

**RELAZIONE FINALE
TERZO ANNO - 2023**

A.L.A.R.O.

**FORMAZIONE
PER OPERATORE DI
PRANOPRATICA E BIOPRANOTERAPIA**

Poldi Silvia

INDICE

INTRODUZIONE

LA NATURA E I QUATTRO ELEMENTI

LO SPAZIO PRANICO

- spazio energetico universale
- spazio della seduta pranica

LE MIE ESPERIENZE

SPAZIO TEMPO

CONCLUSIONI E RINGRAZIAMENTI

INTRODUZIONE

Questa relazione finale è la testimonianza stessa della chiusura di questi tre anni. All'inizio ho pensato di intraprendere questo percorso soltanto come un arricchimento personale e perché sentivo che, incontro dopo incontro, dentro di me si muovevano tante cose. Mi sono sentita da subito a casa, a mio agio, entusiasta e nutrita a livello profondo. La scuola è arrivata nella mia vita in un momento concreto di disagio sentimentale e fisico che mi ha portato poi verso la fine di una relazione profonda ma difficile.

Mi sentivo svuotata e priva di risorse.

Posso quindi testimoniare che fin dall'inizio il prana ha cominciato ad operare in me dei movimenti interiori e poi dei cambiamenti e delle comprensioni che si sono concretizzati. Questa esperienza è cresciuta con me e mi è servita a riportare luce su quelle parti che avevo trascurato, privandole di nutrimento, e su quegli aspetti che ancora dovevo potenziare o scoprire.

Prendere consapevolezza delle proprie risorse innesca un flusso di energia intelligente che vuole manifestarsi in noi e coinvolgere chi ci sta attorno.

Eccomi qui ora a voler scrivere questa relazione per riassumere e concludere il meraviglioso viaggio di questi tre ultimi anni di lavoro, di ascolto interno ed esterno, di circolazione di energia e di produzione spirituale e materiale.

Questa consapevolezza è cresciuta progressivamente in me attraverso l'"esperienza energetica" fatta attraverso gli insegnamenti di questa scuola di pranopratica.

Tali esperienze si sono aggiunte a quelle basi che già avevo formato negli anni nei miei studi di antropologia gnostica, un meraviglioso percorso di conoscenza e di autoscoperta attraverso la pratica della meditazione, della respirazione, della

vocalizzazione di mantra e soprattutto dell'indagine introspettiva nell'ascolto dei processi animici e psicologici.

La pranopratica mi ha fatto realmente "toccare con mano" l'energia dei campi sottili e ha affinato la mia capacità di ascolto estendendola all'esterno, al di fuori di me, dandomi la possibilità di sentire maggiormente la connessione con il Tutto.

Per questo motivo in questa relazione voglio fissare quelle esperienze che mi sono servite e che mi servono ora nell'operatività della seduta pranica.

LA NATURA E I QUATTRO ELEMENTI

Madre Natura mi è sempre stata di grande aiuto e di profonda ispirazione.

Fare una passeggiata nel bosco o osservare un ampio panorama dove lo sguardo può arrivare ad abbracciare grandi spazi è come una terapia vibratoria per l'anima.

E' come ricevere vibrazioni altissime che il corpo percepisce e alle quali si predispone per entrare in sintonia. I singoli elementi che la compongono sono così carichi di energia e di vibrazione positiva che ne riceviamo subito un beneficio. Questo avviene perchè in realtà gli stessi elementi che costituiscono la Natura sono già dentro di noi, nel nostro corpo ed entrano in risonanza.

Ho sperimentato diverse volte, in meditazione, l'evocazione dei quattro elementi nel mio corpo. E' sempre stata un'esperienza profonda e ricca di spunti per il mio lavoro.

I docenti di questa scuola A.L.A.R.O. mi hanno fornito meravigliosi strumenti da utilizzare per la mia crescita personale e per essere di aiuto e supporto agli altri. Con questi strumenti ho sperimentato sempre più che tutto è interconnesso, che ogni disciplina è profondamente legata all'altra e si fonde in un'unica Sapienza alla quale ci è dato attingere attraverso la dedizione e l'amore.

Mi è piaciuta particolarmente la pratica della circolazione energetica dei Quattro Elementi, insegnata da Gabriele Laguzzi, perchè si accorda a una tecnica che conosco da molti anni di pulizia e riequilibrio del corpo eterico. Appartiene al mio percorso di gnosi e attingendo dalla tradizione orientale include il riferimento a divinità reggenti dei diversi regni naturali.

Consiste nella visualizzazione, in stato meditativo, delle diverse parti del corpo e

nell'evocazione degli elementi della Natura che operano in corrispondenza a quelle parti. Nella meditazione vengono richiamati i Quattro Elementi e in più l'Etere, il quinto. Ogni elemento possiede una sua peculiare vibrazione che si manifesta in modo specifico nella zona che presiede. L'Etere nella zona sommitale e frontale della testa, l'Aria nella zona della gola e del cuore, il Fuoco nel plesso solare e zona ombelicale, l'Acqua nell'area degli organi genitali e la Terra nella zona sacrale.

Per me significa che ogni cellula, ogni organo, ogni sistema che si trova in quell'area è in sintonia vibratoria con l'Elemento corrispondente, ne riceve quindi gli insegnamenti, le peculiarità e le conoscenze. Per ciò che ne abbiamo esperienza nella natura, gli Elementi hanno precise caratteristiche o qualità che possiamo verificare nel loro aspetto fisico e tangibile e da qui possiamo derivarne aspetti energetici o filosofici.

In ogni modo il loro aiuto è per me fondamentale nel ripristino dell'equilibrio del nostro corpo ad ogni livello, visto che siamo un meraviglioso impasto di materia e spirito, una meravigliosa creazione di Madre Natura.

Ad ogni elemento possiamo chiedere, evocandolo, di operare a nostro favore a livello fisico e animico, stimolando quelle qualità della nostra anima di cui abbiamo bisogno. Utilizzando l'immaginazione creativa, come vero e proprio atto che porta i suoi effetti nella materia, non come atto di proiezione fantasiosa, possiamo utilizzare l'aiuto di queste energie e immaginarle nel loro aspetto fisico o anche nella forma eterica degli elementali del regno corrispondente: puncta dell'etere, ondine e nereidi dell'acqua, silfi e silfidi dell'aria, gnomi o pigmei della terra e salamandre del fuoco. L'immaginazione di queste forme eteriche può essere di aiuto alla visualizzazione e alla sintonia con ciascun elemento.



L'elemento Etere, energia pura, ci porta ad entrare in contatto con le energie cosmiche più sottili che appartengono al campo energetico universale, stimola la percezione dell'invisibile e ci sollecita ad andare oltre i limiti della percezione della materia. Ci invita a tentare l'impossibile e ci connette con il cosmo.



L'elemento Aria, trasparente e leggero può aiutare a schiarire e alleggerire i pensieri nella nostra mente rendendoli più luminosi, a far circolare nel suo movimento tutto quello che rimane stagnante, che si fissa. Possiamo immaginare una brezza fresca che ci porta respiro e che ci porta ad avere una visione dall'alto, a volo d'aquila, sulle situazioni che stiamo vivendo.



Richiamare l'elemento Acqua, con la sua natura fluida ed espansiva, ci può aiutare a rendere fluidi i nostri movimenti e i nostri processi, ad adattarci alle situazioni e superare gli ostacoli che ci si presentano; nel suo aspetto cristallino può pulire le nostre acque profonde e stagnanti legate soprattutto ad emozioni pesanti o portarci in profondità all'ascolto delle nostre emozioni quando tendiamo a rimanere in superficie. Le Acque del nostro corpo sono ricettive dell'energia pranica e conducono le informazioni che ricevono in tutti i tessuti.



L'elemento Fuoco ci riporta al calore della vita, alla creazione e alla trasformazione attraverso la combustione della nostra materia in qualcosa d'altro. Possiamo fare appello alle sue qualità rinnovatrici quando abbiamo bisogno di nuovo entusiasmo e di forza se ci sentiamo scarichi. Il Fuoco purifica, rinnova e ci fa risorgere dalle nostre ceneri.



L'elemento Terra, stabile e fermo ci ancora, ci dona sicurezza. Possiamo chiedere aiuto per fortificare e rimineralizzare il nostro corpo. La Terra accoglie i semi dei nostri pensieri gestandoli nell'oscurità, come in un ventre materno, perchè germoglino come atti della nostra realizzazione. Se siamo ben radicati ci fa riposare nel suo inverno, ci fa fiorire a primavera, ci fa fruttificare in estate e ci fa tornare a lei in autunno, collaborando così con gli altri Elementi. Dalla terra al cielo, dalle radici alle ali.



Senza dubbio i Quattro Elementi sono presenti anche al di fuori di quella precisa area; la terra nell'apparato scheletrico, l'acqua in tutti i liquidi presenti in tutto l'organismo, l'aria nell'apparato respiratorio e circolatorio, il fuoco nel cuore, nello stesso sangue e in tutti i processi di produzione del calore, degli ormoni, della vita stessa.

Questo argomento è molto ampio e complesso e la mia conoscenza a riguardo non

è abbastanza profonda da poter entrare nel dettaglio. Rimando alla lettura e allo studio di testi più completi e precisi.¹

Comunque Plessi energetici ed Elementi della natura entrano in collaborazione e sintonia per mantenere operativi tutti i processi energetici ed organici della complessa macchina umana che abitiamo.

Gli insegnamenti di Teresa Bagni sui 4 elementi e i 4 temperamenti e il meraviglioso ciclo nel triennio di conoscenza e approfondimento dei Chakra con Francesca Battelli mi hanno stimolato il desiderio di approfondire ulteriormente.

Durante la seduta possiamo operare con questa consapevolezza che tutto è interconnesso e sollecitare il campo della persona che riceve il trattamento a sintonizzarsi su quelle particolari frequenze.

Un campo di sperimentazione vastissimo...tutto da approfondire e che ho appena iniziato a portare nella pratica dell'operatività pranica ma che voglio ampliare anche con l'utilizzo del suono.

¹ Vedi "Pranoterapia e Prano-pratica. Tecniche avanzate" G.Laguzzi e in particolare la Tabella delle Corrispondenze tra le nostre aree di terapia e i 7 Chakra.

LO SPAZIO PRANICO

Con questa definizione, spazio paranico, intendo riferirmi a quello spazio che percepisco intorno a me come campo energetico universale, nel quale siamo immersi, e che contiene lo spazio della seduta di pranopratica. In entrambi i casi queste osservazioni sono guidate dal mio sentire che diventa sempre più vivo e mutevole man mano che la mia capacità di percezione si affina. Ho dato particolare attenzione a questo spazio perchè ho notato come, nel corso di questi anni, si sia fatto più familiare. Durante i trattamenti si è aperto un dialogo, una comunicazione sul piano energetico.

Riconosco che è una mia caratteristica quella di aver bisogno di sentirmi a mio agio in un ambiente prima di agire, e quindi anche in questo contesto eccomi a cercare riferimenti e strumenti per operare in serenità.

Il campo energetico universale

Viviamo talmente immersi nell'energia universale che non ce ne rendiamo neppure conto, così come respiriamo ma non abbiamo costante consapevolezza dell'aria che entra e che esce da noi, anche se è indispensabile per la nostra vita. Ci portiamo a spasso la "nostra realtà" ovvero quella parte di essa che siamo abituati a percepire e che costruisce i nostri punti di riferimento e quindi non abbiamo quella freschezza e libertà di cogliere il nuovo. Ma quando ci fermiamo ad osservare il nostro respiro, ad ascoltare i suoni intorno a noi, a contemplare ciò che ci circonda in uno stato di quiete, ecco che cominciamo ad avere la percezione di qualcosa d'altro, di un'energia,

di una forza che attraversa tutto, una forza universale appunto.

E' così che possiamo percepire sempre più spesso questa "energia vitale", il prana, e sentire che è ovunque, nel respiro, nella luce, nelle persone. Potremmo osservare come si concretizza, come passa di stato e di densità. Scoprire che il suo esistere è continuo, fluido e penetrante. Lo possiamo trovare nello spazio più vasto del cielo e in ogni piccola sfaccettatura della realtà, in ogni piccola piega, nello spazio vuoto tra cellula e cellula del nostro corpo, le cellule stesse, la polvere, la luce e le persone...Gli esseri viventi a tutti i livelli e in tutti i regni sono espressione della forza pranica, della forza vitale.

"Noi siamo la stessa forza pranica, la stessa forza vitale che si manifesta proprio con la nostra esistenza individuale." (G.Laguzzi)

Ho sempre pensato che alcuni luoghi, seppure già molto belli, quando vengono condivisi e visti da più persone per quello che sono, con amore e gratitudine, diventano ancora più belli, è come se volessero dare il meglio di sé, come se volessero partecipare e scambiare con l'osservatore la loro energia, la loro presenza. Ho sperimentato questa magia molte volte, avendo abitato per diversi anni in un luogo immerso nel verde delle colline del Volterrano, in un centro olistico dedicato all'accoglienza di coloro che erano alla ricerca di un contatto con se stessi, seguendo strade e ispirazioni diverse. Nei giorni di assenza di questi visitatori/ricercatori, la natura intorno a me aveva un tono, ma quando c'erano ne aveva un altro.....si vestiva ancor più di bellezza...raccolgendo e partecipando alle emozioni che gli stessi ospiti ricevevano dall'entrare in contatto con lei, potenziandone l'energia in una sorta di crescendo che poteva alimentare e sostenere i lavori che intraprendevano....la bellezza è una meravigliosa vibrazione del prana e una grande ispiratrice.

Ognuno porta quindi una sua peculiare forma di energia, un suo tono che sommato a quello di altre persone o altri esseri viventi viene a formare un insieme che tende all'armonia. Un'energia sottile cerca di rendere omogeneo ciò che all'inizio può non esserlo, è un lavoro di equilibrio, di assestamento di campo. Quanto più l'energia è alta tanto più verrà potenziato il risultato finale.

Certamente ci sono luoghi che si caricano di energie create da emozioni forti e disarmoniche, dal dolore, dalla solitudine e dalla disperazione. Questi spazi secondo me conservano comunque il loro potenziale di armonia e di bellezza, come se sollevato questo velo si potesse di nuovo vedere la luce. Come in un paesaggio di montagna, la valle coperta dalle nuvole e le cime illuminate dal sole. E' questione di vibrazione e certamente alzare questo velo, questa coperta, richiede un grande sforzo e soprattutto la volontà di farlo.

Allo stesso modo il nostro spazio, il nostro campo energetico, può trovarsi nelle stesse condizioni di quel luogo triste e desolato che ha bisogno di luce...di calore...di amore. Sono momenti in cui abbiamo perso il contatto con qualcosa di più grande. Abbiamo lasciato che si chiudessero le porte a quel nutrimento sottile che ci alimenta da sempre, finchè il nostro sguardo si è rivolto altrove, a costruire un mondo sempre più difficile e buio, dal quale spesso faticiamo ad uscire. Di questo stato ho avuto esperienza diretta.

E' necessario attingere a risorse superiori che si trovano in un campo più vasto, nella natura e nella connessione tra due o più persone.

Quando due persone si incontrano si crea sempre una terza forza, uno spazio di dialogo o perlomeno una possibilità di incontro. Questo incontro è sostenuto dall'energia ad altissimo voltaggio del campo universale.



Lo spazio pranico della seduta

Fare un trattamento è come focalizzare che questo spazio universale esiste.

Sicuramente quello che avviene all'inizio è il contatto e l'unione dei campi dell'operatore e del ricevente in uno stato di quiete. Durante un trattamento avviene un riequilibrio dei campi, l'operatore si mette in contatto e fa da tramite perché il suo campo, che cerca di mantenere il più pulito e carico possibile, per la sua vita e la sua salute, viene messo a disposizione come risonanza per il campo di un'altra persona che in quel momento ha bisogno di ripristinare il proprio stato di benessere. Si aprono dei recettori verso il proprio campo, quello del ricevente e quello circostante al fine di ottenere una circolazione, un movimento che possa stimolare l'intelligenza del corpo a ritrovare il proprio equilibrio, ad *reparandam omeostasim*. Come fossimo immersi tutti nella stessa acqua, che è appunto un meraviglioso ricettacolo del prana, dal quale viene fortemente impressionata e istruita, essendone per di più essa stessa una particolare condensazione.

Quando inizio un trattamento, dopo la messa in fase e il radicamento, mi concentro sullo spazio della seduta ed entro nell'ascolto del campo del ricevente. Mi rendo sempre più conto che lo spazio è già pronto ad accogliere ciò che avviene, sta già cominciando uno scambio.

Da quando ho sperimentato l'altissima vibrazione delle acque Mariane a luce bianca, mi aiuta molto evocare in me la forza della Madre Divina, quell'aspetto del Femminile che si esprime nelle Madri di tutte le culture, per entrare in contatto con Lei e con quell'amore materno, fluido, continuo, che sostiene tutta la creazione. Entro nella sua accoglienza amorevole immaginando che il suo caldo abbraccio avvolga me e la persona che riceve il trattamento. La vedo come un'Iside alata alle mie spalle che abbraccia entrambi con le sue amorevoli ali.

In questo modo sento che lo spazio della seduta si carica di quella compassione amorevole che attiva tutte le forze risanatrici e riequilibranti dei nostri campi

energetici. Si viene a creare così uno Spazio Sacro nel quale sento che siamo già accompagnati da forze che ci sostengono e che operano. Mi è capitato diverse volte di percepire che nel campo è già in azione un aiuto, è attiva la compresenza e la cooperazione di tante forze.

In questa collaborazione mi aiuto a mantenere la mia vibrazione alta vedendo, attraverso l'immaginazione creativa, che questa energia è portata dalle mani di esseri luminosi che vibrano di un'energia sottile e che operano insieme a me. Non siamo mai soli, possiamo sempre essere ispirati da quello che abbiamo intorno come dai Maestri dei piani superiori.

Essere partecipi di questa collaborazione tra le energie sottili è un vero privilegio.

Spesso chi riceve il trattamento non è consapevole delle risorse del proprio campo energetico, secondo me sta a noi operatori, attraverso gli strumenti acquisiti e con l'esperienza maturata, richiamarle e creare una situazione di cooperazione.

L'affidamento diventa così essenziale: l'affidamento dell'operatore alle risorse presenti nel campo del ricevente e nel campo più ampio che si viene a formare, e l'affidamento nella propria capacità di rimanere in amorevole contatto. Il prana va infatti a stimolare la parte sana del ricevente inducendola a lavorare per arrivare a coinvolgere tutto l'organismo e ripristinare l'equilibrio delle funzioni psico-fisiche. Inoltre tanto più la disposizione della persona che riceve il trattamento è di apertura, rilassamento e fiducia, tanto più l'energia scorre in modo armonioso.

Ho sperimentato che il tempo del trattamento può variare ogni volta e che dipende dall'intensità del campo e dalla necessità del ricevente in quella seduta. A volte sento che una zona ha bisogno di essere irraggiata più a lungo o per tutta la durata del trattamento. L'ascolto e l'intuizione sono dei buoni strumenti per seguire il flusso dell'energia e vanno sempre più affinati.

Lo spazio fisico in cui avviene la seduta è il luogo che accoglie il trattamento pranico.

Più è pulito energeticamente e fisicamente, profumato e caricato con il suono o la

meditazione, e più la sua vibrazione è alta. Ma non è certamente indispensabile perchè si apra uno spazio di attenzione e di accudimento. Lo spazio pranico del trattamento si attiva nel momento dell'apertura amorevole del centro del cuore. Noi portiamo il nostro campo ed è di questo che in primo luogo dobbiamo occuparci. Per questo che se sperimentiamo lo stato di quiete e di benessere interiore attingiamo e portiamo la vibrazione di un campo carico.

Mantenere il proprio campo pranico pulito e aperto è indispensabile. E' necessario occuparsi dei propri processi interiori e dedicare attenzione amorevole a tutte quelle trasformazioni che avvengono alchemicamente dentro di noi. So per esperienza che se non dedico tempo e spazio alla mia crescita e all'apertura del cuore non posso essere di aiuto nè a me stessa nè agli altri.

I profumi dell'anima si percepiscono infatti man mano che i miasmi delle nostre putrefazioni interne evaporano, man mano che la nostra materia grezza, il nostro involucro, marcisce e lascia andare l'Essenza con la sua luce.

L'Essenza parla all'Essenza; è un dialogo sottile ed energetico molto potente che avviene anche se non percepito coscientemente. Credo che la nostra partecipazione al Creato e alle sue Creature significhi anche questo...poter parlare e intendere lo stesso linguaggio.

Il profumo dell'Essenza di un fiore o di una pianta, che ci parla dopo aver fatto un lungo viaggio di trasformazione alchemica, rievoca quegli stati "essenziali" animici che viviamo internamente e ai quali ci possiamo ricollegare in momenti particolari come nella meditazione, negli stati di contemplazione, nel canto, nella musica o nella danza. Ogni volta che gli lasciamo spazio per esprimersi e gli diamo nutrimento.

Un trattamento pranico è per me una forma di questo tipo di nutrimento.

Ho ricevuto in dono da Francesca Bonechi, cara e luminosa compagna di viaggio in questi tre anni di scuola, diversi trattamenti di questo tipo. Nello spazio amorevole del cuore lo scambio pranico è stato potenziato e arricchito da un viaggio olfattivo attraverso l'uso di creme per il viso che contengono oli essenziali puri. La scelta di questi profumi è stata fatta da Francesca attraverso una saggia lettura del mio campo

pranico e la volontà amorevole di ripristinarne l'equilibrio e l'armonia.

Questo trattamento mi ha donato un profondo benessere fisico e interiore.

LE MIE ESPERIENZE

Il trattamento pranico è secondo me un'esperienza che coinvolge l'operatore e il ricevente su diversi livelli energetici che comprendono anche quello spirituale.

Fare esperienza di un trattamento include fare esperienza di quello che accade a entrambi durante il trattamento, ed è sempre un'esperienza trasformativa. Il fine ultimo è quello di portare armonia, benessere, sollievo al corpo alleviando il dolore fisico e il disagio emotivo, mettendo a disposizione il proprio campo affinché ciò avvenga.

Nei trattamenti che ho fatto in questi anni, purtroppo non molto numerosi, ho attraversato diverse fasi. Credo che questo sia abbastanza comune...dalle mani tremanti e dall'atteggiamento "speriamo che mi si scaldino", attraverso la ricerca di conferme nella persona trattata, fino all'acquisizione di sempre maggiore sicurezza delle percezioni, dei tempi e dei gesti. Anche per questo ho amato e amo questo percorso!

In questi ultimi mesi ho rivolto molta attenzione a quello che vivo e sento durante il trattamento per incrementare la mia sicurezza operativa conoscendo meglio il mio linguaggio pranico e farne dei riferimenti operativi. Sono trattamenti con persone a me vicine con le quali posso confrontarmi e ampliare questo studio.

Ho potuto spesso sperimentare gli insegnamenti e le tecniche che ho imparato con una cara amica Anna, che sempre con tanto entusiasmo ha richiesto di ricevere i trattamenti.

Su di lei ho visto come agisce il prana...forza intelligente e sensibile che sa dove e

come agire. A seconda delle necessità fisiche, energetiche o animiche, il prana entra, stimola, sostiene, riempie, dialoga e mette equilibrio nel campo di chi si mette in ricezione.

A volte i suoi disagi erano fisici (nevralgie di diversa origine, mal di testa, mal di denti, dolori articolari alle ginocchia o ai polsi, mal di schiena...Anna fa molti lavori in campagna e spesso richiede al suo corpo grandi sforzi). Altre volte, o anche in contemporanea, si sentiva stanca non solo fisicamente ma anche internamente. Un disagio che aveva a che fare con le vicissitudini quotidiane che mettono però in evidenza problematiche più profonde. Grazie ad un buon lavoro di osservazione di sé e di ricerca, Anna mi ha chiesto di poter entrare più in profondità in questi suoi stati credendo fermamente che il prana la avrebbe aiutata. E così è sempre stato. Mi ha sempre dato testimonianza di come una seduta pranica le abbia fornito maggiore chiarezza e serenità e le abbia dato degli strumenti interessanti per proseguire il suo lavoro di ascolto e crescita.

Ecco è questo il tipo di trattamento che mi sono trovata a fare in questi ultimi mesi...un approfondimento delle mie percezioni nell'osservazione del campo pranico e un sostegno amorevole ad una ricerca interiore. Un percorso bellissimo!

Abbiamo verificato insieme che il disagio fisico è spesso la manifestazione di un momento difficile interiore che si attraversa, magari mosso da ricordi del passato che tornano a muovere le corde dell'anima. A volte il corpo si scarica di energia perchè un altro centro, quello intellettuale per esempio, è sovraccarico di pensieri ricorrenti e "ruminanti". O in altri casi abbiamo volutamente affaticato il corpo per non fermarci ad ascoltare le maree emozionali e quindi abbiamo scaricato il centro motore. Il nostro corpo, o meglio i nostri corpi, comprendendo inevitabilmente quelli sottili, sono veramente un complesso equilibrio di energia e materia.

Uno dei tasti dolenti di Anna è l'intestino...il nostro secondo cervello. Attraverso i trattamenti effettivamente ha trovato sollievo e un certo equilibrio. Essendo comunque un centro molto delicato è necessario dedicargli sempre attenzione e cura. Nonostante lo si consideri di meno rispetto al suo fratello l'encefalo, l'intestino

produce in grandissima quantità, stimolato dal cibo o da stimoli esterni come le emozioni, la serotonina, il neuro-trasmittitore del benessere. Lo stress e l'ansia possono sottoporre l'intestino ad un lavoro faticoso rendendo le sue funzioni alterate.. In esso avvengono trasformazioni bio chimiche importantissime: il completamento delle funzioni digestive e dell'assorbimento degli elementi nutritivi nel circolo sanguigno e linfatico ad opera dell'intestino tenue; il riassorbimento dei liquidi ad opera dell'intestino crasso; l'escrezione delle scorie che non sono più utili per l'organismo.

Nell'intestino lo spazio e il tempo hanno un valore determinante. Esso ospita infatti un viaggio trasformativo attraverso un lunghissimo e stretto percorso, circa 7 metri di condotti di tessuto del tratto tenue e circa 1,5 mt. di colon, in uno spazio-tempo che si fa a spirale.

Inoltre in esso vivono tantissime cellule batteriche "ospiti", il cosiddetto microbiota, che aiutano i processi intestinali fintanto che il loro equilibrio rimane inalterato. Una collaborazione dunque tra mondi diversi...

Operando sul corpo e i suoi funzionalismi inevitabilmente si varca il confine, se così possiamo dire, anche se di vero confine non si tratta perchè tutto si compenetra, ma per capirci tra quello che pensiamo sia mondo fisico e quello energetico o sottile.

Le lezioni di anatomia di questi anni con Valerio Selva mi hanno aiutato ad amare e provare profondo stupore per la perfezione del nostro corpo e contemporaneamente mi hanno condotto ad attraversare quel ponte che porta alla scoperta di quanto l'energia possa essere sottile e fisica, invisibile e concreta nello stesso momento e nello stesso preciso punto.

Come dicevo prima il prana sa e va dove c'è bisogno.

Anna ha sentito gli effetti benefici dei trattamenti soprattutto nei giorni subito successivi alla seduta e questo le ha permesso di avere più energia e maggiore stimolo per proseguire il suo ascolto interiore anche nello spazio dei sogni.

SPAZIO TEMPO

Con tanto entusiasmo ed emozione ho ascoltato Teresa Bagni nell'ultima lezione di questo percorso, mi si è aperto ancora un altro mondo...la nostra consapevolezza e la nostra operatività può andare oltre il tempo e lo spazio anche durante la seduta. Gli insegnamenti di fisica quantistica aprono prospettive meravigliose da approfondire e vivere.

Con mia sorella Viviana avevo cominciato da qualche tempo a sperimentare i cosiddetti "trattamenti a distanza". Aveva un proplema al ginocchio sinistro e abbiamo cominciato per alcuni giorni di seguito, in modo quindi intensivo, a darci appuntamento ad una certa ora e dedicare una quindicina di minuti al trattamento, con la ferma intenzione di trovarci in un luogo, fuori dal tempo e dallo spazio, in cui si apriva la sessione della seduta.

Partivamo da casa, io nella mia, immaginando che lei fosse seduta davanti a me e io in piedi alle sue spalle e lei nella sua, seduta sul divano rilassata.

Da subito entrambe abbiamo trovato che quel luogo era già pronto ad accoglierci e a lavorare con noi. Dopo le prime due sedute il dolore al ginocchio si era intensificato, fino a che dalla terza è poi scomparso. Nelle diverse sedute ho praticato l'irraggiamento nelle cinque aree, l'osservazione della luce che percorre la spina dorsale ad indicare i punti di carenza energetici e le possibili problematiche fisiche, l'evocazione dell'elemento Terra per alleviare giunture e ossa e degli altri Elementi per armonizzare l'intero sistema, il canto vocalico in corrispondenza dei Chakra e quello che sentivo di poter fare fidandomi del campo e delle sue indicazioni.

Entrambe abbiamo sentito come questi trattamenti agissero su di noi, ognuno per le

proprie necessità, e come il linguaggio delle immagini e delle percezioni fosse simile.

Siamo tutti in effetti parte di un processo più vasto.

E' emozionante riscoprire che il centro del cuore non conosce "la distanza", per lui lo spazio e il tempo non esistono!

Tutto parte dal tenere il cuore aperto perché è lui il centro.

E' il centro motore di tutto il movimento energetico. E' il punto di contatto con i cuori di tutto il mondo, di tutti gli esseri, di tutte le stelle, di tutto l'universo. E' il nostro centro che collega tutto e tutti.

Crea una sorta di rete, una trama, fatta di fili luminosi i cui nodi sono i cuori di ogni essere, dal più piccolo al più grande, dagli elementi della natura ai soli, ai pianeti, all'universo intero. Aprire la porta del cuore significa partecipare coscientemente a questa rete e cogliere quell'energia che trapassa e sostiene la creazione. Si scambiano messaggi nel mondo sottile. La cosa straordinaria è che ciò che accade nel sottile si manifesta nella materia.

Il fiore della vita è un simbolo meraviglioso di questa interconnessione.

Viverlo, indossarlo come una abito leggero e luminoso, sentirlo tutt'intorno a me a 360 gradi amplificando i miei confini, mi ha lasciato la sensazione di partecipare davvero ad una connessione sottile con il tutto. Sono momenti speciali che vorrei durassero per sempre ma che purtroppo perdono di intensità non appena la vibrazione cala. So però che posso viverli di nuovo nello spazio del cuore. La porta è sempre pronta ad aprirsi e a ricominciare il viaggio. Noi possiamo umilmente bussare.

Credo che gli esseri di luce lavorino già lungo questi fili luminosi con arti sottili e mani sapienti che conoscono ogni più piccola vibrazione dell'onda di energia.

Non ci si può più sentire veramente soli...anche noi possiamo unirli a questa vibrazione alimentandola attraverso la benevolenza, l'amore, il desiderio che venga nutrita l'anima dell'altro, il sentimento sincero di aiutarlo nel suo processo trasformativo e sulle ali di questo sentimento arriva la luce, il calore e l'equilibrio.

CONCLUSIONI E RINGRAZIAMENTI

Come concludere questi tre intensi e ricchi anni di scuola...?

Sono partita in questo percorso con una grande fragilità emotiva e mi trovo ora a poggiare nuovamente i piedi su uno strato di buona terra, nutrita da questi anni di insegnamenti, di ascolto e di amorevole sostegno. E in questa terra posso far crescere nuovi semi, un terreno da curare con amore e gratitudine. Si chiude un ciclo è vero, ma se ne apre un'altro nel fluire dell'insegnamento che è la nostra stessa vita.

Potrei scrivere molte altre cose per descrivere quello è accaduto in questo tempo ma mi sento di riassumerle in questa comprensione:

mi rendo conto che purtroppo ho sempre inconsciamente agito per mettermi in un posto riparato dove poter fare il mio "poco", nascosta e protetta, ma l'Amore ancora una volta mi viene a prendere e mi porta fuori perchè desidera che io partecipi e collabori con il tutto e con tutto quello che sono. Mi fornisce tutte le risorse per farlo...

L'Amore ci vuole aperti perchè possa trapassarci e circolare, sempre in movimento e in tutto, senza limiti né ostacoli.

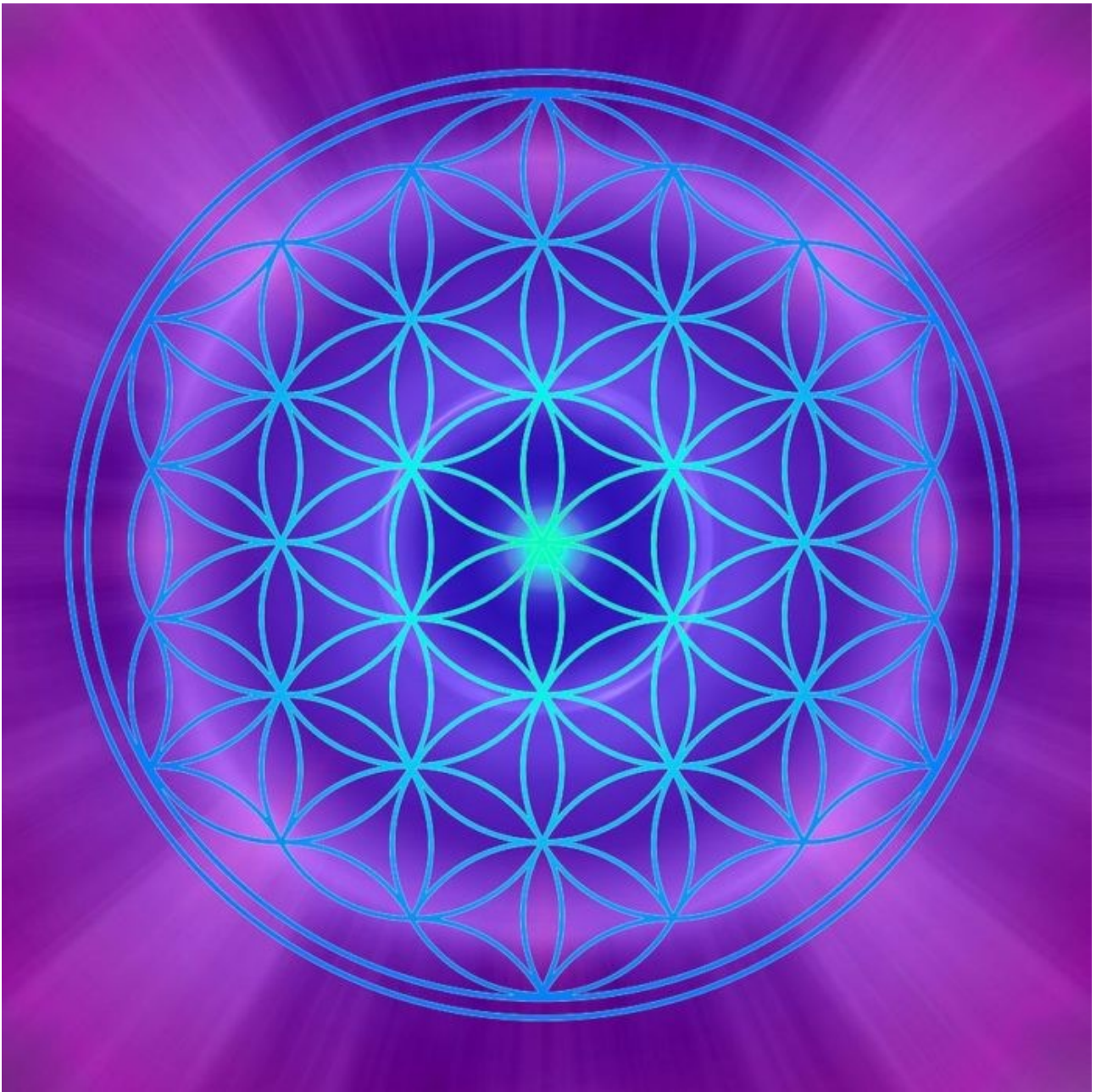
Come è paziente l'Amore a sollecitare e attendere il nostro sì....

Faccio ancora fatica a confermare il mio sì ogni giorno, ma so che è l'unica cosa veramente importante che sono venuta a fare.

Ringrazio nuovamente per tutto il tempo che mi è stato concesso di imparare e il mio cuore è pieno di gratitudine per i miei compagni di viaggio, per gli insegnanti, il loro entusiasmo e il loro donarsi con dedizione.

E' raccogliendo la totalità delle nostre peculiarità che si riesce veramente a dare, unendo tutti i doni che le persone possono mettere a disposizione, ognuno secondo il suo tono. L'insieme e la sinergia di tutte queste forze crea la cura per noi, come autoguarigione e crea il prendersi cura del benessere di tutti.

Grazie all'Amore....la più sublime frequenza del prana.



BIBLIOGRAFIA

"Biopranoterapia" di Gabriele Laguzzi,
"Pranoterapia e Prano-Pratica. Tecniche avanzate" di Gargiele Laguzzi,
"Mani di Luce" di Barbara Ann Brennan.