata della chiesa, fluttuando da un travetto all'altro, mentre, sempre con indosso un vestito bianco, rispondeva alle parole che venivano pronunciate in suo ricordo. Poi, quando il fratello più giovane cominciò a parlare di lei, Marjorie riacquistò il proprio aspetto abituale. Scese e si sedette accanto a me: mi disse che era fiera del fratello e anche nervosa perché sapeva che lui era preoccupato all'idea di pronunciare un elogio funebre. Poi cominciò a scherzare e a ridacchiare su quanto stava accadendo. Era così felice di vedere tutte quelle persone e sorpresa della loro presenza. Scherzò

anche a proposito dell'eccessiva serietà del prete. Disse:

“Pontifica sempre in questo modo. Non si ferma mai, nessuno riesce a stargli dietro. Ma le sue intenzioni sono buone: tutti noi lo amiamo così com'è.”

Alla fine della cerimonia si allontanò insieme ai familiari.

La presenza continua di Marjorie

Per molti anni Marjorie continuò a partecipare e a suonare alla Guarigione della Dea. Era molto contenta perché, come disse lei stessa:

“Finalmente ho raggiunto le note alte che ho sempre desiderato. Riuscite a sentirle?”

Durante molti seminari, vidi Marjorie salire verso gli alti livelli delle gerarchie degli angeli nel corso della Guarigione della Dea. Non so che cosa significasse quel movimento. Ogni volta che insegnavo la vedevo salire verso l'alto soffitto della sala. Pensai che si preparasse a lasciarmi. Poi, dopo diversi mesi, mi disse che presto se ne sarebbe andata, e così fu.

Come appare la morte nell'HEF

Con la prova del tunnel (vedi il Capitolo 7), ho imparato di persona che cosa significhi abbandonare il corpo e mi tornò utile anni dopo, quando cominciai a lavorare con le persone in punto di morte: potevo descrivere loro come si sarebbe svolta quell'esperienza.

Durante la prova del tunnel sperimentai una grande forza che mi tirava fuori dal corpo, mentre il mio insegnante di guarigione e Sai Baba mi portavano verso l'esterno. Risalii la corrente energetica verticale. Mentre uscivo velocemente dal mio corpo fisico, riuscii a percepire/udire il vento che soffiava dentro di me. Lo sentivo nei timpani, ma era diverso dal solito vento perché:

*Io ero il vento
che soffiava nei miei timpani
dall'interno.*

Canalizzavo inoltre regolarmente Heyoan per i miei assistiti che si avvicinavano alla morte. Di solito la conversazione tra la persona e Heyoan verteva sull'imminente esperienza del trapasso, oltre che sugli ultimi dettagli riguardo all'amore per la famiglia e per gli amici.

La corda d'argento. Muoversi nel mondo astrale è un'esperienza diversa rispetto a quella della morte, ma ci abitua ai viaggi fuori dal corpo e ci mostra come funzioniamo nella realtà dell'HEF del quarto livello, senza un corpo fisico (vedi i Capitoli 8 e 9). Una "corda d'argento", com'è chiamata, connette la realtà dell'HEF (campo energetico umano) del quarto livello e i livelli più elevati dell'HEF con il corpo fisico. In un viaggio nella realtà dell'HEF del quarto livello, i tre livelli inferiori rimangono al loro posto abituale come parti di ogni aspetto della struttura cellulare del corpo fisico, mentre il corpo energetico del quarto livello si connette al corpo fisico durante il viaggio. Potremmo pensare a questa connessione come a un cordone ombelicale tra il corpo fisico e il corpo energetico del quarto livello e i corpi dei livelli superiori dell'HEF. Dal momento che la corda d'argento non esiste nella dimensione fisica, non ti devi preoccupare che si tenda troppo se viaggi lontano. La corda è molto flessibile e può allungarsi attraverso le realtà del quarto livello dell'HEF. Nella morte fisica la corda d'argento si scollega dai punti in cui è inserita nel corpo fisico.

Quando vidi per la prima volta la corda d'argento, rimasi sorpresa nello scoprire che si divide in due a circa 30 centimetri di distanza dall'epidermide. Una delle estremità della biforcazione entra nel cervello (al centro, dove le punte del settimo e del sesto chakra s'incon-

trano nel terzo ventricolo), mentre l'altra s'inserisce al centro del chakra del cuore, nell'area posteriore superiore. La Figura 15.1 mostra la corda d'argento e i due inserti che raggiungono il corpo fisico.

Il quarto livello dell'HEF, o livello astrale, è comunemente chiamato corpo astrale; ci troviamo in esso quando siamo svegli e consapevoli del mondo astrale. Il mondo astrale assomiglia molto a quello dei sogni: il nostro corpo astrale è quello che sperimentiamo nei sogni. Il corpo astrale sperimenta la realtà astrale.

Ho notato che negli interventi chirurgici di trapianto cardiaco la corda si disconnette solo nell'estremità normalmente collegata al cuore. Occorre che un operatore energetico la reinserisca dopo l'intervento. (Me ne sono occupata quando è stato necessario e questo ha abbreviato i tempi del ricovero.) Non saprei come comportarmi nel caso in cui il cuore fosse sostituito da un organo meccanico. Heyoan mi ha detto semplicemente che:

Si tratta di ricostruire l'HEF di un cuore normale, proprio nel luogo dove è collocato il cuore, inserire in esso la corda e poi sincronizzare il battito cardiaco dell'HEF con il cuore meccanico. C'è qualche altra procedura dettagliata che occorre seguire per assicurare la sincronizzazione, ma travalica lo scopo di questo libro.

– HEYOAN

Come cambia l'HEF dopo la morte fisica. Alla morte fisica i tre livelli inferiori dell'HEF si dissolvono e scompaiono. Quando qualcuno sperimenta una morte lenta a causa di una malattia, tramite l'HSP (percezione sensoriale superiore) è possibile vedere i tre livelli inferiori mentre esalano lentamente dal corpo in una nuvola. Questo fenomeno richiede qualche giorno. Di

seguito fornisco una descrizione del processo che si verifica nell'HEF.

Alla morte, l'intero HEF circola verso il basso intorno al campo energetico e poi tutta la coscienza energetica risale in alto lungo la corrente energetica verticale, quindi – se va tutto bene, ma non sempre accade – esce dal chakra della corona. La Figura 15.2 mostra la circolazione dell'HEF al momento del trapasso. Ciò disorienta molto in caso di morte improvvisa, perché il campo energetico mette in circolo tutti i blocchi, le ferite, le convinzioni errate e le dualità non risolte in questa vita nella corrente energetica verticale e, ovviamente, nella psiche. In altre parole, tutte le difese si allentano contemporaneamente e si sperimentano le proprie paure e le proprie ferite mentre risalgono la corrente energetica verticale. È un'esperienza difficile da affrontare e può lasciare disorientati. Se cerchiamo di resistere, è facile rimanere intrappolati in forme-pensiero negative, in ER (reazione emotiva) o in IR (reazione irrazionale). Come ho esposto nel Capitolo 11, questo è ciò che accade alle persone che muoiono per overdose. Molte di loro provano un grande disorientamento e un terrore umiliante, che dopo la morte le lascia intrappolate nei quattro livelli inferiori dell'HEF (o regni astrali inferiori).³

Al momento della morte la corda d'argento si disconnette del tutto dal corpo fisico e si dissolve, almeno da quello che ho potuto constatare personalmente. L'individuo allora è libero dal corpo fisico, se lo desidera. Dall'esame che ho condotto ai funerali di Marjorie e di altri, ho notato che le persone non sono più attaccate alla corda d'argento, ma sorvolano e scendono sull'area del plesso solare del corpo fisico. Non

3. Durante le meditazioni della Guarigione della Dea che ho condotto per gli studenti della scuola, ho sempre seguito gli angeli in questi luoghi bui chiamati inferi, per aiutare le anime lì confinate a risalire fino ai regni più elevati, dove entrano in contatto con le loro guide.

ne capisco ancora pienamente il motivo. Ho bisogno di condurre più studi su questo fenomeno particolare. Forse è una modalità per rimanere in contatto con il mondo fisico durante il funerale: un'opportunità per un ultimo saluto.

Da quanto ho potuto constatare, una delle ragioni per cui chi vive in Oriente prega per avere una morte lenta è perché sfrutta quel periodo per portare a compimento le questioni rimaste irrisolte e salutare sinceramente chi ama. Una lunga malattia a volte dà modo di cogliere questa opportunità: offre tempo e spazio per eliminare quanto è rimasto dei blocchi della vita che volge al termine. È come una pulizia dell'ultimo minuto. Ho assistito diverse volte a questo processo. Molti amici e familiari arrivavano per portare il loro amore, offrire gli ultimi omaggi, regalare le ultime parole di apprezzamento. Questo è un bene per la persona che li riceve. Ma negli ultimissimi giorni è importante che solo le persone più care – marito, moglie, madre, padre, fratelli e altri parenti molto prossimi – siano accanto al malato.

Ho visto blocchi dissolversi e lasciare il campo mentre la persona affrontava con urgenza questioni cruciali e irrisolte, immergendosi in profondità in un amore incondizionato per i membri più importanti della famiglia e per gli amici giunti per l'ultimo addio. Di conseguenza, nel lasciar andare questa vita, le persone hanno il tempo di ricevere l'aiuto che permette loro di essere presenti, di abbandonare ogni resistenza nei confronti della morte e di distaccarsi dal mondo fisico in pace.

Come ci si prepara alla morte in Oriente

È tradizione in Oriente che le persone meditano per prepararsi alla morte. Così imparano a regolare e a ripulire la mente perché diventi un *vuoto luminoso*, in modo che possano mantenere

una *reale chiarezza* al momento del trapasso ed evitare le trappole dell'esperienza della morte. Il *Libro tibetano dei morti* è una guida che aiuta la persona che si avvicina al trapasso a non rimanere intrappolata nella dualità mentre attraversa le diverse fasi della morte. Il libro è stato scritto per essere studiato durante la vita fisica e poi letto durante il processo di morte dalla persona che si prende cura del morente. Attraverso l'ascolto, il morente è indirizzato verso livelli più elevati di esistenza rispetto al mondo fisico: persino in mondi in cui non esiste la dualità o quanto meno, a seconda dell'individuo, perché possa dirigersi verso una migliore reincarnazione. Anche la pratica *Phowa* è una meditazione del buddismo tibetano che permette di evitare una nuova reincarnazione nel mondo fisico per entrare in uno stato di esistenza più elevato in altri regni spirituali.

Grazie al Dalai Lama e a molti lama tibetani, tutto questo è oggi a disposizione di chi vive in Occidente e desidera avvicinarsi a queste conoscenze.

Come gestire la morte delle persone amate per il loro bene e per il tuo

1. Non pensare di non poter contattare le persone defunte.
2. Credici quando ti contattano. Oppure prova a fingere che accadrà o che sta accadendo proprio in quel momento.
3. Se percepisci una presenza, calmati e comportati come se si trattasse della persona che ami: di solito lo è. Se ti calmi riuscirai a sentirla.
4. Siediti tranquillo e rimani ricettivo; apriti a ciò che quella persona vuole dirti.
5. Concediti di essere grato per tutto ciò che ti ha dato nella sua vita. Focalizzati su di

lei. Se ti sembra appropriato, dille per cosa la ringrazi.

6. Onora la vita dei tuoi cari defunti. Lascia che la gratitudine per la loro presenza fluisca in te mentre ricevi quanto ti danno.

Può anche capitare che tu non percepisca alcuna presenza o non capisca cosa sia. Va bene. *Ricorda: può trattarsi di coscienza distillata invece che di parole.* Se invece lo comprendi qualche giorno dopo, quando non ci pensi neanche più, va bene lo stesso. Lascia che sia.

Come sostenere la perdita di una persona amata

Non c'è nulla che possa riportarti indietro la persona amata. Anche se a noi esseri umani piace pensare di essere più forti di quanto siamo in realtà, a volte dobbiamo ammettere che non è così. Affrontare un lutto è una parte importante e naturale della vita. Nel rapportarsi a una perdita è importante vivere il dolore ed essere vicini con il proprio amore alla persona che se n'è andata. A volte capita di sentire la presenza della persona che ami in forma di spirito. A volte invece non succede. Arrenditi al processo del lutto: richiede tempo. Lascia che sia. Concediti di sperimentare il dono di aver conosciuto quella persona, che rimarrà sempre dentro di te.

È una buona idea condividere il lutto con gli amici più cari, che sappiano rapportarsi al tuo dolore con amorevole presenza. Nessuno potrà farti riavere la persona che ami nella sua forma fisica.

Un buon operatore energetico può guarire la tua stella nucleo. Questo tipo di guarigione ti aiuta a ripulire e a caricare l'HEF, a ristrutturare i chakra, ad allineare e a rafforzare l'hara e a far risplendere la stella nucleo attraverso le tue cellule e il tuo essere, riempiendoti di amore in-

condizionato. Ti dà energia e ti rilassa per aiutarti a gestire il dolore. Sentiti libero di parlare con la persona defunta che ami tutte le volte che vuoi, mentalmente o ad alta voce, se preferisci.

Capitolo 15 – Diario e autovalutazione. Chiarisci le tue idee sulla morte

1. Ricorda la morte dei tuoi cari. Quali sono state le tue esperienze al riguardo?
2. In quale modo la lettura di questo capitolo ti ha aiutato a comprenderle meglio?
3. Come hai affrontato la perdita di una persona cara?
4. Ti è mai capitato che un caro estinto cercasse di contattarti?

16. La vita dopo la morte

*Qual è la tua esperienza personale
del cosiddetto vuoto?*

*Che cosa c'è tra il mondo fisico
e quello energetico?*

Niente. Nessun-ente.

*L'umanità ha definito il niente come un Vuoto
e l'ha equiparato all'assenza di vita.*

*Però avete scoperto che il cosiddetto Vuoto
equivale al campo del punto zero
che è ricco di vita ed energia:
che contiene più vita e più energia
di quanta ce ne sia in tutto l'universo
manifesto.*

*Per cui il cosiddetto niente o nessun-ente
è in realtà brulicante di vita.*

*Il problema più grande dell'umanità sono
le sue convinzioni sulla morte.*

*Gli esseri umani credono che la morte
esista davvero.*

*Eppure il Vuoto, Brahman, è tutto ciò che esiste:
tu, la conoscenza, la saggezza,
l'unità indistinta che è alla base e all'interno
di ogni cosa
ed è nel cosiddetto spazio che si trova tra le cose.*

– HEYOAN

Dopo la morte di Marjorie, decisi di saperne di più sui processi che si verificano dopo la morte, per capire come aiutare le persone a effettuare questa transizione. Sapevo dove cercare. Avevo già letto un paio di libri di Robert Monroe sull'argomento. Diedi un'occhiata alle pubblicazioni disponibili presso il Monroe Institute e trovai ciò che mi serviva, oltre a un seminario che si teneva nel periodo in cui ero libera, per cui colsi l'occasione e m'iscrissi. Il mio obiettivo principale era imparare il sistema che avevano creato e sviluppato per viaggiare in altre realtà (ossia, per viaggiare fuori dal corpo), per poter poi aiutare le persone in punto di morte a raggiungere una stazione intermedia dopo che avevano lasciato il mondo fisico.

Il lavoro di Robert Monroe

Robert Monroe è stato un attento indagatore dei meccanismi inerenti ai viaggi fuori dal corpo. Grazie all'utilizzo del sistema Hemi-Sync®, che abbiamo descritto nel Capitolo 7, Monroe fu in grado d'insegnare alle persone a entrare in stati profondi di meditazione in un periodo di tempo molto breve. In uno stato di meditazione profonda le persone imparano a viaggiare nei mondi non fisici, come i tibetani e gli sciamani fanno da secoli.

Monroe scoprì che alcuni stati cerebrali corrispondono all'esperienza di diversi mondi non fisici. Assegnò quindi ai livelli non fisici dei numeri, ognuno correlato con un diverso stato cerebrale/mentale. All'interno di alcuni di questi

livelli ci sono quelli che Monroe definì territori dei sistemi di convinzioni (vedi Capitoli 7, 8 e 9). Monroe sviluppò inoltre molte tecniche per aiutare le persone in punto di morte e guidarle fino a una stazione intermedia dopo il trapasso.

Nei paragrafi che seguono descriverò le esperienze personali profonde che ho vissuto al Monroe Institute.

L'esperienza meditativa al Monroe Institute.
Diversi anni fa partecipai a un seminario di due settimane al Monroe Institute. Ciò che accadde fu per me sorprendente, non me lo aspettavo proprio. Cominciò tutto con un semplice esercizio di gruppo nell'ambito del disegno creativo/intuitivo. Dopo una breve meditazione, ci fu chiesto di disegnare qualcosa che per noi fosse significativo. Disegnai una piccola macchia nera, più o meno delle dimensioni di una moneta da dieci centesimi: nient'altro. Stavamo lavorando in coppia e i compagni avrebbero dovuto aiutarci a comprendere i nostri disegni. Domandai al mio compagno che cosa avessi disegnato.

“È un bindu” rispose.

“Che cos'è un bindu?” chiesi.

“Devi capirlo da sola” fu la sua unica risposta.

Così meditai per un po' focalizzandomi sul bindu e poi ne compresi la natura. Di seguito racconto l'esperienza che vissi durante quella meditazione.

Mi trovai a volare tra nuvole dalle sfumature rosa e arancione. Un gruppo di angeli si librò accanto. Parlavano tra loro, ma non riuscii a distinguere quanto dicevano.

“Dove andate?” domandai.

“Stiamo andando dal tuono per vedere la creazione. Vuoi venire?”.

“Sì!” risposi, e mi unii a loro con grande curiosità.

Il tuono fu assordante, come il suono di molte bombe H che esplodono simultaneamente. C'erano tutti i colori che potremmo immagina-

re. Sì, tutto era dolce e sembrava molto sicuro. Non avevo idea di che cosa facessero gli angeli in quel luogo. Stavano semplicemente assistendo alla scena o erano impegnati in qualcos'altro?

Poi mi accorgo che sono un bambino di circa dieci anni e che mi trovo nella regione dell'Himalaya. Mia madre mi sta portando a un monastero sulla montagna. Ho paura, perché non so che cosa possa accadere. La mamma mi lascia con i monaci e se ne va.

Il tempo passa.

Adesso sono un po' più grande. I monaci mi stanno murando in una grotta: chiudono l'ingresso con mattoni di fango, paglia e pietre. È una grotta gradevole: ci sono stato diverse volte. Sul fondo della caverna gocciola acqua e su un lato c'è un basso ripiano. Capisco che la caverna è usata abitualmente per uno scopo. Gli edifici del monastero si trovano su entrambi i lati della grotta, a circa mezzo chilometro di distanza. Sono costruiti sul fianco della parete di roccia. Quando l'ultimo mattone viene posizionato, mi sento entusiasta e terrificato al tempo stesso. In cima ai mattoni c'è una piccola fessura, alta circa dodici centimetri. Ogni giorno i monaci mettono una ciotola di cereali sui mattoni al di sotto della fessura.

Il tempo passa.

Sono ancora nella grotta. Trascrivo quanto ho imparato meditando. Accanto al muro c'è una fila di libri che ho già scritto. Sembra che la mia penna sia una sottile canna di bambù affilata a un'estremità. L'inchiostro è polvere nera: fuliggine ricavata da braci di legna mischiate a terra nera o a carbone e a un qualche tipo di olio, sangue di bue e un po' d'acqua. Sembra che siano stati i monaci a fornirmi questi strumenti, dal momento che non dispongo di un coltello né di altro. Il mio abito è arancione scuro e sotto indosso biancheria intima color marrone. Ho una coperta per l'inverno.

Il tempo passa.

Sono un vecchio. Sono ancora nella grotta. E adesso sto morendo. Sono pronto a lasciare il mio corpo. Mi guardo intorno ancora una volta. Voglio ricordare l'aspetto di questa bella grotta per quando ritornerò. Ci sono circa quindici testi. Sembrano pagine di un libro tenute insieme da un foglio più grande ripiegato. Non sono arrotolate. Sono i diari delle mie esperienze meditative. Nei miei primi anni nella grotta ho imparato come uscire dal corpo per viaggiare nel mondo. Mi sono interessato all'Occidente, dove mi sono recato molte volte. Abbandono facilmente il mio corpo che muore.

Secondo la tradizione devo rimanere qui nella grotta fino a quando il corpo si degrada e diventa polvere. Aspetto.

Il tempo passa.

Ho atteso per anni, seduto sul cranio dello scheletro ormai privo di carne. È disteso al centro del pavimento, all'interno della grotta. In attesa.

Finalmente me ne vado. Una volta fuori dalla grotta, mi oriento grazie alle due cime più elevate che s'innalzano ai lati. Mi volto a sinistra e mi dirigo verso Occidente per trovare un nuovo corpo.

M'imbatto in una donna, in una capanna che una volta era una casupola per le capre. La donna è in travaglio e sta soffrendo: il bambino è bloccato nel canale del parto. È una bambina, e il cordone la sta strangolando. La bambina continua a uscire dal proprio corpo per parlare con le sue guide e capire se abbandonare questa opportunità di nascere e lasciare quel corpicino che sta soffocando.

Nella sua vita precedente è morta in un luogo chiamato Irlanda, all'età di soli dieci o undici anni. Un carro trainato da buoi e pieno di paglia l'ha colpita e poi travolta. Il guidatore non l'aveva vista. Era orfana, disperata e affamata, senza nulla da mangiare. Troppo stremata per riuscire a notare il carro che si avvicinava. Il suo vestito

era fatto da due sacchi di iuta, macchiati d'erba verde e cuciti insieme approssimativamente.

Mi avvicino alle guide presenti al momento del parto. È un'opportunità per guarire e rinascere. Propongo di entrare in quel corpo con lei e di nascere insieme. Posso utilizzare il potere che ho ottenuto grazie alle lunghe meditazioni per portare a compimento la nascita. Può vivere per alcuni anni mentre aspetto. Poi comincerò a fondermi con lei: lei saprà sempre che sono al suo interno, anche se questo potrà confonderla. Poi affiorerò, poco alla volta, per insegnare ciò che ho scritto nei miei libri mentre ero ancora nella grotta. Lei ci pensa, poi chiede:

“Intendi dire che non sarò mai più sola?”.

“Sì, esatto.”

“Va bene.”

Entro con lei nel suo corpo. Dopo la nascita stiamo insieme in silenzio per tre giorni. Divento la voce tranquilla dentro di lei, quella che sa. Lei è quella che vuole sapere... tutto.

Quando raccontai al mio compagno di corso quanto avevo sperimentato, mi disse:

“Va bene, andiamo a prendere i tuoi libri.”

“Stai scherzando?”.

“No, non sto scherzando.”

“Sai dove si trova la grotta?”.

“Sì. Quando guardo con l'HSP vedo l'Everest sulla sinistra e un'altra montagna sulla destra. Sotto vedo scorrere due fiumi. La grotta è sul pendio di una montagna più piccola che si trova in basso. Credo che il mio nome fosse Nyang Tsang o forse non avevo un nome. Be', qualcuno o qualcosa aveva quel nome. Sono confuso. Penso sempre che l'Everest sia a destra, non a sinistra. Hai una cartina?”.

“No.”

“Oh! Aspetta un minuto. Immagino sempre l'Himalaya che sovrasta l'India da nord, non da sud. Scommetto che la grotta è rivolta verso nord!”.

“Sì, mi sembra più sensato.”

E questo era solo il primo giorno del seminario.

Il workshop proseguì e io continuai ad avere esperienze che erano “fuori da questo mondo”.

Robert Monroe

Un giorno, nella seconda settimana di seminario, arrivò Robert Monroe. Quando ci sedemmo in cerchio ci disse che aveva dei problemi fisici e domandò se tra noi ci fosse un guaritore. Tutti si voltarono verso di me. Dissi che sarei stata felice di operare una guarigione per lui e gli domandai se fossero disponibili un lettino medico e una stanza tranquilla.

In pochi minuti fu approntato un lettino. Robert Monroe non sentiva il bisogno di una stanza appartata, per cui mi preparai a operare la guarigione al centro del cerchio. Invece di entrare in uno stato di meditazione profonda a occhi chiusi, preferì tenersi la testa tra le mani e guardarmi con attenzione. Con l’HSP vidi la moglie morta di recente entrare nella stanza e fermarsi alla sinistra di Robert, di fronte a me.

Indicandola con un cenno del capo, domandai a Robert: “Vedi chi è arrivato?”.

“Sì” rispose lui.

Continuai con la guarigione. Robert comunicava telepaticamente con la moglie che cercava di confortarlo. Lui soffriva ancora molto per la perdita dell’amata.

Verso la fine della guarigione, Robert si voltò verso di me e mi domandò: “Sai di avere 500.000 anni?”.

“Sì!” Lo sapevo già da tempo anche se non ne avevo mai parlato con nessuno, perché sembrava proprio assurdo. Robert Monroe proseguì dicendo:

“Sai che il tuo nome è Chiana?”.

“Sì” risposi a bassa voce, sperando che nessuno ci sentisse.

“Mi ricordo di aver vissuto, 500.000 anni fa, in un luogo chiamato Chiana. Era una bellissima isola verde, di pace e amore. C’erano fiori ovunque. Ero un guaritore, ma non capisco. Non c’era nulla da guarire su quell’isola. Grazie per avermene dato conferma.”

Robert sembrava molto felice di raccontarmi questa storia. La guarigione proseguì senza altre parole, mentre lui continuava a osservare intensamente ogni mia mossa, con grande interesse.

Stava chiaramente meditando sulla propria morte imminente: soffriva di una grave polmonite. Mi disse che non aveva più lasciato il proprio corpo per viaggiare, perché temeva di non fare più ritorno. Sentiva molto la mancanza della moglie.

La morte straordinaria di Monroe. Alla fine del seminario mi trattenni per operare un’altra guarigione su Robert. Questa volta si svolse nel soggiorno di casa sua. La figlia di Robert, Laurie Monroe, e diversi altri membri della sua famiglia osservarono e presero appunti. Era di nuovo presente la moglie in forma di realtà del quarto livello dell’HEF. Durante la guarigione canalizzai Heyoan. Gran parte della guarigione fu occupata da una lunga discussione tra Heyoan e Robert in merito al lavoro svolto da Robert fino a quel momento, alla sua capacità di costruire ponti tra i mondi fisico e spirituale e come quel lavoro sarebbe proseguito nei mondi spirituali. Fu allora che vidi il Monroe Institute nel mondo spirituale, in quello che Robert Monroe ha definito “livello 27”. Avevo già visto la stazione intermedia al livello 27, ma non avevo notato che in quel luogo si trovava anche un Monroe Institute. L’istituto del livello 27 è molto più grande di quello sul piano terrestre.

La moglie deceduta di Robert era ancora nella stanza e stava in piedi alla sinistra del marito. Robert si entusiasmò sempre di più mentre la discussione con Heyoan proseguiva. Non ricordo molto del suo contenuto, perché ero im-

pegnata a canalizzare. Non registrai e non vidi mai gli appunti che Laurie Monroe e gli altri osservatori presero.

Più tardi, verso la fine della guarigione, Heyoan raccontò a Robert della grande festa di benvenuto in programma al Monroe Institute del livello 27. Con l'HSP li vidi là, con cappellini da festa, confetti e una grande torta al cioccolato.

Verso la fine della guarigione accadde una cosa che non avevo mai visto prima e che mi lasciò senza parole. La moglie di Robert si avvicinò fluttuando e si allungò parallela al corpo del marito, come se fosse sdraiata accanto a lui. Poi, girandosi velocemente verso destra, entrò nel corpo di Robert. Non avevo mai visto due persone nello stesso corpo. Mi domandai se avessero abbastanza spazio, ma poi mi accorsi di come fossero entrambi felici insieme.

Mentre, dopo la guarigione, mi preparai ad andarmene, Robert mi gridò (nel mondo fisico): "Arrivederci, Chiana."

"Ci vediamo, Ashanee!" risposi, ricordando il nome che Robert portava a Chiana quando entrambi ci conoscemmo 500.000 anni prima. Questa mia uscita lo divertì e mi sorrise con aria d'intesa.

Il nostro breve ricongiungimento in questa vita fu fantastico e mi offrì un'importante conferma. Era passato molto tempo – molte vite – da quando ci eravamo incontrati la prima volta.

Spostandomi rapidamente sul piano fisico della realtà, compresi di essere in ritardo per il mio aereo. Mi precipitai fuori e corsi a prendere il taxi che mi stava aspettando per portarmi all'aeroporto. Non persi l'aereo per un soffio. In volo verso casa, continuavo a uscire dal mio corpo dal lato sinistro e poi, con grande sforzo, riuscivo a riprendermi. Mi sembrava di morire. Avevo avuto altre volte esperienze simili dopo aver lavorato con persone in punto di morte. Ogni volta che qualcuno moriva, una parte di me se ne andava con loro. Pensando di stare per

morire, mi sentivo confusa. Ma questa volta sapevo che non si trattava di me. Sapevo che Robert stava morendo.

Mentre rientravo a casa, con l'HSP riuscii a vedere la festa che si teneva al Monroe Institute al livello 27 del piano spirituale. Robert era con la moglie. Andava tutto bene e tutti erano felici. Appena raggiunti il telefono chiamai il Monroe Institute per avere una conferma della mia HSP. Robert era trapassato mentre salivo in aereo. Anche loro stavano bene, per quanto soffrissero per la perdita di un grande padre che nella vita aveva realizzato cose meravigliose.

Robert Monroe fu (è) un uomo con un grande coraggio, in grado di aprirsi a esperienze fuori dal comune e di parlarne apertamente. Ha aiutato molte persone e ha portato noi tutti a un livello di verità più profondo. Mando il mio amore e la mia luce a chi prosegue la sua opera al Monroe Institute.

Dopo Robert Monroe. Dopo aver integrato le esperienze con Robert cercai una mappa della regione dell'Himalaya sull'*Atlante del Mondo* del National Geographic. Mi sentii sopraffatta dall'estensione dell'area in cui mi ricordai di aver vissuto. Non riuscii a trovare i nomi Nyang e Tsang in alcun punto della mappa.

"Dimenticatene Barbara" dissi a me stessa. "È ridicolo. Non andrai nella regione dell'Himalaya alla ricerca di qualche caverna in cui vivevi un tempo."

Diversi mesi dopo ricevetti una lettera dall'uomo che era stato il mio compagno durante l'esercizio di disegno intuitivo. Aveva trovato una mappa molto antica che mostrava l'Everest e un'altra alta montagna che sorgeva proprio nel punto che avevo individuato con l'HSP. Mostrava anche due fiumi proprio dove li avevo visti mentre ero in meditazione. Erano i fiumi Tsangpo e Nyang-Chu, che scorrevano tra le due città di Lhasa e Katmandu. C'erano inoltre due fiumi che si chiamavano Nyang e

Tsang. Scoprire quella correlazione mi fece sentire meglio. Chi lo sa, forse un giorno riuscirò ad andare in Tibet.

Lasciar andare la morte

Heyoan dice che il concetto di morte nasce dalla nostra prospettiva duale e che ciò che pensiamo della morte è sbagliato. Questi errori suscitano in noi una paura tremenda, soprattutto quando non riusciamo a percepire i mondi che stanno oltre quello fisico.

L'erroneo concetto di assenza di vita

Non esiste qualcosa come l'assenza di vita.

*Considera la possibilità che ogni cosa
e ogni non-cosa siano vive.*

*Credere ostinatamente nella morte genera
la paura esistenziale,
ed è qualcosa che nasce dalla dualità.*

Semplicemente non è vero.

*È solo la dualità al tuo interno che ti porta
all'idea di morte e alle convinzioni errate
in proposito.*

*L'unica cosa che muore è la dualità,
quando si ricongiunge
nell'unità della vita eterna.*

La vita secondo la linea del tempo non funziona

*Tu incontri difficoltà perché ti vedi lungo una
linea del tempo. La vita non è per niente così, soprattutto la vita che sperimenti dentro di te. Il tempo è uno strumento che forgi quando osservi il cambiamento. Ma la gran parte dei cambiamenti accade solo in una prospettiva fisica. Il tempo è uno strumento che hai creato nella tua mente e si rivela impreciso se utilizzato al di fuori del mondo fisico.*

Il tempo è un tentativo di spiegare il flusso. Molte illusioni nascono dall'idea di tempo con cui cerchi d'interpretare l'esperienza del cambiamento costante in te e in tutto ciò che ti circonda, oltre che nel mondo intero. Il tempo è uno strumento utile per collaborare, forse un livellatore del cambiamento, un sistema per comunicare con un altro essere che si trova in un flusso costante.

Tempo significa radicarsi dall'esterno.

*La tua idea di tempo è un tentativo
di creare una qualche stabilità
che si basa su una prospettiva esterna al sé.*

*Cioè, cerchi di stabilizzarti
basandoti su qualcosa che è esterno a te,
invece di stabilizzarti
a partire dal centro del tuo essere.*

Pensa che forse esisti da sempre, che il tempo lineare è un'illusione e che sei in una fase dell'evoluzione in cui la specie umana comincia a sviluppare le capacità di comprendere e sperimentare direttamente tutto questo. Presto i vostri scienziati vi mostreranno che non esiste nulla di simile a un tempo lineare o a ciò che i fisici chiamano "la freccia del tempo".

*È un concetto non da poco:
il tempo non esiste.*

Ma è necessario comprenderlo meglio.

*Nella misura in cui vivete nella
separazione,
proprio in quella stessa misura, voi credete,
vivete
e siete intrappolati in un tempo lineare.*

*Quando ricongiungerete queste dualità
dentro di voi, allora, forse lentamente,
ma inevitabilmente,
sperimenterete direttamente e vivrete
un tempo non lineare.*

*Nel cosiddetto "futuro" che esiste adesso,
lo fate già.*

Capitolo 16 – Autovalutazione.

Le tue esperienze della vita dopo la morte

1. Quali esperienze hai avuto della vita dopo la morte?
2. Le consideri reali? Se no, perché? Se sì, perché?
3. Come ti hanno aiutato ad affrontare la prospettiva della morte?
4. Come ti hanno aiutato ad affrontare l'idea di una vita futura nei mondi spirituali?
5. Come ti hanno aiutato ad affrontare la possibilità di una reincarnazione, se quest'idea fa parte del tuo sistema di convinzioni?

17. La guarigione dei cordoni energetici relazionali

*L'energia vitale che nasce in te e da te s'irradia
per poi contrarsi
è in certa misura coerente e in sincrono
con le persone a te più care: familiari, amici,
amati o compagni.*

*Queste persone sono coinvolte nel più profondo
processo creativo insieme a te.
La tua famiglia e i tuoi amici ti aiutano
a definire chi sei.*

*Le tue scelte personali riguardo
all'incarnazione
sono state stabilite molto chiaramente
con intento positivo
perché fossero sostenute e messe alla prova,
in molti modi diversi,
dalle persone che ti sono vicine.*

*Le persone che ami non se ne vanno mai,
anche se qualcuna di loro lascia questa
particolare forma fisica
o muore, come dite voi.
Sono ancora molto presenti nella tua vita.*

– HEYOAN

Adesso prendiamo in esame le realtà del quarto livello che riguardano le nostre relazioni interpersonali; queste interazioni si creano nel mondo astrale e includono i cordoni energetici.

Le nostre connessioni tramite i cordoni energetici

Tutti conosciamo le espressioni “fa vibrare le mie corde” e “il legame che ci unisce.” Nell’HEF ci sono alcune particolari configurazioni correlate a queste espressioni. Tali configurazioni entrano in gioco in tutte le nostre relazioni. In questo paragrafo prenderemo in esame l’argomento dei cordoni energetici, vedremo qual è la loro funzione ottimale nella nostra vita e anche come possono essere utilizzati in maniera sbagliata, e le distorsioni nell’HEF che ne derivano.

Sono tre i metodi principali che utilizziamo per comunicare tra noi tramite l’HEF. Il primo è l’induzione armonica: l’HEF di una persona indurrà armonicamente la propria frequenza di risonanza nell’HEF di un’altra persona (come quando si colpisce un diapason e un altro che si trova nell’ambiente si mette a vibrare alla stessa frequenza). Il secondo tipo di comunicazione avviene tramite flussi di bioplasma che si librano nell’aria. Il terzo consiste in una comunicazione e in uno scambio energetico che avvengono tramite i nostri cordoni relazionali. I cordoni relazionali hanno l’aspetto di tubi cavi, flessibili e di colore azzurro trasparente, attraverso cui scorre la nostra coscienza energetica. Sono fatti di coscienza energetica. *I cordoni relazionali trasmettono la nostra coscienza energetica. L’energia emozionale e mentale fluisce attraverso i cordoni energetici che collegano le persone in relazione tra loro. I cordoni trasmettono questa coscienza energetica direttamente nei nostri sigilli percettivi e at-*

traverso di essi. Il flusso di coscienza energetica si verifica a prescindere dalla distanza fisica che intercorre tra due persone. Il luogo fisico non ha importanza, né conta il momento del giorno o della notte né se a separarci sono periodi di tempo più lunghi, come anni o secoli. Non importa se la persona amata è viva in un corpo fisico o non ha più un corpo fisico dopo la morte. La comunicazione attraverso i cordoni può comunque aver luogo. Più lunga e intima è la relazione, più forti sono i legami e più numerosi i cordoni. Nel paragrafo successivo descriverò i tipi di cordoni e il loro funzionamento nell'HECS.

I cinque tipi di cordoni

Dopo che ebbi lavorato per qualche tempo con i cordoni energetici, Heyoan mi disse che ci sono cinque tipi principali di cordoni:

1. *I cordoni dell'anima* che l'anima continua a portare con sé dalla connessione originaria con il divino nei mondi spirituali.
2. *I cordoni della vita passata* formati in seguito a esperienze sulla Terra e altrove.
3. *I cordoni genetici* che si creano quando ci connettiamo ai nostri genitori biologici.
4. *I cordoni relazionali originari* che si costituiscono nel rapporto con chi si prende cura di noi nel primo periodo della nostra vita, di solito i genitori, biologici o adottivi.
5. *I cordoni relazionali* che nascono quando entriamo in relazione con altri: umani, animali domestici e oggetti con cui le persone hanno una speciale sintonia. Sempre nuovi cordoni si formano in noi, dal momento che entriamo in relazione con un numero sempre maggiore di persone. I nostri cordoni relazionali tendono ad assomigliare ai cordoni che ci legano ai genitori. Tra noi e i nostri fratelli o sorelle, se ne abbiamo,

e ogni altro membro della nostra famiglia d'origine s'instaurano legami tramite cordoni relazionali. Se abbiamo animali domestici, instauriamo cordoni relazionali anche con loro.

Guarire i cordoni genetici e relazionali

Cordoni genetici e relazionali danneggiati. I cordoni genetici e relazionali possono danneggiarsi in molti modi. I bambini piccoli tendono ad avvolgere i propri cordoni relazionali intorno ai giochi preferiti e usano questi giocattoli come sostituti di ciò che manca nella loro relazione con la famiglia. Se portiamo via un gioco dalle mani di un bambino, procuriamo al piccolo un'esperienza dolorosa che lacera le relazioni tra lui e il giocattolo, distruggendo la sensazione di sicurezza che egli sperimenta in quella relazione surrogata. Orsetti e animali di peluche con cui il bambino dorme servono per aiutarlo a sentirsi al sicuro se si sente isolato quando è costretto a dormire da solo, come accade alla maggior parte dei bambini nella società moderna.

Mia sorella nacque quando avevo cinque anni. Ricordo che mi arrabbiavo moltissimo. Mia madre era rimasta a letto per tutti i nove mesi della gravidanza. In quello stesso periodo mio padre ebbe un esaurimento nervoso perché aveva perso il lavoro, in un momento di crisi economica. Aveva solo trentadue anni, tre figli e una moglie da mantenere. Mio fratello maggiore mi prendeva sempre in giro. Poi, come ciliegina sulla torta, la sorellina appena nata si ammalò di polmonite. Mia mamma la teneva sempre avvolta nelle coperte e sdraiata al centro della tavola da pranzo. In quel modo riusciva a sbrigare le faccende di casa e a cucinare guardando la bambina. Non riuscivo a capire perché mia sorella dormisse sul tavolo. Forse è per quello che ho sempre giocato sotto il tavolo. Riuscivo solo a pensare che nessuno si occupava di me e

che tutti volevano bene solo a mia sorella. Così, quando le regalarono un cagnolino di peluche, lo volli per me. Lo presi e finì che fosse mio.

Probabilmente era una maniera per cercare di avere l'amore di cui sentivo il bisogno. Ovviamente non funzionò. La mamma si arrabbiò, mi portò via il cagnolino, mi sgridò per averlo rubato e lo restituì a mia sorella. Ero distrutta. L'intera esperienza in realtà dimostra quanto i miei genitori mi amassero, ma la mia mente di bambina interpretò la vicenda in modo diverso.

Come si creano i cordoni genetici

I cordoni genetici s'instaurano tra il chakra del cuore della persona che desidera nascere e la futura madre. È necessario che si formino prima che la madre concepisca. Il legame si crea all'esterno del settimo livello della futura madre e del futuro bambino (vedi la Figura 17.1). Una volta stabilita la connessione, la madre può concepire. Ho lavorato con molte donne che desideravano un figlio ma non riuscivano ad averne. Si erano già sottoposte a diverse visite mediche che non avevano individuato alcun problema particolare, ma la coppia non riusciva a concepire. Così venivano da me.

Osservando con l'HSP, capivo che quella situazione si verificava perché la donna non era in grado di creare una connessione attraverso il chakra del cuore tra lei stessa e il bambino che voleva nascere nel mondo fisico. Inconsciamente, quelle donne temevano la gravidanza e, senza saperlo, impedivano la formazione dei cordoni. Una volta riconnessi i cordoni con una sessione di guarigione, la donna riusciva ad avere una gravidanza fisiologica appena qualche mese dopo.

I cordoni genetici connettono anche i figli al proprio padre. Non so esattamente come accada, dal momento che nessun uomo è mai venuto da me perché non riusciva a concepire. In ogni

caso direi che anche i cordoni tra padre e figlio si formano prima del concepimento.

Solo qualche uomo ha preso parte alle sessioni di guarigione, in primo luogo per essere di sostegno alla moglie. Altri si sono presentati perché le mogli li hanno convinti a sottoporsi al trattamento, dal momento che la sola guarigione dei cordoni del cuore delle donne non avrebbe portato a nulla. Quando anche i cordoni del cuore dei mariti erano risanati, le coppie concepivano. Altri uomini accompagnavano le mogli soltanto per sostenerne la guarigione, ma io potei lavorare lo stesso sui loro cordoni.

Ho visto inoltre che alcune donne (e alcuni uomini) non riuscivano a permettere l'instaurarsi di cordoni genetici nel profondo del loro chakra del cuore da parte di un'anima che desiderava nascere. Queste donne (e questi uomini) non sapevano di aver paura di una gravidanza. Osservando i campi energetici di molte donne e di molti uomini che si trovavano in quella situazione, scoprii la presenza di una deformazione nel loro chakra del cuore che li accomunava. La Figura 17.2 mostra un denso blocco scuro collocato nel profondo del chakra del cuore che impedisce ai cordoni di radicarsi nel centro. Questo radicamento è necessario perché si stabilisca una gravidanza. Per raggiungere la connessione è necessario un totale abbandono spirituale e biologico alla volontà celeste, così come accade per una gravidanza. Ciò è descritto da Heyoan più avanti.

Molti di noi hanno idee sbagliate riguardo a ciò che significa seguire la volontà celeste. Siamo influenzati in modi negativi dalla disciplina impostaci da nostro padre e da altre autorità maschili, oltre che dagli insegnamenti religiosi, soprattutto da quelli tradizionali che parlano di collera divina. Se non fai ciò che "Lui" ti ordina, guai a te! Non riuscire ad avere una gravidanza è una delle molte conseguenze delle nostre idee sbagliate riguardo alla volontà divina. Ecco perché l'insegnamento di Heyoan che segue, in

merito alla precisione divina con un tocco leggero, è tanto importante.

Contemplazione sulla volontà divina

*Contempla la volontà divina
come una forma precisa e complessa,
piuttosto che come una forza cui ribellarti
o che ti obbliga a fare qualcosa.
Come risultato, l'intera tua esperienza
della volontà divina cambierà.
Dov'è dunque la divinità collerica
e ostinata che ti punisce
se non segui la sua volontà?
Quest'idea semplicemente si dissolve
nella divina precisione di una bella forma.
Mentre sincronizzi la tua vita
sulla volontà celeste,
imparando ad abbandonarti alla divina
precisione di questo universo,
sperimenti la gioia e il piacere
di sentirti completamente al sicuro
in ogni momento
dell'adesso cui ti abbandoni.*

*La volontà divina è la precisa
organizzazione divina della vita.
La volontà divina è il modello
della divina precisione.
È lo schema per ogni forma di ogni cosa
e ogni essere
che è manifesto nel mondo fisico.*

*La volontà divina è divina precisione
con un tocco leggero.
Le leggi fisiche di questo universo
sono strumenti di apprendimento per te.
Esistono nell'intricato modello
nella divina precisione.*

*La volontà divina è una brezza leggera
che soffia sulle tue guance.
È il delicato schiudersi dei petali di un fiore.*

*La volontà divina può essere osservata
ogni giorno
in un meraviglioso albero che cresce;
nella formazione di un bimbo
nel grembo materno.*

*Puoi scorgere la volontà divina
nel dispiegarsi della tua vita.
La volontà divina è un preciso e delicato
disegno di vita che si sviluppa
nell'evoluzione di tutte le specie.
La volontà divina è la musica delle sfere.*

*La volontà divina tiene in serbo per te
un modello che personalizzerai
con il libero arbitrio
per scegliere ogni momento con il tuo amore,
per trovare un equilibrio e per abbandonarti
alla piena esperienza di ciò che è adesso:
di ciò che giunge a te,
di ciò che si muove attraverso di te,
e di ciò che si espande e si contrae in te,
dispiegando la tua vita nel modo
più naturale, più bello.*

*Che cos'è la divina precisione
che emerge dalla tua energia d'amore
creativa?
Impara a riconoscere il tuo unico e perfetto
disegno.
Dalla psiche umana
la volontà celeste è stata dipinta come
rigida e dura.
Ma non è così.
La volontà celeste non punisce.
Sei tu a punire te stesso
con le tue convinzioni duali e di
separazione.
Il disegno della volontà divina è in te
e l'universo è benevolo.*

Una volta che si creano i cordoni genetici
tra il chakra della persona che desidera nascere

e i due genitori, la gravidanza può aver luogo. I cordoni genetici che collegano gli altri chakra dei genitori e del bambino si sviluppano rapidamente nel periodo del concepimento. Non ho avuto l'opportunità di osservare questo aspetto per un'ovvia ragione: una volta che le persone riescono a ottenere una gravidanza, smettono di venire da me. I cordoni genetici rimangono per sempre.

Se un bambino è dato in adozione, i suoi cordoni genetici rimangono collegati ai genitori biologici per sempre. Se sono danneggiati, è necessario ripararli e ricostituirli per la salute e per lo sviluppo dell'anima. Affronteremo più in dettaglio questo punto nel capitolo successivo, dove si parlerà dei legami delle radici ancestrali. I cordoni radicali sono molto diversi da tutti gli altri.

Ovviamente, durante le mie pratiche di guarigione ho osservato che i problemi relativi ai cordoni genetici non erano sempre l'unica causa che impediva il concepimento. Principalmente le altre cause erano da ricercarsi nella combinazione dei pH dei fluidi sessuali dell'uomo e della donna che impediva alla gravidanza di proseguire, nei problemi legati al secondo chakra dell'uomo e anche a una debolezza nel campo energetico dell'utero che portava ad aborti spontanei.

Lo sviluppo del cordone relazionale nell'utero

Mentre il feto si sviluppa nell'utero, si formano i cordoni relazionali che mettono il bambino in rapporto con i propri genitori. Dopo la nascita questa crescita continua per tutta la vita. Le connessioni tra il bambino e i genitori diventano il prototipo per tutti gli altri cordoni relazionali. Il bambino sviluppa cordoni che lo connettono a ogni individuo con cui entra in relazione (vedi Figura 17.3). Questi cordoni relazionali con al-

tre persone si baseranno sui cordoni primari che si sono sviluppati tra il bambino e i genitori o le persone che si sono prese cura di lui/lei durante l'infanzia. In altre parole, i genitori e le figure di riferimento della prima infanzia costruiscono i cordoni prototipo sul cui modello s'instaureranno tutti i futuri cordoni relazionali. Le relazioni che stabiliamo con le donne sono simili a quelle che abbiamo avuto con nostra madre, ossia la nostra figura di riferimento femminile primaria. Allo stesso modo, le relazioni che creiamo con gli uomini sono simili a quella che abbiamo instaurato con nostro padre.

Informazioni riassuntive sui cordoni

I cordoni relazionali sani si connettono in profondità dal primo chakra con il chakra del cuore. I cordoni che partono dal settimo chakra si connettono con i mondi spirituali più elevati.

I cordoni relazionali degli altri cinque chakra si connettono con i chakra corrispondenti: per esempio il nostro secondo chakra si unisce al secondo chakra dell'altra persona, il terzo con il terzo, il quarto con il quarto ecc. Di conseguenza, i cordoni relazionali sani tra due persone si stabiliscono tra i loro chakra corrispondenti, dal secondo al sesto. La coscienza energetica si trasmette quindi tra i chakra corrispondenti (dal secondo al sesto) di due persone che sono in una relazione sana.

I cordoni relazionali tra i chakra dal secondo al sesto che vanno verso la madre e le altre donne partono dal lato sinistro del corpo, mentre quelli che ci connettono al padre e agli altri uomini partono dal lato destro.

I cordoni relazionali prendono il carattere della relazione: se la relazione è dolce e rassicurante, i cordoni hanno quell'aspetto; se la relazione è severa e difficile, i cordoni sono frastagliati, rigidi e trasmettono una coscienza energetica dura.

I cordoni relazionali sono tubi cavi e flessibili e assomigliano un po' a una canna per l'acqua. Sono azzurri e veicolano informazioni tra due persone in relazione tra loro. L'informazione può essere considerata istintuale. Non è di natura mentale. È più simile a un senso innato di conoscenza oltre i sensi, una modalità di essere nella vita di cui ignoriamo il perché.

I cordoni relazionali di ogni tipo sono utilizzati dai genitori per connettersi con i propri figli e per trasmettere loro insegnamenti. I cordoni relazionali (e genetici) durano per sempre, oltre la morte fisica.

I cordoni malsani presentano molti tipi diversi di distorsioni.

Per esempio, possono essere:

1. sradicati, aggrovigliati con altri cordoni e/o fluttuanti nello spazio;
2. annodati e arrotolati su se stessi;
3. rescissi;
4. connessi al chakra sbagliato;
5. deboli, rigidi, pesanti, inquinati, che assorbono energia, pretenziosi, dispotici, estenuanti ecc.;
6. non connessi correttamente ma arrotolati intorno all'altra persona;
7. incastrati nell'altra persona e aggrovigliati intorno a lei invece che connessi correttamente.

*Una volta entrati in relazione
si è sempre in relazione.
I cordoni relazionali durano
per l'eternità.*

*Tutti i cordoni relazionali malsani devono
essere guariti.
Fino a quando non sono guariti, la persona
che li crea*

*continuerà a produrre altri
cordoni malsani.*

*A prescindere da quanto sia terribile
la relazione,
e di conseguenza i suoi cordoni,
questi non dovrebbero mai e poi mai essere
rimossi.
Occorre guarirli.*

*Ogni relazione,
a prescindere da quanto sia dolorosa o
"cattiva",
ci dona lezioni di vita fondamentali
su noi stessi.*

*Ho sentito di guaritori che tagliano
i cordoni.*

*Questo aumenta solo il bisogno
di guarigione.*

*I cordoni tagliati devono essere ricostituiti.
I cordoni relazionali sono per sempre.*

*I tuoi cordoni relazionali originari
cominciano prima della nascita e continuano
dopo la morte.*

Guarisci i cordoni genetici e relazionali

Quando si guariscono i cordoni relazionali accadono alcune cose interessanti e sorprendenti:

1. La guarigione dei cordoni coinvolge tre persone: il guaritore, il soggetto al centro della guarigione e la persona che era/è in relazione con il soggetto.
2. La terza persona non deve per forza essere presente fisicamente nella stanza in cui si opera la guarigione, ma non ci sono controindicazioni in merito.

3. La terza persona deve acconsentire alla guarigione e unirsi a questo processo nella realtà dell'HEF del quarto livello.
4. La guarigione dei cordoni relazionali può avvenire grazie a tecniche di guarigione a distanza: l'unione di queste tecniche rende possibile la guarigione senza la presenza fisica del soggetto.
5. Questa tecnica funziona con tutti e cinque i tipi di cordoni.

La guarigione dei cordoni relazionali tra uno studente e la madre deceduta. Un buon esempio di guarigione dei cordoni relazionali si verificò diversi anni fa, in occasione di una dimostrazione di guarigione che condussi durante un corso per studenti al terzo anno di formazione. Il volontario era un uomo di circa trent'anni che chiamerò Donald. La mamma di Donald era stata piuttosto dispotica nei confronti del figlio quando questi era giovane, così Donald, per conquistare la propria indipendenza, aveva strappato via i cordoni relazionali del terzo chakra che lo connettevano alla madre e li aveva ingarbugliati nel proprio terzo chakra.

Durante la guarigione, prima di tutto mi occupai della normale preparazione dell'HEF, ripulendo e ricaricando il campo magnetico. Mi spostai con attenzione dal primo chakra verso l'alto fino a che raggiunsi il terzo chakra di Donald. Dopo averlo ripulito e ricaricato, cominciai a districare e a ripulire la coscienza energetica stagnante accumulatasi nei cordoni strappati del terzo chakra.

La madre apparve in forma spirituale, desiderosa di ricevere la guarigione. Rimase a distanza, in maniera che il suo settimo livello dell'HEF e quello di Donald non entrassero in contatto (vedi la Figura 17.4a). Una volta ripuliti i cordoni energetici di Donald, li tirai fuori oltre il settimo livello e li stabilizzai perché rimanessero lì. Poi passai a fare la stessa cosa

con i cordoni della madre. Li ripulii e li ricaricai e portai anche i cordoni della madre all'esterno del suo settimo livello.

Il passo successivo fu quello di riconnettere semplicemente ogni cordone, da capo a coda, tra Donald e la madre. Me ne occupai con molta cura. Mentre ogni corda veniva riconnessa, un'esplosione di coscienza energetica fluì ancora tra i due. I loro campi energetici diventarono luminosi e carichi di gioia. Poi effettuai una semplice chiusura. Entrambi uscirono dalla guarigione chiaramente sollevati (vedi la Figura 17.4b).

Le competenze necessarie per guarire i cordoni relazionali

La guarigione descritta nel paragrafo precedente può sembrare semplice, e lo è. La difficoltà sta nel padroneggiare alcune competenze necessarie per realizzarla.

Il guaritore deve essere in grado di gestire con fermezza le quattro dimensioni (la stella nucleo, l'hara, l'HEF e il corpo fisico) che devono rimanere nitide per l'intera durata della guarigione per tutte e tre le persone coinvolte: il guaritore e i due soggetti.

Il guaritore deve essere in grado di utilizzare l'HSP (percezione sensoriale superiore) per percepire i seguenti aspetti di tutti e tre i campi energetici contemporaneamente e per operare su di essi:

1. i sette livelli dell'HEF;
2. l'hara;
3. i cordoni;
4. i chakra;
5. i sigilli all'interno dei chakra.

Il guaritore deve inoltre riuscire a mantenere uno stato di amore incondizionato per l'intera durata della guarigione.

Cordoni e sigilli sani

La corretta anatomia dei cordoni e dei sigilli è mostrata in Figura 17.5. In profondità nel chakra ci sono i sigilli della percezione. Come descritto nel Capitolo 6, i sigilli della percezione sono parte del meccanismo che rileva la coscienza energetica negli spettri di frequenza dell'HEF. *Ancora una volta, devo enfatizzare che l'unica ragione per cui la chiamiamo "coscienza energetica" è che, nella gamma di frequenza dell'HEF dei sistemi biologici vitali, la componente della coscienza ha un'ampia portata.*

Come descritto nel Capitolo 6, i sigilli nella dimensione dell'HEF assomigliano a piccole lenti, attraverso cui la coscienza energetica entrante si avvolge a spirale per scendere in profondità nei chakra per caricare l'HEF (si veda la freccia nera a spirale nella Figura 6.1). Questa coscienza energetica può essere individuata a patto che i "sigilli della percezione" siano funzionanti e l'individuo sappia come regolare il proprio HEF. I cordoni, che assomigliano a lunghi tubi cavi e flessibili, sono configurazioni dell'HEF. Nella Figura 17.5, i cordoni sono mostrati in blu: si noti che entrano direttamente nei sigilli.

Possiamo percepire l'HEF come coscienza energetica in termini di colori e forme. È simile a ciò che vediamo normalmente nel mondo fisico. Possiamo quindi dire che l'informazione trasmessa attraverso i cordoni sia simile alla coscienza energetica dell'HEF: un fluido energeticamente caricato, o bioplasma. Mentre fluisce attraverso i cordoni, trasporta informazioni che possiamo percepire, vedere, udire, odorare, gustare e conoscere con l'HSP.

I sigilli della percezione. Una volta entrato nel sigillo, il cordone smette di esistere. L'informazione che passa per suo tramite cambia forma spostandosi in un'altra dimensione. Più che una trasmissione di coscienza energetica dal cordo-

ne alle dimensioni più profonde, si tratta di una *trasmutazione* dell'informazione che è contenuta nell'HEF mentre si muove verso i livelli più profondi del nostro essere: la dimensione dell'hara (intenzionalità) e quella della stella nucleo (essenza). Di conseguenza, la natura della coscienza energetica si trasforma secondo la natura di quella particolare dimensione. È molto difficile percepire ciò che accade in profondità nei sigilli e seguire la trasmutazione dell'informazione nelle dimensioni dell'hara e in quella del nucleo.

Una volta che l'informazione si sposta nella dimensione dell'hara, si trasforma in intenzionalità. Quando la nostra intenzione entra più in profondità nella dimensione della stella nucleo, si trasmuta nella nostra essenza, ossia nel nostro essere divino essenziale. Come viene percepita o sperimentata l'essenza e quale tipo di informazioni ci fornisce? Secondo me, *esperire l'essenza di un altro essere significa sperimentarne pienamente le qualità uniche di conoscenze superiori e principi elevati, incarnati nell'amore.*

Di conseguenza è tramite le relazioni che noi sviluppiamo il nostro essere divino essenziale. Queste relazioni s'instaurano tra noi e le persone che conosciamo e amiamo, tra noi e quelle per cui non proviamo particolari sentimenti e tra noi e tutti gli esseri umani che non conosciamo. Le nostre relazioni con gli altri includono tutte le creature: piante, animali e tutto ciò che è vivo. E molto probabilmente questa definizione comprende più esseri di quelli che noi, allo stadio attuale dell'evoluzione umana, possiamo immaginare.

Capitolo 17 – Autovalutazione.

Guarire i cordoni relazionali

1. Quali relazioni nella tua famiglia d'origine sono state più difficili?

2. Quali relazioni nella tua famiglia d'origine sono state più semplici?
3. Data la tua risposta alla prima domanda, con quale membro della tua famiglia d'origine hai bisogno di guarire una connessione malsana?
4. Data la tua risposta alla terza domanda, con quale tipo di persona ripeti l'instaurazione di cordoni relazionali malsani nelle tue relazioni odierne?
5. Che cosa hai bisogno di risolvere dentro di te per guarire i cordoni relazionali di una tua relazione attuale? Descrivi tre questioni principali che hai bisogno di risolvere con te stesso e che, ancor oggi, influiscono negativamente sulle tue relazioni.
6. Data la risposta alla seconda domanda, quale tipo di relazione è per te la più facile da instaurare? Che cosa ami di queste relazioni? Che cosa ottieni da queste relazioni?

18. La guarigione delle radici ancestrali

*Tu scegli una famiglia con definite
caratteristiche intellettuali,
con interessi e talenti specifici,
con una determinata condizione ambientale
e particolari sfide da affrontare.*

*Il tuo mondo fisiologico e fisico è stato
accuratamente
considerato e determinato
prima di ogni singola incarnazione.*

*Compresi quegli aspetti di te
che hai già sviluppato
come nucleo essenziale attraverso
molte generazioni.*

*Forse, molte vite fa,
sei stato il tuo stesso nonno
o la tua stessa nonna.*

*Questo significa che forse hai vissuto
la vita di un tuo progenitore
e adesso ti sei reincarnato a molte
generazioni di distanza.*

*Di solito i membri di una famiglia
tendono a saltare diverse generazioni
prima di reincarnarsi nello stesso albero
genealogico.*

*Da questa prospettiva, considera la possibilità
che potresti essere – o sei in realtà –
il tuo stesso custode o guida.*

– HEYOAN

La confusione riguardo alle nostre radici

Tutti noi abbiamo ascoltato dei racconti sui nostri antenati. Da bambina trascorrevi i lunghi e freddi inverni del Wisconsin ad ascoltare i racconti di mio padre. Mi parlava di come i suoi antenati fossero arrivati in America a bordo della Mayflower sfidando l'ignoto. Secondo il mio albero genealogico, due miei avi sono stati presidenti degli Stati Uniti (John Adams e John Quincy Adams). Probabilmente nell'albero genealogico della gran parte delle persone ci sono nomi noti: possono rivelarsi per noi dei modelli quando ne abbiamo bisogno.

Mia madre mi raccontò di come i suoi genitori avessero affrontato la "Corsa alla terra" nel 1889. Vivevano in un carro coperto rivendicando un terreno di proprietà in Oklahoma. Con i nativi americani scambiavano grano con carne di bufalo. I suoi fratelli erano agricoltori in Oklahoma e alcuni dei loro figli lo sono ancora.

Tutti cerchiamo di conoscere quali esperienze hanno caratterizzato la storia della nostra famiglia, perché questi racconti confermano la nostra esistenza. Ci fanno sentire al sicuro e ci permettono di capire che, dentro di noi, abbiamo il potere di creare ciò che desideriamo, a prescindere da quanto possa essere difficile. Questo tipo di storie ci connette alle nostre radici. Le nostre fondamenta si radicano nella Terra e sulla strada costruita dai nostri antenati, lungo la quale possiamo procedere verso il futuro per migliorare la nostra condizione e quella della

prossima generazione. Almeno, questo è quanto cerchiamo di fare, ma non sempre funziona.

Vogliamo radicarci nella Terra e nei nostri antenati. Quando parliamo delle nostre radici, ci sentiamo connessi con gli antichi padri. Ascoltiamo i racconti delle loro gesta e ci sentiamo fieri del coraggio con cui hanno inseguito i propri sogni.

Esploriamo quindi le sane configurazioni delle radici ancestrali che esistono nel Sistema della coscienza energetica umana (HECS) di ciascuno: che cosa fanno, come influiscono sulla nostra vita, quali sono gli usi sbagliati che ne facciamo, come si deformano e diventano malsane e come le guariamo per ri-creare una condizione di salute per noi e per il nostro rapporto con loro.

Le nostre radici

Un guaritore può scoprire molto sulle relazioni che i propri assistiti hanno instaurato con gli amici e la famiglia osservandone i cordoni relazionali e ancestrali. Nel nostro HECS ci sono radici ancestrali sia sane sia malsane.

Le radici ancestrali sono molto diverse dai cordoni relazionali. C'è una connessione tra cordoni relazionali e radici ancestrali. Questo, in un primo momento, può causare un po' di confusione ma, se osserviamo con maggiore attenzione, distinguerli è semplice.

Nel Capitolo 17 abbiamo descritto come funzionano i cordoni relazionali e la comunicazione che, tramite essi, instauriamo con gli amici e con le persone care. Come abbiamo visto, i cordoni relazionali sono tubi cavi lunghi e flessibili di color azzurro che veicolano l'informazione tra due persone. Quest'informazione è composta da coscienza energetica colorata che contiene molti dati sulla natura di ogni relazione tra i due individui connessi dai cordoni. I cordoni sono condotti diretti tramite cui l'informazione fluisce quasi

istantaneamente. Più interazioni abbiamo con un amico e più informazioni questa relazione contiene, più numerosi saranno i cordoni che ci legano a lui. Questo è uno dei motivi per cui la fine di una relazione è dolorosa. I cordoni contengono la sostanza fluida delle nostre vite relazionali.

È importante comprendere le differenze tra cordoni e radici: funzionano in modo diverso e c'è una grande differenza nelle tecniche utilizzate per guarire i cordoni e quelle che si utilizzano per guarire le radici. La guarigione delle radici comprende alcune tra le tecniche più difficili insegnate alla Brennan School of Healing; inoltre essa richiede che il guaritore applichi tutte le tecniche apprese nel corso della propria formazione.

Radici ancestrali. Le radici ancestrali sono robuste, nere e flessibili. Sono i legami che ci tengono in contatto con le nostre famiglie d'origine. È difficile operare una guarigione sulle radici ancestrali e per farlo occorre rimanere molto concentrati e focalizzati. Le radici ancestrali si allungano dall'interno dei sigilli dei chakra attraverso la dimensione dell'hara per raggiungere il centro dell'essere, la stella nucleo.

Le radici ancestrali tradizionali (TAR)

C'è molta confusione riguardo all'interazione tra le nostre radici ancestrali e il nostro HECS, perciò diamo un'occhiata all'anatomia sia delle nostre corde genetiche sia delle nostre radici ancestrali sane. Poi vedremo come le tradizioni imposte possono generare problemi complicatissimi nell'HECS. Le tradizioni imposte dagli anziani alla generazione successiva non solo la danneggiano, ma congelano anche il potenziale passo in avanti nello sviluppo di quella cultura. I grovigli malsani delle radici ancestrali tradizionali non sono necessari per salvare una cultura; al contrario, possono anche ucciderla. Di conseguenza, una comprensione di come que-

sto si verifica è molto importante per tutti noi. In primo luogo chiarirò la natura e la funzione delle radici ancestrali. Poi mostrerò il danno che deriva da chi abusa delle radici tradizionali per controllare i giovani e la perdita che sperimenta l'umanità quando queste radici sono usate impropriamente per forzare il mantenimento della tradizione.

Le radici ancestrali tradizionali (TAR) sono cordoni genetici manipolati e distorti. Sono stati deformati con l'intento di mantenere le tradizioni, dominando e manipolando i figli per assicurarsi che queste fossero portate avanti. Di solito la credenza sottostante alla tradizione ha scopi religiosi o di sopravvivenza, o entrambi.

Le radici ancestrali tradizionali si possono formare in diversi modi. Il più comune è molto semplice. Un genitore – per esempio, il padre – che magari non è nemmeno particolarmente connesso a una tradizione ma che nella propria vita non è riuscito a realizzare ciò che desiderava, può volere a ogni costo che il figlio porti a compimento quello che era il suo obiettivo. Questo tipo di genitore strapperà via i cordoni genetici dal proprio chakra e li inserirà nel chakra del figlio attraverso i sigilli. Di conseguenza, i cordoni genetici sani del figlio, che dovrebbero metterlo in contatto con il padre, sono sostituiti dai cordoni distorti, scuri, duri, manipolatori, esigenti, aggrovigliati e induriti del padre: il loro aspetto sarà quello di radici nere. Non sono vere radici ancestrali, ma cordoni genetici deformati.⁴

Anche se si tratta di cordoni genetici distorti, li chiamerò radici ancestrali tradizionali, perché sono i meccanismi con cui l'HEF mantiene le “nostre radici tradizionali” che controllano la progenie da una generazione all'altra. Le radici

4. Non sono le radici con cui ci radichiamo nella Terra. Il radicamento avviene tramite i cordoni relazionali che sviluppiamo a partire dal nostro primo chakra e che da qui penetrano nella Terra.

ancestrali tradizionali sono in grado di esercitare il controllo per molte generazioni a venire, dal momento che si trasmettono automaticamente a ogni nuova generazione fino a quando non vengono guarite. Un cordone genetico sostituito da una radice ancestrale tradizionale continua a esistere per generazioni, perché il primo figlio connesso con queste radici non dispone di un cordone genetico sano con cui concepire a sua volta un figlio, che viene al mondo con una radice ancestrale. Di conseguenza, una guarigione delle radici ancestrali tradizionali deve risalire alla radice ancestrale originale da cui è partita la tradizione. Ecco perché è così difficile da guarire.

Le radici ancestrali tradizionali sono molto nocive per un figlio, perché interferiscono con il suo libero arbitrio. Di solito sono aggrovigliate nei sigilli e provocano disturbi di percezione che contribuiscono a mantenere saldi i pregiudizi. Le tradizioni e i pregiudizi sono letteralmente in grado di *creare punti ciechi* nell'HEF dove le radici ancestrali tradizionali danneggiano i sigilli della percezione.

Non fraintendermi su questo punto. Credo che ogni cultura sia meravigliosa e importante per l'intera umanità, perché contiene qualcosa di unico con cui contribuisce al miglioramento globale. Ciascuna ha qualcosa da insegnare. Ogni cultura ha sviluppato differenti aspetti dell'HEF che sono doni per il genere umano.

Come dice Heyoan:

*L'umanità
non è fatta per l'uniformità.
Che noia!*

Ogni cultura, però, prova anche paura e disprezzo per le altre culture, spesso per ragioni che affondano in una storia antica ormai sorpassata. Paura e disprezzo si sono solidificati nei pregiudizi, che diventano sistemi di convinzioni

stagnanti inconse delle persone che li adottano senza neanche rifletterci sopra.

Un paio di esempi di radici ancestrali tradizionali. Una volta mi capitò di conoscere un uomo le cui radici ancestrali tradizionali interferivano con il libero arbitrio individuale, creando difficoltà nella comprensione di ciò che la persona vuole e desidera; sfortunatamente non ho avuto l'opportunità di operare una guarigione.

I cordoni genetici del quarto chakra dell'uomo erano stati rimpiazzati dalle radici ancestrali tradizionali che provenivano dal lato maschile della famiglia e che risalivano a molte generazioni precedenti. Le radici erano penetrate nel quarto chakra passando dal retro, si erano avvolte nel sigillo posteriore e in quello frontale, poi erano scese lungo la corrente energetica verticale dove avevano continuato ad svilupparsi intorno ai sigilli posteriori e anteriori del terzo, secondo e primo chakra. Le radici tradizionali ancestrali, in pratica, controllavano il suo equilibrio sentimentale e la sua volontà nel terzo chakra. Erano loro a decidere chi gli era permesso amare e che cosa doveva desiderare. La volontà dell'uomo era orientata primariamente a guadagnare il denaro necessario alla sopravvivenza della sua famiglia d'origine. Mentre la radice continuava a scendere lungo la corrente energetica verticale, interferiva anche con il libero arbitrio e con la comprensione del funzionamento di ciascun chakra. Essenzialmente l'uomo era manovrato dalla *tradizione* tramite le radici ancestrali che erano state collocate nel primo, nel secondo e nel terzo chakra. Nel quarto chakra le radici controllavano chi doveva amare e sposare. Nel terzo come doveva prendersi cura di se stesso e di alcuni particolari membri della sua famiglia, escludendo tutti gli altri. Nel secondo chakra decidevano come e con chi potesse esprimere e apprezzare la propria sensualità e sessualità. E nel primo chakra

come e con chi potesse apprezzare i piaceri fisici della vita.

Nella parte anteriore del corpo dell'uomo c'era una radice tradizionale proveniente dalle antenate di sesso femminile. Questa particolare radice entrava solo nella parte anteriore del quarto chakra e influiva quindi unicamente sulla parte anteriore del quarto chakra e sul suo sigillo della percezione, mentre i numerosi antenati di sesso maschile esercitavano molte più pressioni su di lui, perché avevano penetrato i sigilli del quarto, del terzo, del secondo e del primo chakra.

Il paragrafo successivo affronta l'argomento dei punti ciechi causati dall'ingresso delle radici tradizionali ancestrali nei sigilli della percezione.

I punti ciechi nei sigilli della percezione come risultato delle radici ancestrali tradizionali. Ogni volta che una radice tradizionale ancestrale entra in un chakra, è molto probabile che attraversi i sigilli della percezione. Quando ciò accade, nel punto in cui penetra il sigillo si forma un punto cieco nella percezione. Per illustrare il problema presento qui il caso di una donna che aveva una simile configurazione. Purtroppo non ci fu occasione di operare una guarigione su di lei. La portata del danno causato dalle radici è illustrata nella Figura 18.1a. Nell'immagine è raffigurato il sesto chakra, quello della visione. I due adulti stanno l'uno davanti all'altro. Quello da cui è partita la radice tradizionale si trova alla tua sinistra, mentre la figlia adulta è alla tua destra. Il padre ha spinto i propri cordoni genetici attraverso il sigillo del figlio, nel sesto chakra anteriore, creando un punto cieco nella percezione visiva del figlio. Nel corso della vita, il padre ha spinto la radice nel sesto chakra anteriore della figlia per tre volte, attraversando il sigillo posteriore di lei, per tre volte, creando di conseguenza tre punti ciechi nei sigilli anteriore e posteriore del sesto chakra di lei. Come si nota nella Figura 18.1b, i punti ciechi assomigliano

a punti scuri collocati nei sigilli e impediscono una chiara percezione visiva della realtà (vedi Figura 18.1c). Di solito i punti ciechi si creano nei cosiddetti tabù o aree proibite, di cui è vietata l'esplorazione. Di conseguenza, il punto cieco limita la capacità della figlia di vedere un'area particolare della vita. Semplicemente lei non vedrà la realtà di un particolare aspetto della vita che il padre non vuole che lei veda. Si noti come la radice rappresentata nella Figura 18.1a si allunghi verso il basso, dall'interno dei sigilli nel sesto chakra attraverso l'hara e nella stella nucleo.

Se in ognuno dei sigilli esiste un qualunque punto cieco, quella persona non sa che cosa significhi avere una percezione chiara della realtà. Non riesce a capire cosa stai cercando di comunicarle, almeno fino a quando il punto cieco non sarà guarito. Questo è uno dei motivi per cui, per le culture tradizionali, è tanto difficile comunicare: sono cieche le une nei confronti delle altre. Le tradizioni rivali creano e sostengono la formazione di punti ciechi nelle persone che le seguono. Ecco perché gli sforzi diplomatici per trovare un terreno comune spesso sono vani. Anche se tutti sono allineati con il bene dell'unità più grande – e, ovviamente, non sempre è così –, creare comprensione e pace è difficile a causa dei punti ciechi che sono rimasti al proprio posto per secoli. Invece di favorire la comprensione, la maggior parte delle persone si preoccupa di proteggere le proprie tradizioni, e nel far questo mantiene i punti ciechi al loro posto.

Problemi con le radici tradizionali in punto di morte

Poco dopo l'esperienza con Robert Monroe, una mia cara amica ultranovantenne fu ricoverata in ospedale. L'andai a trovare poco prima che morisse. La chiamerò Ruth. Ruth continuava a uscire e a rientrare nel proprio corpo, e

si ritrovava disorientata ogni volta che “cadeva” fuori dal corpo. Continuava a ripetere che stava cadendo. Cominciai a usare le tecniche che avevo appreso al Monroe Institute. Le afferrai entrambe le mani e le assicurai che tutto andava bene. La rassicurai anche la sua famiglia. Ruth morì poco tempo dopo che avevo lasciato l'ospedale. Iniziai subito a meditare per assisterla e aiutarla a raggiungere il livello 27 (vedi Capitolo 16). Sembrò funzionare. A quel livello trovai un cottage che il marito defunto prima di lei le aveva preparato e in cui lei avrebbe potuto vivere tra una vita e l'altra.

Più tardi, al suo funerale, osservai i campi energetici vitali mentre il rabbino pronunciava il Kaddish e altre preghiere. Ripeteva ciascuna frase delle preghiere in ebraico e poi in inglese. Quando parlava in inglese nei campi energetici non accadeva nulla, ma quando cantava in ebraico tutto cambiava. Ecco la sequenza dei cambiamenti del campo energetico cui assistetti durante la cerimonia in ebraico.

1. Durante il primo canto si formò una cupola di energia protettiva sopra l'area che conteneva la bara. Anche alcune tombe vicine furono avvolte dalla cupola.
2. I cordoni relazionali della famiglia erano disconnessi.
3. Il campo energetico vitale del gruppo dei familiari era separato da quello di Ruth e si trovava sotto un'altra cupola protettiva: quello della famiglia era sotto una cupola, quello di Ruth sotto l'altra.
4. Il corpo astrale di Ruth e altri corpi spirituali più elevati erano separati dal suo corpo fisico.
5. Si aprì un lungo corridoio che arrivava lontano, fino agli altri antenati deceduti che si allungavano verso di lei. Volevano che Ruth li raggiungesse e cercavano di attirarla verso di loro. Ma lei non si mosse.

6. Quando il rabbino parlò nuovamente in ebraico, Ruth fu spinta ad andarsene. Venne letteralmente risucchiata nel luogo in cui si trovavano gli antenati. A questo punto Ruth era energeticamente disconnessa dalla sua famiglia.
7. La bara fu calata nel terreno mentre un sigillo energetico avvolgeva il corpo di Ruth, impedendo che si creassero altre connessioni.
8. Quello stesso sigillo energetico separava la famiglia dal corpo nella bara. La cupola di energia protettiva si dissolse entrando nella terra e le persone presenti al funerale si allontanarono.
9. Mentre ce ne andavamo, gli antenati erano ancora intensamente focalizzati sui viventi, anche se energeticamente separati da questi. Sembrava che desiderassero la vita fisica: credo fossero vittime di genocidi, l'ultimo dei quali fu l'olocausto nazista.
10. C'era un altro aspetto: gli antenati erano connessi a Ruth tramite radici tradizionali ancestrali.

Non raccontai a nessuno quanto avevo visto con l'HSP. Non ero sicura di come l'avrebbero presa e non volevo offendere nessuno. Trascorsero anni prima che rivedessi un fenomeno simile, ma in un contesto differente.

La guarigione di una donna che aveva un problema con gli antenati

Anni dopo, mentre conducevo una dimostrazione durante un seminario, accadde qualcosa d'insolito che risolse (almeno per me) la questione con gli antenati cui avevo assistito al funerale di Ruth. Questa esperienza fu altrettanto importante per una donna che chiamerò Hanna e che si offrì come volontaria per la di-

mostrazione. Hanna seguiva i seminari di formazione Erhardt (EST, uno tra i primi corsi di consapevolezza intensivi degli Stati Uniti). Aveva fatto progressi nella sua crescita personale e poi era diventata una team leader. Un motivo di scontento per lei era la fastidiosa sensazione di sentirsi sempre in dovere. Avvertiva di essere intrappolata nel proprio ambiente familiare e non riusciva a uscirne. Era come se qualcosa assorbisse la sua energia. Ecco quanto sperimentai nel corso della guarigione.

Mentre presentavo agli altri partecipanti al seminario la guarigione di Hanna, vidi che la sua energia era quasi esaurita. Seguii il flusso energetico mentre usciva dal campo di Hanna per capire da cosa fosse attratto. Ancora una volta vidi orde di antenati defunti che si allungavano verso di lei, desiderosi di avere la sua vita. Erano incapaci di farsi una ragione dell'orrore e del terrore che avevano sperimentato durante l'olocausto, quando furono torturati e uccisi.

Per quanto possibile, cercai di disconnettere le radici tradizionali ancestrali e altri legami, ma senza successo. Erano completamente inseriti dentro Hanna, come se lei fosse l'unica via d'uscita. Era chiaramente una loro discendente. Alla fine, dopo aver provato ogni tecnica che conoscevo, mi arresi e pregai per ricevere aiuto. Allora tutto cambiò.

Un alfabeto apparve nell'aria, formando un arco che andava dalla testa di Hanna alle dita dei piedi e, sulla destra del lettino, da lei ai suoi antenati. Pensai che fosse l'alfabeto ebraico, ma non ne ero sicura, per cui trascrissi sulla lavagna le prime lettere che vedevo e domandai agli studenti che cosa fossero. Mi risposero che avevo scritto sulla lavagna le prime due lettere dell'alfabeto ebraico.

A quel punto Heyoan mi disse di dirigere gli antenati nell'arco dell'alfabeto ebraico. E così feci. Secondo la mia comprensione, l'alfabeto ebraico è la rappresentazione del divino.

Mi ci volle un po' di tempo per richiamare l'attenzione degli antenati contattandoli psichicamente, ma alla fine riuscirono a vedere l'alfabeto ebraico e cominciarono a focalizzarsi su quello invece che su Hanna. Uno alla volta entrarono nelle lettere.

Quando furono tutti sani e salvi a casa, mi rivolsi ad Hanna per portare a termine la guarigione. Rimossi le radici tradizionali ancestrali e il suo HEF cominciò a splendere. Poi conclusi la guarigione riparando tutti i livelli del suo campo e l'hara, aiutandola a riconnettersi al nucleo essenziale.

Era tutto finito. Dopo anni in cui si sentiva esaurita come se qualcuno succhiasse la sua energia, Hanna finalmente disponeva nuovamente delle proprie forze. Riprese a creare la vita che desiderava mentre continuava a rispettare e onorare i propri antenati.

La guarigione delle radici tradizionali ancestrali di Debra

Vediamo come la guarigione delle radici tradizionali ancestrali sia in relazione con l'HEF e che cosa accade quando le radici sono aggrovigliate. La Figura 18.2a mostra l'inizio di una guarigione volta a rimuovere le radici tradizionali ancestrali tra due persone (guarigione di cui diversi anni fa tenni una dimostrazione) e alcuni loro antenati.

Questo caso è molto più semplice dei due discussi in precedenza. Una donna, che chiamerò Debra, era sopraffatta dalle cure che prodigava al fratello minore e agli altri membri della sua famiglia. Guardando il campo energetico di Debra con l'HSP, riuscii a vedere le radici nere che si aggrovigliavano all'interno del suo terzo chakra. Mentre preparavo il campo per rimuoverle, ripulendo, caricando ed equilibrando il campo, vidi suo fratello, in forma spirituale, che entrava nella stanza. Le radici arrivavano fino a

lui e, ancora più indietro, si snodavano attraverso molte generazioni. Avevano una coscienza energetica che esigeva una cura dedicata nel silenzio più assoluto: si supponeva che Debra dovesse stare in silenzio mentre si prendeva cura di loro. Non riuscii a comprendere questo aspetto fino a quando non si svolse la guarigione.

Mentre scioglievo, sbrogliavo ed eliminavo le radici dal terzo chakra di Debra, mi doveti concentrare anche sull'HEF dei suoi antenati. Non appena la prima radice fu rilasciata dal chakra di Debra, tutti gli altri campi connessi attraverso le generazioni sperimentarono un profondo terrore. Si veda la Figura 18.2b. Dovevo reggerli tutti con amore incondizionato mentre lavoravo, e questo richiedeva molta concentrazione. Non appena il punto cieco di Debra fu guarito, mi spostai a ritroso attraverso le generazioni per guarire il punto cieco della persona successiva. Per portare a termine la guarigione, ogni persona doveva essere ripulita dalla radice.

Dovevo srotolare e sbrogliare la radice e guarire i punti ciechi di ciascuno, partendo dal fratello e procedendo a ritroso. Naturalmente domandai il permesso a ogni persona prima di procedere con la guarigione. Anche se preoccupati in un primo momento, tutti furono contenti di aiutare Debra.

La guarigione continuò attraverso moltissime persone, più di quante me ne aspettassi, e assistetti alle circostanze che ognuna aveva sperimentato nella propria vita senza essere riuscita a risolverle a causa dell'influsso della radice che la teneva prigioniera. Una combatteva usando arco e frecce, una pativa il freddo, una era spaventata da un fulmine, una era inseguita da un grande uccello predatore, una reggeva tra le mani una ciotola di argilla con alcune erbe, una macellava un animale simile a un cervo che aveva appena ucciso. L'ultima era un cavernicolo vestito di pelli di animali. Il suo compito consisteva nel fare in modo che tutti quelli che

abitavano nella grotta rimanessero in silenzio, affinché un orso che viveva in quell'area non facesse loro del male. Non avevo mai visto tante generazioni collegate in quella maniera prima di allora.

Una volta sciolta la radice malsana che partiva dal cavernicolo, accadde qualcosa d'inaspettato. Non appena la radice nera fu ripulita, dal cavernicolo furono rilasciati gli originari cordoni cavi di colore azzurro. I cordoni si allungarono automaticamente in avanti nel tempo, di generazione in generazione. Ogni individuo fu liberato dalle convinzioni negative sulla mancanza di libertà che gli/le impediva di vivere la vita desiderata. Si veda la Figura 18.2c.

Guardai meravigliata ogni persona ormai libera dalla prigionia delle radici. La gioia spontanea di tutti riempì la stanza. Mentre gli splendidi cordoni relazionali blu si riconnettevano, la comunicazione cominciò a fluire verso la futura generazione. L'amorevole e premurosa coscienza energetica di ogni generazione veniva inviata alla successiva. Tutti i discendenti erano sostenuti e amati per la loro stessa natura.

Poi accadde qualcosa d'incredibile. Tutti nella classe ne fecero esperienza. Mentre i cordoni genetici continuavano a estendersi tra le generazioni, arrivarono nella classe. La sensazione fu meravigliosa. L'intera sala si riempì di cordoni generazionali che si connettevano con gli studenti. Non me l'aspettavo! In effetti, fu come se chiunque fosse geneticamente in relazione con l'uomo delle caverne da cui tutto era partito. La sensazione di fratellanza, sorellanza e familiarità fu sorprendente. Eravamo tutti discendenti di quell'uomo delle caverne e la saggezza istintiva delle generazioni fluì attraverso i cordoni genetici che ci connettevano. Tutti furono euforici per il resto della settimana.

I risultati della guarigione delle radici tradizionali di Debra

Aspettai qualche giorno dopo la guarigione per rivolgere alcune domande a Debra. Preferii darle tempo perché integrasse quanto vissuto. Ero curiosa di scoprire quale fosse stata la sua esperienza.

Contattai Debra anche molti anni dopo per capire come fosse andata la guarigione e come la sua vita fosse cambiata di conseguenza. Debra mi disse che la guarigione aveva messo in moto cambiamenti profondi in lei e nella sua vita. Da allora la guarigione si era mantenuta in maniera ottimale.

Come abbiamo visto in questo capitolo, i cordoni rimangono oltre il tempo di questa vita e, come spiegato nel Capitolo 17, poco dopo la morte si verificano cambiamenti molto interessanti.

Dopo tutto, è la tua vita.

Capitolo 18 – Autovalutazione. Come trovare le tradizioni malsane nella tua famiglia

1. Quali sono le tradizioni malsane che si trasmettono nella tua famiglia?
2. Quali sono i comportamenti malsani che ne risultano?
3. Quali dei tuoi chakra e sigilli risentono dell'influsso di radici ancestrali tradizionali? E come?
4. Sai quali sono i tuoi punti ciechi? Che cosa non vedi?
5. Da quale ramo della famiglia derivano? Nota la differenza tra i punti ciechi che derivano dalla tua famiglia paterna e quelli che provengono dalla famiglia materna.

Elenca tre dei principali punti ciechi per ogni ramo. Se hai problemi a individuarli, pensa alle tradizioni che devi seguire. Ti comporti in accordo a esse o ti ribelli?

6. In che modo i punti ciechi che hai elencato in risposta alla quinta domanda influiscono sulla tua vita? A che cosa hai rinunciato per comportarti secondo le esigenze della tua famiglia da entrambi i lati?
7. Quali sono i cordoni relazionali sani che hai bisogno di stabilire al posto delle radici? Questa è la strada che devi percorre-

re per una guarigione profonda. Ascolta i tuoi desideri. Qual è la vita che desideri? In quale modo vuoi ri-creare la tua vita? Quali sono i desideri più profondi? Stai riuscendo a realizzarli? Come? (Ricorda, se ripulischi le tue radici malsane, aiuterai anche i membri della tua famiglia a liberarsi. Se dovessero arrabbiarsi, puoi aiutarli a liberarsi con il tuo esempio. Sta a te: nella vita non hai altri doveri che quelli nei confronti di te stesso.)

19. Concetti unitivi

Concludo questo libro con le canalizzazioni di Heyoan a proposito di alcuni elevati principi unitivi secondo cui vivere. Prendo in esame i seguenti concetti: la pace nel mondo, la vita oltre la morte, la guarigione delle nostre relazioni e del retaggio familiare e come questo aspetto si connetta alla guarigione universale e ai nostri ruoli individuali di leader. In chiusura, trovi una meditazione a favore dell'unità.

Creare la pace nel mondo

Allineati con l'intenzione di essere qui adesso. Allineati con l'intenzione di vivere nella verità. Nel tempo prima di te sei stato messo alla prova con la minaccia del terrore. Hai trascorso momenti in cui hai affrontato il terrore che nasceva in te, quindi sei in grado di riconoscere il potere dell'immaginazione che si sprigiona dalle minacce che i Paesi si scambiano tra loro, inasprendo i rapporti. Ricorda, quando senti queste minacce ritorna al tuo centro e nota come questa retorica evochi il terrore in te. Analizza le tue reazioni, sia fisiologiche sia psicologico-emotive. Osserva le azioni che compi automaticamente come risultato della paura. Che cosa scegli di fare nella vita in seguito a queste minacce? Le tue azioni si basano sull'unità o sulla dualità?

È ben noto che molti di voi stanno cambiando i propri sistemi di valori e stanno percorrendo il cammino che li porterà al proprio vero sé unificato. Il viaggio verso casa include la rinascita di famiglie che sono state separate e

il ricongiungimento di relazioni che sono state interrotte per un certo tempo, perché quando il tuo sistema di valori cambia entri nel tempio sacro del cuore.

*Là, nel tuo cuore, troverai molte cose.
Troverai un tempio d'amore.*

*Quel tempio accoglie tutti gli aspetti
della vita,
anche il cosiddetto terrorismo.*

Nota come persone che vivono in diverse nazioni, Stati e in vari posti di potere usino la retorica delle minacce per indurre una reazione negativa a livello astrale, così che le persone reagiscano negativamente all'"opposizione". O dovremmo dire: "Si coagulino su un lato di un archetipo dualistico negativo." Osserva il processo creativo dualistico. L'unione di forze che si oppongono comincia con un sacco di retorica, di emozioni e di bugie che hanno lo scopo di evocare la paura racchiusa nella tua coscienza energetica non evoluta, che è bloccata nelle capsule del tempo. L'intento nascosto è indurti a muoverti nel dualismo e a schierarti da una parte o dall'altra, in una lotta o in una guerra imminente.

Questa è la sfida lanciata all'umanità per millenni. In questo secolo scegliamo di educarvi perché sviluppate al meglio le vostre capacità, utilizzando ogni tipo di comunicazione, per convincervi che la dualità è un'illusione e che i bisogni sono gli stessi per tutti gli esseri umani.

Una delle grandi paure del genere umano è non avere abbastanza. Questa paura induce a un sovraconsumo che danneggia l'ecosistema terrestre e ne impoverisce le risorse naturali. L'ecosistema manterrebbe facilmente l'equilibrio da solo se non ci fosse la continua ingerenza degli esseri umani.

Immagini e paure comuni sono radicate nel profondo delle persone nate negli stessi Paesi. Ogni Paese ha il proprio dualismo e le proprie paure che si basano sulla storia insegnata attraverso la comunicazione verbale e l'azione. Queste storie sono scritte in forma dualistica per creare e mantenere immagini dualistiche nella coscienza delle persone di ogni Paese. Raggruppate, le immagini formano sistemi di convinzioni che dettano ciò che è necessario fare per mantenersi al sicuro. Di conseguenza, i problemi dell'umanità sono interni e le paure di gruppo generano reazioni di gruppo. Nel tuo caso sono tutte le paure racchiuse in te e nella tua società. C'è una storia profondamente radicata in ogni individuo nel mondo. È proprio questa storia che cerchiamo di dissolvere per risolvere i problemi dell'umanità, per conservare le risorse naturali della Terra e per riportare questo Pianeta al naturale equilibrio.

Per favore, ricorda: qualunque cosa, prima di precipitare nel mondo fisico, deve raggiungere una massa critica nel mondo astrale. La retorica internazionale presente oggi, le espressioni di diverse paure e le azioni che cercano di indurre a seguito di queste paure si basano principalmente su immagini e sistemi di convinzioni che hanno un profilo nazionale.

Portaci con te, in modo che possiamo aiutarti e sostenerti in questi tempi, quando la paura crescerà, com'è già accaduto. Comprendi che la paura è semplicemente separazione dall'amore. È separazione dal tuo sé. È separazione dal tempio dell'amore nel tuo cuore. Quando avverti questa separazione, sappi che ti sei allontanato dalla comunità del sacro cuore umano.

È nella comunità del sacro cuore umano che si genera in tutto il mondo la pace che può essere creata. Se affronti le paure che sono in te, se osservi quanto facilmente nascono dal tuo interno e se ne intuisce il potere, puoi anche vedere come possono diventare pericolose quando le proietti su un nemico immaginario che pensi voglia distruggerti. Il nemico è nella tua dualità interna, a partire dalla quale agisci in modi che non sono compatibili o in sintonia con la guarigione dell'umanità. Non ci sono altri nemici a parte le tue immagini interiorizzate o, forse dovremmo dire, oltre i pregiudizi che formano i tuoi sistemi di convinzioni dualistici.

I tuoi cosiddetti nemici sono solo persone che sperimentano ed esprimono anch'esse una grande paura interiore e agiscono di conseguenza. La fame nel mondo può essere vista come un nemico ma non lo è. È una creazione dell'umanità, così come la paura e le guerre. Nota che la creazione dualistica di questa tensione è in forma psiconoetica. Alcuni individui, mossi dal proprio terrore interno, cercano di creare una massa critica mondiale che precipiti la guerra nel mondo fisico. Seguono quel processo creativo da vicino, così come altre persone perseguono l'unità.

Considera la possibilità che adesso, in questo periodo della storia umana, siamo sfidati a continuare questa comunicazione che sollevi il velo e metta in contatto entrambi i mondi. Siamo sfidati a dare un nome alle emozioni esagerate. Siamo sfidati a dare un nome al processo con cui esageriamo di proposito le emozioni negative – rabbia, ira, paura, terrore – al fine di controllare le reazioni emotive e le azioni delle persone vulnerabili. Questi esseri umani sono vulnerabili perché non hanno avuto il privilegio di questo tipo di educazione. Sono vulnerabili perché c'è un'ignoranza diffusa rispetto a quanto abbiamo detto qui. Si sa molto di come risvegliare emozioni negative per ottenere una reazione particolare. C'è invece una grande ignoranza a

proposito di come allontanarsi da una reazione emotiva per centrarsi nella luce, nell'amore e nella forza.

Evitare una reazione emotiva per scegliere l'amore richiede che affrontiamo la nostra paura e il dolore che essa nasconde. È esattamente ciò che la storia impedisce di fare. La storia pone il focus all'esterno. La guarigione lo gira verso l'interno. Sulla strada che porta al sottilissimo confine tra reazione emotiva e dolore, c'è molta sofferenza e una forte espressione di quel dolore. Però, quando t'immergi profondamente in quei sentimenti in comunione con un altro essere umano, la sofferenza s'acquieta e la luce emerge in una meravigliosa ed echeggiante comunione. Significa riconoscere la condizione umana di ciascun individuo. Quando si favoriscono reazioni emotive in una situazione politica, si nega la verità e si usa impropriamente la negazione di ciò che è la vera condizione umana, ossia che i bisogni degli esseri umani sono gli stessi, a prescindere da qualunque affiliazione politica o religiosa.

I dubbi scompaiono quando t'immergi nel tuo cuore e ti unisci alla comunità del sacro cuore umano. A questo stadio dell'evoluzione, la storia umana si basa in gran parte su reazioni emotive, sull'esigenza del super-ego di negare il vero stato del proprio essere e sulla pretesa di voler essere migliori. Ciò richiede un grande sforzo per il sistema interno di ogni essere umano, a prescindere da quale sia il livello di progressione lungo il cammino. Adesso state affrontando con grande forza quei luoghi che in voi sono ancora avvolti nell'ombra e nella confusione e che sono inoltre connessi all'inconscio collettivo dell'umanità, in parte molto frammentato.

Questi aspetti indeboliscono l'umanità, soprattutto perché vi è stato insegnato a essere i migliori. Più imparate a immergervi nei desideri spirituali che sono custoditi nel vostro cuore più elevato, più sarete in grado di ascoltare questo bellissimo sacro cuore umano che siete,

più avrete la capacità di affrontare certi aspetti. Sono piuttosto semplici. È un sollievo affermare la verità di dove siamo adesso, di ciò che sentiamo, di ciò che pensiamo, del risultato della somma delle nostre esperienze di vita in questo momento. È così semplice. Quando sei in grado di farlo, scopri che gran parte della confusione o del caos apparente nella tua vita si dissolve. La confusione che è in te e nella tua vita è frutto della negazione della semplice verità di chi sei.

Per sua propria natura il perfezionismo implica la negazione di sé.

Avvicinandoti alla condizione umana nella verità, raggiungerai l'umiltà. È una parola bellissima: umiltà.

Umiltà significa collocarsi al proprio posto specifico secondo il piano divino. A dir la verità, non hai bisogno di collocarti lì, perché ci sei già. Si tratta di permettere a te stesso di stare in quel posto di divina precisione con tutto il tuo essere.

Tu possiedi doni meravigliosi. Ogni individuo ha tanto da dare. In te ci sono anche un grande dolore, una certa confusione e alcune aree che necessitano di essere sviluppate. Questo può confondere. Senza dubbio, mentre crescevi, ti sono stati additati come esempio alcuni leader. Erano considerati perfetti e ti è stata proposta l'idea che non avresti mai sofferto né incontrato difficoltà se solo ti fossi comportato come loro.

Quegli insegnamenti si basavano sulla dualità. Ti assicuro che ogni grande leader, spirituale o altro, ha una grande sofferenza da affrontare e deve lavorare molto su di sé. Quando ti è stato additato a esempio qualcuno come se fosse perfetto, sono sorte due problematiche: ciò ha indotto in te una tensione interna verso la perfezione portandoti all'autocritica, perché non sei perfetto secondo il modello che ti è stato

mostrato. Di conseguenza soffri e credi erroneamente che, se diventi perfetto, non soffrirai più. Per cui ogni volta che soffri ti giudichi. E il giudizio continua a tenere il dolore al suo posto. Impara a riconoscere il giudizio in quanto primo livello di difesa: nasconde il tuo perfezionismo. Cella tua pretesa di non provare dolore. Maschera il tuo desiderio di essere migliore degli altri (un altro modo per cercare di evitare il dolore). Però, dietro al giudizio, si nasconde la paura del dolore. Qui uso la parola “dolore” in senso generale: mi riferisco a ogni tipo di sofferenza, come fame, povertà, abuso, derisione, esclusione e altro.

Vedi, il potere della retorica si basa sulla paura della sofferenza e su ciò che immaginiamo di dover fare per evitarla. La tua immagine interiore ti dice che, se provi dolore, significa che in te c'è qualcosa di profondamente sbagliato. Dopo tutto, guarda quanto hai vissuto, quanto hai imparato e tutto il lavoro che hai svolto: se avessi fatto tutto bene, adesso non soffiresti.

Lo scopo della guerra nasconde una semplice equazione: primo, indurre la paura, poi il terrore, poi la rabbia, seguiti da azioni di guerra. Sei un portatore di luce. Tu e molti altri come te, su tutto il Pianeta, lavorate ovunque come operatori di luce. Ma non pensare che, dal momento che sei un operatore di luce, la sofferenza non ti riguarderà. Questa è una variante del pensiero secondo cui “ho lavorato in un certo modo, quindi adesso non è possibile che io soffra”. I leader che riescono in ciò che desiderano, i guaritori che si donano agli altri, gli operatori di luce di ogni tipo soffrono e non sono esenti dal dolore. Non ci sono deroghe alla condizione umana. Può sembrare che ci siano per qualcuno, ma in realtà non esistono eccezioni.

Venire qui significa affrontare senza eccezioni il proprio dolore e la propria paura. Significa svolgere lo scopo per cui ti sei incarnato e grazie al quale sei pieno di gioia e benefici. La gioia è quella dell'umiltà. Il beneficio è la capacità di

arrendersi e di essere semplicemente chi sei, e questo è abbastanza. Nell'essere chi sei, la tua coppa trabocca. Nell'essere chi sei, non ti fai ingannare dalla retorica dualistica che cerca di raggruppare forme psiconoetiche creative di coscienza energetica in una massa critica che precipita nel mondo fisico ed esplosa in una guerra.

Con questa conoscenza di te, con l'umiltà e l'abbandono, puoi rilassarti nella divina precisione e ascoltare l'eterna connessione con il divino che dice: “Prenditi cura di te e cerca una comunione spirituale con il divino. In questa comunione rilasci e apri le porte che sono in te alle grandi onde di consapevolezza luminosa che accompagnano la vita mistica.”

In questo secolo c'è la sfida di vivere la vita mistica contemporaneamente a quella mondana, dell'uscire dalle comunità isolate. Può essere utile isolarti periodicamente per rigenerarti, ma tu vivi la tua vita in mezzo all'umanità. Porta lo spirito all'umanità.

Lo spirito si muove attraverso di te secondo la precisione divina che all'inizio forse non comprendi. Ciò che sembra confusione è in realtà la divina precisione che lavora attraverso ogni essere individuale, a prescindere dalla specie. È la divina precisione che opera per portare sintonia, amore e luce.

Quando sei al tuo posto, che è quello giusto, la tua vita mistica si dispiega, per portarti pace e amore. Quando scegli di non farti coinvolgere nella spirale della paura; quando scegli di non contribuire alla dualità dell'inconscio collettivo che l'umanità che vive nel terrore accresce a dismisura; quando scegli di vivere nell'amore, di lasciare che la luce fluisca attraverso di te e decidi di seguirla, passo dopo passo, queste nubi scure che si stanno addensando si dissolveranno. Lavora in comunione con gli operatori di luce del Pianeta.

Permetti al mistico di dispiegarsi a partire da quanto è dentro di te, di fluire dai mondi spirituali. Ciò che l'umanità chiama potere molte

volte è una dura ostinazione a proseguire secondo i propri schemi, che si tratti di un individuo, di un piccolo gruppo, di una nazione, di una setta religiosa, di una religione organizzata o di loro parti.

L'umanità ha erroneamente equiparato il potere all'azione ostinata, che va contro il libero arbitrio individuale. Il vero potere non richiede sforzi.

Come sai, tutto ciò è una distorsione del sistema della coscienza energetica. Implica condurre una grande energia attraverso i centri della volontà e utilizzare una corrente di forza.

Si ricevono molte pressioni perché ognuno adotti un atteggiamento ostinato. Però qui hai sperimentato in cosa consista il vero potere. Non richiede sforzo. Quando il sistema della coscienza energetica è allineato e pienamente centrato, in equilibrio e nitido, diventa più coerente.

È lo strumento che ti permette di cogliere il tuo obiettivo. Funziona automaticamente, con un'intenzione che opera con semplicità perché in te ragione, volontà ed emozione sono in equilibrio, e perché il tuo obiettivo è concreto, chiaro e radicato nella tua realtà. Quando ciò accade entri nel sacro adesso, nello spazio al centro del chakra del tuo cuore. Il sistema di coscienza energetica è un ottimo strumento per raggiungere questo obiettivo.

Se vogliamo salvare l'umanità dall'autodistruzione, questa è una maniera per farlo. Ogni individuo può riuscirci seguendo la propria precisione individuale, se permette al libero arbitrio di fluire in comunione, attraverso il sacro centro del proprio cuore.

Dal caos nasce l'ordine. Ciò che ci appare come caos quando siamo in uno stato dualistico, se ci centriamo su noi stessi, si rivela per la verità che è, ossia divina precisione.

L'umanità affronta la sfida di vivere nella verità.

Il caos presente nella tua vita mette alla prova diverse parti di te non ancora sviluppate, perché hai scelto questo tempo per svilupparle.

Se nella tua vita c'è confusione, forse hai bisogno di interrompere il controllo sistematico degli eventi, perché ciò ti procura sofferenza e insoddisfazione.

Adesso è importante che ogni individuo impari e che si formi autonomamente: per questo motivo la tua esperienza della confusione cresce, al fine di interrompere quel modello comportamentale malsano che hai sviluppato, forse nel corso di molte vite.

Grazie al Cielo per il caos, perché ci porta alla verità.

Nota come il caos nella tua vita stia mettendo alla prova quegli aspetti di te che in realtà desideri cambiare. Sta interferendo con i sistemi che mantengono al loro posto certe abitudini. Usa le minacce internazionali della guerra e del terrorismo per smontare il tuo stile di vita malsano. Vedi, quando da qualche parte si combatte una guerra, altri possono utilizzare i discorsi cui assisti in televisione per trasmettere paura, e quella paura è un filo diretto con le tue abitudini negative. Sono precisamente le tue abitudini negative che creano in te un sentimento d'insoddisfazione.

Per cui adesso uniamoci come una grande comunità che emerge da un'intenzione istintiva di essere un intero, di soddisfare ogni bisogno su questo Pianeta. Il bisogno di una nitida unione d'amore; il bisogno di amare e di essere amati; il bisogno di essere sicuri; il bisogno di vivere in una situazione confortevole, di essere nutriti, di prendersi cura del proprio corpo, di vivere in una comunità, di essere liberi in maniera che il libero arbitrio possa guidarci attraverso i nostri sforzi creativi; il bisogno che le nostre creazioni siano accettate; il bisogno di essere riconosciuti; il bisogno di riconoscere ogni individuo nella sua diversità, perché il desiderio di ogni individuo è specifico, ogni individuo è sacro così come

il suo corpo: un tempio da onorare e di cui prendersi cura; il bisogno di essere coccolati e amati; il bisogno di onorare, amare e aver cura di noi stessi, il bisogno di riconoscere le autocritiche come uno strumento di difesa e di frantumazione delle nostre energie creative; il bisogno di essere qui per noi stessi e così di onorare gli altri.

In questo modo preveniamo la guerra: nutrendo gli affamati; amando chi è abbandonato; amando e liberando chi è confuso, le persone la cui sofferenza è profonda e che sono perdute nella dualità. Persegui questo amore. Lascia che riempi il tuo corpo: diffondi questo amore nella tua vita e nella tua famiglia. Lascia che s'irradi al Pianeta. Invia guarigione ai leader di tutte le nazioni del mondo perché trovino chiarezza, amore, verità. Partecipa alla guarigione dell'inconscio collettivo che è intrappolato nella dualità, prima di tutto rendendo chiaro il tuo inconscio. Quando fai questo, rimuovi anche quella parte oscura che contribuisce a mantenere nell'inconscio collettivo. Puoi occuparti anche di ripulire il mondo astrale dal rumore psichico. Questo è il tuo scopo, il motivo per cui sei qui e il tuo privilegio in quanto essere umano.

Lo splendore attraverso il velo

*Tutte le persone che pensavamo di aver
perso sono qui con noi.
Per tutti quelli che hanno attraversato
il velo,
questo adesso si dissolve e sono tutti qui
con noi,
senza confini, centrati nel divino.*

*Senza il velo, nascita e morte sono
nello stesso respiro.
È un semplice passaggio da una forma
a un'altra.
È vita.
Siamo vita e luce sulle ali dell'amore.*

*La luce e il buio si fondono in un universo
di trasparenza.*

Non ti lasceremo mai

*Siamo qui.
Il nostro mondo non esiste
nella cornice spaziale in cui è posto il tuo.*

*Non cercarci lontano, noi siamo qui.
Si tratta di aprirti
alla verità e all'amore che sono in te.
Grazie alla verità e all'amore, ti estendi
per l'universo.*

Camminare in entrambi i mondi

Camminare in entrambi i mondi, quello spirituale e quello materiale, è un gran piacere. Quando ampliamo l'esperienza del doppio mondo per includervi altri aspetti della nostra vita, questa diventa molto più complicata e richiede una maggior chiarezza nei confronti di noi stessi. Fino a quando non viviamo la nostra vita nitidamente, camminare in entrambi i mondi implica una grossa confusione tra le nostre proiezioni e le nostre percezioni. Questo accade perché camminare nei due mondi mette immediatamente alla prova i nostri aspetti irrisolti più profondi. In primo luogo è messa alla prova la nostra chiarezza, poi la nostra sanità. (Che cosa pensiamo della nostra sanità mentale quando udiamo, vediamo e sentiamo persone "dell'altro mondo"?) Poi sono messe alla prova le nostre relazioni e infine la nostra morte.

Avremo bisogno di chiarire che cosa sentiamo a proposito della morte, ciò in cui crediamo e le paure che nutriamo nei confronti di questo passaggio, sia a livello personale sia dal punto di vista della tradizione in cui siamo cresciuti. Significa affrontare la nostra morte imminente. Significa affrontare la morte dei nostri cari. A prescindere da quanto affermiamo di credere

nell'altro mondo, quando facciamo realmente esperienza della morte viviamo sempre un terrore e una sofferenza profondi, che si tratti della nostra morte o di quella di un altro e a prescindere dalle nostre convinzioni. Questo accade in parte perché il corpo fisico è pensato per opporsi alla morte. Lotterà contro la morte e allo stesso modo si comporterà la nostra personalità che si è creata in questa vita. Che la morte sia lenta o veloce, si passa attraverso tutti gli stadi che la dottoressa Elisabeth Kubler-Ross ha delineato molto chiaramente nel suo lavoro.

Siamo pieni di meccanismi di difesa che c'impediscono di sperimentare quella paura e quel dolore profondi. Uno dei semplici errori che le persone possono commettere quando utilizzano la percezione sensoriale superiore (HSP) è proiettare una fantasia nel mondo spirituale – come una connessione spirituale positiva – in un momento di grande paura o di difficoltà. Uno dei principali indizi di questo tipo di proiezione nel caso di un'esperienza correlata alla morte è l'assenza di un sentimento di perdita profonda, di intenso dolore e dello shock connesso alla perdita di una persona amata. È solo grazie all'esperienza del lutto che la guarigione può avvenire. Si prova un grande dolore e, al tempo stesso, si sperimenta la presenza immediata dell'amato attraverso la percezione sensoriale superiore. La persona deceduta può trovarsi in uno stato di vera pace ma al tempo stesso prova un forte senso di perdita a causa della separazione fisica dalle persone che ama. Grazie ai molti anni trascorsi osservando persone trapassate di recente, posso dire che le entità somigliano a come erano poco prima della morte.

Per camminare in entrambi i mondi è necessario rivedere l'idea di nascita, vita e morte. La nostra paura della morte c'impedisce di entrare nel mondo spirituale. Però, per vivere con pienezza, dobbiamo integrare la nostra esperienza spirituale con quella fisica.

Morire significa lasciar andare. È un grande abbandono. La chiave per integrare è lasciar andare le nostre difese e affrontare quelle parti di noi che non riescono a vivere nel momento presente. Questo significa sperimentare le molte piccole morti di quelle parti di noi. Significa arrendersi a vivere ogni istante della nostra vita nel momento presente. Significa arrendersi alla condizione umana, esposta a un mondo esterno molto più ampio.

Il sentiero del cammino in entrambi i mondi è lungo e intenso, e saranno necessarie molte vite per percorrerlo nella pace, nella chiarezza, nella serenità e nella saggezza. È un cammino di rispetto e di resa che richiede di bruciare alcune delle nostre convinzioni e dei nostri costrutti di realtà più radicati. In un certo senso, non è un cammino da prendere alla leggera, però è con leggerezza che dobbiamo percorrerlo. Per camminare in entrambi i mondi con agilità e rispetto, dobbiamo usare il linguaggio dell'unità con noi stessi e con gli altri, mentre teniamo in considerazione la prospettiva dell'altro. Non è tanto importante convincere l'altro delle nostre percezioni, lo è invece sostenere con cura amorevole la persona che affronta un processo di lutto. Quando si attraversa un lutto, l'esperienza di sentire la presenza spirituale di una persona amata può confondere ed essere censurata con rabbia, perché il dolore e lo shock sono troppo forti. Più avanti, la presenza spirituale può essere molto rincuorante.

Nell'affrontare la sfida di trovare modi adatti di vivere in entrambi i mondi con onore e rispetto, possiamo utilizzare la nostra conoscenza del campo energetico umano, dell'hara e della stella nucleo. Perché la nostra HSP sia una porta sull'altro lato, è importante che rimanga nitida. L'HSP può facilmente essere suggestionata dalla paura. La differenza principale tra fantasia e realtà nel campo energetico umano è la direzione in cui ruotano i chakra.

Se il chakra ruota in senso antiorario, l'individuo sta proiettando. Se ruota in senso orario, sta percependo. Vivere il momento presente significa che l'hara è allineata e di conseguenza il nostro obiettivo è chiaro e la connessione con l'essenza del nostro essere è attiva. L'HSP è nitida se la persona vive nel presente. Noi rendiamo nitida l'HSP operando la guarigione, ma la sfida è farlo nella vita quotidiana. Amici, camminate con gli angeli.

Dalla guarigione individuale a quella relazionale

*La relazione intima con un'altra persona
avviene a opera di entrambi gli individui
e richiede assoluta onestà reciproca.*

*Troverai gli stessi aspetti
di sofferenza profonda e le sue correlazioni
con la paura,
con le reazioni emotive e le difese
caratteriali
nelle tue relazioni.*

*I tuoi rapporti interpersonali hanno
un nucleo essenziale.*

*Per guarire le tue relazioni
utilizza lo stesso processo di guarigione
con cui curi te stesso.*

*Continua il processo di guarigione in gruppi
ancora più grandi,
che avverrà grazie all'onestà e all'integrità
di ogni componente del gruppo,
in relazioni sempre più ampie
fino a coinvolgere tutta la Terra.*

*Nelle relazioni interpersonali noi guariamo.
È fondamentale.
Mentre espandiamo la nostra onestà
guariamo gruppi relazionali più ampi.*

Tu sei il passo successivo

*I tuoi antenati, i nonni e le nonne,
ti hanno lasciato questa magnifica eredità.
In cambio, offri loro i nuovi apprendimenti,
il nuovo passo evolutivo
attraverso i tuoi cordoni relazionali.*

*Sei nato in uno spazio fondativo,
in un mondo di sostegno.
Sei nato in un mondo
che ha bisogno di compiere il passo successivo
e sei tu che lo intraprendi.*

*La tua crescita, la canzone della tua anima,
l'amore che è in te esprime te stesso
nella tua bellezza, nella tua canzone,
in ogni forma di tutte le creazioni
cui diamo origine
nella nostra vita.*

Questo è il passo successivo.

Gl'insegnamenti e l'evoluzione umana

*I processi di trasformazione – esplorazione
del nostro paesaggio interiore, trascendenza
– espansione di sé e trasfigurazione –
metamorfosi diretta di ciò che rimane,
si verificano in ogni crescita spirituale,
in tutti i cammini di risveglio.*

*Ciò che è spiegato qui
è solo un'altra cornice
in cui inseriamo gl'insegnamenti
per questo tempo, per questo secolo
e per questo gruppo di esseri umani
individualizzati.*

*A ogni stadio nell'evoluzione dell'umanità,
che corrisponde anche al processo di risveglio,
occorre una tradizione meno rigida
per evolvere maggiormente rispetto a prima.*

*A ogni passo lasci andare,
dissolvi la tradizione
e la sostituisci con la tua eredità culturale
personale
a partire dalla quale ti allinei con il divino.*

*Non hai più bisogno delle antiche tradizioni
che sono state di aiuto alle generazioni
che ti hanno preceduto.
A ogni nuovo passo nella verità,
ogni generazione libera tutte le generazioni
che l'hanno preceduta.*

Prerequisiti necessari per dirigere la guarigione globale

Più ti allinei in profondità con la Terra, più ti allinei con i tuoi compiti e il tuo obiettivo di vita individuali e anche con quello dell'umanità. Tutte le linee dell'hara s'incontrano nel centro della Terra, con lo scopo comune di far evolvere l'umanità. Come sai, l'evoluzione umana non è diversa dal risveglio spirituale. Non possono essere separati né lo sono mai stati.

Ognuno è un magnete per la propria cultura, per il proprio Paese, per la risoluzione del conflitto internazionale e per la guarigione di questo Pianeta. Che cosa dunque porti con il sistema fisico di coscienza energetica che è la cifra della tua cultura, della tua comunità, della tua nazione e della tua religione? Ognuno porta con sé quella cifra, in forma sia dualistica sia unitiva, nei luoghi di sé che permeano l'interezza del proprio essere, dove la separazione non c'è mai stata, dove il tempo non esiste e dove si è nel sacro momento dell'adesso, con la consapevolezza che tutto il proprio essere è congiunto con il divino.

Noi guardiamo alla guarigione globale da entrambe le prospettive dell'individuazione e del risveglio, ossia nella fusione con l'unità divina. Porti in te un desiderio sacro che ti conduce passo dopo passo sul cammino del risveglio,

che corrisponde anche all'evoluzione umana. In questo desiderio divino ci sono i doni che sei venuto a portare all'umanità, oltre alle indicazioni di rotta secondo la tua prospettiva individuale.

Parliamo adesso di queste indicazioni, di questa direzione. Chi sei tu nella tua famiglia? Quale ruolo hai assunto nella tua famiglia d'origine e in quella che stai costruendo adesso? Quale ruolo hai nella tua comunità? Hai incarnato questo ruolo fin dagli inizi di questa tua vita. Il ruolo nella comunità cui puoi aspirare è il riflesso di quello che hai assunto nella tua struttura familiare. Potremmo dire che nella tua struttura familiare fai pratica rispetto al ruolo direttivo che puoi assumere nella comunità.

A seconda del tuo impegno e della capacità di portare a termine questo obiettivo, quel ruolo può ampliarsi dalla tua comunità in circoli sempre più grandi intorno a te. O, potremmo dire, in sfere d'influenza sempre maggiori. Sta a te scegliere quanto vuoi espandere la tua influenza sugli altri. Ognuno è un leader a proprio modo. Puoi espanderti oltre i confini della tua famiglia, nella tua comunità, nel tuo Paese, internazionalmente e globalmente, se lo vuoi.

È molto importante comprendere che ogni leader segue qualcuno a sua volta. Prima di acquisire una leadership di qualsivoglia grandezza, è necessario sviluppare la capacità di seguire e sostenere un leader in ogni area della tua vita, soprattutto laddove vuoi assumere la guida. Questo sostegno alla leadership con cui offri la tua energia e la tua saggezza per qualcosa in cui credi e di cui qualcuno in questo momento ha assunto la leadership, è molto importante perché in questa maniera comprendi e impari come relazionarti all'autorità.

Che cosa ti spaventa dell'autorità? Con questa domanda comprendi come l'autorità è stata usata in modo negativo nel tuo lontano passato, nella vita precedente e forse anche nella tua vita attuale. Impari a riconoscere che il timore che nutri nei confronti dell'autorità è correlato a un

fraintendimento che dovrai affrontare mentre continui a espandere la tua leadership.

E dunque, nella tua prima infanzia, a quale abuso di autorità hai assistito? E in che modo questo ha influito sulla tua leadership? Ci sono forse alcune aree di cui non sai molto, ossia aspetti dell'autorità che non hai conosciuto quando eri bambino. Potrebbero inoltre esserci delle zone della tua leadership in cui hai seguito automaticamente lo stesso modello di abuso semplicemente perché non ne sei consapevole.

Qual è dunque la caratteristica della leadership che stai sviluppando? È estremamente importante definire la tua leadership, osservando in quali aree c'è bisogno di un miglioramento. Nessuno su questa Terra è perfetto: ciò significa assumere la prospettiva del non nuocere a nessuno, del non fare nulla di male. L'imperfezione esiste nei corpi fisici, nella personalità di ciascuno, perché stiamo percorrendo un cammino di apprendimento. L'imperfezione è parte di questo cammino ed è essenziale nel processo d'incarnazione. Perché, quando scegli di incarnarti nel mondo fisico, scegli di focalizzarti sulle parti del tuo essere che sono ancora in fase di apprendimento e di lasciarti alle spalle le altre, così che le tue imperfezioni siano ancora più visibili. Dalla prospettiva più ampia dell'unità in cui sei compreso, la perfezione esiste. In questa incarnazione però tu sei perfetto nelle tue imperfezioni, perché producono conoscenza e lasciano spazio a una meravigliosa creatività.

Vivi in un universo che riflette e ti riporta ciò che hai creato, sia il piacere sia il dolore, il successo e l'insuccesso. Queste sono le chiavi per la leadership. Ricevi una risposta diretta che ti fa sapere se sei in linea con le potenti forze creative che, dal tuo direttore creativo unitivo, discendono attraverso i livelli più elevati nella manifestazione materiale.

Seguire un leader e anche dirigere chi ci segue richiede una profonda onestà nei confronti del nostro profondo e personale processo

di crescita. E dopo aver detto tutto questo aggiungiamo, ovviamente, che tutti sono uguali. Chiunque è un leader e anche un seguace. Tutti sono ugualmente esseri umani. Ogni anima individuale è preziosa. Ogni anima individuale è sorretta con cura e delicatezza nelle braccia dell'universo divino, ricco e benevolo. La base della tua esistenza è la divinità. Tu sei permeato dal divino. L'universo, manifesto e non-manifesto, è permeato dal divino. Nel portare avanti la guarigione globale è essenziale partire da questa base.

Lo splendore che si diffonde sulla Terra

*In tutta la Terra i confini si dissolvono.
Ogni individuo è un figlio del divino.
Inclusi tutti gli abitanti della Terra,
tutte le persone di tutti i continenti
e le nazioni.*

*Guarda a tutti i popoli e a tutte le nazioni
della Terra
come a un'unica umanità,
che nasce, vive, si relaziona,
si trasforma, trascende, si trasfigura,
morendo e rinascendo ancora.*

*Sono inclusi i quadrupedi,
gli abitanti del mare e dell'aria,
le specie vegetali e animali,
i cristalli, la Terra e gli altri pianeti,
un universo di grande diversità,
qui, in questo sacro adesso.*

*Tutti noi esistiamo in una grande comunità
di vita
in costante creazione,
che cambia microsecondo dopo microsecondo,
qui, in questo sacro adesso.*

Meditazione dell'Unità

Allineati con il tuo obiettivo di essere qui. Senti il bel raggio di luce colorata che si avvolge intorno al tuo corpo, in alto e in basso. Spostati con delicatezza al centro del cuore. Mantieni la consapevolezza al centro del cuore. Lascia che la tua luce si espanda sfericamente. Mantieni la connessione con il centro del cuore radicata nell'amore. Senti la luce che irradia e permea ogni cellula del corpo, ogni cellula del tuo essere, sollevandoti verso mondi più elevati di luce e consapevolezza. Senti le onde d'amore che ti attraversano e si espandono nell'universo.

Il tuo cuore e la tua stella nucleo si fondono, e tu riconosci la sfera di antica saggezza che si è formata facendola splendere nella tua stessa sfera di luce, mentre questa sorge dal tuo DNA, dalla tua antica memoria, e adesso viene rilasciata nella consapevolezza cosciente, qui, adesso, in questo sacro momento di comunione, di relazione, d'amore.

Manda queste onde d'amore alla Terra, al tuo Paese, alla tua città. Contribuisci a costruire un reticolo di vita, luce, amore e rispetto, ancorandoti prima di tutto ai luoghi che conosci sulla Terra.

Mentre lo splendore s'irradia dal centro della Terra verso l'esterno, guarda la Dea che emerge dal centro della Terra e porta il dono della vita, il dono dei mondi materiali, il dono del tuo sacro corpo, il dono delle montagne, di tutti gli esseri senzienti, il dono della vita nel mondo fisico, il dono del cuore sacro, dell'amore, dell'umanità, il dono del tuo tempio d'amore, del tuo corpo fisico. Unisce i mondi spirituali del Cielo con il tempio fisico del corpo, fondendoli insieme senza confini.

Tutte le persone che pensavamo di aver perso sono qui con noi. Per tutti quelli che lo hanno attraversato, il velo adesso si dissolve e loro sono tutte qui con noi ora, senza confini, centrate nel divino.

In tutta la Terra i confini si dissolvono. La luce e il buio si fondono nella trasparenza. Ogni individuo è un figlio del divino, compresi tutti gli abitanti della Terra, tutte le persone di tutti i continenti e le nazioni. Guarda a tutti i popoli, a tutte le nazioni della Terra come a un'unica umanità che nasce, vive, si relaziona, si trasforma, trascende, si trasfigura, morendo e rinascendo ancora.

Senza il velo nascita e morte sono nello stesso respiro. È un semplice passaggio da una forma a un'altra. Tutto è vita. Siamo vita e luce sulle ali dell'amore insieme ai quadrupedi, alla Terra, ai cristalli, alle piante, agli animali, agli esseri del mare, dell'aria sugli altri pianeti. Un universo amorevole di grande diversità, caratterizzato da un forte cambiamento che si realizza attraverso la creazione, microsecondo dopo microsecondo, qui nel sacro adesso dell'amore. Tutti noi esistiamo in una grande comunità di vita, nell'amorevole tenerezza e nella luce.

Lascia che la tua luce splenda. Permetti alle tue qualità essenziali di brillare attraverso la tua pelle. Manda la tua luce alle persone che ami. Espanditi sfericamente. Invia la tua luce a chi ne ha bisogno, a tutte le persone del mondo che sperimentano la fame, il dolore, la morte e la violenza in modo che portino il proprio dolore e la propria pena alla luce e all'amore incondizionato che è qui. Spargilo per tutta la Terra. Afferma il potere della parola nel tuo cuore. Pronuncia il nome del divino nella tua lingua. Custodiscilo nel tuo cuore.

*Vieni fuori, vieni fuori.
Scopri quel meraviglioso sé
e libراتi nella lucentezza
che sei quando esprimi la tua creatività.*

È tempo di affermare la tua libertà.

Capitolo 19 – Autovalutazione.

I concetti unitivi di Heyoan

1. Medita su ogni concetto o principio verso cui sei attratto.
2. Tieni un diario, se lo desideri.

Appendice. Le ricerche sull'HEF e sull'HSP

*Lascia che a condurti sia la tua curiosità,
è uno degli strumenti migliori che hai
a disposizione per apprendere.*

– HEYOAN

Questa Appendice raccoglie alcune mie esperienze personali in merito alla misurazione dell'HEF (campo energetico umano) e all'utilizzo dell'HSP (percezione sensoriale superiore) nel corso di molti anni. Per me è stato un grande piacere conoscere persone tanto dotate e lavorare con loro. Grazie a ogni esperienza ho appreso molte importanti lezioni.

Le misurazioni dell'HEF in camera oscura

Anni fa ritornai nuovamente alla scienza per diventare responsabile del Gruppo di ricerca sull'energia del Centro per l'Energia Vitale (CLF). Il gruppo era inattivo da qualche tempo e non aveva ancora portato a termine gli esperimenti. Il dottor Richard (Dick) Dobrin, il dottor John Pierrakos e io li riprendemmo e allestimo un'altra camera oscura nel seminterrato di uno degli edifici del CLF, dove conducemmo alcuni esperimenti con l'aura, utilizzando un tubo fotomoltiplicatore che misurava la luce ultravioletta a 400 nanometri. Dick e io studiammo anche i dati che erano stati raccolti

in precedenza, prima che io arrivassi al CLF, e li includemmo nei nostri risultati.

Nei nuovi esperimenti seguimmo le stesse procedure adottate dai nostri predecessori: ogni soggetto doveva togliersi tutti i vestiti e ripulire il proprio corpo da qualunque sostanza che si sarebbe potuta rivelare fluorescente. I soggetti dovevano stare in piedi a circa 20 centimetri dal tubo fotomoltiplicatore, cercando di energizzare il proprio campo. Dal momento che il rapporto segnale/rumore era basso, dovemmo attendere più di 60 secondi per ottenere risultati chiari. Grazie a questa procedura, e raffreddando l'alloggiamento del tubo fotomoltiplicatore, misurammo un aumento del 15 per cento nella maggior parte dei soggetti, quando questi cercavano di aumentare l'energia del loro HEF. Pochi furono in grado di aumentare le emissioni del tubo di oltre il 100 per cento. Un soggetto in particolare, John P., riuscì sistematicamente ad aumentare il segnale del 15 per cento semplicemente entrando nella stanza, senza nemmeno cercare di accrescere la propria energia. Quando la aumentava, era in grado di generare le emissioni più potenti, con una crescita di oltre il 100 per cento del segnale.

Un fenomeno anomalo, riscontrato ripetutamente con i soggetti forti, fu la permanenza parziale del segnale quando l'individuo aveva già lasciato la stanza: erano necessari dai 15 ai 20 minuti prima che il segnale si dissolvesse completamente. Questo "effetto di sfasamento" fu osservato da altri e portò all'ipotesi che il soggetto lasciasse nella stanza una forma di energia.

Tre individui riuscirono ad aumentare le emissioni del tubo fotomoltiplicatore rimanendo fuori dalla stanza. Dissero che avevano proiettato la loro energia nella camera oscura.

Diversi soggetti provocarono una diminuzione del segnale una volta entrati, anche se stavano cercando di accrescerlo. Uno di questi era molto agitato mentre si trovava nella camera oscura. L'impressione dei ricercatori fu che la donna stesse "succhiando energia" dalle persone con cui era entrata in contatto prima e dopo l'esperimento, cosa che trovò un analogo fisico nelle nostre osservazioni.

Notammo inoltre che sembrava esserci una relazione tra l'intensità del campo energetico e gli stati mentale e fisico. Per esempio, il pensiero ostinato sembrava ridurre l'intensità del segnale del soggetto, mentre la meditazione in generale l'aumentava. Ben presto diventò evidente che avremmo avuto bisogno di un diverso fotomoltiplicatore, più sensibile all'ultravioletto.

L'anno successivo, a una conferenza di ingegneria elettronica, Dick e io presentammo una ricerca sulle misurazioni di radiazioni ultraviolette dell'aura in camera oscura e un altro studio dal titolo "Demistificare l'aura", che includeva le mie osservazioni sul campo energetico umano condotte con la percezione sensoriale superiore.

Che cosa ho imparato dagli esperimenti in camera oscura:

1. È difficile misurare l'HEF con un tubo fotomoltiplicatore, perché molto probabilmente le lunghezze d'onda più forti dell'HEF si trovano in uno spettro più elevato. Adesso probabilmente sono disponibili strumenti più sensibili in grado di eseguire rilevamenti più precisi.
2. Anche con le difficoltà di un'emissione bassa, ricavammo dati che supportarono le osservazioni HSP riguardo al comportamento dell'HEF: il fenomeno di un'emis-

sione energetica più luminosa di qualcuno che sta impiegando molta energia fisica, il fenomeno dell'assorbimento di energia di qualcuno che sta cercando di prendere energia da un'altra persona e il fenomeno di qualcosa lasciato nella stanza dopo che tutti si sono allontanati.

3. Il fatto che così tante persone abbiano innescato un effetto sul tubo fotomoltiplicatore è un elemento a sostegno dell'osservazione HSP, secondo cui il fenomeno dell'HEF esiste per chiunque.
4. Ho bisogno di un altro laboratorio.

Un sensitivo che influisce su una pianta con l'energia psichica

Alla conferenza feci la conoscenza di alcuni scienziati che mi invitarono alla Drexel University di Philadelphia, per condurre alcune misurazioni e osservarne altre. Decidemmo di portare il nostro esperimento sull'aura, nella speranza di ottenere risultati migliori.

Alla Drexel si svolsero diversi esperimenti in contemporanea. Uno consisteva nell'influire mentalmente su una pianta per ottenere una risposta, ovvero un cambiamento del segnale in uscita di un poligrafo attaccato alla pianta stessa che veniva inviato a un registratore. Gli sperimentatori chiesero a Eugene Condor, il sensitivo che collaborava al progetto, di focalizzarsi sulla pianta e di cercare di fare in modo che questa cambiasse lo stimolo in uscita del poligrafo allo scoccare di ogni minuto. Osservai quanto accadeva con l'HSP. Condor teneva un orologio da polso in mano per controllare il tempo. Fu molto interessante osservarlo mentre emetteva un fascio di luce bianca dal terzo occhio allo scoccare di ogni minuto. Era come un orologio. Restò seduto per ore, impegnato nell'esperimento: non ho mai più visto nessuno

dotato di tanta precisione. Ogni volta che emetteva il raggio di luce, l'aura della pianta esplosiva di luce per un momento, poi tornava al suo "normale" flusso di energia.

Punti confermati dall'osservazione di Eugene Condor:

1. Era forse la prima volta che osservavo il raggio di luce bianca, simile a un laser, uscire dal terzo occhio di qualcuno.
2. È possibile controllare il terzo occhio perché emetta un raggio di luce bianca simile a un laser secondo una precisa scansione temporale.
3. Una forte esplosione di luce bianca dal terzo occhio può influire sull'aura di una pianta, che quindi a sua volta influisce sulla lettura del poligrafo.

Influenzare il segnale in uscita di un raggio laser con l'HEF

Alla Drexel era in corso un altro esperimento che stava incontrando delle difficoltà. Mi fu chiesto di collaborare per favorire la comunicazione tra gli scienziati e Karen Getsla, una nota sensitiva che aveva lavorato con il dottor J.B. Rhine alla Duke University su vari esperimenti (come il risveglio di una cavia anestetizzata). La donna aveva qualche difficoltà a comunicare con i fisici. Avevano allestito un test per verificare la possibilità di deviare un raggio laser. Il problema era che, non appena Karen entrava nella camera oscura, influiva immediatamente sul laser. I fisici non riuscivano a crederci, per cui cambiarono le condizioni dell'esperimento. Anche con la nuova modalità, l'influenza di Karen sul raggio laser era immediata. In effetti, ogni volta che Karen influiva sul raggio laser, gli scienziati cambiavano l'esperimento. La loro energia scet-

tica supponeva che non ci sarebbe stato alcun cambiamento nelle misurazioni del laser. Ciò che gli scienziati non capivano era che, con la loro energia scettica, alteravano l'energia della stanza e di conseguenza l'intero esperimento. Così, prima di tutto Karen doveva eliminare l'energia che pretendeva che non si verificasse alcuna modifica e solo in seguito poteva cominciare a influire sull'intensità della luce del raggio laser. In altre parole, l'energia scettica rendeva più difficoltoso esercitare un'influenza sul laser. Ogni volta che gli scienziati aggiungevano energia scettica, c'era più lavoro da fare per Karen.

Quando arrivai, Karen era molto arrabbiata e stava per abbandonare il progetto. Mi raccontò che gli scienziati mentivano, dicendole di non essere entrati nella stanza. In quanto sensitiva, sapeva che era accaduto. Per dimostrare che aveva ragione, mise sugli stipiti un po' di nastro adesivo che gli scienziati – ignari del trabocchetto – staccarono aprendo la porta. Infatti, di ritorno da una pausa, Karen notò che il nastro adesivo era strappato e penzolava dallo stipite, ma gli scienziati continuavano a insistere nell'affermare che non erano entrati nella stanza.

Quindi mi assunsi l'incarico di favorire la comunicazione tra loro e Karen e fu una mediazione molto utile. Entrai nella camera oscura con Karen e insieme inviammo al laser energia d'amore positiva con l'intento di deviarne il raggio, in maniera che la misurazione dell'intensità della luce rilevasse un valore inferiore. Funzionò: i dati rilevati cambiarono. Quando aumentammo l'energia, dalla lettura risultò che la luce del laser si affievoliva.

La domanda era: che cosa stava cambiando? Lo scopo dell'esperimento era misurare la quantità di luce che fuoriusciva dal laser, montato saldamente su un supporto per non farlo muovere. La luce proveniente dal laser era inviata fuori dalla stanza tramite una fessura e poi nel tubo fotomoltiplicatore che ne misurava l'intensità. Se l'intensità della luce cambiava,

voleva dire che la luce emessa dal laser era deviata o attenuata. I dati erano registrati su un grafico. Alcune fotocamere a infrarossi filmavano ciò che accadeva nella stanza per controllare che nessuno toccasse lo strumento. Non appena Karen e io creammo l'intenzione positiva e l'energia necessarie a deviare il raggio laser, i dati rilevati dal fotomoltiplicatore segnarono una diminuzione dell'intensità della luce. Gli scienziati, attraverso alcuni microfoni, ci davano un feedback sugli effetti ottenuti. L'intensità della luce continuava a decrescere.

Poi gli scienziati ci domandarono di aumentare, prima, e di diminuire, poi, l'intensità della luce. Facemmo un po' di pratica per capire come ottenere quel risultato, ci riuscimmo ritirando la nostra energia dal laser e poi inviandola nuovamente, senza mai toccarlo. Trovammo la maniera di comunicare agli scienziati che era il momento di guardare le misurazioni, quando la luce si affievoliva e quando ritornava intensa.

In un primo momento usammo le parole "Adesso, adesso!" per far loro sapere quando stavamo inviando energia e quando di conseguenza le misurazioni avrebbero dovuto registrare valori più elevati.

Ogni volta che inviavamo la nostra energia positiva al laser, ci elevavamo in uno stato spirituale estatico.

Invece di dire adesso, cominciammo a dire: "Sì, sì!".

Poi il "sì" divenne un forte: "Amore, amore!".

Poi amore si tramutò nel grido: "Dio, Dio!".

All'improvviso mi resi conto che stavamo urlando "Dio" nel laboratorio di Fisica della Drexel University!

Non scorderò mai quell'esperienza.

Quando ripenso all'esperimento, mi rendo conto che oltre a inviare energia al laser e a ritrarla, facevamo anche oscillare avanti e indietro diversi livelli del nostro HEF, portandoli a contatto con il laser e poi allontanandoli. Mentre ci avvicinavamo, il laser era al nostro quarto livello.

Quando ci allontanavamo, era nei nostri livelli sesto o settimo.

Dalla prospettiva di un fisico non riuscimmo mai a comprendere che cosa provocasse il mutamento dell'intensità della luce misurata dal tubo fotomoltiplicatore. In un primo momento la luce veniva emessa dal laser. Poi passava da una fessura e quindi nel tubo fotomoltiplicatore che misurava l'intensità della luce (luminescenza) entrante. Di conseguenza, il cambiamento nell'intensità della luce avrebbe potuto essere causato da innumerevoli fattori. Per esempio, non era chiaro se noi riuscivamo realmente a deviare il raggio laser o se influivamo su una diversa parte del corpo del laser, come il metallo di cui era composto, che dunque provocava una deformazione del raggio quando questo usciva dalla fessura. O forse influivamo sul cristallo contenuto all'interno del laser. Dopo tutto ci concentravamo sull'intero laser, che era composto da molte parti.

Forse il raggio di luce si attenuava a causa di un altro fenomeno che non comprendevamo. Forse non era il laser a risentire della nostra influenza, ma qualche altro strumento che era parte dell'esperimento, anche se il buon senso ci portava a escluderlo, dal momento che non ci concentravamo su nient'altro. Sapevamo che il laser non si muoveva fisicamente perché era montato su un supporto fisso in ferro cui era attaccato un sismometro sensibile. Ovviamente non abbiamo mai toccato né spostato il laser. Gli scienziati lo sapevano perché ci osservavano grazie alla telecamera che registrava.

Che cosa mi ha insegnato l'esperimento con il laser:

1. L'esperienza della deviazione del laser mi ha insegnato che c'è un baratro tra le modalità di pensiero e di azione dei guaritori e degli scienziati. Occorre costruire un ponte su questo baratro, accettando le differenze

che intercorrono tra i due gruppi. Con il buon senso bisogna stabilire un metodo chiaro per condurre ricerche, che permetta di tener conto di ciò che noi sensitivi sappiamo del funzionamento del mondo non fisico e che consenta di interfacciarsi con la ricerca fisica.

2. Uno dei problemi è che molti sensitivi prendono a prestito parole del linguaggio scientifico e poi le usano per riferirsi a fenomeni che non corrispondono chiaramente ai termini tecnici utilizzati. È una delle peggiori abitudini quando si cerca di comunicare con scienziati che si sono impegnati molto a studiare, definire e confermare questi tecnicismi attraverso la sperimentazione.
3. D'altro canto gli scienziati, soprattutto quelli che non sono sensitivi, formulano ipotesi sull'esperimento senza comprenderne bene i meccanismi. Alla Drexel gli studiosi ignoravano che stavano introducendo energia nel sistema che volevano osservare scientificamente. Non sapevano che avrebbero dovuto tener conto degli effetti della loro energia sull'esperimento. Non sapevano come controllare la loro immissione di energia nel sistema che volevano osservare. A volte il laboratorio era impregnato di paura e orgoglioso scetticismo, perché si può essere orgogliosi di essere "scettici" o semplicemente scettici. Entrambi gli atteggiamenti esistono nella comunità scientifica. Chi è scettico o orgogliosamente scettico ha un tipo di coscienza energetica molto diversa da quella di chi è "curioso e aperto" o di chi "aspetta di vedere quel che accade". Dal momento che quell'esperimento coinvolgeva la coscienza energetica, quegli scienziati inizialmente influivano in modo negativo sull'esperimento.

4. Ho compreso che uno dei maggiori strumenti per un buon funzionamento dell'HSP è un'innata curiosità individuale. Quando utilizzi la curiosità, metti automaticamente a confronto l'informazione che rilevi con la conoscenza che hai raggiunto nella vita. Considero questo un buon metodo scientifico o anche uno degli aspetti che contraddistingue una buona ricerca scientifica. È molto diverso dallo "scetticismo". La storia della scienza è piena di scienziati che ne ridicolizzano altri responsabili di aver presentato nuove teorie che sfidano i sistemi di convinzioni radicati nel pensiero accademico. Molte volte le nuove idee sono attendibili e devono aspettare che la "vecchia guardia" sia passata prima di essere pienamente accettate.
5. L'energia che ho visto provenire dalle mani e dal corpo di Karen era nitida e al tempo stesso più densa di quella intorno a lei.
6. Karen era anche in grado di emettere energia dai propri chakra quando lo desiderava. (Per favore, non provare a farlo, perché è una tecnica speciale che utilizza il centro del chakra e non i vortici che ruotano in senso orario.)

Filmare l'HEF in un edificio delle Nazioni Unite

La fase successiva della nostra ricerca consisteva nel determinare se l'HEF fosse visibile attraverso una videocamera per poterlo registrare. Ci connettemmo con il Club di parapsicologia delle Nazioni Unite. Utilizzando uno studio di registrazione privato e grazie alla collaborazione di un gruppo d'ingegneri televisivi delle Nazioni Unite, riuscimmo a registrare con successo un segnale associato all'HEF. Il nostro metodo consisteva nel colorizzare un segnale da una te-

lecamera in bianco e nero per poi trasmetterlo su un monitor a colori e registrarlo. Il “colorizzatore” utilizzato nell’esperimento divideva il segnale televisivo in bianco e nero in ventidue tonalità di grigio e aggiungeva un colore diverso a ciascuna di queste tonalità. Poiché la capacità di discriminazione del colore era maggiore di quella dell’occhio umano, speravamo di vedere delle sottili differenze nell’immagine che appariva sul televisore, che altrimenti non sarebbero state colte. Scoprimmo che, dato uno sfondo blu, con la corretta regolazione del “colorizzatore” il monitor TV mostrava un sottile campo pulsato intorno al corpo umano. Inoltre, il monitor mostrava anche diverse forme a imbuto nelle aree dei chakra.

Durante le misurazioni provammo alcuni movimenti. Se un soggetto aveva le dita delle mani unite e poi le allontanava lentamente, venivano visualizzate linee del campo energetico che univano le dita. Questo effetto era visibile in tutti i soggetti testati, a prescindere dall’angolo di separazione delle mani.

Nel corso dell’esperimento il dottor John Pierrakos e io osservammo l’HEF con l’HSP e le nostre descrizioni furono filmate e registrate. Mentre eravamo impegnati nella registrazione, non vedevamo il monitor TV. In seguito guardammo il nastro registrato per confrontare ciò che avevamo visto tramite l’HSP con le registrazioni della telecamera. Avevamo percepito l’attività dell’HEF tre volte più intensamente di quanto era stato registrato dal monitor e il colore era corretto: non era cioè un’immagine virtuale in cui i colori non corrispondevano a quello dell’HEF. A quel tempo riuscivo a vedere diversi livelli del campo, oltre al loro colore. La mia visione HSP era migliorata molto negli anni.

Per noi questi esperimenti indicavano chiaramente l’esistenza di un campo energetico umano e confermavano ciò che osservavamo con l’HSP. È evidente che il tubo fotomoltiplicatore

registrasse una piccola parte dell’HEF. Speravamo di condurre altri esperimenti di questo tipo, ma non fu possibile. Poco dopo infatti Dick e la moglie si trasferirono in Olanda, e John e io ci ritrovammo molto impegnati con il gruppo del Sentiero e non trovammo più il tempo.

Che cosa mi hanno insegnato le registrazioni dell’HEF:

1. Che una semplice telecamera Sony in bianco e nero può registrare alcuni livelli più bassi dell’HEF.
2. L’utilizzo di un colorizzatore (tecnica di base utile per colorare i dati satellitari) aiuta a individuare i diversi livelli dell’HEF.
3. I colori del colorizzatore riproducono le varie sfumature di grigio e non sono i colori dell’HEF.
4. L’equipaggiamento disponibile allora poteva mostrarci forse un decimo di quanto riuscivo a vedere io. È insignificante se comparato a ciò che riesco a percepire adesso, perché mostra solo ampie aree di diverse scale di grigio che vengono colorate, dove chiunque possieda una buona HSP può notare dettagli in una gamma completa – dal macroscopico al microscopico – compresi quelli relativi alle linee energetiche su ognuno dei livelli strutturati del campo energetico, all’interno delle cellule e in certa misura anche il DNA.

Una veloce prova della Brennan Healing Science condotta con l’AMI Machine

Mentre facevo visita al mio amico Michael che viveva in California, ci fermammo all’Istituto californiano per le Scienze umane, fondato dal dottor Hiroshi Motoyama, per verificare se

gli effetti della Brennan Healing Science [Scienza della guarigione Brennan] venissero rilevati dalla AMI Machine [Apparatus for Meridian Identification, Apparato per l'identificazione dei meridiani] del dottor Motoyama. Furono effettuate alcune misurazioni prima e dopo una guarigione. Il dottor Gaetan Chevalier mise gli elettrodi sulla punta delle dita di Michael. Condusse i rilevamenti prima che operassi su di lui una guarigione di quindici minuti per equilibrare e bilanciare l'HEF e poi in seguito. Quando il dottor Chevalier effettuò la seconda batteria di misurazioni, sembrò sorpreso che i dati mostrassero una carica e un equilibrio maggiori nel campo energetico di Michael dopo una guarigione tanto breve. I risultati dell'AMI Machine sono esposti in un cerchio: più forti sono i meridiani e più sano è l'HEF, più in salute è lo stato energetico. Fu molto facile notare la differenza tra le due misurazioni. Il primo cerchio era più piccolo e più sbilanciato: era sera tardi e Michael era stanco. Il secondo cerchio era molto più ampio e in equilibrio. In generale, più ampio era il diametro e più equilibrato il cerchio, più sano era lo stato energetico del soggetto su cui era stata condotta la guarigione.

Che cosa mi ha insegnato la prova con l'AMI Machine:

1. Da quando ho lavorato sulle linee dell'HEF e sulle misurazioni AMI dei meridiani, ho verificato che i meridiani dell'agopuntura sono più ampi – come fiumi di luce – rispetto alle linee di luce dell'HEF, dal momento che la macchina registrò facilmente e velocemente i cambiamenti.
2. L'energia nel sistema migliorò molto rapidamente con semplici tecniche di guarigione.

3. Fu una grande conferma di ciò che avevo fatto e visto nell'HEF prima, durante e dopo la guarigione.

L'osservazione di Marcel Vogel che carica un cristallo

Un altro grande incontro che ebbi a San Diego fu con Marcel Vogel. A quel tempo ignoravo chi fosse, ma la casa editrice Bantam organizzò la visita. Quando entrai a casa di Marcel, notai che c'erano due bicchieri d'acqua sul tavolo. Marcel mi chiese se conoscessi la differenza tra i due. Notai immediatamente che il legame a idrogeno dell'acqua contenuta in uno dei due bicchieri era stato "aperto", cioè Marcel aveva in qualche maniera ampliato gli angoli di connessione tra gli atomi e la tensione superficiale era diminuita. Marcel apprezzò la mia risposta. Mi mostrò quindi come avesse preso un litro di vino rosso imbottigliato di recente e l'avesse fatto invecchiare alla perfezione, semplicemente versandolo in un tubo di rame che era stato avvolto intorno a uno dei suoi cristalli tagliati e programmati in modo particolare. Marcel mi mostrò come aveva programmato il cristallo: prese il cristallo con entrambe le mani, facendo sì che l'estremità appuntita fosse nella sua mano sinistra e quella arrotondata nella destra. Le mani non erano a contatto tra loro. Poi si concentrò, stabilì la propria intenzione, fece un respiro profondo e, con la bocca chiusa, espirò dal naso. Al tempo stesso, proiettò un sottile raggio di luce bianca dal terzo occhio (sesto chakra) verso il cristallo.

Vidi il cristallo assumere un rivestimento, nel proprio campo eterico, contenente una programmazione geometrica.

Che cosa mi ha insegnato l'osservazione di Marcel Vogel:

1. Marcel era in grado di creare un dipolo tra le proprie mani, mentre reggeva il cristallo.
2. Marcel colpì il cristallo con una luce simile a un laser che partì dal centro del suo terzo occhio, uguale a quella che Eugene Condor aveva usato per influenzare la pianta.
3. Marcel usò un'espiazione nasale che "grattava" il palato molle. È simile al respiro *ujjayi* o respiro di fuoco dello yoga, ma in questo caso fu solo un unico grande respiro che serviva a caricare il terzo occhio di energia attraverso la corrente energetica verticale.
4. Marcel usò questo respiro sia per caricare il centro del suo terzo occhio sia per scaricarlo con un'espiazione.
5. Marcel caricava i suoi cristalli per scopi differenti. I cristalli caricati erano in grado di portare cambiamenti in sostanze come l'acqua e il vino. Di conseguenza, è probabile che egli fosse in grado di caricare altri oggetti a scopi di guarigione.
6. Marcel non mi mostrò com'era riuscito ad allentare il legame a idrogeno nell'acqua e a influire sulla tensione superficiale, ma mi disse che l'aveva versata nel tubo di rame avvolto intorno al cristallo caricato.
7. Marcel mi diede da bere un po' di acqua caricata con il cristallo. Aveva un sapore squisito.
8. Marcel mi disse che il vino passato nel tubo di rame avvolto intorno al cristallo era invecchiato al punto giusto. La persona che mi accompagnava disse che era delizioso.

Il rabbino cintura nera dal tocco morbido

Durante la presentazione del mio primo libro, la Bantam organizzò un incontro con un

rabbino che era anche cintura nera di karate. Fu molto interessante. Prima di tutto il rabbino indossò uno scialle da preghiera e il tefillin mentre recitava il corrispondente brano della Torah. Durante la cerimonia il suo HEF s'intensificò, diventò brillante e rivelò due fasci energetici colorati (pesca e turchese) che si avviluppavano intorno alla spina dorsale. Questa spirale è simile a quella formata da Ida e Pingala nella Kundalini, ma i colori sono leggermente diversi, perché Ida è rossa e Pingala è blu.

Poi il rabbino mostrò quello che chiamava "tocco morbido". Mise due mattoni in cemento forato uno sull'altro, in cima ad altri due posati a terra. Sistemò un piccolo centrino sopra al mattone superiore. Si allontanò di qualche passo, si concentrò, fece il kiai, cioè il grido che di solito si accompagna a un colpo di karate, però senza muoversi. Utilizzando l'HSP mi accorsi che durante il kiai egli traeva energia dal tan tien (il punto energetico collocato tre dita sotto l'ombelico) fino al terzo occhio, dove rimaneva come una luce bianca fino alla mossa successiva. Mi disse di guardare con attenzione. Sollevò delicatamente il braccio destro, poi lo abbassò lentamente, come al rallentatore, sopra il mattone in cemento: toccò appena il blocco e, sempre al rallentatore, sollevò nuovamente il braccio. Mentre il rabbino abbassava il braccio e toccava la sommità del mattone, vidi un'onda longitudinale di energia chiara viaggiare lungo il canale centrale dell'hara, all'interno del braccio, verso il basso, fuoriuscire dal centro del chakra della mano destra e raggiungere i due mattoni posti l'uno sopra l'altro. Quel punto di energia si espanse sfericamente con una grande potenza. Fu solo quando il suo braccio tornò alla posizione di riposo che il mattone in cemento andò in frantumi a partire dall'interno e cadde a terra.

"Wow!" esclamai. "Fantastico!".

Che cosa ho imparato osservando le mosse di karate del rabbino:

1. L'“energia” che viaggiava attraverso il canale dell'hara del rabbino sembrava essere un'onda longitudinale o di compressione molto potente. Era trasparente ma densa.
2. L'“energia” può essere diretta con un'intenzione focalizzata.
3. L'energia può essere diretta non solo lungo il braccio fino al centro dei due blocchi di cemento, ma anche focalizzata con l'intenzione su uno spazio piccolo a scelta.
4. Non so se il rabbino volesse spandere l'“energia” sfericamente, o se il fenomeno fosse accaduto spontaneamente.
5. Questo tipo di energia psichica ha effetti molto potenti sugli oggetti fisici.

L'osservazione dei guaritori psichici delle Filippine

Il primo guaritore che osservai fu Placido, che viveva a Baguio City, nelle Filippine. Mi recai da lui con una signora che chiamerò Betsy e che aveva un cancro al seno con metastasi al fegato. Betsy aveva fissato un appuntamento con Placido per una guarigione e mi aveva invitato ad accompagnarla perché osservassi la seduta. In un primo momento Placido non voleva, ma poi mi permise di restare. Indossava una maglietta a maniche corte e non aveva tasche nei vestiti. Mi chiese di stare in piedi sul lato opposto del lettino rispetto a lui, mentre Betsy era sdraiata in attesa del trattamento. Disse che in questo modo avrei potuto osservare il suo lavoro da una buona prospettiva. Prima d'iniziare sollevò le mani e mi mostrò i palmi e i dorsi perché vedessi che non nascondeva nulla. Poi le sollevò in alto riabbassandole velocemente sulla pancia nuda di Betsy, a circa cinque centimetri di distanza dalla pelle. Con l'HSP riuscivo a vedere le dita di entrambe le mani che entravano per circa due centimetri nel fegato di Betsy.

Raggiungevano quasi la zona in cui riuscivo a percepire la presenza del cancro.

“Come farà a estrarre il cancro se non riesce a toccarlo?” mi domandai.

Con mia grande sorpresa il guaritore creò una forte energia di suzione nelle dita e cominciò ad aspirare il tessuto cancerogeno del fegato. Ero sbalordita. Lui mi guardò e mi fece cenno di osservare la pelle di Betsy, così concentrati la mia attenzione in quella zona. Il guaritore aprì le dita a formare un cerchio di circa dieci centimetri di diametro. Le dita erano vicine alla pelle, ma non la toccavano. Mi disse: “Adesso guarda!”.

Mentre guardavo, una sostanza rosso scuro dall'odore forte (non so se fosse del tessuto canceroso) si sollevò dalla pelle di Betsy per circa quattro centimetri. Aveva un diametro di circa quattro centimetri. A quel punto Placido afferrò la sostanza maleodorante con le dita e la mise in una ciotola piena d'acqua vicina al lettino. Solo una nota: nella stanza non si sentiva alcun odore prima che il tessuto venisse prelevato dal corpo.

In seguito Betsy era completamente esausta. Notai anche alcuni buchi o strappi nel suo HEF mentre Placido operava: li ricucii con una tecnica avanzata di guarigione che ho sviluppato per riparare i livelli strutturati dei campi energetici.

In un'altra occasione, mentre viaggiavo in Europa tenendo seminari sulle tecniche di guarigione, notai una guaritrice psichica di nome Michaela che sembrava seguire un percorso simile al mio per tenere le sue dimostrazioni, precedendomi di qualche giorno. Una settimana prima di partecipare al mio seminario, molte persone si erano sottoposte a interventi psichici di guarigione effettuati da lei. Riuscivo a comprendere quali fossero state le aree di intervento per via dei buchi e degli strappi nell'HEF delle persone, che ricucii.

In seguito a Londra si tenne una grande conferenza in cui molti guaritori psichici filippini furono invitati per mostrare il proprio lavoro.

C'erano anche numerosi giornalisti. Ogni guaritore entrava nel corpo da trattare con le proprie mani e le proprie dita, creando una suzione per rimuovere il tessuto malato o qualunque altra cosa fosse quella sostanza rossa maleodorante che veniva estratta. Alcuni di loro si servirono di tecniche molto simili a quella di Placido che ho descritto in precedenza. (Si dice che la sostanza rossa scura sia stata esaminata in laboratorio e che non fosse composta da cellule umane.)

Una guaritrice psichica, che era anche una suora, stava offrendo una dimostrazione su un uomo affetto da tumore polmonare. Aveva intorno così tante telecamere e luci che le risultava molto difficile concentrarsi. Tutto quell'equipaggiamento elettronico e quella curiosità scettica dei media rendevano difficile regolare l'energia di guarigione. Vidi la donna infilare ripetutamente l'intera lunghezza dell'indice, in profondità, nell'incavo della laringe e poi provare ad aspirare il cancro. Non funzionava come avrebbe dovuto per via dell'interferenza. Ogni volta che la guaritrice estraeva il dito, si udiva uno scoppiettio simile al suono di una bottiglia che viene stappata. Questo infastidiva la persona oggetto della guarigione. Alla fine la guaritrice si fermò e decise di provarci il giorno successivo, senza media.

Un guaritore utilizzò gli stessi principi ma in maniera diversa. Praticò un piccolo taglio sulla pelle con un sottile fascio di luce che proveniva dall'estremità del dito. Non toccò mai il corpo del soggetto. Poi mise un centesimo sul taglio e posò del cotone imbevuto di alcol in cima alla moneta. Quindi diede fuoco al cotone con un fiammifero. Quando il cotone prese fuoco, mise un bicchierino da liquore sul cotone infiammato. Questo creò un vuoto che poi risucchiò la sostanza corporea. Anche questo guaritore, dopo aver domandato il permesso, utilizzò il dito di un'altra persona per creare il fascio di luce che avrebbe tagliato la pelle. Dopo aver assistito per un po' alla guarigione, gli lasciai usare

il mio dito indice. Lo afferrò con due dita e con il pollice. Poi risucchiò molta energia dal mio braccio, la raccolse e la compresse nella zona nel mio dito che si trovava tra le sue dita e il pollice. Quindi sparò il sottile fascio di luce dalla punta del mio dito indice per incidere la pelle del paziente. Dopo questa operazione avvertii male al braccio per un po'. Non gli permisi di rifarlo. Intendo chiarire però che non ho informazioni attendibili sull'efficacia di questi interventi.

Che cosa ho appreso dall'osservazione dei guaritori psichici filippini:

1. Anche se le tecniche potrebbero apparire molto diverse, tutti i guaritori psichici utilizzavano approssimativamente gli stessi fenomeni energetici, che consistevano nell'entrare nel corpo del soggetto con un'onda longitudinale simile a un laser che usciva dall'estremità delle loro dita, innescando un'azione di risucchio per rimuovere i detriti dall'interno del corpo.
2. Ho visto diversi spiriti guida lavorare insieme a molti guaritori psichici.
3. I guaritori psichici utilizzano molto l'energia del soggetto per operare.
4. I guaritori psichici rimuovono sostanze dal corpo.
5. Il lavoro dei guaritori psichici lascia strappi e buchi nell'HEF.

L'incontro con la dottoressa Valerie Hunt

Dopo la pubblicazione del mio primo libro, ricevetti una chiamata dalla dottoressa Valerie Hunt, la quale mi disse che stava conducendo una ricerca e intervistava "i migliori guaritori del Paese". Ne fui lusingata. Sapevo che la dottoressa Hunt aveva realizzato il famoso Rolf

Study con Rosalyn Bruyere ed Emily Conrad. Dal momento che non avevo mai incontrato prima la dottoressa Hunt, almeno nella vita presente, decisi d'indagare su eventuali precedenti contatti che avevamo avuto prima di questa esistenza. Praticai un paio di meditazioni per leggere psichicamente il passato. Quello che scoprii fu molto interessante. Fu come guardare un vecchio film.

La prima scena era ambientata ad Atlantide. Valerie era il capo di una grande comunità di persone che avevano protetto la conoscenza segreta dell'universo. Indossava un abito rosso granata con un ampio colletto bianco e celebrava una cerimonia per cinque imbarcazioni in partenza. Dato che Atlantide stava sprofondando, il mio compito era quello di trasportare le conoscenze segrete su due imbarcazioni, fino a quello che oggi è l'Egitto. Le altre tre barche servivano da protezione e per trasportare le provviste. Vidi me stessa e i miei concittadini partire a bordo delle imbarcazioni. La sacra conoscenza segreta aveva la forma di un'enorme sfera radiante composta da linee di coscienza energetica di luce bianca e blu e aveva molte figure geometriche al proprio interno.

Mentre la mia meditazione proseguiva, "vidi" che all'arrivo in Egitto incontrammo difficoltà nel comunicare con il popolo che viveva là. Una tragedia si svolse davanti ai miei occhi. La conoscenza sacra della sfera serviva perché tutti potessero comprendere e vivere in comunione con la presenza del "mondo successivo" o del "mondo della coscienza energetica" che è all'interno e intorno a noi. Mi disperai mentre vedevo la nostra bella conoscenza sacra dei mondi energetici perdere la propria essenza vitale. In seguito fu semplificata in diversi livelli inferiori e trasformata nelle piramidi di pietra per assicurare il passaggio dei potenti leader al mondo successivo.

Per diversi anni dopo questa meditazione cercai la sfera ovunque. Intanto continuavo a

vedere tre linee di luce bianca davanti al mio terzo occhio. Tutte e tre s'incrociavano tra loro al centro, ed erano separate l'una dall'altra da angoli uguali di 60 gradi, come una stella a sei punte. Ogni anno diventavo più frustrata per questa visione, che però proseguiva. La mia mente razionale continuava a dire che avrebbe dovuto essere una stella a otto punte, ma ogni volta che la esaminavo con l'HSP, risultava una stella a sei punte. Dovevo aver pazienza...

Adesso torniamo alla visita della dottoressa Valerie Hunt.

La dottoressa Hunt entrò nel mio ufficio con un'aria di determinazione e sicurezza assolute e disse: "Raccontami quello che sai!".

Quindi passai qualche ora a raccontarle dell'HEF e delle guarigioni, ma ero troppo timida per accennare ad altro.

Alla fine, frustrata, mi ordinò: "Adesso dimmi che cosa sai davvero!".

"Be', ho praticato una meditazione per capire come ci siamo conosciute in passato."

"Bene, adesso il discorso si fa interessante!" dichiarò.

Le raccontai timidamente la storia della sfera di conoscenza e lei m'incoraggiò a continuare.

Quando ebbi terminato, mi disse: "Descrivi l'abito che indossavo."

Descrissi l'abito e l'ampio colletto bianco increspato.

"Mi ricordo di aver disegnato quel colletto" proclamò.

Trascorremmo il resto della giornata a discutere delle ricerche che pensavo dovessero essere condotte sull'HEF. Valerie pianificava un grande laboratorio per la misurazione del campo energetico. Alla fine della giornata fui felice ed entusiasta all'idea di possibili progetti futuri. Ma è molto difficile procurarsi finanziamenti in questi settori.

Che cosa ho imparato dall'incontro con Valerie Hunt:

1. La conferma di Valerie di quanto avevo visto con l'HSP (percezione sensoriale superiore) e della mia lettura delle esperienze della "vita passata" fu molto importante per me.
2. Valerie mi fornì molte utili informazioni su altre persone nel campo energetico.
3. Valerie non parlò di che cosa fosse la sfera della conoscenza, ma non la rifiutò del tutto. Questo mi aiutò a continuare nelle mie indagini.
4. Non mi sento più tanto sola quando cerco di unire HSP e scienza.

Un confronto tra visione a distanza e HSP con il dottor Russell Targ

Alcuni anni dopo pranzai con il dottor Russell Targ e la dottoressa Jane Katra, a New York, e assistetti a una dimostrazione del dottor Targ che effettuò una visione a distanza della mia casa a Montauk, a circa 150 chilometri da dove ci trovavamo. Vidi uno pseudopodo di coscienza energetica spostarsi fuori dal suo campo, raggiungere la mia casa, che ha un sacco di porte di vetro scorrevoli, ed entrare.

"Sono dentro! Vivi in una casa con molte finestre e vetrate?" domandò.

"Sì" risposi.

Dal momento che l'esperienza era molto interessante, decidemmo di fare un altro piccolo esperimento di visualizzazione a distanza. Quindi salimmo nella loro stanza d'albergo, dove Jane mise un oggetto nella vasca da bagno mentre Russell e io aspettavamo in salotto. Poi osservai Russell che guardava l'oggetto nella vasca con la "visione a distanza".

Dicevo, per esempio: *"Adesso lo stai osservando da nord, ora lo stai guardando dal basso."* Ogni volta che gli parlavo dell'oggetto e della prospettiva da cui lo guardava, Russell confermava

l'esattezza delle mie informazioni. Riuscivo a definire quanto l'oggetto fosse grande e se fosse rivolto verso l'alto nella vasca, ma ne ignoravo la natura. Forse questo accadeva perché, per la gran parte del mio lavoro, mi ero concentrata su esseri umani o animali vivi anziché su oggetti inanimati.

Dopo aver osservato l'oggetto a proprio piacimento, il dottor Targ concluse che si trattava di una spazzola. Aveva ragione.

Quindi, dal mio punto di vista, la visione a distanza ha lo stesso effetto dell'HSP quando si utilizza per percepire le cose da lontano.

La lettura a distanza più lunga che offrii copriva da New York a Tokyo. Un'altra si svolse da New York a Roma. In entrambi i casi la mia lettura dei due diversi HEF individuali risultò corretta.

Che cosa ho appreso dall'incontro con il dottor Russell Targ:

1. Ero interessata al fatto che non riuscivo a vedere l'oggetto, nemmeno quando il dottor Targ lo guardava. Eppure riesco facilmente a guardare all'interno del corpo fisico umano per descrivere organi, ossa e tessuti vari a livello microscopico. Concludo che dev'essere tutta questione d'imparare a sintonizzarsi sulla frequenza corretta di ciò che si sta guardando. Dopo tutto ho praticato l'arte di guardare all'interno del corpo umano per anni, ma non ho mai provato a vedere un oggetto con l'HSP prima di allora.
2. Forse ho commesso un grosso errore. Durante l'esperimento riuscivo a vedere quale lato dell'oggetto Russell stava guardando perché osservavo la sua connessione all'oggetto. Ora capisco che mi stavo sintonizzando su di lui e nella sua frequenza, piuttosto che sull'oggetto da osservare.

Appendice – Autovalutazione.
**Come esplorare le tue ricerche personali
nel campo dell'HEF e dell'HSP**

1. Quali esperienze hai avuto che ti hanno permesso di confrontare la tua HSP (percezione sensoriale superiore) con quella di altre persone?
2. Hai familiarità con pseudopodi o condotti spazio-temporali? Quali sono le tue impressioni?
3. In che modo questa familiarità ha favorito la tua fiducia nell'HSP?
4. Confronta le tue esperienze dell'HEF con quelle di amici/compagni. Si confermano a vicenda? In che cosa differiscono? Quale conclusione trai da queste differenze?
5. Hai fatto caso a come utilizzi tutte le tue conoscenze nel discernere e nel rendere utili le informazioni? Esamina come qualcun altro fa la stessa cosa, ma impiegando diverse esperienze di vita per sfruttarle in maniera differente. Spiega quali sono queste differenze. Come questi due diversi gruppi d'informazioni formano un'informazione più completa, invece che essere in contrasto tra loro? Ognuno fornisce una differente prospettiva dell'ologramma.

Bibliografia

NASA GODDARD SPACE FLIGHT CENTER

Sparkman (Brennan), B. A.: "A Method to Correct the Calibration Shift Observed in a Nimbus Medium Resolution Infrared Radiometer, on the NASA Convair-990", NASA X-622-67-37.

Sparkman (Brennan), B. A., Cherrix, G. T.: "Simultaneous Cloud ALBEDO Measurements Taken with Airborne Sol-A-Meters and Nimbus II Orbiting Medium Resolution Infrared Radiometer." NASA X-622-67-49.

Sparkman (Brennan), B. A., Cherrix, G. T.: "A Preliminary on Bidirectional Reflectance of Strato Cumulus Clouds Measured with an Airborne Medium Resolution Radiometer." NASA X-622-67-48.

Sparkman (Brennan), B. A., Cherrix G. T., Tobin, M. S.: "Preliminary Results From an Aircraft-Borne Medium Resolution Radiometer." NASA X-622-67-445.

Brennan, B. A.: "Bidirectional Reflectance Measurements from an Aircraft Over Natural Earth Surfaces." NASA X-622-68-216.

Brennan, B. A., Bandeen, W. R.: "Anisotropic Reflectance Characteristics of Natural Earth Surfaces." Applied Optics, Vol. 9, No. 2, (1970).

Conaway, J., Conrath, B., Brennan, B., Nordberg, W.: "Observations of Tropospheric Water Vapor Contrasts near the ITC from Air-

craft and Nimbus III During BOMEX". Presentato al 51° Meeting annuale dell'American Geophysical Union, 20-24 aprile 1970: Washington, D.C.

Dobrin, R., Brennan, B., Pierrakos, J.: "Instrumental Measurements of the Human Energy Field". New York, Institute for the New Age, 1978, presentato a Electro '78, conferenza annuale IEEE, Boston, 1978.

Dobrin, R., Brennan, B., Pierrakos, J.: New Methods for Medical Electronics Diagnosis and Treatments Using the Human Energy Field", presentato a Electro '78, conferenza annuale IEEE, Boston, 1978.

LIBRI di Barbara A. Brennan

Mani di Luce, come curarsi e curare tramite il campo energetico umano, Corbaccio, 2002.

Luce emergente, una nuova esplorazione del campo energetico umano, Corbaccio, 2004.

Seeds of the Spirit, Barbara Brennan Inc., Boca Raton, Fl., pubblicato ogni anno, 1998-2009. Ogni anno Barbara Brennan ha canalizzato un Seed.

Barbara Brennan School of Healing

La scuola di guarigione di Barbara Brennan [Barbara Brennan School of Healing – BBSH] è un’istituzione didattica specializzata e altamente rispettata, dedicata all’esplorazione e alla crescita della scienza della guarigione. Fondata nel 1982, la BBSH continua a richiamare da tutto il mondo e dai più svariati retroterra culturali allievi che esercitano diverse professioni desiderosi di apprendere le tecniche di guarigione. La scuola segue due percorsi curricolari:

Introduzione alla Scienza della guarigione

Attraverso laboratori, lezioni, seminari ed eventi gli allievi cominciano ad addentrarsi nello studio della pratica di guarigione, a esaminarne i principi e a esplorare la miriade di aspetti dell’esperienza umana interconnessa al processo di guarigione.

Il programma certificato di Scienza della guarigione

La BBSH rilascia una certificazione che dà la possibilità di praticare professionalmente la scienza della guarigione. L’iter formativo prevede un periodo di studi di quattro anni in aula, completato dallo studio a casa, e comprende sia esami scritti sia prove pratiche. La formazione insegnante richiede altri tre anni. La scuola dà inoltre diritto a crediti per l’istru-

zione continua per massoterapisti e operatori del benessere fisico.

La formazione comprende lo studio del campo energetico umano (HEF) o aura, sia dal punto di vista scientifico sia tramite le osservazioni cliniche condotte dai guaritori. Si studiano l’anatomia e la fisiologia dell’HEF; la psicodinamica dell’HEF, inclusi i blocchi energetici e i sistemi di difesa come si manifestano nell’HEF; lo sviluppo della percezione sensoriale superiore che consente di vedere l’aura e di ottenere informazioni sulla causa della malattia; la canalizzazione di guide spirituali; la guarigione dell’hara; la guarigione della stella nucleo e una varietà di altre tecniche di guarigione. La formazione indaga le singole problematiche favorendo un profondo lavoro personale diretto all’individuazione del guaritore interiore. I corsi di cinque giorni si svolgono cinque volte l’anno in Florida.

Per maggiori informazioni contatta:
Barbara Brennan School of Healing
561-620-8767 / 800-924-2564
bbsh.office@barbarabrennan.com
www.barbarabrennan.com

Ringraziamenti

Sento la più profonda gratitudine per tutti coloro che hanno creduto in me e nel mio lavoro. Le mie guide spirituali hanno giocato un ruolo importante e grazie a loro ho compreso il messaggio che presento in *Light Healing*. Sono riconoscente per sempre a mio marito, Eli Wilner, che ha avuto la saggezza e la forza di guardarmi intraprendere questo viaggio glorioso.

Ringrazio particolarmente tutti i miei fedeli e appassionati collaboratori: Diane Dodge, le cui idee e la cui sapiente leadership hanno permesso la stesura e la pubblicazione di questo libro; Stuart Adams, che ha lavorato con grande cura, dedizione e abilità fin dall'inizio del progetto; Denise Mollo, che ha gestito brillantemente il progetto e ha fornito una prospettiva preziosa come consulente editoriale e grafica. Lo staff della Barbara Brennan School of Healing mi ha sempre sostenuto e di questo gli sono eternamente grata.

Ringrazio di cuore Lisa VanOstrand, per la sua collaborazione alla realizzazione di questo libro, e Aurelien Pumayana Floret e Bona Yu per le bellissime illustrazioni.

L'autrice

Barbara Ann Brennan opera da diversi anni come terapeuta, psicoterapeuta e scienziata dedicandosi allo studio del campo energetico umano. Dopo la laurea in Fisica dell'atmosfera all'Università del Wisconsin, ha collaborato come ricercatrice scientifica con la NASA. Ha fondato la Barbara Brennan School of Healing a New York, dove tiene un programma di formazione in scienza terapeutica.

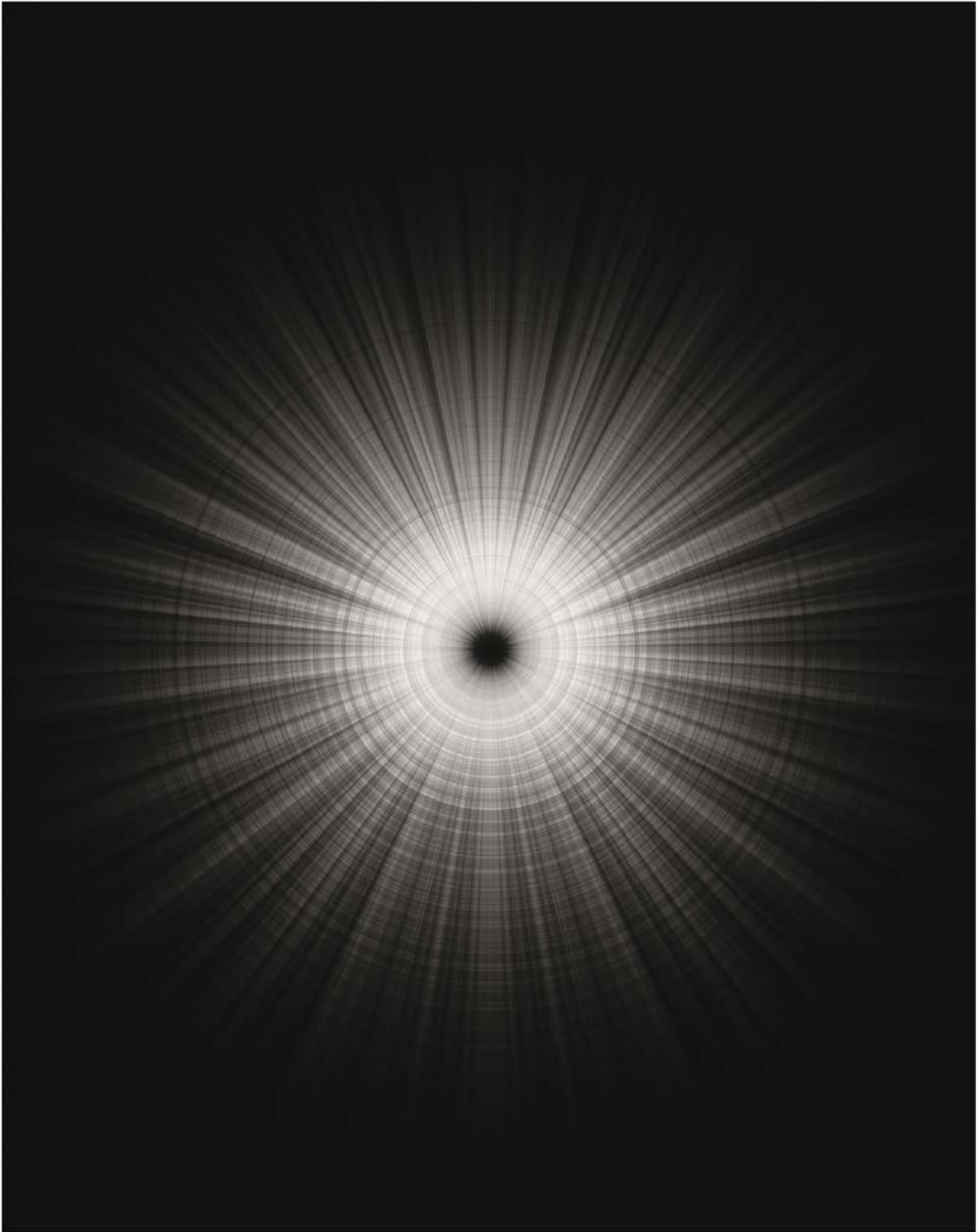


Figura 1.1
Il vuoto di velluto nero



Figura 1.2
La stella nucleo



Figura 1.3
I canali dell'hara

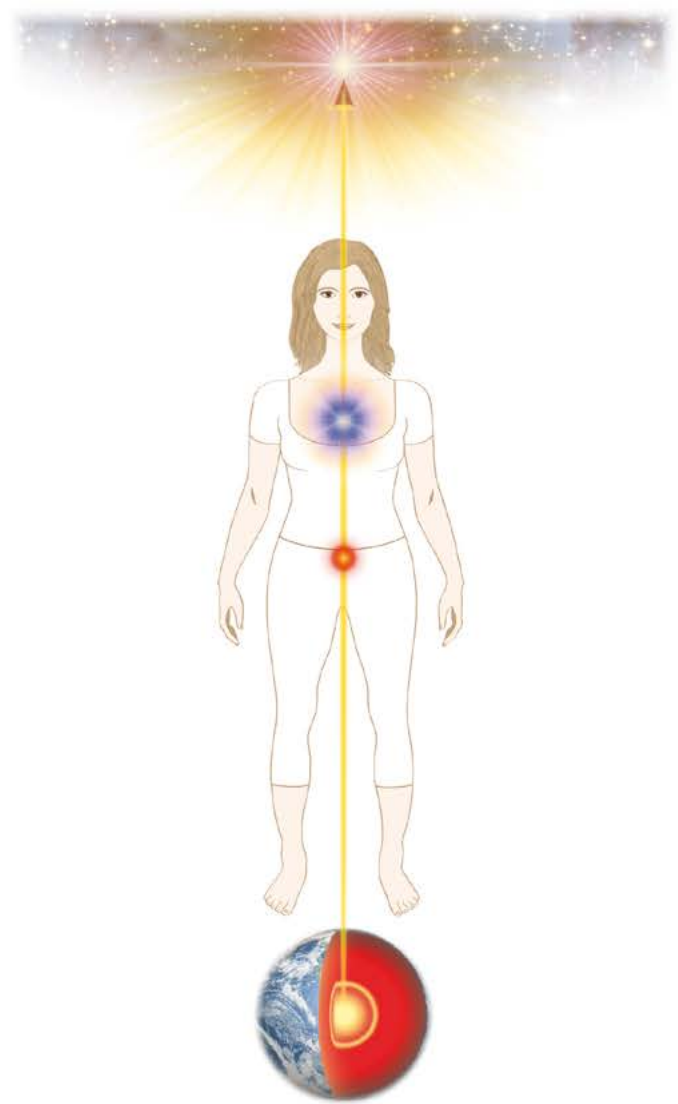


Figura 1.4
L'hara

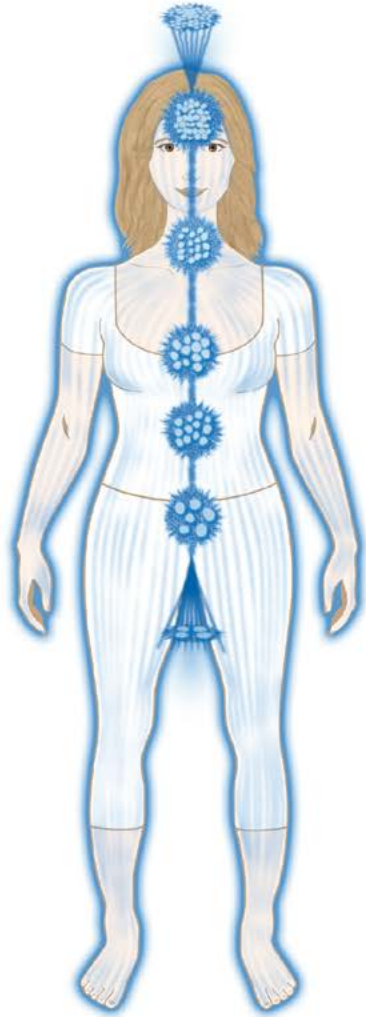


Figura 1.5
Livello 1 - Corpo eterico

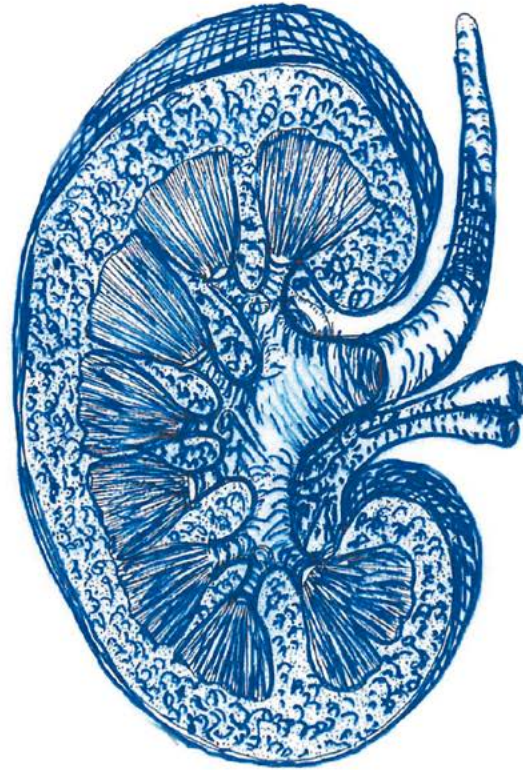


Figura 1.6
Il rene visto al livello 1

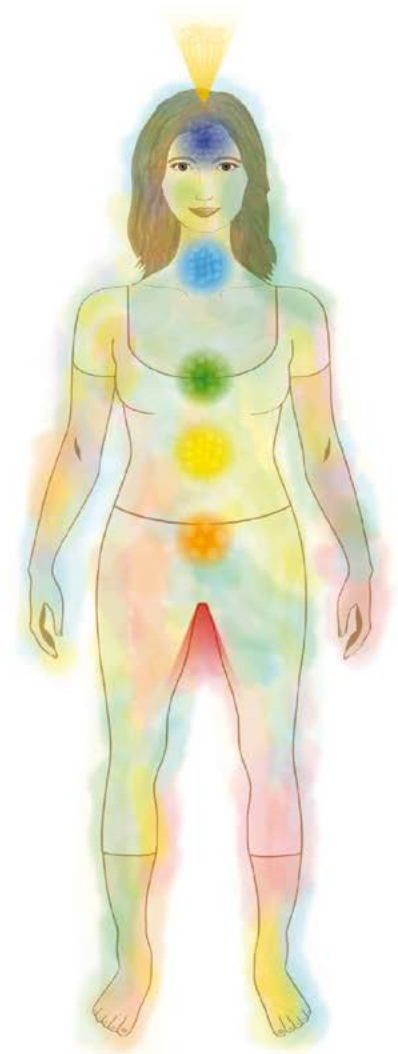


Figura 1.7
Livello 2 - Corpo emozionale

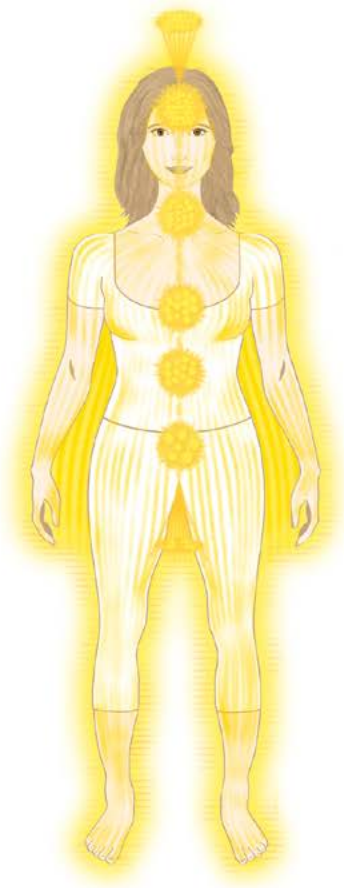


Figura 1.8
Livello 3 - Corpo mentale

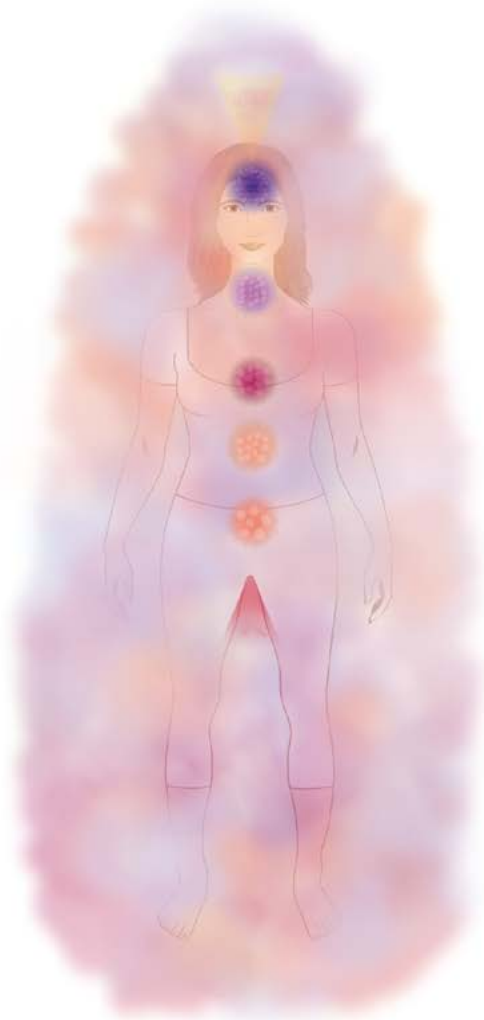


Figura 1.9
Livello 4 - Corpo astrale



Figura 1.10
Livello 5 - Corpo eterico "matrice"

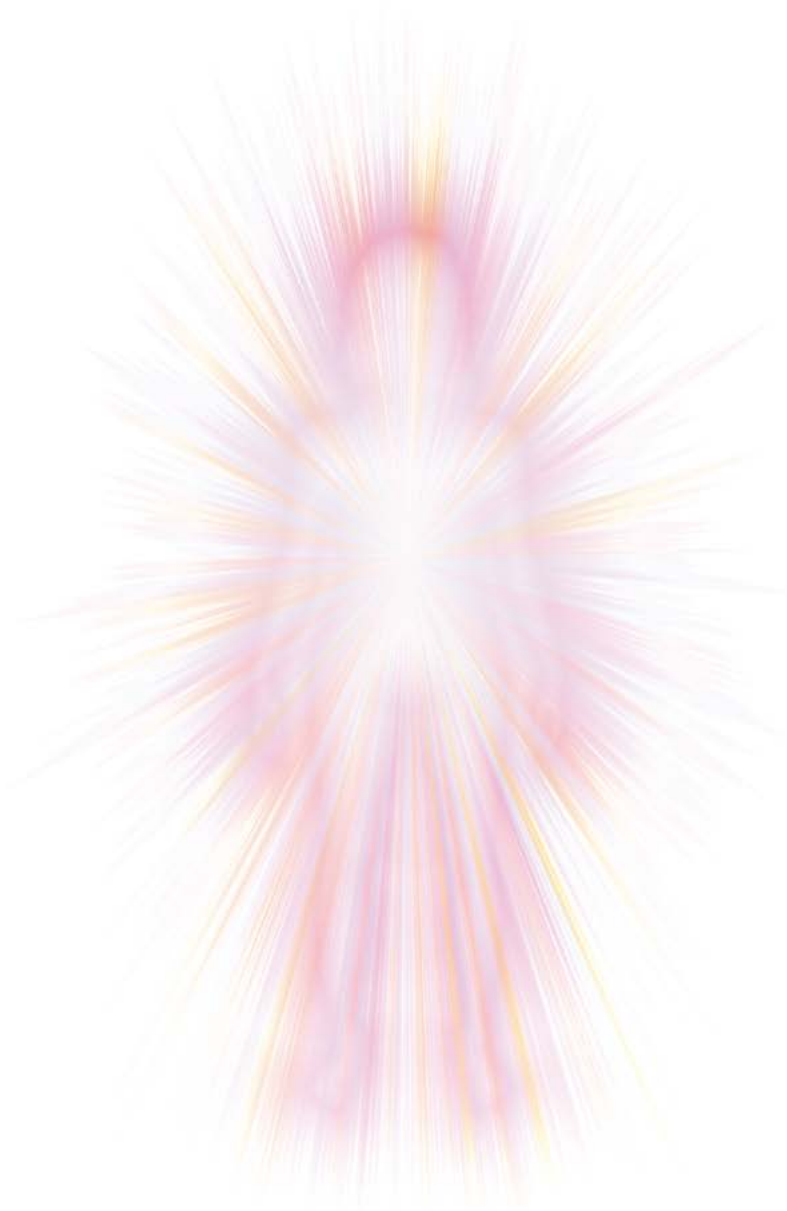


Figura 1.11
Livello 6 - Corpo celestiale



Figura 1.12
Livello 7 - Corpo keterico "matrice" o corpo causale

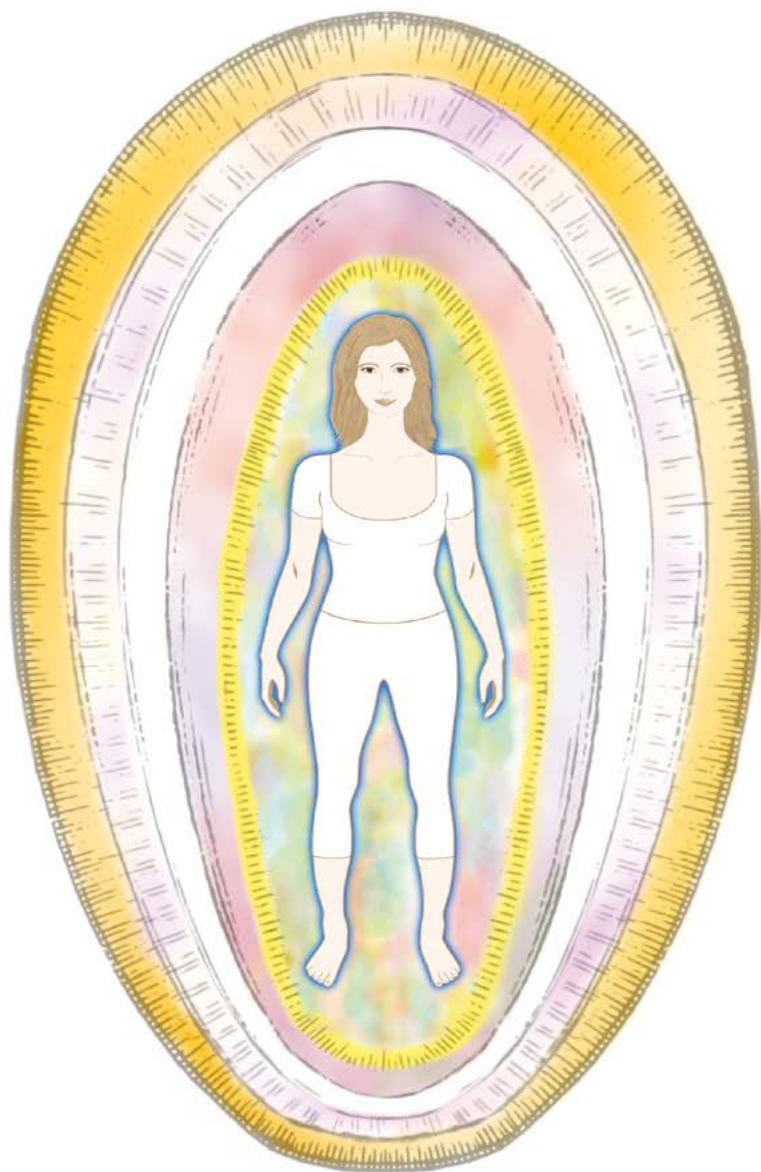


Figura 1.13
I sette livelli del campo aurico

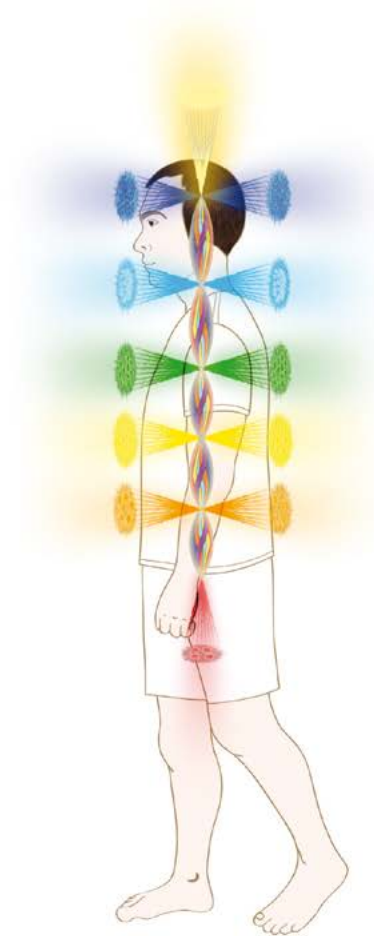
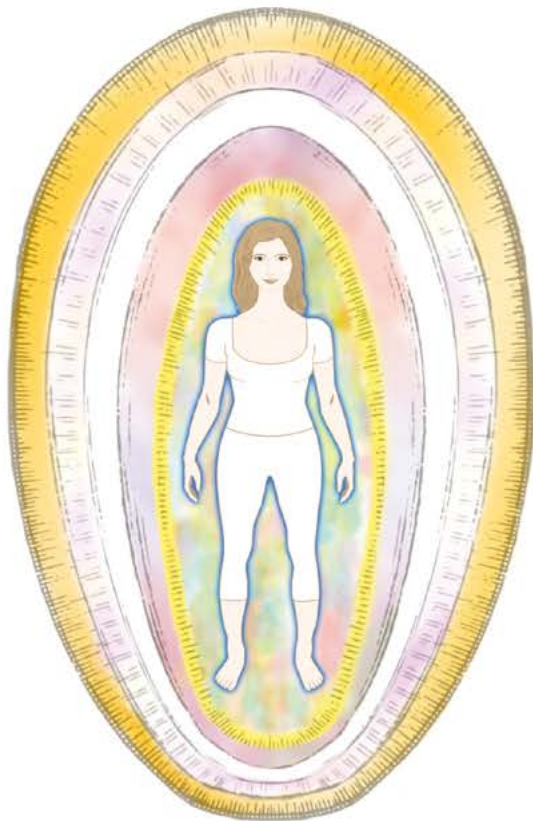


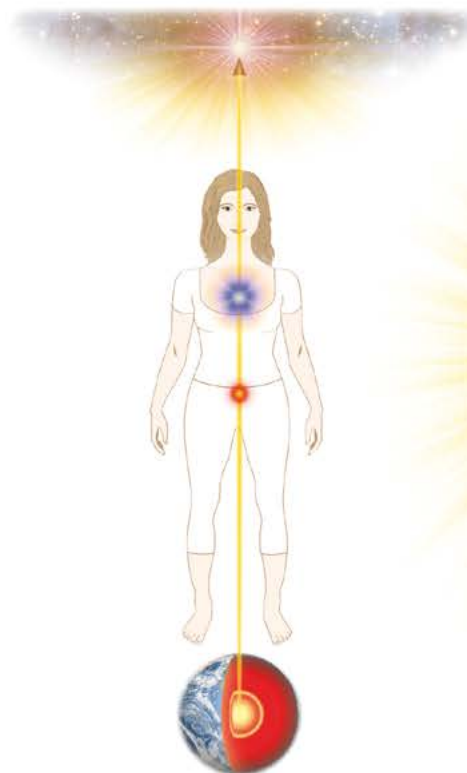
Figura 1.14
I sette chakra principali
e la corrente energetica verticale



Il corpo fisico



L'aura



L'hara



La stella nucleo

Figura 1.16

Il Sistema della coscienza energetica umana

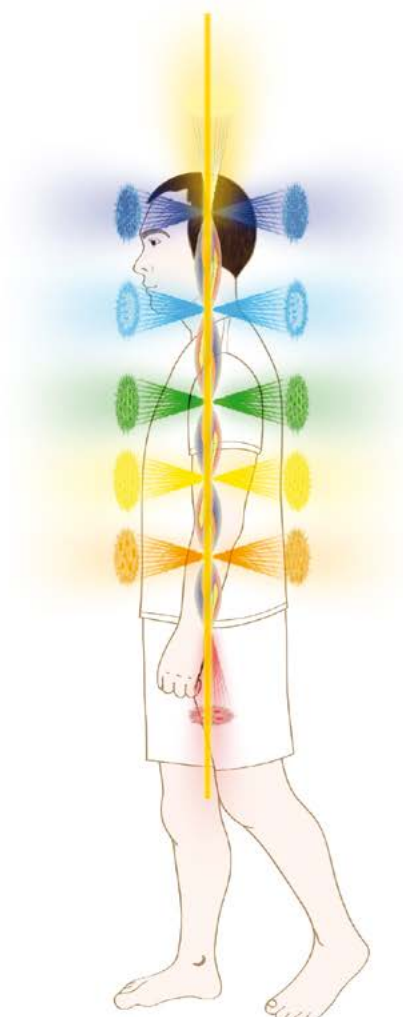


Figura 2.1
Un'hara allineata

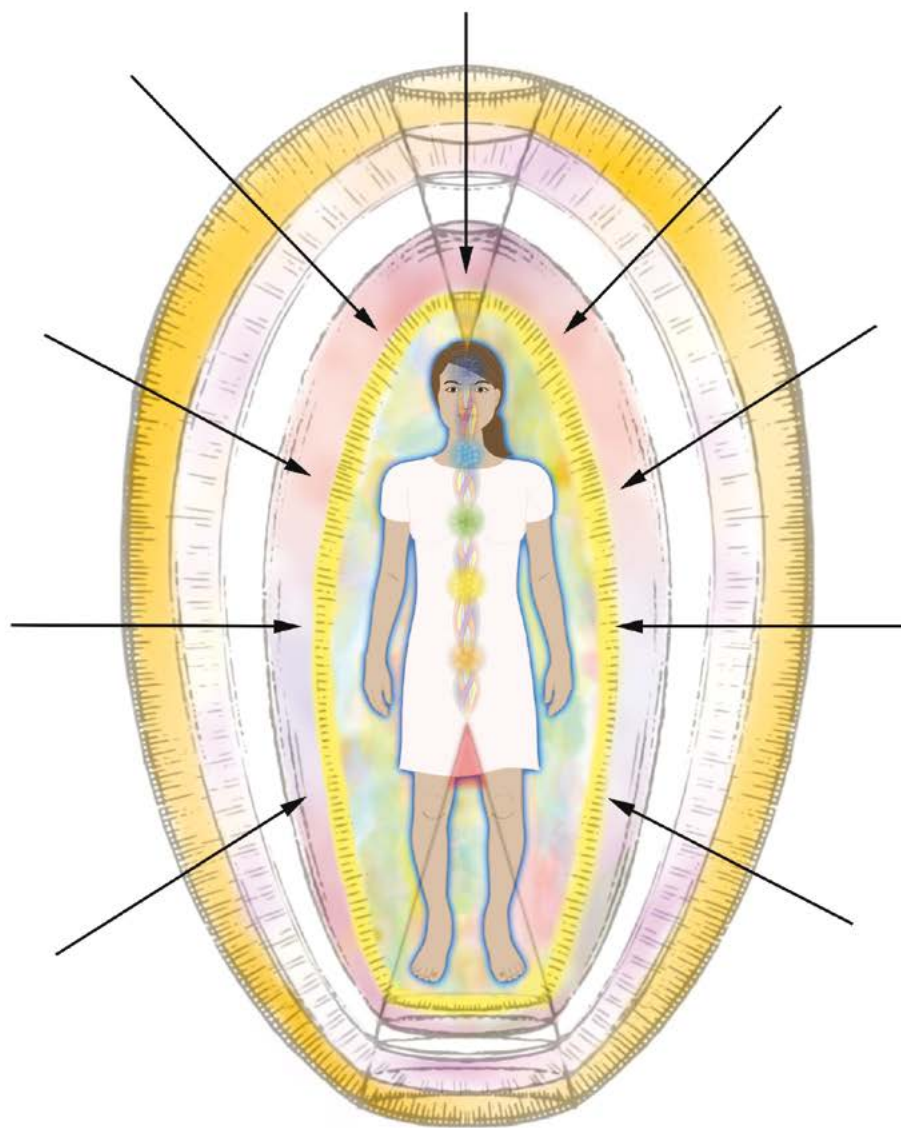


Figura 2.2
Il processo creativo nitido mentre fluisce
attraverso l'HEF e si manifesta a livello fisico

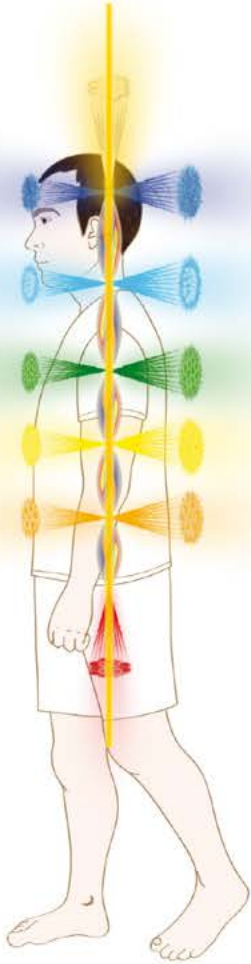


Figura 3.1
Corrente forzata difensiva nell'HEF

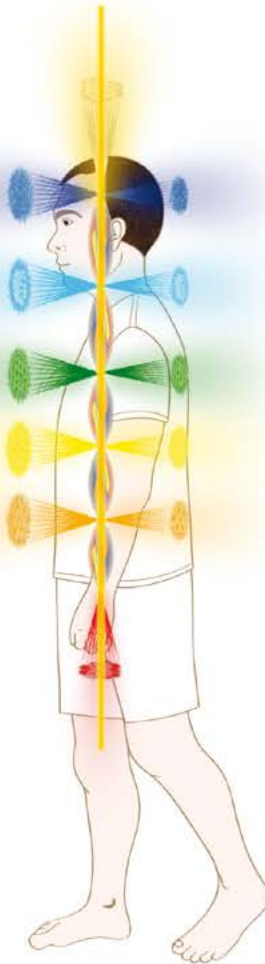


Figura 3.2
Difesa passiva sottomessa nell'HEF

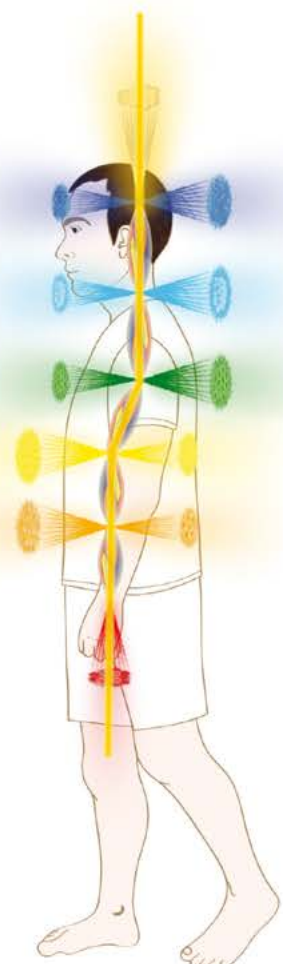


Figura 3.3
Difesa passiva aggressiva nell'HEF

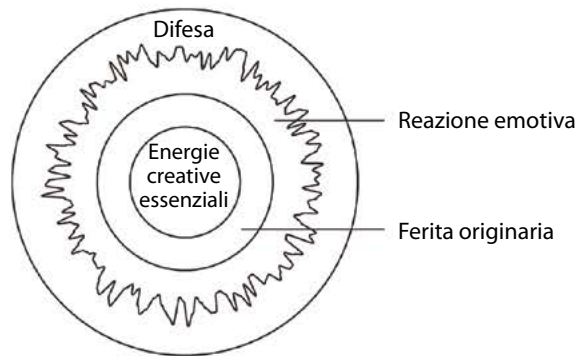


Figura 3.4
Anatomia di un blocco

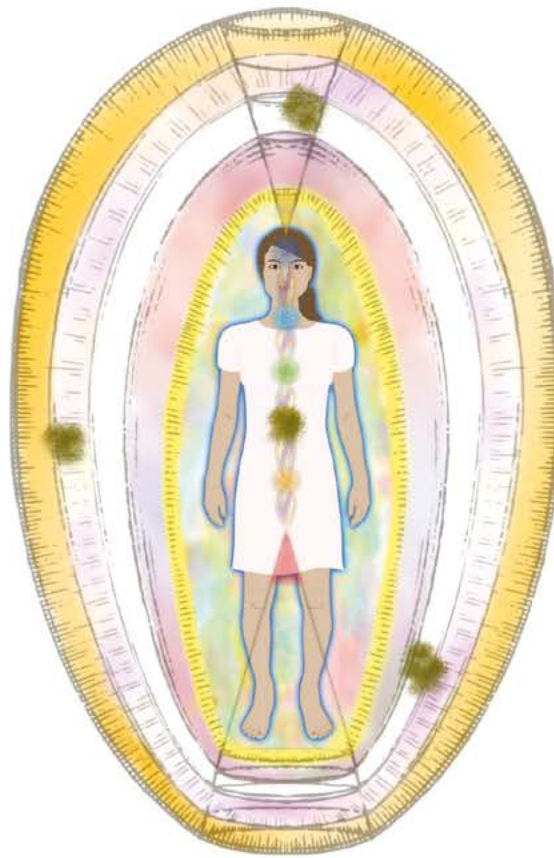


Figura 3.5
Processo creativo bloccato

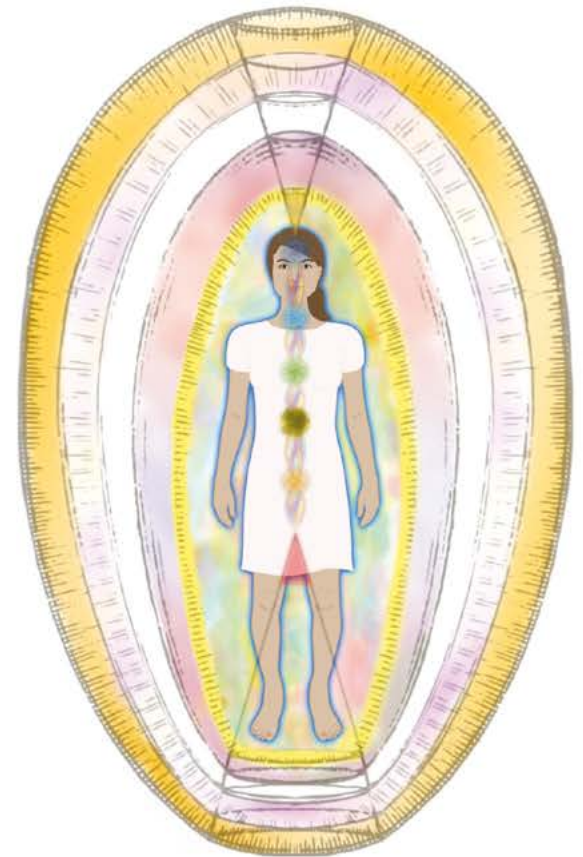


Figura 3.6a
Soggetto con un blocco
nel terzo chakra

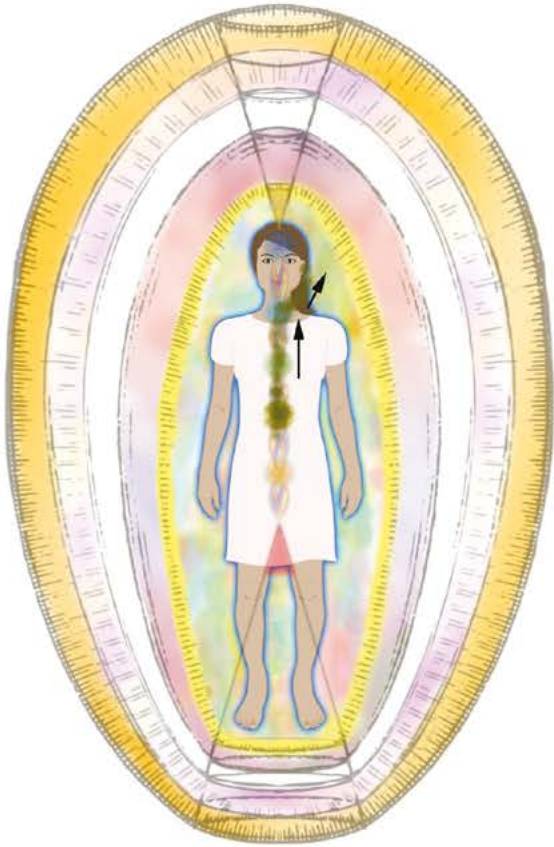


Figura 3.6b

Il blocco comincia a risalire
la corrente energetica
verticale (VPC)

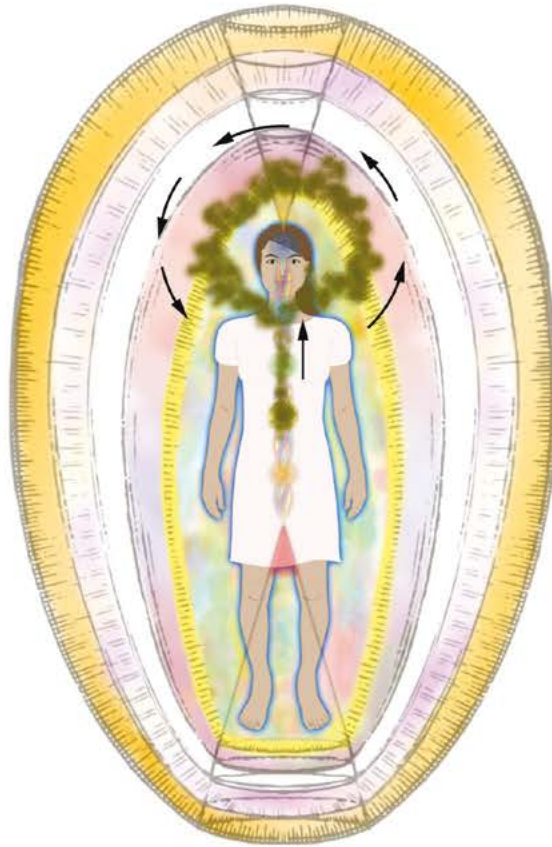


Figura 3.6c

Soggetto con un blocco
pienamente in circolo nell'HEF

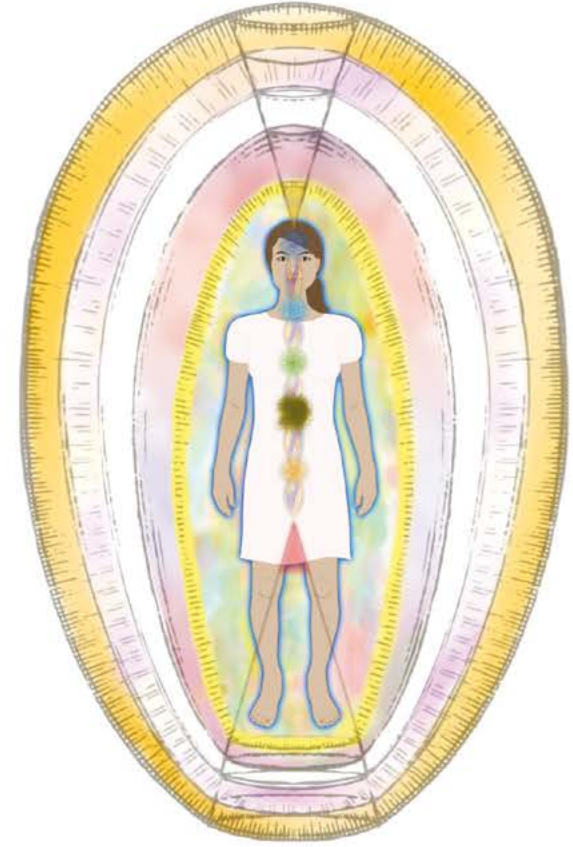


Figura 3.6d

Il blocco ritorna alla sua sede
abituale dopo aver acquisito
maggiore energia negativa



Figura 3.7a

L'operatore elimina un blocco nel campo del soggetto dirigendo energia nel blocco



Figura 3.7b

L'operatore elimina un blocco nel campo della persona dirigendo ancora più energia nel blocco. Il blocco sale lungo la VPC



Figura 3.7c

L'operatore elimina un blocco nel campo della persona integrando la coscienza energetica sbloccata ai livelli più alti del campo energetico

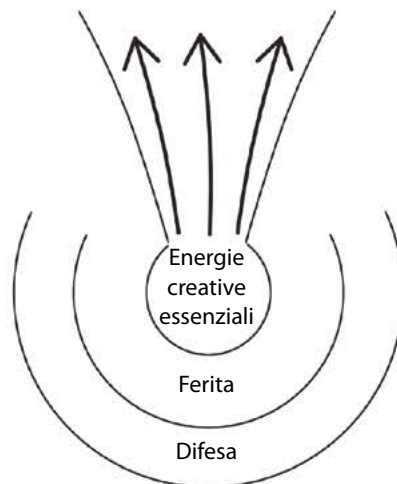


Figura 3.8

Anatomia di un blocco in fase di rilascio

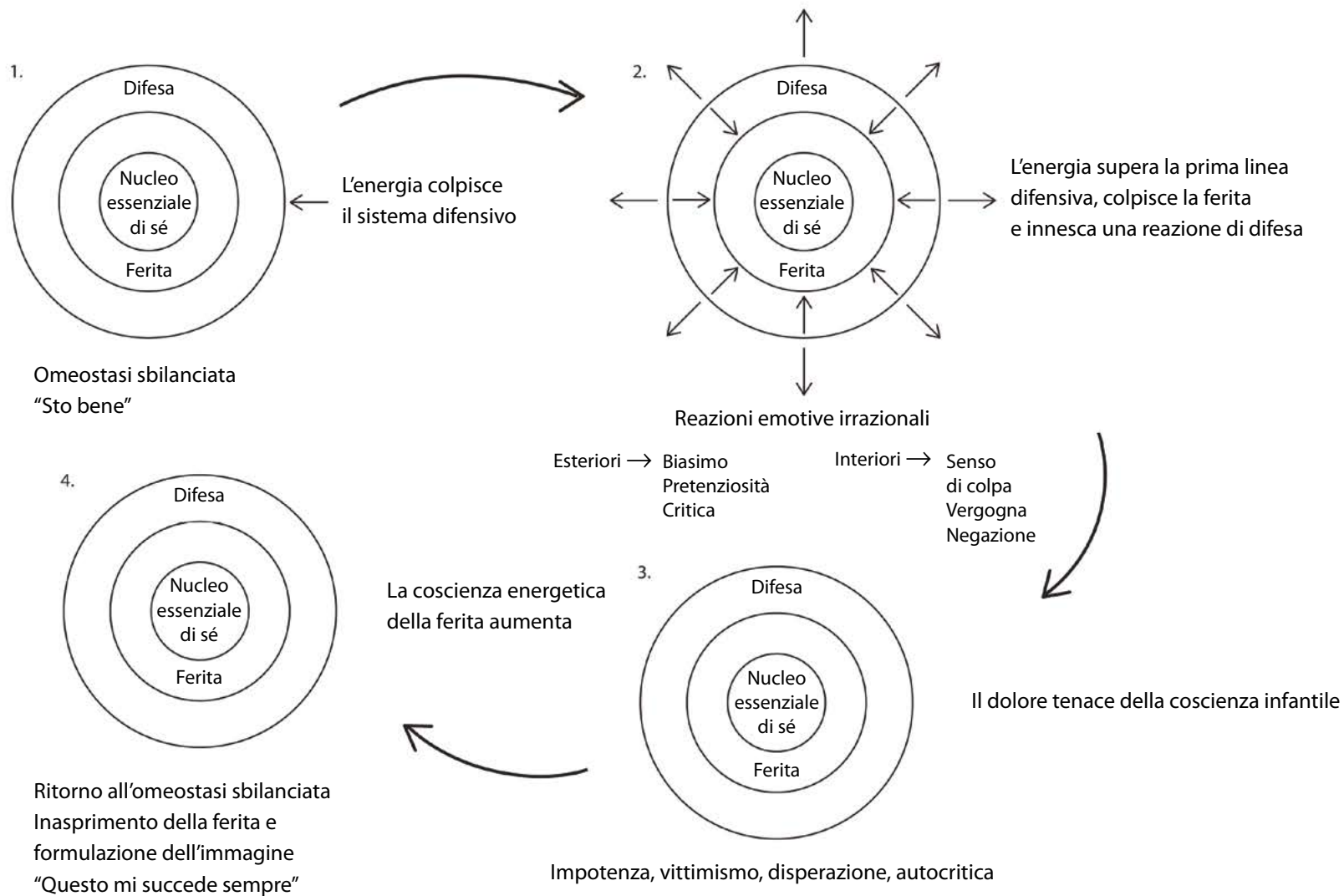


Figura 4.1

Il circolo vizioso conferma e riconferma la coscienza infantile

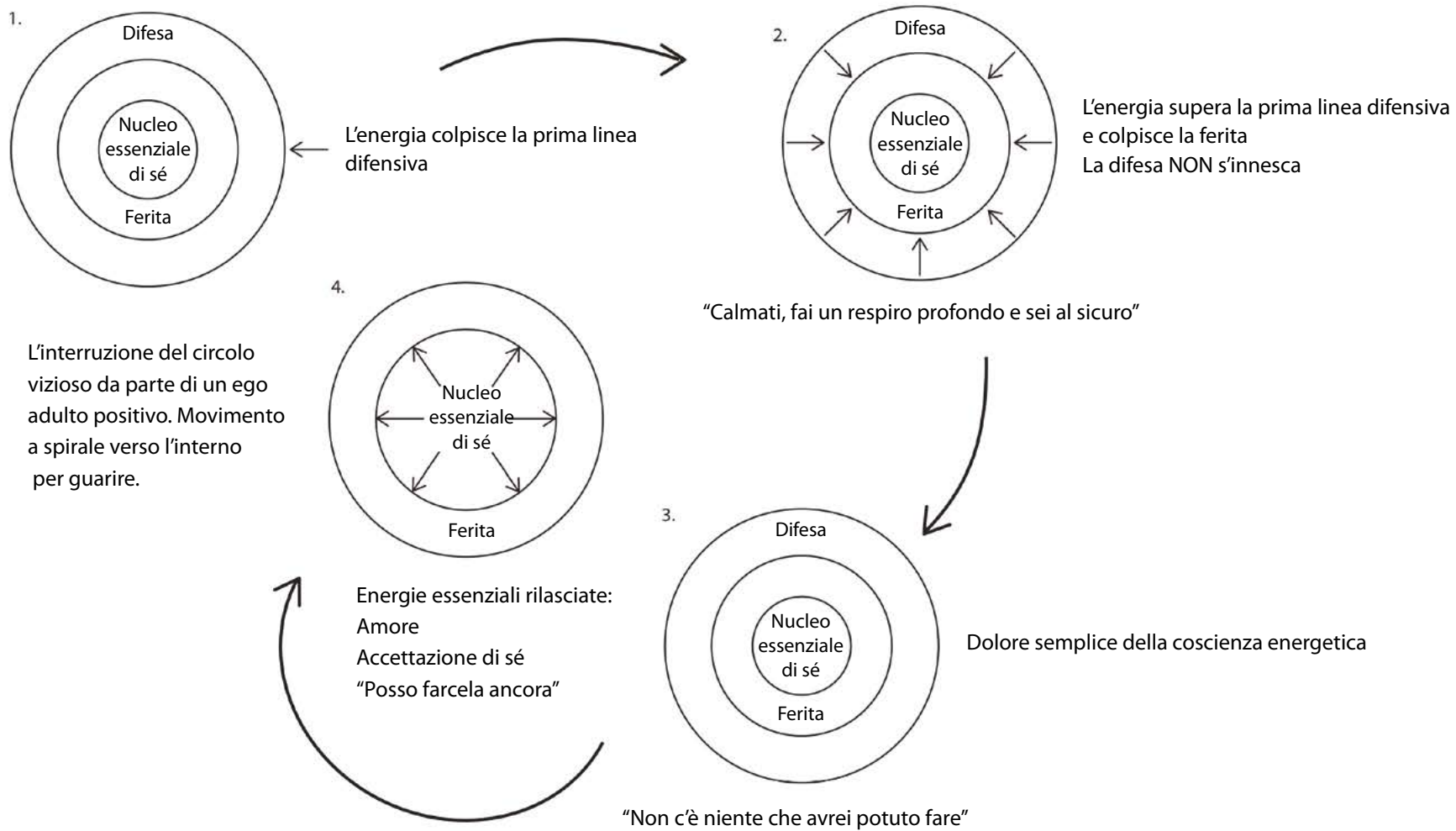


Figura 4.2

Interruzione di un circolo vizioso con movimento a spirale verso il nucleo di sé

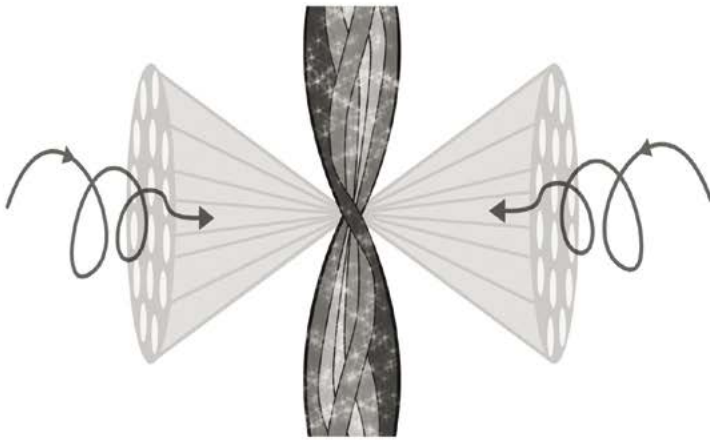


Figura 6.1

Un chakra

*Il bioplasma dell'HECS entra nel chakra
con un movimento a spirale*

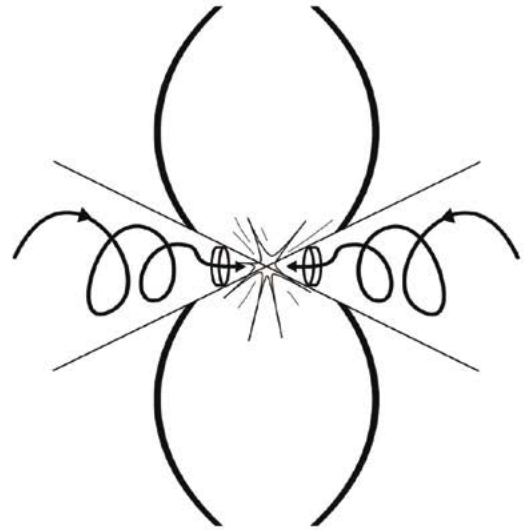


Figura 6.2a

I sigilli del chakra e la VPC

I 7 sigilli all'interno della VPC

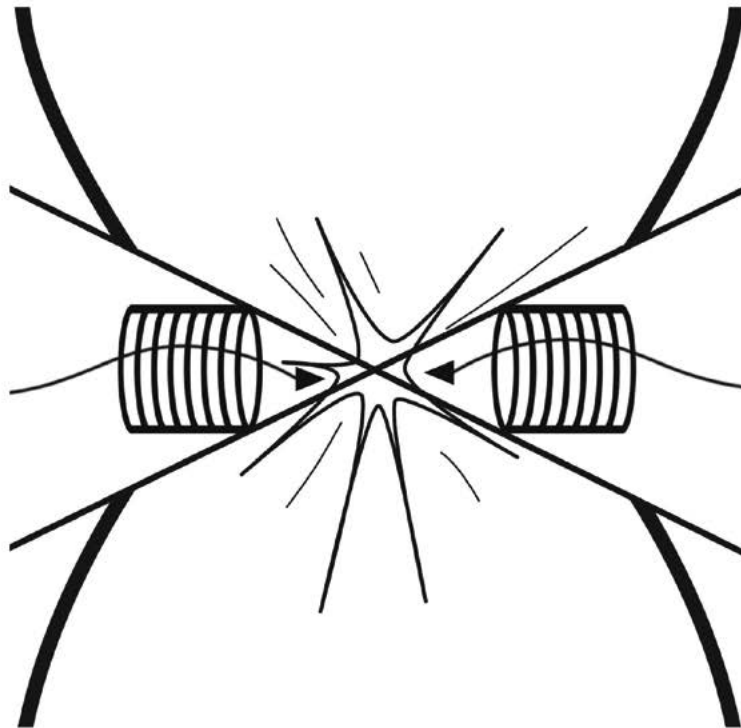


Figura 6.2b

I 7 sigilli dei chakra ingranditi

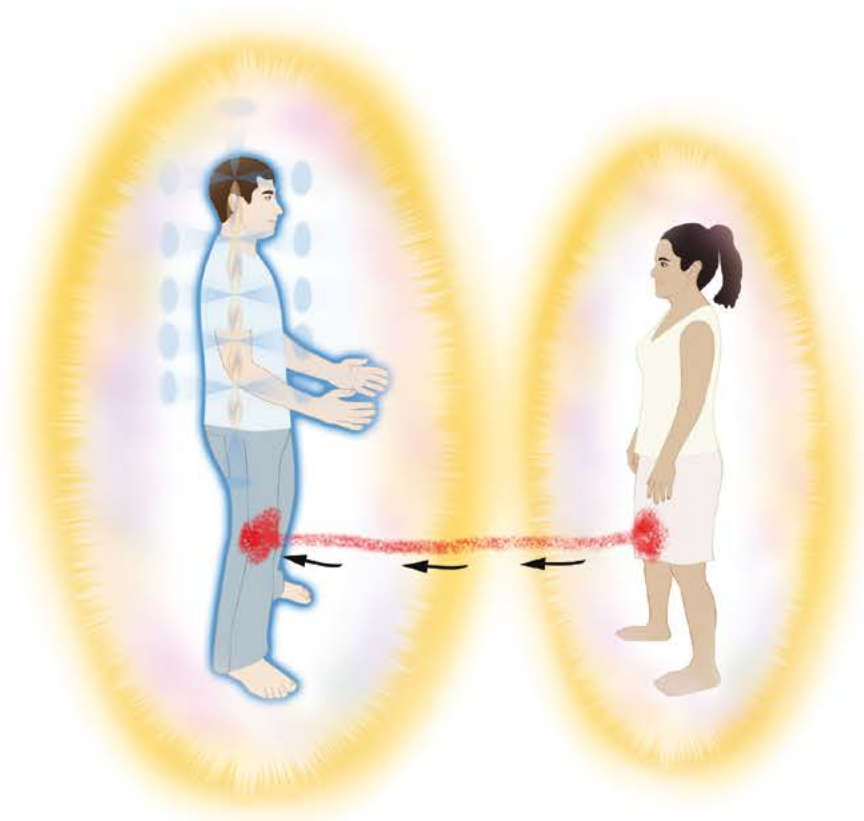


Figura 6.3a

L'operatore attira informazioni (cioè, dolore)
che riguardano il corpo del soggetto

Sbagliato

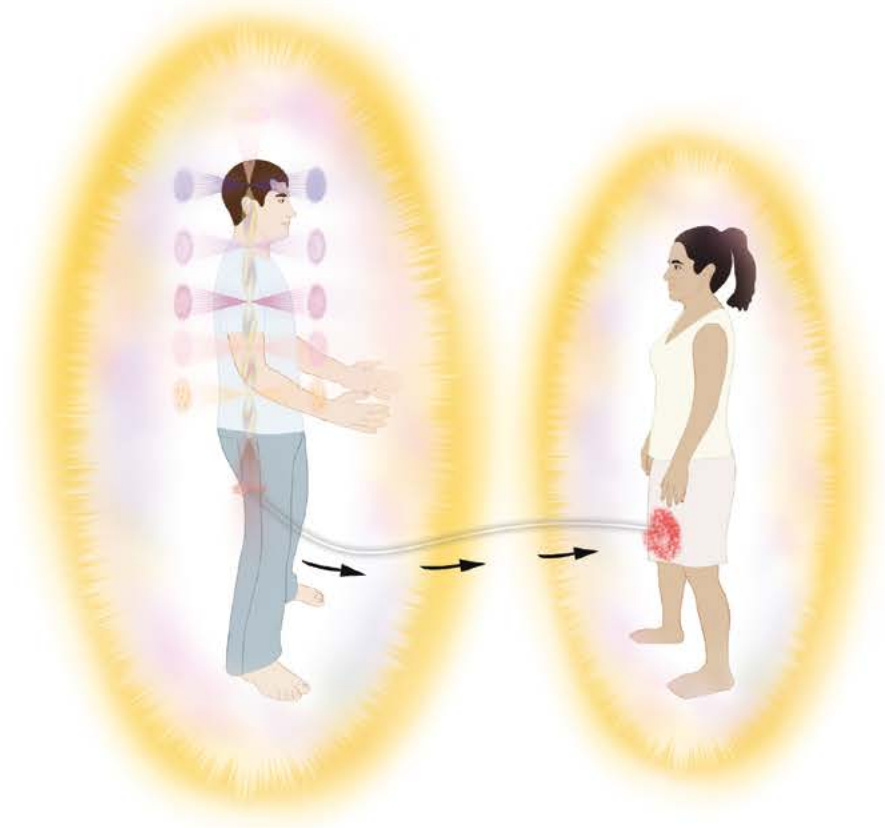


Figura 6.3b

L'operatore porta la propria HSP in uno pseudo-
baccello per connettersi con il soggetto da trattare

Corretto

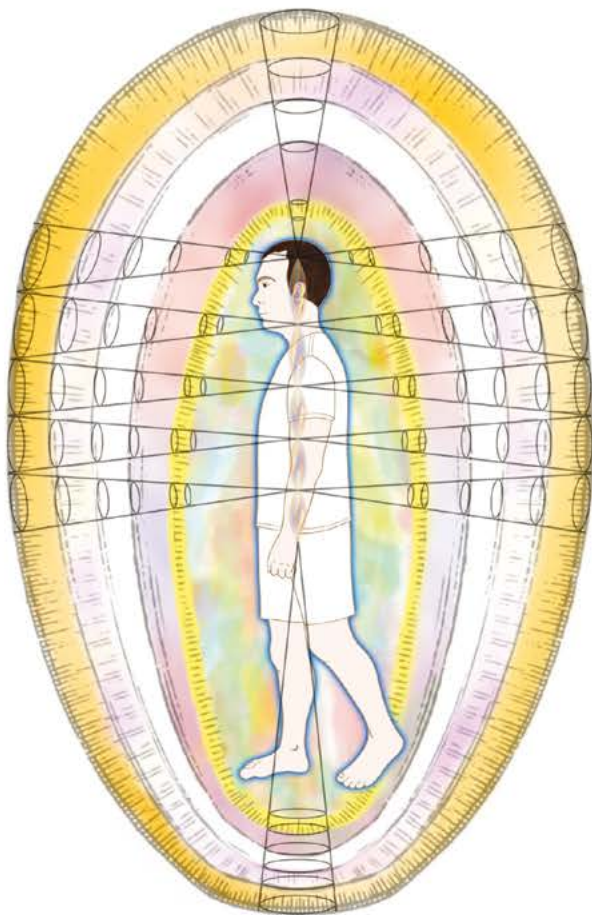


Figura 6.4
Immagine di un campo coerente

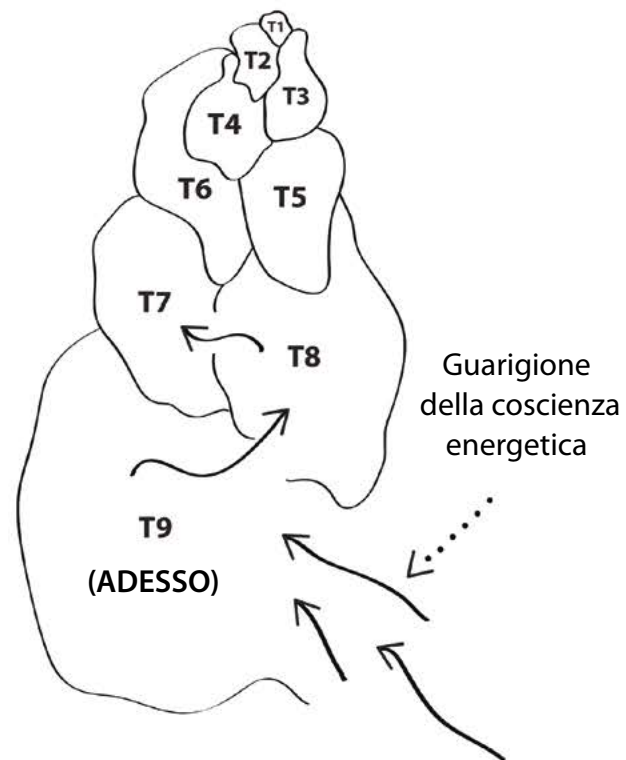


Figura 14.1
Anatomia di una capsula del tempo



Figura 14.2
Posizione delle mani nella chelazione



Figura 15.1

Il viaggio astrale

*La corda d'argento mantiene la connessione tra il corpo fisico
e il corpo astrale in viaggio*



Figura 15.2

La circolazione dell'HEF al momento della morte



Figura 17.1
I cordoni energetici relazionali che s'instaurano tra la persona che vuole nascere e la madre

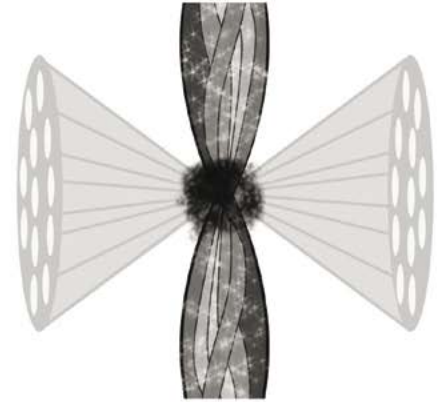


Figura 17.2
Un denso blocco scuro nel profondo del chakra del cuore impedisce il concepimento



Figura 17.3
Cordoni energetici relazionali tra il bambino e i genitori

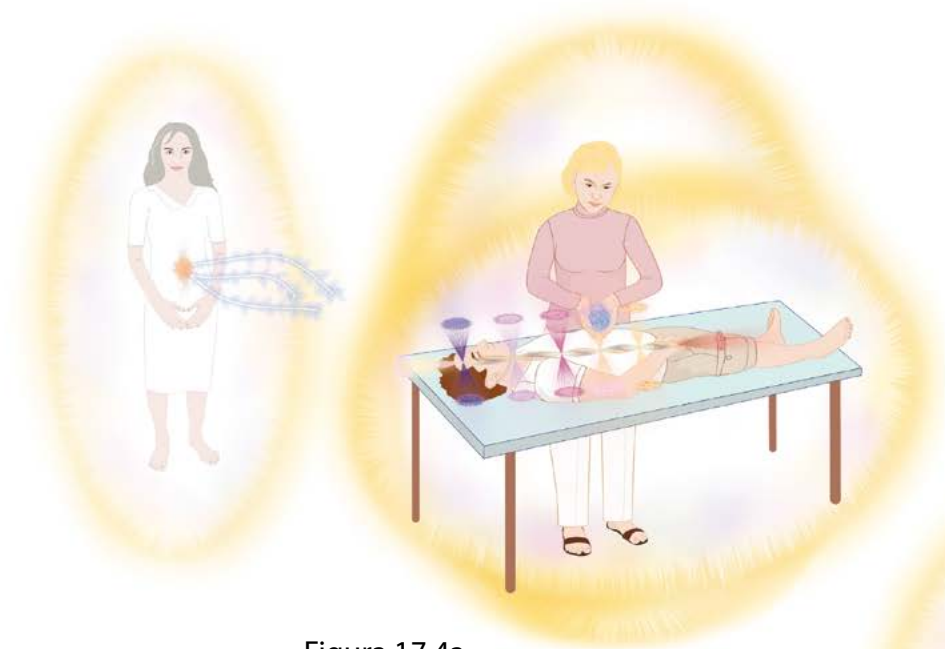


Figura 17.4a

Le deformazioni nei cordoni energetici relazionali
tra Donald e la madre

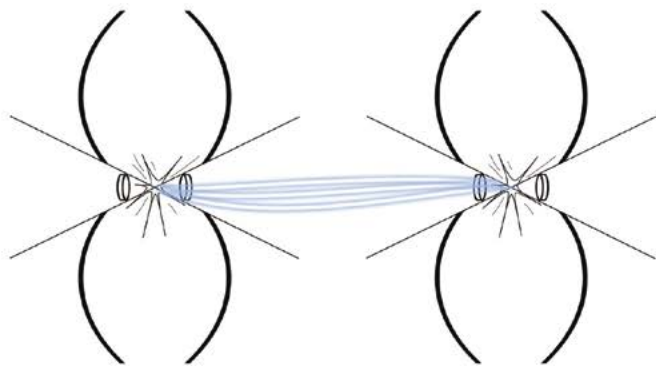


Figura 17.5

La corretta anatomia di cordoni e sigilli



Figura 17.4b

Sollievo nei campi energetici di Donald e della madre
dopo la guarigione

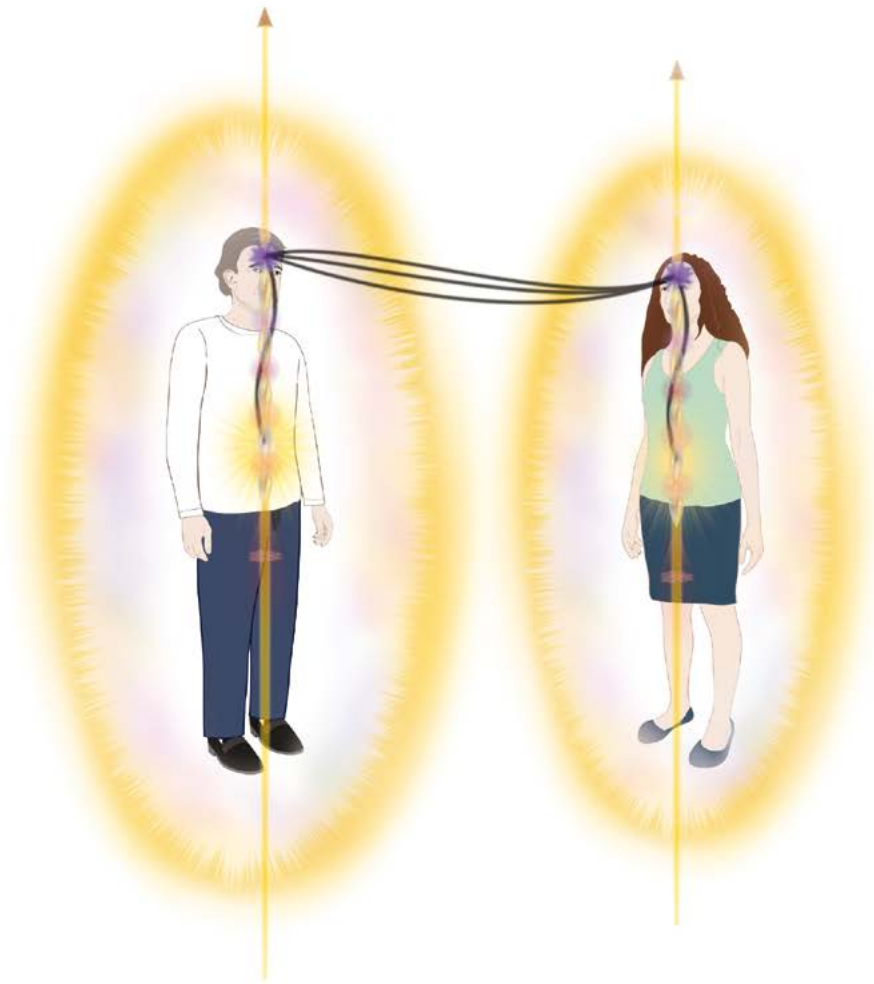


Figura 18.1a

Un danno nel sesto chakra causato da radici ancestrali che impediscono una chiara percezione della realtà

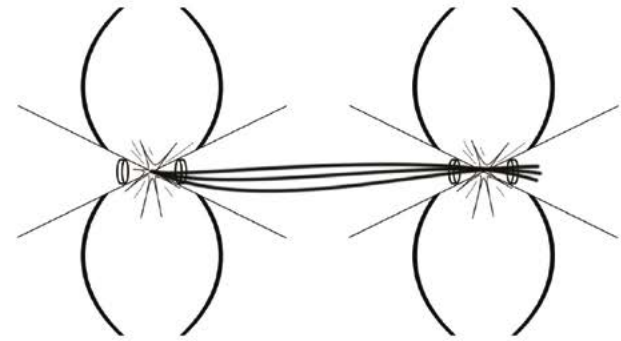


Figura 18.1b

Le radici ancestrali spingono sui sigilli del chakra e li penetrano

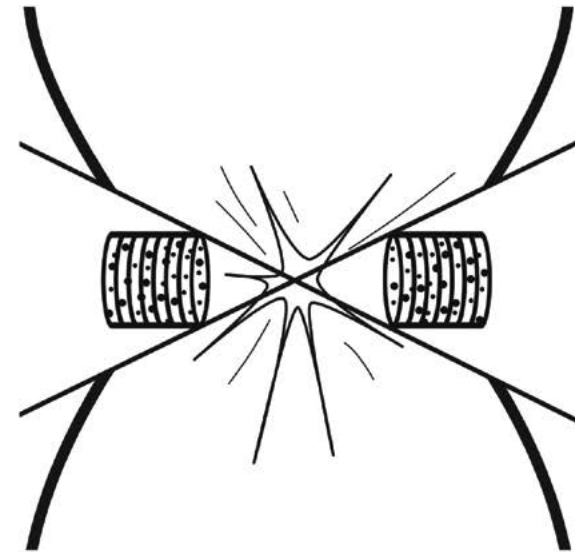


Figura 18.1c

Punti ciechi collocati nei sigilli

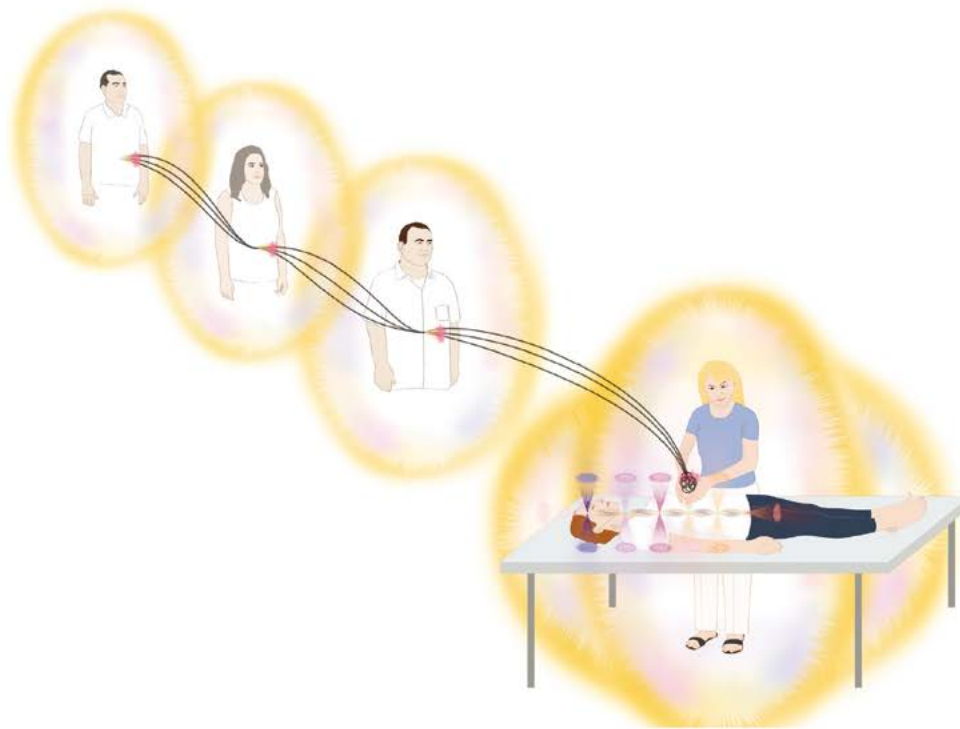


Figura 18.2a

Momenti della guarigione delle radici ancestrali
L'inizio della guarigione per rimuovere le radici ancestrali

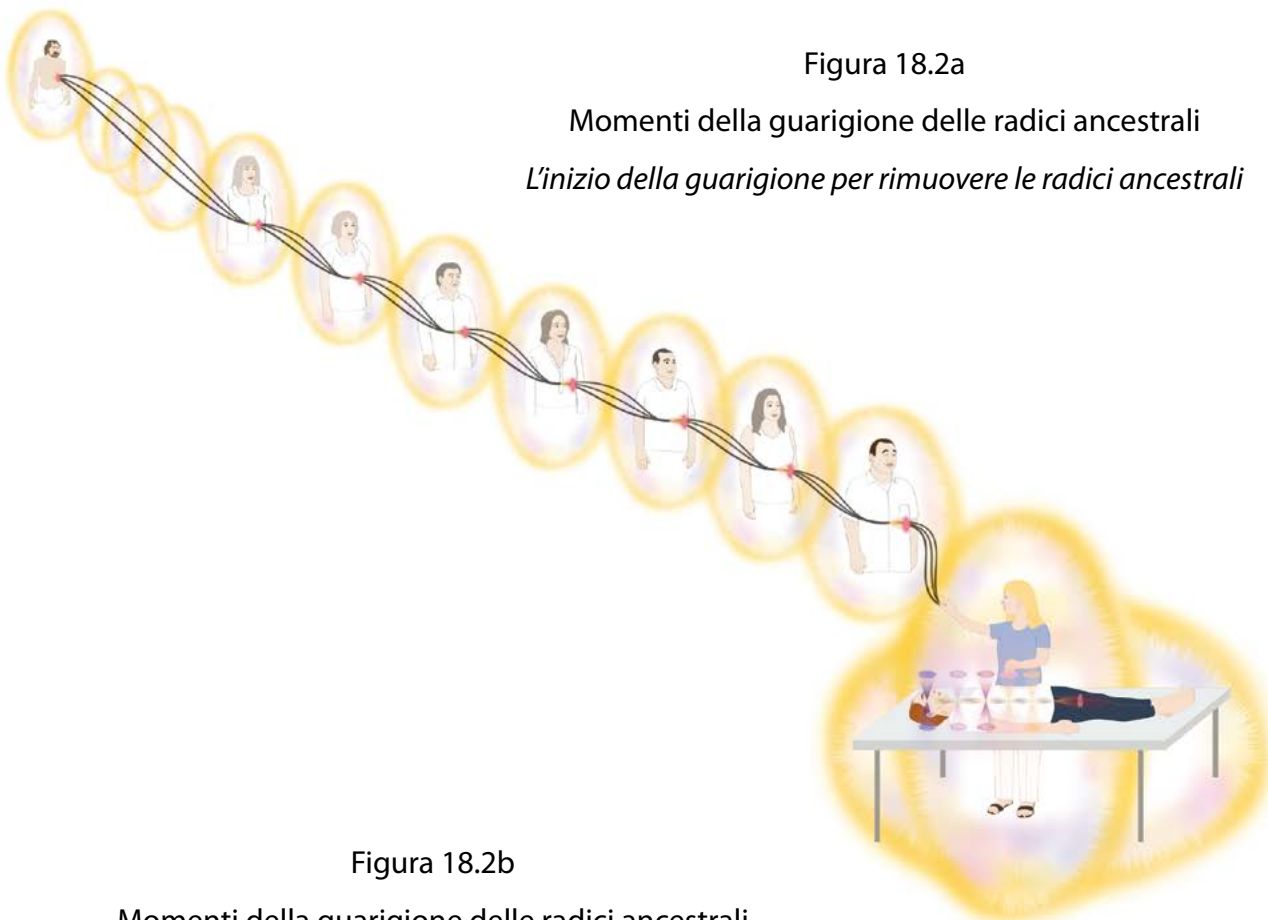


Figura 18.2b

Momenti della guarigione delle radici ancestrali
Il rilascio delle radici ancestrali

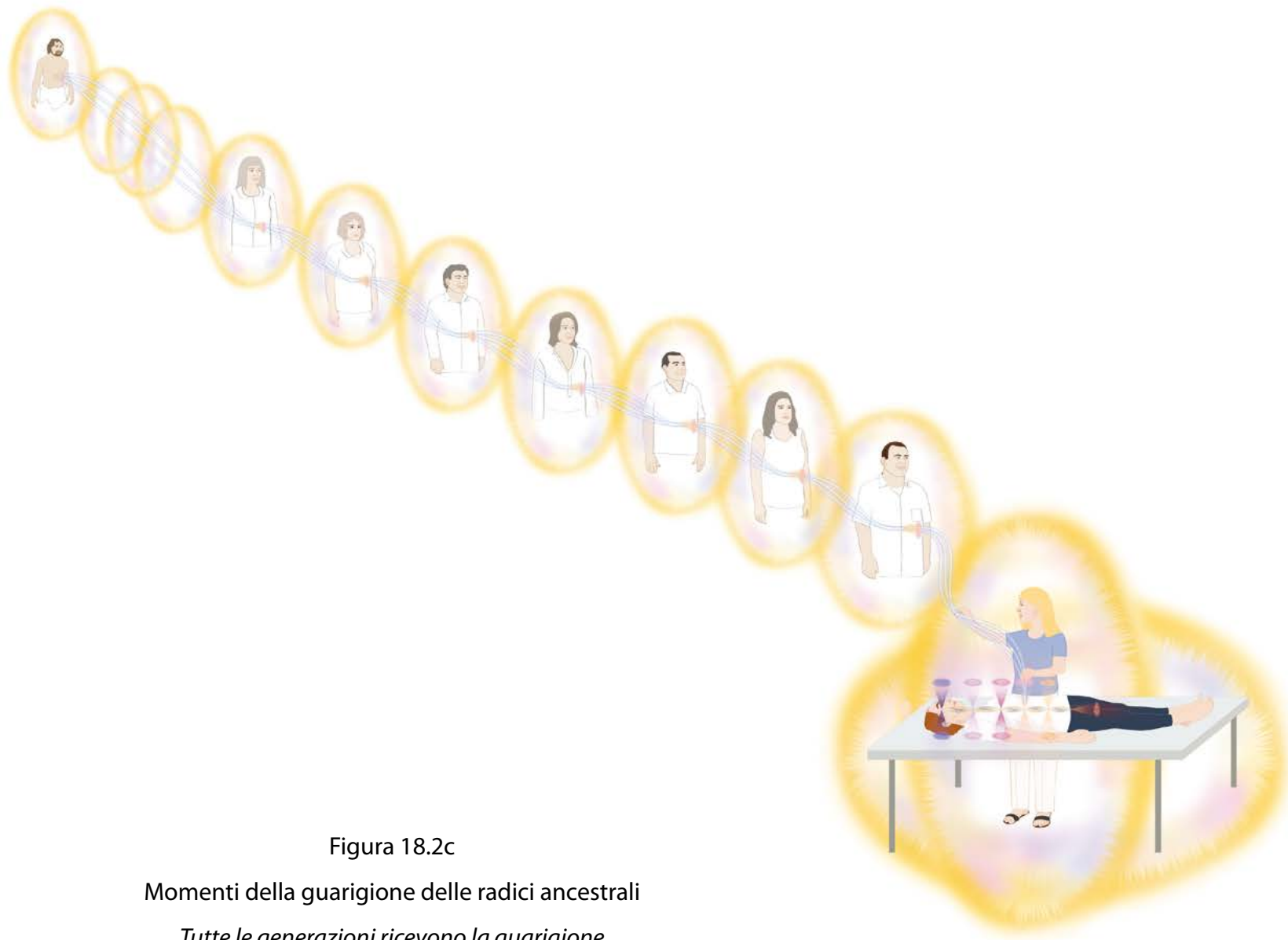


Figura 18.2c

Momenti della guarigione delle radici ancestrali

Tutte le generazioni ricevono la guarigione

Copyright © 2017 by Barbara Ann Brennan
Published and distributed in the United States by Hay House, Inc.
Titolo originale: Core Light Healing. My Personal Journey and Advanced Healing Concepts for Creating the Life You Long to Live
Illustrazioni: Aurelien Pumayana Floret e Bona Yu
Traduzione: Arianna Bevilacqua



© 2021 My Life
My Life srl, Coriano (RN)

Tutti i diritti riservati.

L'autrice di questo libro non dispensa consigli medici né prescrive l'uso di alcuna tecnica come forma di trattamento per problemi fisici e medici senza il parere di un medico, direttamente o indirettamente. L'intento dell'autrice è semplicemente quello di offrire informazioni di natura generale per aiutarvi nella vostra ricerca del benessere fisico, emotivo e spirituale. Nel caso in cui usaste le informazioni contenute in questo libro per voi stessi, che è un vostro diritto, l'autrice e l'editore non si assumono alcuna responsabilità delle vostre azioni.