

IN NOI STESSI GIACE TUTTA LA VERITÀ

“È impossibile mettere la verità in parole, ma ciascuno di noi può diventare il proprio medico..... la salute dipende dall'essere in armonia con la nostra Anima...” E. Bach

Veniamo al mondo con un dono che spinge per essere realizzato, il compito della nostra Anima, lo scopo della nostra incarnazione e sulla strada troviamo quell'ostacolo particolare, quel nodo che negli anni si ripresenta; tale la nostra lezione da imparare qui, in questa giornata di scuola. Siamo il nostro corpo, siamo la nostra psiche, siamo il nostro spirito e tutti insieme lavorano all'unisono per portare avanti di un passo l'evoluzione della nostra Anima. Quando non siamo allineati, quando la comunicazione tra il nostro corpomentespirito è difettosa allora vediamo insorgere in noi momenti di debolezza psichica, malattie che colpiscono il corpo e lo spirito, esso non è più acceso della propria scintilla divina che giace assopita in attesa del risveglio.

Quante volte sentiamo una spinta dentro di noi, una voce, un desiderio, un anelito che vorrebbe essere espresso, vissuto nella spontaneità e nella libertà di essere. Quante volte, nonostante tutto, ci raccontiamo scuse, vediamo ostacoli che bloccano la nostra creatività; e così che accantoniamo la parte vera di noi. La paura di sbagliare, di fare soffrire chi ci sta vicino, di non essere accettati, di perdere qualcosa che pensiamo di possedere la paura ci costringe al ritiro di noi stessi, ecco che la nostra Verità non esce e diventiamo altro da noi, compiendo il primo vero tradimento verso la fedeltà a se stessi.

Non essere fedeli a se stessi, non raccontarsi la verità porta ad essere falsi agli altri, perché qualsiasi scelta abbiamo compiuto non è in linea con la nostra Verità. Non potremmo mai sentirci liberi nella vita in questo modo, prigionieri di falsi concetti di Amore.

L'Amore è espansione, è movimento, è apertura, è una predisposizione alla vita; mi apro all'esperienza di questo dono pronto anche a soffrire ma libero di essere vero.

Veniamo al mondo con questa spinta desiderosi di riuscire, ma poi nel cammino molte interferenze ci aspettano per essere superate, mentre succede proprio il contrario e gli strati di falsa cortesia, falsa gentilezza, stati d'animo negativi è come se ricoprissero la nostra perla.

Il corpo, questa nave meravigliosa che scegliamo per compiere il viaggio della vita, è qui pronto per comunicare con noi, se con il cuore non sentiamo più la nostra Anima che ci parla, ci guida, ci illumina ci urla. Il nostro corpo porta malesseri, si ammala proprio per comunicare che non stiamo vivendo la vita che vorremmo, che non siamo felici, che non c'è gioia di espansione amorevole. Non adiriamoci dunque se ci ammaliamo, rendiamo grazie e cerchiamo di capire cosa la nostra scintilla di vita vuole dirci, dove stiamo sbagliando, cosa succede, perché abbiamo dirottato la nostra nave. O forse stiamo navigando sulla nave altrui e non ce ne siamo mai accorti?

Ogni sintomo ci lancia un messaggio, come ogni parte del corpo colpita dal disagio offre un'interpretazione, occorre dunque conoscere il nostro corpo in tutta la sua completezza, avere la mappa del territorio per poter attraversare l'oceano e proseguire il viaggio.

Un raffreddore può essere la nostra rabbia inespresa, o il bisogno di isolarci dal mondo esterno, un dolore alla gamba può dirci che forse non vogliamo andare in una certa direzione che ci pare imposta e comunque non coincide con la nostra verità interiore. Dunque, nel momento che diventiamo consapevoli della nostra verità, allora possiamo veramente operare una scelta. Il dolore che spesso rifiutiamo e dal quale cerchiamo di sfuggire è un severo insegnante che ci rimprovera di aver dirottato la vera volontà dell'Anima. Ci richiama all'ordine della Vita che merita di essere creata nella spontaneità e nell'innocenza, non nell'ignoranza.

Quanto ignoriamo di noi stessi? Quanto pensiamo con la nostra mente che ci “mente” di sapere tutto di noi, mentre il corpo nei suoi malesseri sia essi fisici che psichici, ci parla, ci chiede di ascoltare il nostro cuore.

Impariamo ad ascoltare, ad interpretare il nostro corpo; impariamo a leggere tutto ciò che durante il giorno viviamo e scopriamo i messaggi nascosti dietro ad ogni segnale che l'energia vitale ci offre: un semaforo rosso mentre stiamo andando ad un appuntamento, le parole di una persona che incontriamo; ogni movimento diventa così comunicazione e vibrazione.

Facciamo parte della Natura che dall'esterno si rispecchia all'interno di noi stessi, e nel nostro corpo troviamo montagne, pianure, laghi, ruscelli, cascate, bacini, strade, piazze, palazzi, alberi e fiori, fuoco e aria, venti freschi e temporali.

Mettiamo il caso che in una giornata di vento, questo ci infastidisce e il giorno dopo ci risvegliamo con un torcicollo, ecco dunque; che comunicazione può essere avvenuta tra là fuori e dentro di noi? Magari i nostri nervi erano tesi per un'emozione negativa e il vento che vuole flessibilità ha trovato invece una rigidità e così il collo si blocca. Un collo che non può più voltarsi da una parte perché bloccato da un dolore fortissimo, cos'è che non vogliamo guardare perché altrimenti soffriremmo o ci causerebbe rabbia?

Ascoltare, osservare,..... i nostri sensi sono qui a disposizione per la lettura della vita che incontriamo ogni giorno e si presenta a noi in una magnifica avventura da seguire con il cuore per esprimere la nostra Verità e diventare cocreatori dell'Universo.

Quale meraviglia, quale avventura gioiosa è andare alla scoperta del nostro dono, del nostro talento, proprio come Parsifal andò alla ricerca del Santo Graal, quale perla è racchiusa dentro di noi?

Chiudiamo gli occhi per un attimo, raccogliamoci nel cuore e ascoltiamo viviamo forse la costrizione? Allora il nostro talento sarà semplicemente l'amore, se siamo impauriti è la compassione il nostro dono, la pace giace al posto dell'irrequietezza, mentre la risolutezza spazzerà via l'indecisione. Ci sentiamo indifferenti e non sappiamo che il nostro potenziale è la dolcezza, la debolezza farà spazio alla forza e il fanatismo alla tolleranza. Ci mostriamo nell'ignoranza e il grande dono dentro di noi è la saggezza, siamo impazienti ma abbiamo in noi la capacità di perdonare, il coraggio cancella il terrore. Viviamo nel dubbio ma la nostra scintilla ci conduce alla comprensione, e il dolore nasconde la virtù della gioia.

Cerchiamo di scoprire quale ostacolo dobbiamo superare, quale lezione stiamo imparando e non facciamogli guerra, ma coltiviamo in noi la virtù opposta. Così facendo scopriremo che ogni malessere svanirà perché la sua presenza non avrà più senso di esistere se impariamo la lezione e superiamo l'ostacolo. Certo la vita è movimento e come tale ci proporrà sulla nostra via ostacoli da superare, non scoraggiamoci se ogni tanto faremo degli scivoloni, manteniamo in noi la fiducia e la perseveranza del nostro cammino e ne seguirà felicità e salute.

