

LA MASSIMA ESPERTA MONDIALE DI ANGELI
DOREEN VIRTUE



COME VEDERE
I TUOI
ANGELI

CAPITOLO 8
DI "COME ASCOLTARE I TUOI ANGELI"

MyLife

Doreen Virtue

COME
ASCOLTARE
IL TUO ANGELO

Ebook

Traduzione: Elena Leardini

Editing: Katia Prando

Revisione: Michele Ulisse Lipparini, Martina Marselli

Impaginazione e Grafica di copertina: Matteo Venturi

Gli angeli desiderano connettersi visivamente con noi tanto quanto lo vogliamo noi, se non di più, e ci aiutano a comunicare con loro palesando chiaramente la loro presenza. Nei miei libri ho raccolto decine di storie di persone che hanno visto degli angeli.

Com'è vedere gli angeli

Molti dei miei allievi di sviluppo psichico credono erroneamente che la *chiaroveggenza* consista nel vedere gli angeli sotto forma di figure tridimensionali, opache e ben definite, come le persone viventi. Si aspettano che le visioni avvengano all'esterno, invece che a livello mentale.

Eppure nella maggior parte dei casi di chiaroveggenza le immagini assomigliano a quelle che vedi quando sogni a occhi aperti o durante il sonno notturno. Solo perché vedi l'immagine con gli occhi della mente non significa che sia meno reale o valida. Quando spiego questo aspetto ai miei allievi li sento spesso esclamare: "Oh, ma allora alla fine *li* vedo anch'io gli angeli!".

Con dedizione e pratica molte persone sono in grado di sviluppare l'abilità di vedere gli angeli a occhi aperti, all'esterno della mente. In altre parole riescono a guardare una persona e a cogliere distintamente l'angelo che volteggia alle sue spalle. C'è però da dire che spesso chi è alle prime armi ha bisogno di chiudere gli occhi fisici mentre "scansiona" qualcuno. Questo gli permette di vedere con gli occhi della mente le immagini degli angeli custodi di quella persona.

C'è chi vede luci o colori nelle prime fasi del percorso di chiaroveggenza. Altri colgono immagini fuggevoli della testa o delle ali di un angelo. Qualcuno vede gli angeli come traslucidi e incolori, oppure opalescenti e circondati da sfumature cangianti. Altri ancora li vedono come figure intere, con capelli e abiti dai colori sgargianti.

In un periodo di stress, o dopo aver pregato intensamente, alcune persone hanno incontri molto vividi con gli angeli, simili in tutto e per tutto a una vera apparizione. Da sveglie e con gli occhi aperti queste persone vedono un angelo, il quale può sembrare un comune essere umano oppure conformarsi all'immagine tradizionale con ali e tunica. L'angelo è davvero lì e la persona potrebbe anche toccarlo o sentirlo senza rendersi conto che non ha natura umana, finché non scompare.

Il fenomeno degli orb

Uno dei modi più recenti con i quali gli angeli si stanno mostrando a noi è quello di apparire nelle fotografie come orb, ovvero globi di luce. Se vuoi una prova dell'esistenza degli angeli, ora la puoi trovare con la fotografia! Le fate appaiono spesso nelle foto scattate all'aperto sotto forma di globi arcobaleno che rimbalzano intorno a prati e foreste.

Il modo migliore per fotografare questi orb è scattare un'istantanea a un neonato o a una persona con una spiccata spiritualità. Oppure prova a scattare foto durante un seminario spirituale, in particolare quando si parla di angeli. Sulle foto vedrai decine di questi globi luminosi. Questo metodo funziona meglio se mentre scatti le foto esprimi il forte desiderio di vedere gli angeli.

Proprio come con qualunque altra richiesta che rivolgi ai tuoi angeli, chiedi loro di apparire sulla fotografia quando catturi l'immagine. Le nuove fotocamere digitali sono ancora più efficaci nel cogliere le immagini degli angeli.

Altre visioni angeliche

Ecco altre modalità visive con cui gli angeli si manifestano a noi.

- **Sogni.** Il dottor Ian Stevenson dell'Università della Virginia ha catalogato migliaia di casi di "visitazioni in sogno" nelle quali i soggetti studiati hanno interagito con gli angeli e i loro cari defunti durante il sonno. Il dottor Stevenson afferma che il "grado di vivacità" è la caratteristica che distingue i semplici sogni dalle vere visitezioni.¹ Le visitezioni portano con sé colori brillanti, emozioni intense e la sensazione che sia tutto più che reale. Al risveglio questa sensazione resta con te più a lungo rispetto a un qualunque sogno. Molti anni dopo potresti ancora ricordare alcuni dettagli specifici.

- **Luci angeliche.** Se vedi delle scintille o dei lampi di luce può significare che gli angeli sono nei paraggi. Quello che vedi sono scintille di energia provocate dal loro movimento all'interno del tuo campo visivo. Il fenomeno è simile alle scintille rilasciate dai pneumatici di un'auto a contatto con l'asfalto. Si tratta solo di attrito, e significa che la tua vista spirituale è predisposta a cogliere le onde energetiche.

1. Stevenson, I., A Series of Possibly Paranormal Recurrent Dreams. 1992.

Le luci colorate provengono dagli arcangeli e dai maestri asceti. Quelle bianche sono la prova luminosa della presenza degli angeli.

Almeno la metà dei miei lettori in tutto il mondo sostiene di vedere regolarmente queste scintille e lampi di luce. Molte persone però esitano a rendere pubblica la cosa per timore che si dica che hanno le allucinazioni. Ma non è così. Vedere le luci degli angeli è un'esperienza del tutto reale e normale.

- **Nebbioline colorate.** Se vedi una nebbiolina verde, viola o di altro colore è un segno che ti trovi alla presenza di angeli e arcangeli.

- **Nubi angeliche.** Se alzando gli occhi al cielo noti una nuvola a forma di angelo, si tratta di un altro modo in cui gli esseri divini ti fanno sapere che sono al tuo fianco.

- **Vedere dei segni.** Trovare una piuma, una moneta, un orologio fermo o un oggetto spostato in casa tua, vedere luci intermittenti o notare qualunque altro tipo di stranezza sono tutti segni che dovrebbero farti capire che un angelo ti sta dicendo: "Ehi, ciao, sono qui." I nostri cari estinti di solito ci manifestano la loro presenza inviando uccelli, farfalle, falene o fiori particolari.

- **Avere una visione.** Se ti è mai capitato di vivere un film mentale nel quale hai ricevuto informazioni reali su una persona o una situazione, o che ti ha guidato verso la tua missione o verso un cambiamento esistenziale, sappi che in quel momento eri alla presenza degli angeli. Lo stesso vale

quando scorgi velocemente l'immagine di qualcosa di simbolico.

Per esempio, ogni volta che incontro un medico, “vedo” una cuffia da chirurgo sulla sua testa. Gli angeli ci mandano spesso questo tipo di informazioni, in particolare se ci stiamo impegnando per rendere il mondo un posto migliore.

Sette passi per aprire il terzo occhio

Il chakra del terzo occhio, centro energetico sito tra gli occhi fisici, è ciò che regola la frequenza e l'intensità della chiaroveggenza. Aprire il terzo occhio è un passo essenziale per poter vedere al di là del velo che ci separa dal mondo spirituale.

Di seguito sono riportati i sette passi che ti permettono di aprire il chakra del terzo occhio.

1. Prima di tutto afferma: “È sicuro per me vedere.” Ripeti questa affermazione più volte, e se nel mentre dovessi provare tensione o paura, respira profondamente. Ogni volta che espiri immagina di espellere ogni paura riguardo al tuo essere chiaroveggente (ulteriori informazioni sulle tecniche di rilascio della paura seguiranno in questo capitolo).

2. Prendi un cristallo di quarzo trasparente e afferralo con la mano dominante (quella che usi per scrivere). Visualizza un fascio di luce bianca che parte dall'alto e passa attraverso il cristallo. Ora desidera fermamente che questa luce bianca purifichi il tuo cristallo da tutta la negatività che può aver assorbito.

3. Continuando a stringerlo nella mano dominante, solleva il cristallo finché non è all'altezza dello spazio che c'è tra le tue sopracciglia. Muovi il dito medio in modo che, attraverso il cristallo, punti diritto al tuo terzo occhio.

4. Poi metti il dito medio dell'altra mano (quella con cui di solito non scrivi) nel punto più alto nella parte posteriore della testa (non sopra).

5. Immagina un potente lampo luminoso che si sviluppa dal dito medio della mano dominante, attraversa il tuo terzo occhio e finisce nel dito medio dell'altra mano. Quello che hai creato è il circuito di una batteria, nel quale la mano dominante invia energia che viene assorbita dall'altra mano. Passando attraverso la tua testa questa energia si porta via tutti i detriti psichici, risvegliando il terzo occhio. Questo processo di solito richiede un paio di minuti; potresti avvertire una certa pressione alla testa, calore nelle dita e un formicolio alle mani. Sono tutte sensazioni normali dovute all'energia coinvolta.

6. Poi poggia la mano destra sopra l'orecchio destro, continuando a stringere il cristallo nella mano dominante, e fai la stessa cosa con la mano sinistra sull'orecchio sinistro. Visualizza una luce bianca che proviene dal dito medio della tua mano dominante. Lentamente muovi entrambe le mani verso il punto più alto nella parte posteriore della testa. Ripeti il movimento per sette volte con gesti ampi. Il tuo intento deve essere quello di connettere la parte posteriore del terzo occhio (che assomiglia esattamente a quella di un occhio fisico) con il lobo

occipitale del cervello. Si tratta della parte che registra la consapevolezza e il riconoscimento delle visioni e assomiglia a una sottile calotta sferica, leggermente spostata verso la parte posteriore della testa.

Con la luce bianca scavi un'ampia cavità di una dozzina di centimetri, che si estende dal terzo occhio fino al lobo occipitale. Il suo scopo è far confluire il flusso delle tue visioni dal terzo occhio alla parte visiva del cervello. In questo modo sarai più consapevole delle visioni che hai e saprai capirne il significato.

Ho lavorato con molte persone che, pur avendo un terzo occhio libero e aperto, lamentavano di non avere la chiaroveggenza o di disporne solo in forma limitata. *Ma per usare la chiaroveggenza non basta avere un terzo occhio libero e aperto!* Senza la connessione con il lobo occipitale non siamo consapevoli delle visioni, né siamo in grado di capirle. È come voler proiettare un film a proiettore spento.

7. L'ultimo passo consiste nel porre il dito medio della mano dominante sulla punta del cristallo, sopra il terzo occhio (localizzato leggermente più in alto rispetto al punto centrale tra gli occhi fisici). Dovrai rimuovere ogni scudo innalzato davanti al terzo occhio. Con movimenti lievi, simili a carezze che vanno dal basso verso l'alto, devi fare in modo che lo scudo si sollevi, come se stessi tirando la tendina di una finestra. Ricordati di respirare mentre lo fai, perché trattenere il respiro rallenterebbe solo le cose. Ripeti il procedimento di sollevamento dello scudo per almeno sette volte, o comunque finché non senti che è stato rimosso.

Puoi applicare questa tecnica anche sugli altri. E se conosci una persona aperta e dalla spiccata spiritualità, in particolare qualcuno che abbia esperienza in guarigioni energetiche, lascia che sia lei a farlo per te. Questo perché, anche se i sette passi possono essere tranquillamente gestiti dal diretto interessato, la loro efficacia viene amplificata quando sono amministrati per noi da un'altra persona, ammesso che le sue intenzioni siano limpide (ovvero prive di scetticismo).

Dopo aver eseguito questi sette passi dovresti notare un netto miglioramento nelle tue visioni mentali. Se chiudi gli occhi e immagini un giardino, i colori e le immagini che vedi dovrebbero essere più accesi e vividi rispetto a prima. I sogni notturni potrebbero diventare più intensi e memorabili, e anche la tua memoria fotografica ne trarrà giovamento.

Ricorda che le immagini che vedi potrebbero non apparire come qualcosa di esterno: i film mentali infatti potrebbero essere proiettati su uno schermo interno alla tua testa. Ma con la pratica sarai in grado di proiettare e vedere queste immagini anche all'esterno. Tuttavia è irrilevante che tu le veda con gli occhi della mente o con quelli fisici. Per quanto mi riguarda la mia precisione psichica non cambia se si tratta di un'immagine mentale o di qualcosa che vedo all'esterno. L'ubicazione della visione non è importante. Ciò che conta è che noti e presti attenzione alle immagini, che sono spesso messaggi visuali dei tuoi angeli.

Guarire le paure che bloccano la chiaroveggenza

Se dopo aver percorso tutti e sette i passi appena descritti trovi ancora che le tue immagini mentali non corrispondano a ciò che desideri in

termini di ampiezza, chiarezza o colore, probabilmente ci sono delle paure che ti stanno bloccando. Si tratta di paure assolutamente normali e le puoi guarire con facilità non appena ti sentirai pronto.

Per esempio potresti avere paura di...

1. Perdere il controllo

Paura: Temi che aprendo il canale della chiaroveggenza sarai sopraffatto da continue visioni di angeli e persone morte ovunque tu vada. Potresti persino temere che Dio provi a controllarti o ad avere per te progetti inaccettabili.

Verità: La chiaroveggenza è come una televisione che puoi accendere, spegnere e regolare a tuo piacimento. E ciò che Dio vuole per te coincide con quello che desidera il tuo Io Superiore. Il Grande Disegno ha in serbo per te tanta felicità e abbondanza; inoltre ogni aspetto della tua vita acquisterà maggiore significato.

2. Vedere qualcosa di spaventoso

Paura: Non puoi sopportare case stregate e film di mostri, e non vuoi correre il rischio di vedere nemmeno per sbaglio immagini di spiriti maligni o goblin che si aggirano per casa.

Verità: Se sei riuscito a guardare il film *Il sesto senso* senza coprirti gli occhi, allora hai già visto il peggio. Il mondo degli spiriti è bellissimo, qualcosa che Hollywood non è ancora arrivata a capire. Nemmeno gli spiriti terreni e gli esseri generati da pensieri paurosi (i cosiddetti “angeli caduti”) sono spaventosi la metà delle versioni cinematografiche

della vita dopo la morte. La maggioranza dei defunti hanno un aspetto giovane, raggianti e trasmettono felicità. Non credi che anche *tu* staresti benissimo se non dovessi mai più pagare una bolletta in vita tua?

3. Essere ingannato

Paura: Sei preoccupato: “Se fosse solo la mia immaginazione e mi stessi inventando tutto?” o peggio: “E se venissi contattato da spiriti inferiori che si fingono i miei angeli custodi?”.

Verità: Il motivo per cui diversi studi dimostrano che i bambini vivono le esperienze psichiche più attendibili è che non si lasciano ossessionare dalla paura che possa trattarsi solo della loro immaginazione. Quando gli inquisitori chiesero a Giovanna d’Arco se non stesse solo immaginando di sentire la voce di Dio, lei rispose: “In che altro modo Dio dovrebbe parlarmi se non attraverso la mia immaginazione?”. Solo perché avviene tutto nella mente, non significa che sia meno reale, valido o preciso.

A volte mi viene chiesto: “Non hai paura di poter essere ingannata da un demone mascherato da angelo?”. Questa domanda presuppone che i demoni si prendano la briga di andare in un negozio di costumi e di coprirsi di piume bianche per rigirarci come vogliono attorno ai loro artigli. Il punto è che ci sono energie ed esseri inferiori che non inviterei a casa mia per cena, proprio come ci sono persone vive con le quali scelgo di non stare. Ma questo non è un buon motivo per rifiutare la chiarezza in toto.

Mi spiego meglio. Se ti chiedessi se preferiresti camminare per una via malfamata della città a mezzanotte o a mezzogiorno, diresti

a mezzogiorno, giusto? E perché? Perché così potresti *vedere* chi hai intorno, ovvio! Be', la stessa cosa vale anche per il mondo spirituale. Dal momento che questi esseri riprovevoli ci sono comunque, non preferiresti avere un'idea di chi siano i personaggi in scena in modo da poter invocare l'Arcangelo Michele perché faccia da "buttafuori" davanti alla porta di casa tua e perché si assicuri che nessuno entri senza essere stato prima identificato (assicurandosi cioè che tutti i visitatori siano esseri dalla grande integrità e con una potente luce interiore)?

La luce interiore è il miglior indicatore dell'integrità di un essere, che si tratti di una persona vivente o di qualcuno appartenente al mondo degli spiriti. Con la chiarosenienza riesci a percepire il carattere di una persona; con la chiaroconoscenza lo sai e basta se una persona ha una certa integrità o meno; mentre con la chiaroveggenza puoi letteralmente vedere la luce che le risplende dentro.

I cosiddetti esseri caduti del mondo spirituale non possono imitare la luce splendente che emana dal ventre e si irradia in alto e verso l'esterno. Queste entità potrebbero indossare un costume da Arcangelo Michele, ma sarebbero comunque prive dell'elemento essenziale, vale a dire di quell'aura brillante che deriva da una vita vissuta nell'amore divino. In questo senso la chiaroveggenza ci aiuta a distinguere i nostri amici nel mondo fisico e non, e ci tiene al riparo dai pericoli.

4. Venire punito per qualcosa che potrebbe essere “maligno” o “sbagliato”

Paura: Hai paura che la chiaroveggenza sia opera del diavolo e che Dio ti punirà per questo peccato.

Verità: Questa paura si basa spesso sul Vecchio Testamento che ci metteva in guardia da stregoni, medium e dal contatto con i defunti. Eppure nel Nuovo Testamento Gesù e molti altri parlano con i morti e anche con gli angeli. San Paolo, nelle Lettere ai Corinzi, afferma che tutti abbiamo il dono della profezia e che dovremmo aspirare a questi doni spirituali... purché siano usati con amore.

Ed è proprio questa la differenza, no? Il manuale per insegnanti, volume III, di *Un corso in miracoli* spiega che le abilità psichiche possono essere usate a servizio dell'ego (che definisce come l'unico diavolo presente su questo mondo) o dello Spirito Santo. In altre parole, possiamo sfruttare la chiaroveggenza per amore oppure per paura. Se usi questo strumento per servire Dio e per diffondere guarigione non hai nulla da temere. E vedrai che il giudizio degli altri ti scivolerà addosso.

5. Essere deriso

Paura: Hai paura di essere definito “pazzo”, “strano”, “saccente” o “troppo sensibile”... o di dover affrontare i giudizi di parenti con posizioni estremiste.

Verità: È probabile che tu sia un “operatore di luce” o un “bambino indaco”, ovvero una persona che sente il dovere di rendere il mondo migliore da un punto di vista spirituale. Gli operatori di luce (e i loro

corrispettivi più giovani, i bambini indaco) si sentono spesso diversi o fuori luogo. E quando gli altri deridono i tuoi interessi o i tuoi doni spirituali questa sensazione non fa che peggiorare. Se da piccolo sei stato preso in giro potresti avere ancora ferite emozionali aperte legate a quelle derisioni. Chiedi ai tuoi angeli di intervenire e ascolta i loro consigli nel caso in cui ti dicessero di cercare un aiuto professionale.

6. Fare il punto della tua vita

Paura: Hai paura di non essere pronto ad apportare dei cambiamenti nel caso dovessi accorgerti di un aspetto della tua vita che non ti piace: ovvero, vuoi continuare a vivere nella negazione.

Verità: La chiarezza può aumentare la tua consapevolezza di quelle parti della tua vita che non funzionano. È vero che fare il punto della situazione potrebbe far crescere la tua insoddisfazione, ma è anche vero che valutare le tue relazioni, la carriera, la salute o un'altra area della tua vita non significa dover fare subito un'inversione a U e sistemare tutto in una volta sola. L'insoddisfazione è un ottimo motore per spingerci a migliorare una situazione. Può ispirarti a fare jogging, a mangiare in modo più salutare, a vedere un consulente matrimoniale e/o a escogitare altri metodi per guarire la tua vita.

7. Vedere il futuro

Paura: Hai paura di dover prevedere cambiamenti planetari o sociali terrificanti.

Verità: Se “vedi” questi eventi, e sei assolutamente sicuro che non siano proiezioni del tuo ego, allora hai un’immagine più completa della tua missione di operatore di luce. Verrai guidato per capire come aiutare il mondo a evitare, o a fare i conti, con questi cambiamenti. Per esempio, potrebbe esserti chiesto di pregare per la pace, di diffondere energia di guarigione, di stabilizzare la Luce in alcuni luoghi, di insegnare ad altri operatori di luce o di guarire coloro che sono colpiti dai cambiamenti.

Se questo compito ti sembra spaventoso e scoraggiante, ricorda che sei stato tu stesso a offrirti volontario prima della tua incarnazione... e che Dio e gli angeli non ti avrebbero affidato un incarico così monumentale se non fossero stati certi che ne eri all’altezza. Inoltre saranno lì a supportarti lungo tutto il percorso, a patto che sia tu a chiederlo e che ti mostri aperto a ricevere il loro aiuto.

8. Assumerti una responsabilità troppo grande

Paura: Se prevedi una situazione negativa ti viene da chiederti: *Dovrei intervenire?*

Verità: Agli angeli terrestri di solito viene chiesto soltanto di pregare per una situazione, a meno che non si tratti di un incarico davvero speciale, e se è il caso che tu intervenga o che avvisi qualcuno ti verranno date istruzioni molto chiare al riguardo.

9. Non essere all’altezza

Paura: Hai paura di essere solo un impostore non qualificato per agire da medium o da guaritore spirituale. Ti chiedi se hai davvero degli angeli

custodi, e nel caso li avessi, se saresti in grado di entrare in contatto con loro.

Verità: Ciascuno di noi si sente un impostore di tanto in tanto. Gli psicologi chiamano questa paura “sindrome dell’impostore”. La ricerca ha dimostrato che alcune delle persone più preparate e di successo sono predisposte a soffrire di questa condizione. Non significa che tu *sia* un impostore; significa solo che stai confrontando il tuo aspetto interiore (che prova ansia in una situazione nuova) con l’aspetto esteriore degli altri (che sembra essere calmo, tranquillo e controllato).

L’ego, o io inferiore, sfrutta paure come questa come espediente per distrarci dal ricordare chi siamo e per distoglierci dalla nostra missione.

I blocchi del passato possono ostacolare la chiaroveggenza

A volte l’ostacolo che blocca la chiaroveggenza è radicato nel nostro lontano passato. Anche chi non crede nella reincarnazione non può negare che alcuni eventi storici significativi abbiano ancora effetti sul mondo di oggi. Uno di questi è l’Inquisizione, durante la quale migliaia di persone furono bruciate, impiccate, torturate e derubate perché avevano convinzioni e svolgevano pratiche spirituali contrarie a quelle della Chiesa dominante. La sofferenza scaturita da quel periodo e dalle conseguenti “cacce alle streghe” nel corso della storia risuonano ancora ai giorni nostri come echi antichi che gridano: “Conformati al credo ufficiale o ne pagherai le conseguenze!”. Il risultato è la paura e una tendenza a “rinchiudere nell’armadio la nostra spiritualità”, che ci porta a tenere segrete abilità psichiche e convinzioni spirituali.

Ma come fai a sapere se le ferite di una vita passata stanno bloccando la tua chiaroveggenza? Ecco alcuni segnali:

- non ti consideri una persona portata alla visualizzazione: non riesci a visualizzare facilmente qualcosa, di rado ricordi i sogni che fai e non ti concentri mai sull'aspetto esteriore di persone e cose;
- hai avuto pochissime visioni psichiche, o addirittura nessuna;
- provi tensione o preoccupazione ogni volta che pensi di aprire il canale di chiaroveggenza;
- l'idea di diventare un chiaroveggente ti provoca ansia, come se ciò comportasse finire nei guai o correre il rischio di essere punito da qualcuno, persino da Dio;
- quando pensi alle persone che sono state bruciate sul rogo o impiccate, il tuo corpo ha una reazione forte e cominci a rabbrivire, tremare, respirare affannosamente o a diventare teso.

Questi invece sono i segnali che stanno a indicare come un'esperienza dell'infanzia abbia bloccato la tua chiaroveggenza:

- quando eri piccolo vedevi angeli, luci scintillanti o persone defunte ma crescendo le tue visioni psichiche sono diminuite;
- sei una persona molto sensibile;
- quando eri piccolo o adolescente ti davano del "pazzo", del "cattivo" o dello "strambo";

- ti preoccupa che cosa potrebbe dire la tua famiglia se rivelassi i tuoi doni psichici;
- hai paura che se ti aprissi a livello psichico, potresti causare dei cambiamenti nella tua vita che deluderebbero o ferirebbero i tuoi cari.

Una seduta di regressione ipnotica con un terapeuta certificato può essere un ottimo modo per liberarti da questi blocchi. La mente inconscia non ti spaventerà con ricordi che non sei in grado di sopportare, perciò non temere che una regressione possa sconvolgerti.

Sforzarsi troppo

Da sempre il blocco più grande alla chiarezza è lo sforzo di vedere. Come ho già accennato in precedenza, se ci sforziamo o ci impegniamo troppo nel fare qualcosa finiamo per bloccarci. Questo perché ogni forma di pressione ha origine dalla paura, la quale a sua volta scaturisce dall'ego e l'ego non ha nulla di psichico.

Ci sforziamo troppo quando temiamo, nel profondo, di non essere in grado di realizzare qualcosa e tentiamo così di forzare le cose. Ma se sotto la superficie c'è negatività, ore e ore di affermazioni positive e tentativi di manifestazione si annullano. La paura diventa una preghiera negativa che sfortunatamente attrae quel genere di profezie che si autoavverano.

Guarire i blocchi psichici

Tutti abbiamo dei blocchi psichici più o meno grandi, per cui il punto non è tentare di liberarcene completamente... ma esserne *consapevoli* in modo da poterli affrontare nel momento in cui affiorano. Alcune volte ci vergogniamo dei nostri blocchi e non ammettiamo di averli né con noi stessi né con gli altri. Non c'è nulla di cui vergognarsi; l'importante è ricordarsi che sono aree della vita che richiedono la nostra attenzione.

I "guaritori guariti" (per prendere in prestito un termine dal libro *Un corso in miracoli*) non sono persone senza problemi: una cosa del genere sarebbe impossibile in questo mondo. Sono piuttosto persone *consapevoli* dei loro problemi, le quali si sforzano di non lasciare che interferiscano con la loro missione divina.

In ogni caso è possibile guarire e liberarci dei complessi che ci bloccano a livello psichico. Queste tecniche e strumenti di guarigione possono dare risultati decisamente positivi anche su altre aree della nostra vita, oltre che sulla chiarezza.

- **Guarire durante il sonno:** quando dormi, anche la parte scettica della mente è a riposo. Ed è per questo che è il momento perfetto per dedicarti alla guarigione spirituale. Se la mente scettica dorme, l'ego non può impedire ai tuoi angeli di operare guarigioni miracolose su di te. Perciò, quando ti sentirai pronto ad aprire il canale della tua chiarezza, chiedi ai tuoi angeli e a qualunque altro essere appartenente al mondo spirituale con il quale lavori di entrare nei tuoi sogni. Un esempio di come fare può essere una preghiera del genere:

"Arcangelo Raffaele, ti chiedo di entrare nei miei sogni questa notte. Ti

prego di inviare energia di guarigione al mio terzo occhio e di lavare via ogni paura che potrebbe bloccare la mia chiaroveggenza. Ti prego, aiutami a vedere chiaramente con la mia vista spirituale.”

- **Tagliare i lacci con i familiari:** se per esempio ti accorgi che il giudizio di tua madre sulle tue abilità psichiche ti spaventa, puoi usare le tecniche di recisione dei lacci descritte nel Capitolo 5. Puoi ripetere l'operazione con ogni persona che pensi potrebbe reagire negativamente alla notizia della tua chiaroveggenza. Ricordati di tagliare anche i lacci che ti legano a chi ti ha deriso o punito in passato per le tue capacità psichiche.

- **Ricerca il supporto di anime affini:** quando mi stavo preparando a rivelare al mondo le mie capacità spirituali e ad ammettere in pubblico di essere una chiaroveggente, avevo paura delle possibili conseguenze negative. Ebbi la fortuna di incontrare uno psichiatra che come me stava prendendo coscienza per la prima volta di essere un chiaroveggente. Jordan Weiss era dottore in medicina interna e psichiatra con uno studio privato a Newport Beach, in California. Una ferita alla testa riportata durante un incidente stradale aveva aperto il suo terzo occhio e Weiss aveva scoperto di essere in grado di vedere nel corpo dei pazienti. Riusciva anche a vedere lo schema dei chakra e le emozioni negative intrappolate al loro interno. Ma aveva paura di rivelare la sua chiaroveggenza per non mettere a rischio l'abilitazione medica e la reputazione.

Ci siamo spinti, supportati e consigliati a vicenda riguardo alla decisione di rendere pubblici i nostri doni. Continuavamo a ricordarci

l'un l'altro che, se non eravamo sinceri con noi stessi, non avremmo mai potuto aiutare al meglio i nostri pazienti.

Penso che sarebbe d'aiuto anche per te ricevere l'incoraggiamento di qualcuno che si trova in una situazione simile. Prega perché questa persona entri nella tua vita e vedrai che la incontrerai. Puoi anche trovare supporto negli incontri di metafisica che si tengono nelle librerie, presso le Chiese del Pensiero Nuovo come la Unity Church e la Religious Science, nei corsi di sviluppo psichico o nei forum in internet che parlano di arti intuitive.

- **Cerimonie sacre:** ho notato che questi rituali aiutano le persone a rilasciare i blocchi psichici. Puoi anche creare una cerimonia sacra personalizzata che ti aiuti ad aprire il canale della chiaroveggenza. Per esempio, potresti scrivere su un foglio una domanda per i tuoi angeli, come: "Che cosa sta bloccando la mia chiaroveggenza?" e annotare tutte le impressioni che ricevi. Poi accendi un fuoco nel camino o all'aperto. Medita per qualche istante sul rilascio del blocco di cui hai scritto sul foglio. Quando ti sentirai davvero pronto per rilasciarlo, getta il foglio nel fuoco. Una volta fatto dovresti provare un grande senso di sollievo.

- **Una seduta o un CD di regressione a una vita passata:** circa la metà dei blocchi psichici che riscontro nei partecipanti ai miei seminari deriva da ferite di vite passate legate alle loro abilità psichiche. Come ho già detto prima è una buona idea sottoporsi a una seduta di regressione per eliminarle. La maggior parte degli ipnoterapisti certificati è in grado di farlo. Il tuo unico compito è trovarne uno con il quale ti senti a tuo

agio, perché la fiducia nel terapeuta è la chiave che ti permette di lasciarti andare e far sì che i ricordi inconsci riaffiorino. In alternativa puoi usare la registrazione di una regressione guidata.

- **Affermazioni positive:** mi stupisco di quanti metafisici brillanti ed esperti si lamentino di non essere capaci di visualizzare. Quando faccio notare loro che questa è un'affermazione negativa, si accorgono che sono proprio quelle parole a bloccare il canale della chiaroveggenza. E così iniziano a usare affermazioni positive per descrivere ciò che desiderano invece di ciò che temono.

“Sono una persona visuale” e “Sono profondamente chiaroveggente” sono esempi di affermazioni positive da ripetere a te stesso, anche se ancora non le consideri vere. Credimi: la realtà si mette sempre al passo con i pensieri che fai!

- **Invocare gli angeli della chiaroveggenza:** ci sono angeli specializzati per ogni situazione e lo sviluppo psichico non fa eccezione. Gli “angeli della chiaroveggenza” controllano e gestiscono il chakra del terzo occhio, aiutandoti a sviluppare la vista spirituale. Ripeti mentalmente:

“Angeli della chiaroveggenza vi invoco.

*Vi prego di infondere la vostra energia liberatoria
e di guarigione nel mio terzo occhio.*

Chiedo il vostro aiuto per spalancare la finestra della mia chiaroveggenza. Grazie.”

Probabilmente avvertirai un formicolio e un cambiamento nella pressione alla testa, specie nella zona tra gli occhi fisici: significa che gli angeli della chiaroveggenza sono all'opera.

- **Migliorare il tuo stile di vita:** esiste una stretta connessione tra il modo in cui tratti il tuo corpo e il grado di nitidezza della tua chiaroveggenza. Le visioni sono più acute, dettagliate e precise se hai uno stile di vita sano. Fare esercizio fisico, riposare bene, passare regolarmente del tempo all'aperto, seguire una dieta leggera e a base di vegetali ed evitare le tossine che si assumono con cibi e bevande malsani ti aiuta a diventare un canale di comunicazione divina.

Dopo aver usato uno o più dei metodi appena descritti la tua chiaroveggenza dovrebbe migliorare notevolmente. Nel prossimo capitolo tireremo le fila del discorso e vedremo come ricevere messaggi angelici per te stesso o per un'altra persona.



Questo ebook è un estratto dal libro:

