



PROSPERIDEA

o

l'idea della prosperità

PROSPERIDIEA

Come attrarre l'Abbondanza a partire da se stessi

'Amor che muove il Sole e l' altre Stelle'

Da quando Rhonda Byrne ha svelato la Legge di Attrazione, antica quanto l'origine del nostro mondo, è cominciata una caccia al tesoro senza precedenti. Come dopo un improvviso e repentino acquazzone estivo libri, ebook, seminari, workshop, siti e blog sono spuntati come funghi all'ombra del 'Segreto' e se mi state leggendo significa che..... avete trovato anche il mio fungo !

*Fedele alla mia natura acquariana, ho scelto di condividere con te PROSPERIDEA, il frutto della mia ricerca dell'**Abbondanza**, un tema che ha fatto parte del ciclo di seminari che ho tenuto la passata stagione.*

Prima di entrare nel vivo di PROSPERIDIEA però, voglio raccontarti qualcosa di me che 'naturalmente e non casualmente' ha a che fare proprio con l'Abbondanza ed è il punto di partenza della mia ricerca. Sono nata a Roma nella metà del secolo scorso ...insomma ho sessanta anni, - ma non li dimostro e soprattutto non me li sento ! e provengo da una famiglia, come si diceva allora, benestante: mio padre era costruttore edile, mia madre casalinga, i nonni paterni e materni erano commercianti.

Sono andata a scuola dalle suore francesi che però vestivano abiti civili e le mie compagne di classe erano: la nipote di un cardinale, di uno statista che aveva fatto la storia politica italiana, la figlia di un generale d'armata e la figlia di un onorevole e così via di questo passo. Non ho mai partecipato ad uno sciopero e quando sono andata all'università nel 1968 ho 'scoperto' che le facoltà erano soltanto di due colori che a me non piacevano!

Anche se non ho mai partecipato ad un corteo o a una manifestazione, 'combattevo' ogni giorno, sin da quando ero piccolissima, per il riconoscimento del mio diritto ad essere me stessa all'interno di una famiglia dove mio padre, con la violenza fisica e il ricatto economico, la faceva da padrone.

In casa i soldi non mancavano, il pranzo con la cena erano sempre più che sicuri ...eppure io mi 'sentivo' povera e crescendo, quella che era solo una sensazione vaga e fluttuante, diventò panico assoluto, ed ero oramai certa che sarei morta povera, senza una casa e abbandonata da tutti.

Per risolvere il problema, almeno così credevo allora, feci un matrimonio miliardario, ma paradossalmente, ed ora dico per fortuna, il mio disagio aumentò così tanto che mi decisi ad entrare in analisi e qualche tempo dopo a separarmi da mio marito.

La scelta di entrare in analisi e di mettere fine al matrimonio sono i primi passi nella nuova direzione del corso della mia vita.

Ci sono voluti però, ancora molti anni di ricerca interiore e l'incontro con l'attuale marito perché fossi libera, una volta per tutte, dalla mia paura!

Nel 1993 dopo la morte di mio padre, cominciai un percorso di 'abreazioni', termine che indica la terapia regressiva attraverso il livello profondo del training autogeno del dottor Schultz, dove la persona, o meglio, il suo programma inconscio, sceglie spontaneamente ed autonomamente quali esperienze ricordare e rivivere per sciogliere i blocchi emotivi ad esse associati.

Attraverso l'esperienza dell'abreazione, recuperai molti pezzi del puzzle della mia vita, a partire da quando ero un feto di quattro mesi nella pancia di mia madre, e a mano a mano che il disegno cominciava a delinearsi... mi rendevo però conto che c'erano ancora degli spazi vuoti che per il momento sarebbero rimasti tali perché non mi sentivo ancora pronta a conoscere tutta la verità racchiusa nella memoria del Cuore!

Completai il ciclo di sedute e avendo così tanto 'materiale' su cui lavorare, decisi di prendermi un anno sabbatico!

Con il tempo squarci di 'luce' sempre più ampi illuminavano il buio del mio passato e la paura della povertà altrimenti detta peniafobia, si attenuava...ma era ancora lì ed io la sentivo fluttuare

dentro di me pronta ad 'aggredirmi' quando abbassavo la guardia

Nel frattempo tra alterne vicende e nuove strade, il mio percorso di auto consapevolezza andava avanti fino a quando nell'estate del 2009 dal ritorno dalle vacanze, dopo un esercizio di digito pressione EFT ho un attacco di 'panico' così violento che mi sento urlare: ' Basta!'. Come un automa mi alzo dal divano vado al computer e guidata dalla voce interiore mi iscrivo subito all'Omega Healing, il workshop che il dottor Roy Martina, per la prima volta in Italia, avrebbe tenuto a novembre nella città di Pesaro.

Quando la povertà non è solo una questione di soldi

Qualche giorno prima della partenza per Pesaro, ero seduta sul divano e cercavo di immaginare come sarebbe stata questa nuova esperienza. Era la prima volta che partecipavo ad un workshop con più di 400 persone e se da una parte ero eccitata all'idea, dall'altra avevo paura perché non sapevo cosa mi aspettava! All'improvviso sulla scia di un pensiero che ora non ricordo più, i fotogrammi di un vecchio film in bianco e nero mi scorrevano davanti agli occhi : un uomo stava urlando mentre picchiava con violenza la testa di una bambina che cercava riparo dietro le braccia tese....avevo 7 anni e per aiutare una bambina povera , avevo pensato bene di prendere i soldi che papà ogni mattina lasciava per la mamma sul tavolo della cucina. Mio padre era furioso e con quanta rabbia aveva in corpo lanciò il suo anatema: 'Tu non hai rispetto per me, per il mio lavoro e i miei soldi...tu non farai mai i soldi e morirai sola e senza un soldo!'

Il nodo era venuto al pettine e finalmente ero pronta a scioglierlo!

Ora molte cose cominciavano ad avere un senso: il senso di profonda prostrazione che mi faceva telefonare, di nascosto dei miei , a mia zia per dire che mi sentivo 'avvilita' senza una ragione. La pena che provavo quando mio padre tirava fuori i soldi per

pagare il conto al ristorante. Il disagio nel fare l'elemosina.

Il senso di inadeguatezza nei confronti delle mie ricche compagne di scuola. Il senso di colpa se mia madre mi madre mi faceva un regalo.

Tutte sensazioni che, da quel giorno in poi, non mi avevano più abbandonata, trasformandosi nel tempo in qualcosa di diverso e più adulto, ma che comunque erano oramai parti di me inalienabili...o almeno così avevo creduto fino a quel momento !

Accompagnata da questa nuova consapevolezza, sono arrivata a Pesaro decisa una volta per tutte a liberarmi della mia paura della povertà.

Un anno dopo, alla fine dei quattro livelli dell'Omega Healing, non solo non mi sentivo più ad un passo dall'indigenza, ma cominciavo a pensare a come attrarre l'abbondanza per vivere una vita prospera con grazia, felicità e gioia!

LA NASCITA DI PROSPERIDEA

Per superare un muro, alto anche solo 10 centimetri, è necessario andare indietro per avere lo slancio sufficiente a saltare, ma quando abbiamo paura siamo così disorientati e confusi che invece di prendere le distanze.... le annulliamo! Restiamo così vicini, per non dire incollati al muro, che non riusciamo a saltare quei 10 centimetri che, ai nostri occhi appaiono insormontabili ! Dalla mia nuova prospettiva vedevo ogni esperienza del passato nelle giuste proporzioni e soprattutto dal 'qui ed ora' dove mi trovavo, potevo volgere lo sguardo verso nuove direzioni , creative e auto espressive dove: non c'erano barriere, ma opportunità da cogliere; non c'erano nemici, ma compagni con i quali condividere; non c'erano traguardi, ma desideri da realizzare.

*Ed è così che per realizzare la **prosperità** nella mia vita, applicando la legge di **abbondanza e condividere** l'esperienza con i compagni di viaggio, è nata PROSPERIDEA.*

Ma cosa è PROSPERIDEA ?

ALL'ORIGINE DELLA PROSPERITA' E DELLA LEGGE D'ABBONDANZA

Prosperidea è lo strumento che ti permette di manifestare la prosperità nella tua vita e la legge di abbondanza è l'applicazione pratica di questa idea.

Prosperità e abbondanza sono intimamente collegate e non ci può essere l'una senza l'altra perché entrambi significano la tua connessione ed allineamento all'energia della Fonte del Benessere dell'Universo.

*Certamente sai che le emozioni e i sentimenti sono i catalizzatori di ciò che sperimenti nella tua vita. La frequenza vibratoria infatti di ciò che provi (emozione) e di ciò che senti (sentimento) permette la **manifestazione fisica** delle tue idee, dei tuoi pensieri, dei tuoi desideri e delle tue credenze, che sono tutti, ma proprio tutti, già presenti nella loro manifestazione non fisica, nella 'rete quantica' dell'Universo.*

Come hai certamente notato, uso ripetutamente l'aggettivo 'tuo', perché tu possa prendere confidenza, se già non lo hai fatto, con l'idea di essere il creatore della tua vita e che la realtà che ti circonda è ciò che tu sei!

*Questo vuol dire che ognuno di noi è **il creatore della propria***

vita e ha quindi la capacità di creare ma, è importante sottolinearlo, questo potere non è negoziabile nel senso che 'funziona' indipendentemente dalla nostra volontà.

A questo punto puoi pensare (io a suo tempo l'ho fatto!) che non è giusto ritrovarsi tra le mani questo 'popò di roba' che oltretutto pesa come un macigno così all'improvviso, senza neanche averla chiesta!'

Beh.. mi dispiace per il tuo Ego (che non può testimoniare alcunché per la semplice ragione che all'epoca dei fatti, ancora non esisteva)ma non è così!

Ah... se hai la sensazione che sto divagando...non preoccuparti...so dove voglio andare a parare..e se segui il filo del mio discorso ti ritroverai fuori dal labirinto dei pensieri e dei dubbi della mente, nel luogo dove si trova la Fonte della Prosperità e ti renderai conto di quanta Abbondanza puoi far entrare nella tua vitase lo vorrai !

Quanto sto per dirti è la chiave per comprendere il senso della tua vita, e il significato delle tue scelte così che tu possa autonomamente assumerti la responsabilità di chi sei, dove stai andando e soprattutto cosa vuoi raggiungere!

A questo proposito si racconta di un'anima che va al supermercato per acquistare tutto l'occorrente indispensabile a intraprendere il viaggio sulla terra, che avrebbe cominciato di lì a poco.

La nostra anima è entusiasta di partire e di buon mattino tutta eccitata arriva al supermercato perché, avendo già fatto molte trasferte nella sua lunga Vita, 'sa' per esperienza che ogni viaggio è una nuova opportunità per 'chiudere i conti' lasciati in sospeso nel passato e salire un po' più su lungo la spirale dell'evoluzione.

L'anima comincia a girare tra gli scaffali dei reparti e quando trova quello che fa al caso suo lo mette nel carrello. Lei che aveva deriso e disprezzato coloro che erano grassi sceglie un corpo obeso per imparare la compassione. Nel reparto genitori sceglie come padre proprio chi in un'altra occasione aveva prevaricato con le sue angherie per imparare la comprensione e nel carrello come madre aggiunge chi aveva tradito per imparare la fiducia. Infine per imparare ad amare senza condizioni acquista come coniuge chi nelle vite precedenti lo aveva perseguitato per il colore della sua pelle. La spesa continua e l'anima è ben felice dei suoi acquisti come uno scolaro che si prepara per il nuovo anno, pieno di entusiasmo e di gioiosa attesa per le cose nuove che imparerà, e i compagni che rivedrà o i nuovi che conoscerà.

Alla fine del giro l'anima arriva alla cassa con il suo carrello pieno ed il cassiere le domanda: ' Quanto tempo per tutto questo?'

Di quanti anni sulla terra hai bisogno per raggiungere i tuoi obiettivi?'

Ecco questo è quello che succede, più o meno, alle nostre anime prima di scendere sulla terra !

Morale: noi siamo esseri divini che scegliamo di venire più volte sulla terra, con un corpo fisico ed una personalità umana per divenire ogni volta, attraverso l'esperienza, sempre più consapevoli della nostra essenza divina, fino a quando il processo di evoluzione della nostra anima sarà concluso e non sarà necessario tornare sulla terra.

Ti chiedo ancora un po' di pazienza e un piccolo sforzo di attenzione, ma manca veramente poco per arrivare nel vivo dell'argomento e ti assicuro che quando ci arriverai ti renderai conto che è valsa la pena seguire questo lungo preambolo.

Quando vieni alla luce di questo mondo sei ancora connesso all'energia della Fonte del Benessere da cui provieni (la fontanella sulla sommità del capo è aperta !) e sei consapevole di chi sei realmente e della scelta che ti ha portato sulla terra. Il tuo corpo invece è neonato così come è neonato il tuo Ego!

Crescendo le parti si invertono e dopo i sette anni con l'inizio della seconda infanzia, cominci a dimenticare qual è la tua vera

natura, la scelta che hai fatto e lo scopo che ti sei prefisso prima di scendere su questa terra.

Ora che non sei più un neonato, il tuo corpo si sviluppa, cresce insieme con la tua personalità e l'Ego prende il timone della tua vita..e qui..... cominciano guai!

Oddio a dire il vero, l'Ego ha certamente i suoi lati positivi e senza di lui non puoi assumerti la responsabilità delle tue azioni, ma il suo più grande limite è che...è limitato.....dalla paura! In altre parole...

L'Ego che giudica, magari ancor prima di conoscere ..ha paura.

L'Ego che presume di sapere ...ha paura.

L'Ego che si arrabbia se viene contraddetto...ha paura.

L'Ego che cerca rassicurazioni e conferme esterne..ha paura

L'Ego che non crede e non si affida....ha paura.

L'Ego che pensa di aver fallito se non raggiunge ciò che si è prefisso...ha paura.

L'Ego che pensa di essere lasciato solo al suo destino ..ha paura.

Ecco ora sai che ogni qualvolta hai paura non sei TU ma è il tuo Ego che agisce. Per non cadere nella trappola della paura infatti è sufficiente che Tu, attraverso l'osservazione consapevole dell'Ego in azione, ne prenda le distanze. Il processo dell'auto osservazione è uno strumento efficacissimo per recuperare energia ed

innalzare la frequenza vibratoria e depotenziare così l' Ego.

Ma cos'è la paura ? La paura, energeticamente intesa, è una frequenza vibratoria bassa, lenta e spessa che blocca e interrompe la connessione con l'energia della Fonte. Quando siamo sconnessi perdiamo il legame originario con il divino dentro e fuori di noi e l'esperienza della nostra vita diviene priva di significato. L'antidoto alla paura, si chiama Amore. L'Amore 'quantico' ha una frequenza che, diversamente da quella della paura, è alta, veloce e sottile che mantiene attiva la connessione e il tuo libero fluire nel flusso dell'Universo.

Quando sei connesso infatti, ritrovi attraverso il Divino che è in te o Sé Superiore il legame originario con la Fonte del Benessere dalla quale provieni.

A questo punto entra in gioco la legge di Abbondanza!

Se ben ricordi, ad un certo punto ho scritto che le emozioni sono i catalizzatori che attraggono le cose che pensi e desideri. In altre parole tu attrai o respingi le cose che pensi o desideri a partire dalle tue emozioni. Perciò se provi disagio al pensiero di essere ricco...sta' sicuro che prima o poi perderai la tua ricchezza. Al contrario se sei felice e grato per aver ereditato una fortuna dal mitico zio d'America, che magari non hai neppure conosciuto, è certo che non solo non dilapiderai il patrimonio, ma anzi lo ac-

crescerai. Ecco questi sono solo due esempi degli effetti della legge di Abbondanza in azione!

Forse ora tu ti stai chiedendo perché mai uso Abbondanza piuttosto che Attrazione....e magari stai pensando che voglio cercare il famoso pelo nell'uovo!

*La parola Abbondanza in realtà, mi è stata per così dire 'suggerita.'.....dal momento che, dopo aver letto nel libro di Ronda Byrne, legge di abbondanza invece di legge di attrazione, senza rendermene conto, ho continuato a leggerla in questo modo su altri libri di diversi autori, fintanto che mi si è accesa la lampadina e ho cominciato a cercare la 'ragione' del mio lapsus, risalendo al vero significato del verbo '**abbondare**' da cui deriva il sostantivo abbondanza ed ho scoperto che...in latino ab -unda(re) è il traboccare dell'onda, dell'acqua da cui deriva il senso figurato di **essere o avere in grande quantità.***

E infatti basta guardarti intorno per vedere che nell'Universo c'è abbondanza di tutto: fiori, alberi, acqua, colori, profumi, animali, minerali, montagne, stelle, galassie, persone, alimenti e in tutto questo 'bendidio' non poteva certo mancare il denaro che come ogni altra 'cosa' su questa terra è di natura spirituale perché è la manifestazione fisica di un'idea 'non fisica'!

L'Abbondanza quindi è la profusione di qualsiasi cosa; così se

*hai tanti amici, una famiglia numerosa, tanti libri, tanti soldi e **sei felice e grato** di ciò che hai, tu vivi secondo la legge per cui sei stato creato e secondo la quale tu stesso hai il potere di creare, cioè manifestare fisicamente i tuoi desideri. La legge di Abbondanza si riferisce quindi ad un modo di sentire pieno e soddisfatto che permette ai tuoi desideri che 'idea - lmente' esistono già nel campo quantico, di manifestarsi nella tua vita. Quando tu sei in questo stato di gratitudine e felicità che altro non sono che manifestazioni di Amore Quantico , la legge di Abbondanza fa sì che ogni cosa su cui concentri l' attenzione si accresca e moltiplichi con facilità e gioia.*

Ecco.... è così che vedi entrare la prosperità nella tua vita!

*Quando sai dal profondo del Cuore che, in accordo con la Legge, nell'Universo c'è **Abbondanza di tutto per tutti**, solo in quel momento sei consapevole che è la **Paura** che impedisce agli altri il manifestarsi della copiosità nella loro vita!*

*Credo che a questo punto avrai ripreso un po' della tua energia e la stanchezza e la noia siano svanite..... ci siamo quasi e...fra poco saprai cos'è **Prosperidea** !*

La legge di Abbondanza che regola l'Universo è intimamente legata alla Prosperità.

PROSPERITA' è un termine che nella sua origine latina significava 'conforme alla speranza' e nella sua origine greca richiamava 'l'immagine del vento che giunge opportuno a spingere la nave in avanti lungo la rotta'; oggi nella lingua italiana indica una condizione fisica, emotiva e spirituale, riconoscibile dal sentimento che ispira e cioè una combinazione fra sentirsi amato, riconosciuto, apprezzato, libero, degno, sereno e sicuro!

Le persone prospere d'altro canto, sono consapevoli del loro potere personale e sentono di avere il controllo della propria vita.

Non fanno le vittime, non criticano gli altri per le loro esperienze e non dipendono dagli altri per soddisfare le proprie necessità.

*Ed è per tutto questo ...nota bene... che **le persone prospere pensano, sentono e agiscono partendo da una consapevolezza di abbondanza.***

In altre parole le persone prospere credono così profondamente nella legge di Abbondanza e nella sua efficacia che, a partire da quello che hanno e per cui sono grati, agiscono, sapendo dal profondo del Cuore, che è in loro potere avere in abbondanza ogni cosa desiderino!

Come avrai capito la persona prospera non ha paura di perdere quello che ha, anzi è intimamente consapevole che può accrescerlo in ogni momento ..semplicemente centrando la sua attenzione su di esso.

La prosperità è una condizione che NON dipende da quello che tu hai.... quanto piuttosto....dalla consapevolezza dell'abbondanza di tutto ciò che ti circonda e della quale tu sei partecipe!

PROSPERIDEA

Ora è giunto il momento per te di conoscere come raggiungere la prosperità nella tua vita a partire da...un'idea...l'idea di prosperità...in una parola PROSPERIDEA!

Ora tu starai pensando che ormai su l'argomento abbondanza, prosperità, segreto, legge e via di questo passo, si è scritto e detto così tanto che ti è difficile solo immaginare che ci sia qualcosa di nuovo...e anch'io la pensavo allo stesso modo fintanto non mi è venuta in mente l'idea che ho chiamato Prosperidea!

E' sempre così quando si tratta di idee nuove....quando l'idea nasce ci accorgiamo che è stata sempre sotto i nostri occhi ed è così semplice da realizzare che ci domandiamo come abbiamo fatto a non pensarci prima!

Semplicemente le idee come le esperienze ci capitano quando siamo pronti e siamo pronti quando la nostra frequenza vibratoria risuona con quella idea o con quell'esperienza...solo in quel momento né un momento prima, né un momento dopo.

Allo stesso modo anche la mia condivisione di Prosperidea con te attraverso queste righe segue la legge di risonanza ed è un perfetto esempio della mia idea di prosperità!

*In altre parole la mia idea di prosperità è: **GENEROSITA' VERSO SE STESSI.***

*Se vogliamo essere delle persone prospere che vivono una vita abbondante, è necessario **essere generosi prima di tutto con se stessi.***

Ed è questa la novità. Siamo in realtà cresciuti con la convinzione (ovviamente limitante !)che la generosità si possa dimostrare solo nei confronti degli altri e chi non è generoso è per forza di cose egoista.

Anche in questo caso il significato etimologico di generoso è il punto da cui sono partita per l'elaborazione di Prosperidea.

*I latini definivano generoso colui che è di buon lignaggio, da *genus* che è di natura nobile, nel senso che è grande e nobile di Cuore (la maiuscola è mia).*

Forte, magnanimo, gagliardo, quindi quale è o si presume essere chi venga da chiaro sangue, di antica e nobile stirpe.

A mio parere questa definizione rimanda alla natura Divina dell'Essenza di cui siamo la manifestazione e che ha sede nel nostro Cuore!

Quando sei consapevole di essere fatto ad immagine e somiglianza di Dio e di essere quindi 'un pezzo della mente di Dio'; quando

sei consapevole di essere parte del Tutto e l'altro è solo lo specchio nel quale si riflette una parte di te; quando sei consapevole delle tue responsabilità viene naturale essere generosi con se stessi.

La generosità infatti è un atto d'amore incondizionato con il quale dai a te stesso senza chiedere o aspettarti nulla in cambio.

Quando impari a praticare la generosità verso te stesso ascoltando il tuo Cuore, senza che il tuo Ego ti giudichi egoista, ti rendi conto che anche gli altri ne traggono beneficio perché il tuo stato di benessere pervade l'ambiente che ti circonda e coloro che ti sono vicini.

Ecco ora un esempio che ti renderà semplice imparare a sentire e praticare la generosità verso te stesso.

Immagina di essere al supermercato (in questo caso sia tu che il supermercato siete rispettivamente in carne ed ossa e di calce e mattoni!) ... sei il primo di una lunga fila davanti alla cassa. E' già mezzogiorno, hai il carrello pieno della spesa settimanale, e non vedi l'ora di tornare a casa per prepararti e andare a pranzo con una amica.

Mentre pregusti il piacere dell'incontro, un cliente con una sola confezione tra le mani, ti chiede di lasciarla passare avanti....cosa fai per essere generosa con te stessa?

A) Acconsenti alla richiesta e lo fai passare avanti, pensando che quando ne avrai bisogno tu, un altro cliente ricambierà il favore.

B) Gentilmente declini la richiesta e cominci a svuotare il carrello.

Ora prenditi un po' di tempo per leggere di nuovo le 2 opzioni e mentre lo fai.... rimani in ascolto dei segnali che ti arrivano ...da A e B.

Se quando immagini la risposta A,.... ti scappa un sospiro, senti il plesso solare che si contrae leggermente e pensi che in questo caso la disponibilità non ti 'costa' poi così tanto...beh questa non è.....una buona Prosperidea !

Viceversa se quando immagini la risposta B....ti viene da sorridere, senti il plesso solare rilassarsi e non pensi, ma senti un lieve calore diffondersi nel Cuore...ecco questa è....una buonissima Prosperidea !

Ho testato Prosperidea prima di tutto su me stessa poi su i partecipanti ai seminari, i clienti, gli amici e i parenti, e mi sento di dire che l'esperienza ha dato segnali univoci per ognuno di noi e le differenze erano legate soltanto al diverso grado di ricettività individuale.

IL PLESSO SOLARE E PROSPERIDEA

La risposta del plesso solare, si è dimostrata l'indicatore più significativo di Prosperidea.

Quando guardi il tronco, le foglie, la chioma, i fiori, e i frutti di un albero, raramente ti soffermi a pensare alle radici così umili da rimanere nascoste nella terra, ma anche capaci di formare questa meraviglia. Quando le radici sono sane anche se i rami sono secchi, l'albero può rinascere, ma se le radici sono danneggiate il destino dell'albero è segnato.

*Ecco si può dire che in te come in ognuno di noi, **le radici sono rappresentate dal plesso solare. Tutto ciò che sei in grado di produrre e manifestare viene dal plesso solare!***

Il plesso solare è una zona che corrisponde alla regione addominale tra l'ombelico e lo stomaco, al di sotto del muscolo cardiaco ed è anche la sede del chakra ombelicale (3°) che è in stretto rapporto con le emozioni e i sentimenti.

Quando sei preso da una forte emozione che ti procura ansia o stress, il plesso solare si contrae drammaticamente e tu senti il famoso 'pugno allo stomaco' o hai 'lo stomaco così chiuso' da non riuscire a mandare giù neanche un sorso d'acqua.

Tutto questo perché il plesso solare è un insieme di tantissimi recettori nervosi, sensibili al minimo cambiamento d'umore. La forma di questo insieme, altrimenti detto plesso, ricorda il sole radiante che diffonde calore e, come il sole, anche questo plesso è il centro dell'Universo di ogni uomo!

Quando il plesso solare è disteso e rilassato, irradia calore e l'energia fluisce liberamente nel corpo verso il Cuore e tu... sei felice, pieno e soddisfatto, in una parola....sei il Ben-Essere !

Quando siamo presi dall'ansia o dallo stress ci sono almeno due modalità per distendere il plesso solare e mantenere rilassate le sue terminazioni nervose: il calore ed il respiro.

Nel primo caso per riscaldare il plesso è sufficiente bere una bevanda calda o appoggiare sulla parte una borsa di acqua calda.

Quando invece è necessario liberare le emozioni che creano tensione e bloccano il flusso dell'energia all'altezza del plesso solare, puoi ricorrere alla respirazione. In caso d'ansia fai una inspirazione corta e veloce e concentrati su una espirazione lunga, energica e 'sibilante' come quella del drago. A questo scopo è necessario buttare fuori l'aria con forza attraverso i denti mantenuti serrati.

Quasi istantaneamente percepirai il brontolio dell'intestino mentre si sgonfia come un palloncino e ti sentirai subito meglio.

Quando sperimenti la 'tua propria' generosità (nei confronti cioè di te stesso) il plesso solare che è il centro del tuo Ben-Essere, vibra alla frequenza dell'Amore.... perché l'Amore è generoso e apre il Cuore all'abbondanza!

Il plesso solare viene rappresentato spesso con l'immagine del pozzo dei desideri, presente in molti racconti per bambini, e anche nel cartone animato della Walt Disney, Biancaneve esprime il desiderio di un amore, cantando una melodia davanti al pozzo che risuona dell'eco della sua voce.

Mi rendo perfettamente conto che, dopo secoli durante i quali sacrifici e rinunce sono stati il 'cult' dell'era uscente, questo discorso sulla generosità 'propria' (nel senso che è rivolta nei confronti di se stessi, come d'altro canto, lo è l'amor proprio!) è difficile da digerire e ti assicuro che lo è stato anche per me quando ho concepito Prosperidea !

Sono stati necessari 3 mesi di intensa gestazione per metterla sulla carta e dare alla luce questo articolo da condividere con te.

In questo arco di tempo, carico di tensione creativa, ho fatto i conti con gli attacchi, le provocazioni e i blocchi provenienti dal

mio Ego che, a volte mi suggeriva, più spesso, mi ordinava di rinunciare alla mia idea..... che 'giudicava' più folle.... che prospera! Quando l'Ego ha una convinzione la difende con mille argomentazioni..e non la lascia andare facilmente!

CONCLUSIONI

Prima di salutarci, torniamo all'esempio del supermercato e diamo uno sguardo ai risultati relativi alle opzioni A e B .

Se hai scelto l'opzione A è possibile che sul momento tu abbia pensato di aver fatto la cosa giusta. La cliente ti ringrazia e il tuo Ego è soddisfatto e poi, come diceva tua madre .. un favore non si nega a nessuno!

Eppure ... qualcosa dentro di te è cambiato: mentre pensi che sarebbe stato meglio rimandare la spesa a domani, l'entusiasmo di incontrare la tua amica svanisce. Ti rimproveri la decisione di voler fare troppe cose in poco tempo e... aveva ragione tua madre quando diceva che non sai programmare le tue giornate e per questo sei sempre di corsa.

Assorta nelle tue elucubrazioni, riempi le buste alla rinfusa e quando la cassiera passa la tua carta bancomat... il p.o.s. si blocca !

Pensi che ho una immaginazione esageratamente fervida....oppure questa 'fantasia' ti ricorda qualcosa che ti appartiene?

Passiamo ora alla situazione B e vediamo i risultati.

Mentre gentilmente rifiuti la richiesta, con un sorriso indichi alla cliente la cassa che stanno aprendo proprio in quel momento!

Cominci a svuotare il carrello e a riempire le buste. Sei felice perché fra poco incontrerai dopo tanto tempo la tua amica e sarà come ai tempi della scuola con tante chiacchiere e risate a volontà! Ringrazi mentalmente l'Universo mentre carichi le buste nel portabagagli, sali in auto e sull'onda verde dei semafori arrivi a casa in un battibaleno!

*Impari che, quando pratici la **generosità propria**, l'Universo a sua volta ti sostiene generosamente e tutto fluisce con facilità dentro e fuori di te perché sei saldamente centrato e connesso con la Fonte!*

E dal momento che l'Universo dà sempre più di quanto riceve..non è finita qui: ti aspetta infatti, un magnifico pranzo e un'ottima proposta di lavoro!

Quando comincerai a sperimentare Prosperidea ti renderai conto che a poco a poco la tua centratura diverrà più precisa e la connessione più stabile. Quanto più il tuo plesso solare sarà rilassato tanto più irradierà energia che liberamente fluirà per arrivare al Cuore!

