

NEWSLETTER
GOCCE DI CONSAPEVOLEZZA

Anno I - n. 4 - Settembre 2008

Goccia del mese



LA PRATICA DELLA TOLLERANZA

La tolleranza è una delle qualità più importanti che voi dovrete possedere ed è assolutamente essenziale sul sentiero spirituale.

E' mettendovi alla prova in circostanze difficili che potete coltivare questa qualità della tolleranza.

Non c'è niente di straordinario nel restituire bene per bene ma tornare bene per male,

questo è qualcosa di grande e la pratica di una virtù simile richiede un quantità notevole di bravura.

Sebbene molti possano criticarvi, per quanto essi possano commentare e condannare, voi non dovrete mai perdere la vostra tolleranza; voi dovrete rimanere imperturbati e continuare a godere della pace interiore.

(Sai Baba)

Bentornati a tutti gli amici vacanzieri !!

In riferimento alla Legge 675/1996 e successivo D.L. 196/2003, riguardanti la tutela dei dati personali, questo indirizzo e-mail è usato per inviarle informazioni. Gli indirizzi e-mail sono stato reperiti attraverso fonti di pubblico dominio o attraverso e-mail da noi ricevuta. Tutti i destinatari della mail sono in copia nascosta (Privacy L.75/96) a garanzia della privacy. Può succedere che il messaggio pervenga anche a persone non interessate in tal caso vi preghiamo di segnalarcelo rispondendo Cancellami o Remove a questa mail, precisando l'indirizzo che vorrete immediatamente rimosso dalla mailing list. In qualsiasi momento potrà chiederci di aggiungere, modificare, aggiornare o cancellare il suo indirizzo di posta elettronica dal nostro archivio. Se lo desidera, diffonda questa e-mail tra gli amici che potrebbero essere interessati a queste informazioni. Grazie di cuore!

www.francescobuonanno.com

L'ESPLORATORE MANCATO

Cari lettori,
durante lo scambio di informazioni con i miei amici sono arrivata a leggere queste righe composte da parole che mi risuonano fortemente dentro, ho subito pensato di condividere con Voi questo meraviglioso messaggio lasciandolo intatto, buona lettura.

Ester Di Renzo

Vi chiederete: "chi è, e perché, l'«Esploratore Mancato»?"

L'essere umano è un esploratore mancato !

Si è incarnato per sperimentare la vita materiale, densa, e si è "addormentato", ossia ha dimenticato la sua vera natura, le sue vere origini. Ogni volta che muore, l'uomo si sveglia per un momento e capisce "chi è, il perché dell'incarnazione, le sue capacità e il suo destino"; vive per un attimo la grande libertà dello Spirito, poi si riaddormenta di nuovo, scendendo in un'altra incarnazione, e così via, finché non si "risveglia" durante la vita fisica.

Quando lo fa, passa di dimensione e inizia "l'esplorazione cosmica multidimensionale", vera e propria. Da sempre è stato così, e sempre lo sarà, finché ci saranno Entità che vorranno iniziare l'avventura della "discesa" nel piano denso, o fisico, della realtà.

Nell'esplorazione fisica, l'Essere umano dovrebbe sperimentare, quindi esplorare, i suoi pensieri, i suoi sogni, le sue emozioni, il suo corpo fisico, l'ambiente circostante, la vita, le relazioni, la natura, il pianeta con il suo ecosistema, le potenzialità da attuare, ecc. e far fiorire ogni cosa che dà più conoscenza, più emozione, più energia, più vita, più felicità.

A mio avviso, la vita fisica sulla Terra assume la connotazione di "vera scuola di crescita" per la "fioritura individuale", per aiutare l'uomo a diventare Uomo cavalcando il palcoscenico della vita in una stupenda e deliziosa avventura, immersi in una rete di relazioni che ad ogni livello scopriamo come indirizzare, per trovare sempre "più felicità, prosperità e realizzazione". Questo è anche il messaggio che tutti i Maestri di tutti i tempi hanno trasmesso ai loro iniziati, ai loro discepoli, alle popolazioni; quindi, vale la pena unire le forze per giocare fino in fondo questo meraviglioso gioco. Ecco perché ogni cosa che accade ha un senso: perché in mezzo alla vita nel "qui ed ora" c'è lo Spirito incarnato che è il vero protagonista, che si è incarnato per sperimentare e far crescere la vita a 360°. Questo è l'obbiettivo dello Spirito che si incarna in un corpo fisico.

A causa dell'ignoranza alimentata da pregiudizi, deviazioni, strutture mentali, consapevolezze sociali, nonché dallo sfruttamento psicologico, morale e fisico, portato da istituzioni, religioni, ideologie, ecc., l'uomo sempre più confuso si è arreso ad una vita "piatta".

Ora, la società dà importanza al formalismo e non all'essenziale, al superficiale e non al profondo, alla stabilità e alla paura e non alla sperimentazione coraggiosa, all'obbedienza e non alla libertà di pensiero. Ecco perché l'essere umano è "l'esploratore mancato". Individuato il "protagonista", dobbiamo anche comprendere qual è lo scenario dove egli agisce o, quanto meno, qual è il punto di partenza del suo viaggio.

La storia ci insegna che le molteplici società che hanno solcato le varie epoche storiche, hanno basato la loro esistenza, il loro fiorire, il loro espandersi, arricchendo la loro cultura attraverso relazioni, scambi, baratti. ecc. Oggi più che mai serve un approfondimento delle relazioni per raggiungere un equilibrio a tutti i livelli, per crescere ed arricchirsi a vicenda con esperienze a tutto campo, motivo per il quale, ricordo, ognuno si è incarnato.

Nel mondo dei computer, del virtuale, tutto avviene tramite "macchine". Un tempo, invece, il luogo designato a questo era "la piazza".

La piazza, l'Agorà dei greci è la vera eredità dell'Europa. Anticamente l'Agorà comprendeva gli scambi commerciali di ogni genere, la cultura, l'arte, la scuola greca, l'anfiteatro, gli spettacoli... Era un piacere scendere in piazza, dove colossi come Demostene, Socrate, Platone, Fidia, ecc., mettevano in gioco le loro abilità e la loro vita. Estendendo questo concetto a livello planetario, nella piazza c'è il Buddha, il Cristo, Khrisna, Ghandi, Madre Teresa di Calcutta, e tanti, tanti altri, grandi e piccoli. Tutti insieme, vivi o trapassati, come oggi, o ieri, o domani, stiamo creando la realtà, sempre più intensa ed allargata. Dall'Agorà del nostro intimo, a quello della casa, della famiglia, degli amici; all'Agorà della città, della Terra, del Cosmo, di questa o di altre dimensioni, del tempo o dell'eternità; dove al centro c'è il fuoco o il suo fratello maggiore: il sole; dove c'è lo Spirito, ossia il Divino, l'Io Sono, che catalizza, sintetizza e stimola ogni nuova esperienza di crescita.

Stiamo entrando nell'era della Madre, del Femminino Sacro, dell'accoglienza, della condivisione a 360°. C'è il tempo del dialogo, delle tavole rotonde, del grande sogno di comunione del Cristo che diventerà consapevolezza e coscienza planetaria. Si potrebbe dire: "Vox populi, vox dei" e "Ce posto per tutti". Bisogna essere veri ma permissivi nei confronti delle piccolezze degli altri, difendere i deboli, ma non opporsi alla crescita del singolo e del gruppo. È giusto sperimentare la vita!

Nell'Agorà non c'è ne capo, ne coda, ma c'è comunione e vige il principio dei vasi comunicanti "chi ha di più, dà a chi ha di meno".

In ogni punto della realtà c'è lo Spirito ed ogni punto della realtà diventa sempre più intenso, sempre più denso.

Tutto viene trasformato, riciclato, finché diventa "oro colato", finché ogni cosa acquisisce Spirito, originalità, carica, grande consapevolezza ed energia.

L'Agorà è una specie di quadrante cosmico, è la piazza nella sua dimensione cosmica, transpersonale... Auguro a tutti ogni bene e sempre più Spirito!



Ecco un sito sul risveglio:
www.diksha.it

Libro interessante

«La gente della Terra deve svegliarsi anziché sostenere i propositi fraudolenti di tutte le azioni di guerra.

Sono pochi coloro che vogliono veramente uccidere e pochi sono gli ossessionati dalla distruzione, mentre in molti vogliono una Terra sana e prospera.

Saranno i molti o i pochi a controllare il mondo?

Saranno i molti a creare il mondo che essi desiderano, o saranno i pochi ad avere successo con i loro piani disperati e dispotici, intesi a separare l'umanità e distruggere la vita?

Alla fine, attraverso atti di coraggio e assalti alla vita, pochi, tra i molti, avranno successo nello svegliare i molti ai valori della libertà, al potere del pensiero e alla forza dello spirito».

I Pleiadiani

estratto da:

La Via del Risveglio Planetario
di Barbara Marciniak



Ecco il meraviglioso sito da esplorare:

www.naqualexplorers.org

I BAMBINI INDACO

Procediamo per gradi. La definizione "Indaco" è stata usata per la prima volta da Nancy Ann Tappe, che nel 1982 scrisse un libro sull'argomento (Capire la vostra vita attraverso il Colore). Nancy, scrittrice, sensitiva e terapeuta, è in grado di vedere quelli che lei chiama "i colori della vita" ed ha un metodo personalissimo per "leggere" questi colori. Alla fine degli anni settanta, Nancy incominciò a notare una trasformazione nei colori vitali, con alcuni colori, come il fucsia o il rosso cremisi, che tendevano ad affievolirsi o a scomparire.

Tuttavia la sua ricerca iniziò soltanto negli anni ottanta, quando alcuni genitori, preoccupati per il comportamento anomalo, "fuori dagli schemi" dei loro bambini, si rivolsero a lei per esseri aiutati. Con sorpresa Nancy si accorse che il colore vitale di tutti questi bambini tendeva all'azzurro violaceo. Di qui la definizione "Bambini Indaco". Per cui all'inizio, quando i primi Indaco incominciarono ad arrivare, nessuno sospettava che si trattasse di una nuova generazione di bambini.

E' importante rendersi conto che questi bambini possiedono un' estrema sensibilità, sono molto intuitivi e sono in grado di sentire che cosa c'è nella nostra mente e nel nostro cuore. Vengono sul Pianeta Terra per aiutare l'umanità a progredire verso il bene supremo, per farci capire che non esistono diversità o differenze e che tutti noi facciamo parte del grande IO SONO.

Per far ciò, richiedono da tutti noi comprensione e tolleranza, amore incondizionato, apertura, integrità morale e sincerità. La sfida che i genitori devono affrontare è imparare a considerarli bambini "normali" e a trattarli come tali.

E' importante saper riconoscere il loro valore, apprezzare le loro doti, imparare a valorizzarle, ma nello stesso tempo permettere loro di vivere la loro infanzia come qualunque altro bambino. Discriminarli o trattarli come "diversi" può rendere la vita complicata sia per loro sia per i genitori o per gli insegnanti e può avere gravi conseguenze sullo sviluppo armonioso della loro personalità.

Come riconoscerli: "...Un Bambino Indaco è una creatura che possiede attributi psicologici insoliti e particolari e che ha un modello comportamentale diverso da quelli a cui siamo abituati. Di conseguenza, molto spesso i genitori di questi bambini si trovano spiazzati ed impreparati nel difficile compito di educare i loro figli. Ignorare questi nuovi modelli significa creare squilibrio e frustrazione nella mente di questi preziosi bambini.

Ci sono diversi tipi di bambini Indaco, ma per ora ci limiteremo a darvi un elenco delle loro principali caratteristiche con i più comuni modelli comportamentali.

1. Vengono al mondo con un senso di regalità (e spesso agiscono con regalità)
2. Pensano di "meritarsi di essere qui" e sono sorpresi quando gli altri non condividono questo loro punto di vista
3. Non hanno problemi di autostima.
4. Spesso essi dicono ai loro genitori "chi sono".
5. Hanno difficoltà ad accettare l'autorità (soprattutto quando è imposta ed immotivata).
6. Si rifiutano di fare alcune cose, per esempio: non amano aspettare in coda.
7. Si sentono frustrati dai metodi tradizionali che non richiedano l'impiego della loro creatività.
8. Spesso, sia a casa sia a scuola, trovano la soluzione più logica per fare le cose, il che può farli apparire anticonformisti e ribelli.
9. Se non ci sono bambini con la loro stessa consapevolezza, si sentono incompresi e tendono a chiudersi in se stessi.
10. L'ambiente scolastico è spesso estremamente difficile per loro.
11. Non rispondono a discipline basate sul senso di colpa.
12. Non si sentono in imbarazzo a parlare delle loro necessità.
13. I Bambini Indaco sono nati per introdurre la New Age e anche se hanno un incredibile intuizione e sono bravissimi a manifestare qualsiasi cosa, possono però essere influenzati dalla negatività intorno a se.

Le principali sfide che i Bambini Indaco dovranno affrontare sono soprattutto legate alle loro relazioni con gli altri. Essi hanno bisogno di molta attenzione e considerazione e soffrono se la loro visione della vita, basata essenzialmente sull'amore, viene fraintesa o, peggio ancora, ridicolizzata. Alcuni di loro possono pertanto avere problemi a relazionarsi con bambini "normali" o con adulti ancorati alle vecchie metodologie. Può così accadere che questi bambini, provvisti di una grande immaginazione, di grandi facoltà intellettive, di una forte mentalità tecnologica e di elevate doti morali, ma iperattivi ed incapaci di usare il pensiero lineare a cui siamo abituati, vengano etichettati come affetti da "disordine da deficit di attenzione".

Tutto questo può avere un forte impatto sulla loro personalità, diminuire la fiducia nelle loro capacità e portarli a scollegarsi dalla loro parte divina. A questo punto della nostra evoluzione, dobbiamo comprendere l'importanza del ruolo che questi preziosi bambini, arrivati tra noi con un bagaglio di grande consapevolezza, si sono assunti. Se sapremo riconoscere il loro valore, capirli ed apprezzare le loro doti intellettuali e morali, se non instilleremo in loro il senso di colpa e la paura, da cui sono totalmente esenti, se li aiuteremo a seguire la loro passione, essi saranno i nostri migliori maestri, ci insegneranno a guardarci dentro ed a scoprire quelle verità interiori che per troppo tempo non abbiamo saputo o voluto riconoscere. Apriamo dunque il nostro cuore ed il nostro Spirito ed accettiamo i preziosi doni che queste creature meravigliose, con amore infinito, ci offrono.

Ester Di Renzo



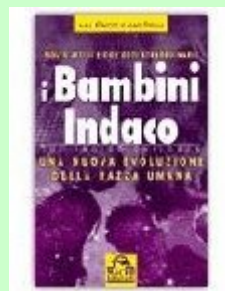
Per saperne di più sui bambini del terzo millennio, vi consiglio i seguenti libri, disponibili online presso il sito di Macrolibrarsi:

Paola Giovetti
Indaco - Bambini Indaco Realtà del 3° Millennio

Carolina Hehenkamp **Manuale per i genitori dei Bambini Indaco**

James F. Twyman
I Bambini Indaco

I BAMBINI INDACO di
Lee Carroll - Jan Tober



QUALCHE CONSIGLIO PER I GENITORI

Molti di noi non "sanno" come essere genitori e finiamo in schemi ripetitivi che sono passati di generazione in generazione.

Uno degli aspetti chiave nell'avere un figlio Indaco è che ti costringono continuamente ad affrontare le tue stesse ferite.

Agiscono da specchio dei nostri comportamenti e di ciò che dobbiamo affrontare dentro di noi.

Sebbene questi bambini siano anime molto evolute e siano qui per insegnarci nuovi modi d'essere, noi, come adulti, siamo più consapevoli delle limitazioni della nostra esistenza ed è questo ciò che dobbiamo insegnare loro.

LA MEDICINA OLISTICA: I BAGNI DERIVATIVI

Ecco una ricetta semplice e antica per disintossicare l'organismo:
ingredienti: una spugna, acqua fredda e un po' di pazienza.

Dai tempi dei tempi, in tutte le filosofie e sistemi antichi, considerati spirituali o religiosi, possiamo trovare un vasto repertorio di consigli mirati al riequilibrio dell'essere umano, su tutti i livelli: mentale, emotivo, spirituale nonché fisico.

La filosofia Yoga con l'Ayurveda, il Tao con la Medicina Tradizionale Cinese e lo studio dei meridiani, come anche il sufismo si è sempre occupato di malattia e medicina con una particolare attenzione alla prevenzione e alla cura del corpo. Oggi in occidente abbiamo la Naturopatia che insieme a nuove tecniche utilizza molti dei sistemi di riequilibrio antichi di secoli.

Ognuna di queste scuole è consapevole che un corpo in equilibrio abbia diverse funzioni: senz'altro, quella di permetterci una vita armoniosa, ma anche rendere lucida e rischiarata la mente, affinché il nostro corpo evolutivo possa risolversi nel modo migliore.

Una mente chiara ci conduce verso la luce. Se agisco sul corpo, liberandolo dalle tossine accumulate, il respiro si fa più profondo, il cuore si placa, le emozioni non potranno travolgerci lasciandoci confusi e al buio. Quando tutte le cellule del corpo sono nutrite di buon cibo, abbondante ossigeno e buon umore, siamo pieni di energia e allegria!

Tra i vari metodi di disintossicazione, vi è una pratica molto antica scoperta nel secolo scorso da Luis Khune dal nome "semicupi con frizione", conosciuta oggi come "**bagni derivativi**".

Khune la riscoprì empiricamente: la sua cagnetta si era ferita a una zampa e istintivamente digiunò per una settimana e non fece altro che leccarsi il sesso e la ferita sulla zampa, in pochi giorni si era ristabilita.

Così provò ad imitarla e durante un attacco di febbre con forte mal di testa: frizionò delicatamente, con un telo imbevuto di acqua fredda l'estremità del suo sesso. Proprio come il suo cane. Proprio come natura suggerisce agli animali. In poco tempo i sintomi scomparvero. Da allora ne usufruì per tutta la vita con costanza e visse ottanta anni in perfetta salute.

I suoi "semicupi" saranno un compendio arrivato già in ben 32 paesi!

I bagni derivativi hanno lo scopo di riportare nella parte centrale del corpo, precisamente nell'intestino, le sostanze, le materie, le molecole che per l'organismo rappresentano un bagaglio di scorie pesante e nocivo.

Ipotizziamo ad esempio una sorta di infiammazione: le molecole libere che sono di troppo e che dovrebbero essere espulse dall'intestino, si dirigono verso le estremità del corpo allontanandosi dal centro e accumulandosi, probabilmente, nei luoghi dell'organismo in cui abbiamo una debolezza costituzionale; per alcuni sono i muscoli, per altri le ossa, per altri ancora i reni, fegato, etc.

Quindi, usando il linguaggio della Medicina Cinese, siamo in presenza di un eccesso di yang.

Per riportare le tossine da eliminare al centro del corpo ricorriamo all'antidoto per l'eccesso di calore: frizioni con acqua fredda!

E' un rimedio tanto semplice e gratuito, quanto efficace.

Le indicazioni dei bagni derivativi sono moltissime, ecco le principali:

asma, acne, capelli bianchi, stitichezza, eruzioni cutanee, nevralgie dentali, dipendenza da: alcol, tabacco, caffè e droga, schiena e collo rigidi, eczema, verruche plantari, mal di gola, incontinenza urinaria, insonnia, mal di testa, controllo del peso.

Questa pratica è ancora allo studio pertanto sperimentare è possibile e auspicabile. Se il vostro disturbo non è fra questi, provate con delicatezza a percorrere questa strada, di certo aiutare il corpo a "far defluire le acque" come in un limpido ruscello non potrà che portare dei benefici!

Un paio di consigli:

- 1 - Il periodo primaverile, è ottimale, per dare inizio alla pulizia, con l'intento di purificare il nostro essere in tutti i suoi aspetti.
- 2- Quando raggiungete i risultati che vi siete prefissi non trascurate un periodo di mantenimento: 3-4 volte a settimana per il primo mese, 2 per il secondo mese. E all'inizio dell'autunno (2 volte l'anno) per 3 settimane riprendete il ritmo di 1 o 2 volte al giorno a seconda di quanto vi sentirete sovraccarichi. Come sempre, la costanza premia!

Ester Di Renzo

Ecco un libro molto esplicito

I BAGNI DERIVATIVI di France Guillain

L'Età dell'Acquario Edizioni



Disponibile online presso il sito di Macrolibrarsi oppure sul giardinodelibri:

Istruzioni:

Per chi pesa meno di 70 Kg:
10 minuti al giorno

Per chi pesa più di 70 Kg :
15 minuti al giorno

Per tutti: in caso di sovraccarico tossinico, fino a 20 min. anche 2 volte al giorno.

A stomaco vuoto, riempite un bidet o bacinella di acqua fredda e mai ghiacciata (in inverno, l'ambiente e i piedi ben caldi!). Sedetevi bene indietro facendo attenzione a non mettere le natiche a contatto con l'acqua, usate un guanto di spugna in cotone o una spugna morbida naturale.

Per le donne:

Frizionate delicatamente (l'effetto è quello della lingua ruvida di un gatto) dal pube verso il basso, passando per le grandi labbra, immergendo di tanto in tanto la spugna per rinfrescarla. **ATTENZIONE:** Mai durante il ciclo mestruale.

Per gli uomini:

frizionate delicatamente dall'alto verso il basso fino all'estremità del pene.

Al termine trovate qualche minuto per stare al caldo.

Attenetevi a queste semplici regole senza esagerare ed eviterete dei fastidiosi effetti secondari, come crampi alla pancia o contrazioni intestinali. In questi casi, interrompete qualche giorno e riprendete con una sola seduta di 10 minuti.

Se durante i primi giorni notate la fuoriuscita di piccoli foruncoli non dolorosi su tutto il corpo o nella zona genitale, non preoccupatevi: è una forma di eliminazione delle tossine che scomparirà in breve tempo.