

E-Book

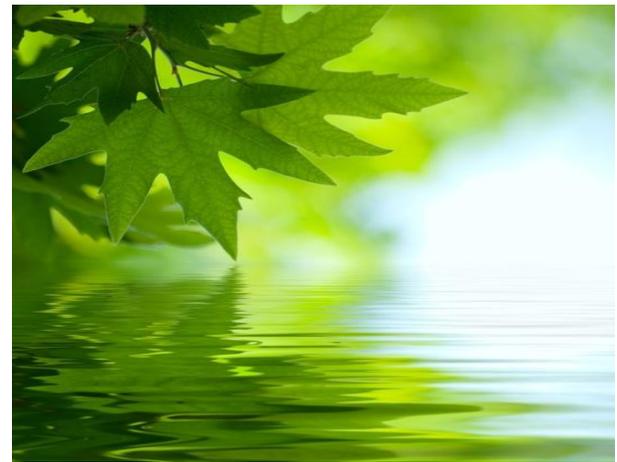
**Va tutto bene così
com'è!**

di Eleonora Brugger

Va tutto bene così com'è!

Da molti anni ormai sono impegnata nell'ambito della dottrina cosmica dove ho avuto la possibilità di intravedere e scoprire molte cose ed in particolare, che a qualsiasi profondità si trovi l'essenza di ogni cosa è sempre nascosta sotto una superficie che potremmo definire assolutamente ingannevole ed illusoria.

Nel mio lavoro ho potuto osservare come molte persone si siano progressivamente affrancate dalla loro condizione di prigionia per portarsi verso la libertà senza necessità di combattere, anzi, semmai comprendendo che è proprio nella riaffermazione della loro parte divina, di quiete, di compassione e di assoluta presenza che la vita assume una connotazione del tutto diversa ed inaspettata: appagante, serena ed in costante interazione armoniosa con i propri consimili.



Io stessa, dopo innumerevoli ed inutili battaglie posso oggi ritenermi ampiamente soddisfatta per il fatto di poter condurre una vita come la mia. Ho accanto a me un uomo, un compagno di vita nel vero senso della parola, un compagno di lavoro, dei figli meravigliosi, le mie care sorelle, alcune amiche ed amici veri, meravigliosi partecipanti ai seminari, dei vicini piacevoli, un'indipendenza finanziaria che dura ormai da molti anni, salute, una professione che amo...e molto altro ancora. Tutte cose di cui sono infinitamente grata. Grazie!

Che cosa voglio comunicarvi con questo: dopo anni di ricerca, studi ed osservazioni, esperienze e sperimentazioni, giungo alla seguente conclusione:

Va tutto bene così com'è!

So perfettamente che questo pensiero potrebbe suscitare qualche obiezione; le persone con cui mi confronto su questa tematica me lo fanno continuamente capire e non mancano mai di motivare le loro perplessità rispondendo con ragioni all'apparenza indiscutibili: "Tutta la miseria che esiste nel mondo non può esser buona", dicono. "Tutto questo uccidere e torturare, le malattie, la sofferenza e l'indigenza a cui è assoggettato l'uomo, gli animali e l'ambiente non possono certo considerarsi buoni". In questi casi, tuttavia, è sempre e solo la mente che risponde. Badate bene, è solo la mente che dice No poiché la nostra Vera Essenza dice Sì.

Se sintetizziamo il concetto espresso con: "Va tutto bene così com'è", questo sta a significare che la salvezza (o la liberazione) sta nell'accettare ogni cosa così com'è. E a pensarci bene: che altro ci resta da fare? In fondo le cose sono già comunque come sono. Che vantaggio ci potrà mai essere nel fatto di mettersi a piangere per qualcosa che è già successo? E' già passato, è già accaduto, perciò, perché continuare ad occuparsene? "Sì, ma adesso soffro", mi viene risposto. Ma certo che è così. In effetti è alquanto spiacevole e seccante rimanervi intrappolati.

Voglio raccontarvi una storia:

ho dato alla luce due figli. Il primo parto fu un vero disastro. Ero dell'opinione che ogni donna ed ogni animale fosse in grado di portare a termine una gravidanza e di conseguenza doveva essere la cosa più naturale del mondo, perciò pensai che ne sarei sicuramente venuta a capo. Fu così che mi decisi per un parto casalingo. Il travaglio durò 36 ore, di cui 12 accompagnate da un sacco di dolore...Giurai di non voler mai più ripetere un'esperienza del genere, quindi prima del mio secondo parto mi impegnai in una serie di bellissime preparazioni prenatali per nutrire un campo del tutto nuovo coltivando sensazioni, immagini e pensieri di tutt'altro tipo: "Io non ho alcun dolore bensì vibrazioni di esperienza – il parto dura mezz'ora – è un'esperienza psicotropica – e, questa volta voglio partorire da sola (senza l'ostetrica), vale a dire in casa e solamente accompagnata dal mio compagno". Per farla breve, quando giunse il momento del parto l'operazione durò circa 30 minuti; io ed il mio compagno eravamo realmente da soli, non ebbi alcun dolore ed era come se facessi il bagno in mezzo alle onde. Una condizione veramente estatica – Semplicemente meraviglioso!

Che cos'ho imparato da tutto questo? All'epoca del mio primo parto non avevo le idee molto chiare perciò mi affidai alle cose così come venivano. In altre parole, non avevo una visione precisa di come volessi vivere realmente quell'evento, quindi mi feci guidare dal campo morfico collettivo o per meglio dire "dall'incubo collettivo", perché il campo delle gravidanze sembrava contenere molte informazioni "negative" di paura, dolore, pericolo e morte. Nella seconda esperienza, invece, mi fidai totalmente del buon esito della mia programmazione, perciò, quando venne il momento fatidico l'unica cosa saggia che rimaneva da fare era quella di portarmi nell'accettazione incondizionata di ciò che stava per accadere: un Sì totale.

Se oggi ci ripenso posso vedere come l'energia si espande ed ogni cosa fluisca attraverso di essa senza incontrare alcun ostacolo. Non vi è resistenza e pertanto nessuna compressione. Contrarsi significa generare tensione, esser presenti con

forza, creare pressione ed un accanita resistenza. Per dare un quadro più esplicito potremmo immaginare un uomo molto forte che impugna uno scudo e che preme contro qualcosa e allo stesso tempo contro niente, nel mentre spinge lo scudo davanti a se. Ciò che intendo, invece, possiede una connotazione squisitamente femminile poiché ha a che fare con la distensione, il rilassamento, la morbidezza, l'abbandonarsi, il donarsi, il lasciar entrare, il lasciarsi attraversare.

Se nella quotidianità incontriamo della resistenza significa che l'evento che richiama questo automatismo è già lì, vale a dire che fisicamente è più o meno manifesto, oppure semplicemente ne siamo psichicamente posseduti. Sembra non vi sia via di scampo, ma la bella notizia è che l'unica vera libertà esiste nel momento in cui non soffriamo le situazioni che stiamo vivendo, indipendentemente da ciò di cui ci stiamo occupando. Le cose sono già così come sono, quindi perché non accettarle? Non sarebbe forse insensato combatterle? Contrariamente a quanto siamo abituati a pensare, abbiamo sempre la possibilità di scegliere se soffrire oppure meno, anzi, direi che questa è proprio l'unica vera possibilità di scelta che abbiamo a disposizione, in ogni momento. Perciò se impariamo a dire di Sì, inizieremo a soffrire sempre di meno portandoci progressivamente verso un punto in cui il dolore stesso scomparirà. In questo modo la nostra esistenza potrà proseguire in maniera armonica, gli stimoli e le sfide verranno affrontati con allegria ed entusiasmo, la vita si svilupperà in un unico processo cognitivo (anche se in realtà è sempre stato così), e noi vivremo con sempre maggior gioia, che è poi quello che realmente siamo e che abbiamo sempre cercato.

Quando dico queste cose, le persone a volte sbottano un pochino dicendo: "Sì, ma se tu fossi ammalata, o se ti fosse mancata una persona cara...". E' vero, in certi casi non so che farei, ma ho fatto diverse esperienze simili e posso dirvi che alcune furono realmente dolorose. Il detto dice che i propri guai sembrano sempre più grandi rispetto a quelli degli altri e dice anche che ad ognuno viene dato ciò che riesce a portare, o, sopportare, ed è proprio così. In realtà non esiste un dolore peggiore di un altro, è solo un'illusione. E' forse peggio un mal di testa di un mal di pancia? E' meglio star bene, ovvio! Perché il dolore è dolore e, grande o piccolo che sia, la formula per uscirne è sempre una: dire Sì, accettare, non fare resistenza, non rimuginarlo, non inseguirlo, non rimanervi invischiati. Sì, è così! È già così! Questo mette fine al flusso di pensieri ed emozioni che lo alimenta. Gli togliete il nutrimento, gli staccate la spina e perciò non potrà che estinguersi. Vi liberate dalle sue catene e quindi dalla gabbia in cui vi teneva imprigionati e non potrete che tirare un sospiro di sollievo.

In definitiva tutti noi aspiriamo alla libertà, qualunque sia il significato che ciascuno attribuisce a questo termine, ma è necessario imparare a riconoscere l'invadenza

della mente, sempre pronta a sconfinare, valutare, criticare e censurare. Per evitare di farci imprigionare nei suoi giochi è necessario smascherare rapidamente l'intruso ed imparare a passare oltre lasciandoci attraversare dall'informazione che ci arriva, senza mai trattenerla. La mente ci seduce con le sue meravigliose questioni a cui non riuscirà comunque mai a trovare soluzione: "Come siamo arrivati qui, che cosa ci facciamo e chi siamo..."?



A pensarci bene è assolutamente irrilevante il come siamo arrivati qui. Diciamo che ora siamo semplicemente qui. Se così dovrà essere forse un giorno lo capiremo. Una cosa però è certa: se quello che ho appena detto è vero, questo significa semplicemente che dovremmo limitarci a dire Sì e guardarci attorno per accorgerci di quello che sta accadendo nel momento presente. "Dove accidenti sono finita? Che cosa ha a che fare con me tutto questo"? Sono queste le vere domande che dovrei farmi. Se da qualche parte emergerà una qualche resistenza allora sarò sicura di stare impiegando la mia forza maschile. Potrò quindi chiedermi se in quel dato momento è sensato oppure no, in funzione di ciò che desidero imparare. Resistenza significa lotta, durezza, forza, spingere. Queste qualità mi occorrono piuttosto quando sto desiderando qualcosa di particolare: nel mentre piloto un parto per farlo risultare estatico, per esempio. Ma non appena giunge il momento mi ci immergo dentro e mi gusto ciò che ho desiderato.

A volte qualcuno mi dice: "Sì però io ho già utilizzato diverse tecniche per cercare di raggiungere i miei obiettivi e ciononostante non ho ancora raggiunto quello che vorrei veramente: benessere finanziario, salute, illuminazione, lavoro ottimale...". Sì, può essere, ma c'è un altro fattore essenziale da tenere in considerazione: ogni cosa nell'universo si basa su uno scambio equo ed equilibrato che deriva da una sorgente della quiete. Senza questa quiete non ci sarebbe movimento. Per darne un'idea possiamo immaginarci un altalena dondolo, di quelle con l'asta imperniata in mezz'aria e i due sedili alle estremità. L'oscillazione verso l'alto ed il basso è possibile solamente perché il centro costituisce un ancoraggio. Questo centro sta per il fulcro, come lo descrive il geniale Walter Russel. Se desideriamo qualcosa per il bene di tutti la stessa cosa investirà anche noi stessi. Ogni desiderio che corrisponde all'unica, vera ed eterna legge e che di conseguenza è uguale per tutti, ci porterà realmente alla gioia.

In conclusione: Rilassati, sei già sulla strada giusta. Non puoi sbagliare nulla. E' un po' come stare seduti in un treno guardando fuori dal finestrino: sia che tu combatta e ti agiti o che ti metta comodo e ti rilassi, il treno viaggerà comunque. In buona sostanza, è comunque irrilevante ciò che fai. Non puoi smarrire la Via. Tutto è bene quando sei consapevole di aver orientato la tua vita verso uno sviluppo armonico e del fatto che da questo momento stai percorrendo questa strada. Ciò significa che inizi a dire di Sì a tutto ciò che è e che ti concedi alla vita. A partire da questa presa di coscienza ti porterai automaticamente nella tua Vera Essenza e quindi in uno stato ottimale.

Se la tua mente, ovvero le tue vecchie paure e preoccupazioni diventano attive allora tranquillizzala: “Va tutto bene, anche questa passerà, è comunque così com'è, quindi è così – e allora? ☺” Poni dietro ogni tua resistenza un Sì. “Sì, questa cosa non mi piace affatto; Sì, allora non voglio questo o quello; Sì, non sono ancora dove vorrei realmente essere; Sì, mi sto arrabbiando con me stesso; Sì, Sì, Sì – e allora?” Questo nuovo atteggiamento può diventare un ottimo aiuto sul cammino che porta alla liberazione.

“Ora che stai diventando sempre più libero/a puoi percepire con sempre maggior chiarezza che cosa è giusto per te (per la tua Vera Essenza), ciò che realmente vorresti esprimere dal profondo del tuo cuore. Adesso inizi progressivamente ad esprimere ciò che si mostra, senza bisogno di volere o dovere censurare, né di controllare, poiché sai perfettamente di essere sulla strada giusta. Non dimenticare: non puoi sbagliare. Pilota e programma ciò che vuoi per il bene di tutti. Molto spesso i desideri si esaudiscono in modo davvero singolare, diversamente da come pensi o credi. A volte sembra che non succeda nulla o addirittura il contrario. Accogli ogni cosa, sei sulla strada giusta - Va tutto Bene!” ☺

Dal profondo del cuore...

Eleonora – e da Paul

>>> Ti invitiamo a stampare questo messaggio e a rileggerlo più volte, fino a che si saranno creati nuovi collegamenti neuronali – vale a dire finché si manifesterà ciò che desideri. Può risultare conveniente, inoltre, ripetere una delle affermazioni trascritte in basso, che sono state realizzate per essere dei mantra molto potenti da recitarsi (a voce alta o con il pensiero) durante l'arco della tua giornata: cambiandoli di giorno in giorno oppure ripetendo lo stesso per un dato periodo, in funzione della tua percezione. Un rafforzativo alla recitazione dei mantra può essere quello di trascriverli sul tuo cellulare, di stamparli per appenderli in luoghi visibili ed infine, addirittura di addormentarti con questa nuova linea di vita:

0. Sì! (Sì, questa cosa non mi piace affatto; Sì, allora non voglio questo o quello; Sì, non sono ancora dove vorrei realmente essere; Sì, mi sto arrabbiando; Sì, Sì, Sì – e allora?)

- 1. Va tutto bene così com'è!**
- 2. Tutto si sta ordinando nel migliore dei modi!**
- 3. Sono sulla strada giusta!**
- 4. Tutto si evolve per il bene di tutti!**
- 5. Sto guarendo a tutti i livelli!**
- 6. Siamo tutti uniti!**
- 7. C'è solo Amore – lo lo sono!**
- 8. C'è solo Luce – lo lo sono!**
- 9. C'è solo Consapevolezza – lo lo sono!**



Se ti fa piacere puoi inviare questo messaggio ai tuoi amici e se desideri un sostegno sul tuo percorso verso la liberazione ti invitiamo a partecipare ad uno dei nostri seminari oppure ad un colloquio individuale con noi: www.eleonorapaul.com