

HAI DOMANDE?

Vuoi esplorare i mari in movimento della tua esistenza? Ti piace tuffarti a capofitto nell'ignoto? Nel tuo cuore hai nostalgia di qualcosa a cui non riesci a dare un nome?

Allora apri gli occhi, respira profondamente, estendi la tua attenzione, ascolta, senti, percepisci attraverso i sensi, assaggia, odora e preparati! Ti attende un mistero; ti attende qualcosa per impegnarti, qualcosa che non puoi immaginare, che non riesci a creare, che puoi solo scoprire. Potresti aver paura di rispondere a quest'appello. Potresti preferire sfiorare la superficie dell'acqua, le sue fluttuazioni, a volte poco confortevoli ma familiari, e la sua prevedibilità. Potresti preferire attenerti ai tuoi sintomi, alla tua resistenza, identificazione, e complessità, perché come minimo ci sei abituato. Potresti obiettare che questo va bene poiché comunque lo puoi fare. Fin quanto si può andare, poiché non sei pronto per un'esplorazione più approfondita. E cosa c'è sotto? Vale la pena tuffarsi, rischiare e lasciarsi andare? Sei attratto da quest'ignoto, da quest'oscurità, ma continui a ritornare al tuo ambiente familiare.

Questo lo conosci, ma ti senti solo, isolato, frammentato e stanco di essere sballottato da un'onda all'altra, di passare da un'esperienza all'altra senza trovare il significato di tutto ciò. Quando credi di essere riuscito a ottenere un po' di equilibrio, quando pensi di controllare la tua vita, quando ritieni di poter spiegare e classificare le cose, una forza misteriosa e l'azione della sua onda lunga e profonda ti portano via tutto. Allora sei sempre più stanco di lottare, di perdere, di vincere e di perdere ancora quando cerchi di afferrare ... niente. Fuori continui a sorridere, ma dentro di te regnano disperazione e paura. Non lo ammetteresti mai, ma sei perso. Non vedi che questo mondo di forme che hai amato e in cui hai creduto è dominato solo dalla temporaneità?

Allora comincia a far domande; adopera la tua angoscia e la tua rabbia per trovare la forza di esplorare nuovi livelli. Respira profondamente, rallenta il tuo ritmo, sii concreto e comincia il tuo viaggio con un compagno esploratore che non è altrettanto soddisfatto delle risposte date finora e che vuole andare più a fondo.

DAL MARE DELLA IMPERMANENZA AL FERMO CUORE DELL'OCEANO

Come provarci? Dovrai usare le tue mani come al servizio del cuore.

Le tue mani saranno gli occhi, le orecchie e lo strumento del tuo cuore; non il tuo cuore confuso ed emotivo, ma il Cuore del tuo cuore, il tuo Nucleo di Tranquillità, il tuo Cuore che sa tutto e che comprende tutto.

Qual è l'accesso a questo luogo dentro di te? Trova un punto neutro, un luogo dentro di te dove vi siano equilibrio, tranquillità, accoglienza. Questo posto c'è sempre, ma non è sempre lo stesso. Cerca questo posto e sistemati in esso.

Lascia che il punto neutro si espanda gradualmente a tutto il tuo sistema.

E poi apri al tuo amico nel suo viaggio, quest'amico che sarà sia tuo cliente che tuo maestro.

Ecco, hai trovato una sensazione di equilibrio dentro di te e hai costituito il tuo fulcro, gettando l'ancora che darà una sensazione di sicurezza al tuo viaggio.

Adesso apri il tuo campo percettivo alla terza presenza che sarà con voi due, che è

generata dal vostro venire in contatto: la relazione che si stabilisce.
Quindi comincia la tua esplorazione.

Inspira, espira; inspira, espira. Lasciati alle spalle le paure e l'incertezza, concentrati sul tuo respiro finché incontrerai o sarai accolto dal Respiro, un'inspirazione e un'espiazione più profonda e più lenta. Il Respiro respira attraverso te – in realtà ti respira. Riesci a sentirlo?

Rimani con lui. Ora sei invitato a seguire i cicli della respirazione primaria o respirazione universale. Sei invitato a fidarti del Respiro della Vita.

Sì, il Respiro che porta la Vita ti si è manifestato come un movimento. Questa respirazione primaria ti conduce nel regno delle forze e dei principi della vita. Lasciati cullare da lungo e immutabile ritmo della respirazione primaria. E' il tuo aiuto fondamentale, una presenza vivente che è stata sempre lì e non morirà mai.

Riesci a sentire che ha luogo uno spostamento? Senti che ora la tua confusione, il tuo rumore e le tue paure fluttuano in lontananza? Senti che il rapporto vi orienta entrambi verso un luogo di risorsa, un luogo in cui i diversi livelli di funzione agiscono come un'unità e sono interdipendenti? Tuttavia, questo non è ancora il luogo in cui sei un'Unità.

Ma qui, almeno, non sei più frammentato. Sei ancora in contatto con la memoria dei tessuti, dei sintomi e delle forme, ma c'è qualcosa in più: le forze che li organizzano.

In questo regno hai degli alleati: i fluidi e le potenza in essi (l'energia nei fluidi). Sì, è possibile cominciare ad avvertire la potenza nei fluidi, l'Oceano. Fluidi che passano ovunque, che aggirano qualsiasi ostacolo e cercano pazientemente di erodere le barriere.

E c'è il fluido all'interno di tutti i fluidi: un fluido prezioso, sottile, potenziato, che t'insegnerà a essere un alchimista. Riesci ora a sentire che le tue mani sono diventate come antenne, più ricettive, più forti e più potenziate?

Noti che una parte riflette il Tutto, che il più piccolo frammento nel sistema è vitale per il Tutto e gioca un ruolo fondamentale nel mantenere l'equilibrio?

Ma fa' attenzione, perché questi fluidi vengono

animati e attraversati da forze profonde
in azione che ora riesci ad avvertire;
forze di creazione, forze di salute e forze
d'inerzia profonde. Il fluido può essere tuo
alleato purché tu impari il suo linguaggio,
sappia come lavorare con esso e conosca la
natura di queste forze che lo animano.

PERCHÉ LA QUIETE ATTRAE LA QUIETE

C'è un'altra scoperta da fare per te: questo è il luogo
in cui è possibile osservare l'alternarsi
della biodinamica e della biocinetica, da cui sono modellati
i sintomi e le forme. Ora puoi
contemporaneamente collaborare e fare
affidamento sul tuo medico interno e su
quello del tuo amico; sulla tua intelligenza
intrinseca che è costantemente alla ricerca
del miglior equilibrio dinamico possibile.

Se incontri una congestione o un'area di lesione,
non cercare di curarla!
Cerca di vedere, sentire, interroga
l'intelligenza interiore e il suo veicolo, il
fluido, in modo che possano mostrarti ciò
che provoca lo strain. Se conduci le tue
indagini con ampiezza di vedute e senza
aspettative, se agisci come un servitore del
Respiro della Vita umile ma attivo, allora
i fluidi (o qualcos'altro) ti condurranno al
centro dell'inerzia. Questo potrebbe spaventarti,
poiché quest'area può sembrare
densa, scura, bloccata e quasi senza vita o
luce alcuna; ma quando ti avvicini è possibile
avvertire forze profonde in azione
che stanno esprimendo un particolare schema. Ciò accade quando
lavori coi fluidi, aiutando o stimolando delicatamente
la loro fluttuazione laterale.
E' possibile anche imparare l'arte di generare
lo spazio.
Ma il punto cruciale è andare sempre più a
fondo nella tua quiete.
Perché? Perché la quiete attrae la quiete e
Nel cuore di questo fulcro la quiete e la salute
attendono di essere liberate.
Allora non contrastare l'inerzia, poiché la
rinforzeresti; accresci piuttosto la quiete e
le risorse!
Nuovamente cerca un punto neutro, suggerisci un
equilibrio fra le energie finché non senti
un'apertura e un accesso; va' più a fondo
in questo punto neutro e in quest'equilibrio
dinamico e aspetta di vedere fin dove queste

energie vogliono riorganizzarsi.

Se è troppo presto, stabilisci condizioni di maggior tranquillità nell'area e ritorna più tardi.

Vedi, passerai il tempo ad apprendere come ascoltare e come essere con ciò che scopri, imparando a conoscere il territorio, sviluppando la tua percezione fondata sull'esperienza. Prendi confidenza con le forze incarnate e le loro diverse qualità: scura, chiara, luminosa, pesante, densa, congestionata, compressa, ecc..

Il pericolo maggiore, per te, è finire a inseguire le forme; finiresti solo per rincorrere fantasmi! Ricorda l'esempio del Re: cerca sempre il cuore del drago!

Se la tua spada taglia pezzi, membra e parti, al momento di arrivare al nucleo sarai così stanco da non riuscire a vedere l'accesso; avrai consumato tutte le tue risorse nella lotta come pure avrai scaricato la batteria del tuo amico.

Lavora sempre con la potenza, anche al centro del fulcro; cerca sempre le cause piuttosto che gli effetti.

Impara a collaborare con lo schema intrinseco che ti rivelerà le sue priorità, anziché cercare di mettere ordine nel caos. Alla fine il caos ripristinerà sempre la sua supremazia, a meno che tu non scopra il principio interiore presente nel suo cuore. Impara a fidarti di quest'oscurità luminosa che si schiude fra le tue mani e a conoscere perfettamente come raggiungere l'equilibrio e l'integrazione.

ASPETTA FINCHÉ NON SEI INVITATO

Cosa devi fare, ora?

Segui il consiglio di un anziano. E' stato lì in precedenza e sa di cosa sta parlando; "Fidati della marea ed esci!".

Abbi il coraggio di partecipare e di essere contemplativo; un umile servitore sempre pronto a impegnarsi.

Non aver paura dell'inerzia, poiché ti condurrà sempre alla Salute, e aspetta, aspetta un misterioso accesso all'Ignoto.

Sì, sei arrivato a un punto in cui senti che il tuo cuore attende ansiosamente che succeda qualcos'altro, per la presenza della persona cara, e trattieni il respiro sia per l'angoscia sia per la gioia.

Ma aspetta, aspetta, aspetta... finché non sei invitato. Abituati a fidarti. Sta' attento, sii appassionato, custodisci le tue domande e la tua fiducia nel profondo del cuore.

L'accesso è abbastanza inatteso, è piccolo quanto la cruna di un ago, ma ha il potere di creare la quiete in tutto l'ambiente. Ora c'è una pausa, come se ogni cosa trattenesse il respiro.

Svelto, sta succedendo qualcosa!
Sintonizzati sull'energia e sui fluidi, respira profondamente, aspetta e chiudi gli occhi.
Ora aprili!

Sei arrivato al Regno Infinito attraverso questo luogo infinitesimale, localizzato. Sei al centro delle forze che organizzano la Vita, al centro delle informazioni cellulari; c'è un'attività incessante e c'è quiete. E' dove lo spazio etereo e infinito s'incontra con l'Oceano oscuro e profondo. Da quest'incontro si genera la forma!

Non sai dove andare, sei perso e sopraffatto, ma conosci questo posto, te lo ricordi!
Quando lo schema originario dentro di te incontra lo schema presente nell'Universo, sembra che le informazioni esplodano al centro delle tue cellule.

Adesso vieni; una presenza ti prende per mano. Molti esseri ti stanno dando il benvenuto e ti stanno attraendo; sono così felici che tu sia qui! Ti portano a un fior di loto al centro del quale tu siedi. A questo punto ti accorgi che sei nudo, come all'inizio e alla fine della vita. Esplora questo regno, il suo spazio infinito, le sue spirali e le sue forze unidirezionali, centripete e centrifughe, i suoi vuoti, la sua oscurità maestosa, il suo silenzio musicale, la sua Quietè sempre più oscura eppure dinamica. Da questa Quietè vedi la vita che nasce e materializza tutte le figure e le forme, riempiendole di energia.

Vedi inoltre queste forme, queste figure, questi fluidi e quest'energia che vengono riassorbite nuovamente nel cuore della Quietè. Riesci a vedere queste linee mediane da cui sembra che ogni cosa sia sospesa in un perfetto equilibrio?

Osservi i diversi ritmi dello schiudersi, i cicli della vita e della morte e come tutte le forme sono legate assieme da una delicata sostanza liquida, da una matrice cristallina. Sì, questa è la rete sottile che mantiene la

forma e la dissolve, e questo è solo l'inizio
della tua esplorazione!

Dimmi: ti senti solo in questo posto in cui
avevi paura di andare?

Apri le orecchie; non senti il mormorio di
una canzone che sembra essere destinata
a te?

Ti senti avvolto da una presenza, una presenza
che ti si avvicina quando ti abbandoni
alle tue paure. Ora guarda – di fronte
a te, onnipresente. Ella è lì, che ti tiene nel
palmo della mano che è anche il centro del
suo cuore.

Ora sai che lei guarda sia te sia dentro di
te.

Vedi la grandezza, la bellezza, il silenzio.
Vedi ciò che non riuscirai mai a descrivere.

© Copyright Candice Marro 2003

(Traduzione di Marina Macone)
(Revisione Maurizio Costa)