

PREFAZIONE

Il piccolo me nasce nei primi anni Settanta, quelli dei pantaloni a zampa d'elefante e le camicie con le punte lunghissime di cui si conservano ancora alcune foto in bianco e nero, come le immagini nel televisore a valvole che si trovava nelle case dell'epoca, perfino i cartoni animati lo erano, nonostante fosse l'inizio del decennio del colore.

Le grandi distese di spazi verdi, i pioppeti, il fiume che scorreva lento oltre l'argine dove correva la strada bianca, testimone silenzioso della mia infanzia, la fontana a getto continuo che ci riforniva di acqua potabile, la raccolta del muschio per il presepe a Natale, la stufa a legna, l'amore dei miei genitori e di mia sorella, sono i ricordi più vividi dell'infanzia; modelli di riferimento necessari per bilanciare quel senso di solitudine causato dalle vicende di allora e dagli scenari condizionanti rimasti impressi nella memoria, che ora sono come fotogrammi che si sbiadiscono con il passare del tempo.

Una famiglia con un patrimonio culturale di tradizione contadina, fatto di cose semplici e valori autentici. Vissuti molto diversi dagli attuali in cui la parola d'ordine era: conquista. Ognuno è figlio del suo tempo, da cui riceve il marchio e l'iniziazione.

Tutto ciò che scopriamo e viviamo nei primi anni di vita rimane inscritto nella nostra memoria emozionale per preparare la strada a ciò che verrà dopo, sentimenti misti di allegria e tristezza

tracciano un solco che condiziona il carattere e le relazioni per costruire la propria identità. Spesso è come usiamo quelle emozioni che cambia le sorti del nostro destino, portandoci alla realizzazione o alla frustrazione.

Siamo esseri complessi, proiettati perennemente nel futuro e molto poco nel presente, condizionati dal passato attraverso l'eredità degli antenati da cui traiamo protezione, esperienze e onori, ma anche il carico di responsabilità, errori e fallimenti rimasti nella memoria familiare che ha bisogno di essere guarita.

Durante la vita, le esperienze hanno bisogno di essere integrate nella coscienza per dar loro il giusto senso, riscatti e soddisfazioni dovrebbero bilanciare le mancanze. È importante che ci sia sempre più chiarezza e presenza nelle esperienze e vicissitudini che ci hanno portato alla consapevolezza dell'oggi, e la certezza che ci pensa la vita ad aiutarci a sciogliere i nodi e sistemare gli irrisolti.

Ogni persona è unica nei suoi vissuti, consapevole che il tempo modifica le generazioni; molti scenari sono simili e ripropongono uno stesso film che chi è venuto prima ha già visto e chi verrà dopo vedrà, con altre lenti e sfumature. Ignari di tutto questo, probabilmente ora qualcuno tra i più giovani ci osserva, c'è chi prende esempio e chi le distanze, come è giusto che sia.

Ci si accorge che sono le emozioni e i sentimenti che proviamo che lasciano una traccia profonda sul modo con cui affrontiamo la vita: paura e insicurezza, coraggio e fiducia, gioia e dolore, o un misto di queste.

Ecco quindi le sfide, la vita ci provoca costantemente affinché impariamo a riconoscere gli ostacoli e le difficoltà come stimoli, a diventare resilienti per fortificare la nostra identità e il senso di appartenenza alla famiglia e al luogo in cui siamo nati, senza tuttavia esserne dipendenti. La vita ci insegna a provare un senso di gratitudine verso questi cardini che ci hanno permesso di diventare carne, accettando la perfezione del progetto per la nostra venuta al mondo; a essere come quegli alberi che crescono in terreni impervi

e difficili, a cui è richiesto uno sforzo superiore per innalzarsi verso il cielo e nutrirsi della luce del sole.

È la forza che è stata donata ad ognuno di noi e che va risvegliata. Nel fare questo forgiamo il nostro carattere, brilliamo di acume diverso da chi non ha vissuto il dolore, come pionieri impavidi che si spingono verso l'ignoto animati dalla speranza di un domani migliore. Apriamo varchi sull'oltre, verso altre dimensioni dove prima non esisteva alcun passaggio, con la certezza assoluta di trovare il nostro personale tesoro, la ricompensa delle nostre fatiche.

Abbiamo il dovere, come aspiranti eroi che stanno partendo per il viaggio, di riconoscere il disegno divino sottostante il caos, di riportare l'ordine nella nostra vita e trasformare la prova in un'opportunità.

Ispirando le generazioni che verranno, onoriamo questa impresa che non è altro che l'immenso amore del nostro spirito verso l'incarnazione che tanto abbiamo desiderato.

Andiamo a vincere quella sfida che sembrava impossibile.

INTRODUZIONE

Questo libro pone l'attenzione sull'iniziazione della memoria emozionale registrata a livello cellulare e su come questa attiva un comportamento inserito in un determinato ambiente, ne plasma le relazioni e si riflette nel prossimo. Un'idea ambiziosa che cerca di trovare il filo conduttore tra la nostra provenienza spirituale e quella transgenerazionale. Descrivendo un viaggio partito da lontano dove eravamo puro Spirito, si fonde con il progetto genitoriale, sempre che quest'ultimo fosse consapevolmente presente, diviene materia con il concepimento e attraversa il periodo della gravidanza per culminare con la nascita grazie al parto, ulteriore e fondamentale iniziazione alla vita. Da qui in poi sono descritti i diversi conflitti che condizionano l'esistenza umana e le loro sfumature, quali possano essere le cause che li hanno attivati ma anche ciò che li mantiene in vita. Il filo conduttore sono le trasmissioni e i registri emozionali, i quali rappresentano l'unicità di ogni individuo.

L'incarnazione è un processo delicato e coraggioso che parte da lontano, perché ci costringe a staccarci dal mondo di amore da dove proveniamo per andare verso l'ignoto. È una chiamata che abbiamo accettato e a cui, se siamo vivi, non abbiamo potuto rinunciare. È stato intenso il desiderio di provare l'esperienza della carne attraverso un cammino che sarà ricco di incognite, emozioni, restrizioni e grandi possibilità. È il Viaggio dell'Eroe che, ignaro

di ciò che lo aspetta, si prepara nel grembo per intraprendere il cammino, si addestra con l'infanzia e una volta strutturato parte per l'avventura, cercando di superare prove e difficoltà. Affronta il drago destreggiandosi tra dolori e sofferenze alla ricerca della ricompensa promessa, il tesoro nascosto. Questa è una sfida individuale e anche di squadra, arricchita delle esperienze che chi ha solcato i sentieri impervi prima di noi non è riuscito a portare a termine. Ci carica quindi di responsabilità, perché portare a casa il bottino vale la liberazione di intere generazioni che tifano per noi.

Il viaggio interiore richiede di riconoscere le parti sommerse al di sotto del livello di coscienza che condizionano l'esistenza, chiave per la liberazione dagli imprigionamenti emozionali e limitazioni mentali costruiti e cristallizzati nel tempo. La consapevolezza porta a sprigionare un quantitativo di energia tale per manifestare il nostro potenziale interiore, superando le limitazioni dettate dal corpo fisico, dalle credenze imposte e dalla lentezza dell'evoluzione umana, che il più delle volte si desta quando è sotto shock o attraverso fasi iniziatiche.

I registri emozionali sono dei contenitori di energia che, se in equilibrio, dovrebbero alimentare tutti i settori della vita, aiutarci a gestire il nostro presente e costruire il futuro, essere sfruttati come carburante per far funzionare la macchina umana e accompagnarci verso la nostra realizzazione.

Vivendo sul pianeta Terra, la nostra natura è perfetta e imperfetta allo stesso tempo. Perfetta quando comprendiamo che tutto ciò che ci circonda è orchestrato da un Grande Architetto, un'Intelligenza di Ordine Superiore che ha creato un progetto di cui noi stessi siamo parte integrante, che è codificato, oltre che nel singolo, nell'intero genere umano. Questo progetto si chiama semplicemente vita. È imperfetta quando dimentichiamo la nostra natura di provenienza, inconsapevoli dell'incredibile tecnologia spirituale che ci ha permesso di incarnarci in un veicolo fisico, luogo, tempo e ambiente familiare, necessari a risvegliare eventi ed esperienze che permettono di fare della nostra vita il capolavo-

ro voluto dall'anima prima di tornare ad incarnarsi in un corpo umano.

L'imperfezione crea contenitori perversi che noi stessi nutriamo costantemente attraverso atteggiamenti inconsapevoli e masochisti; la stessa imperfezione nasce da programmi prestabiliti, condizionamenti e credenze derivate in primis dall'imprinting familiare, e risvegliati primariamente nell'infanzia da fatti e situazioni che raramente ricordiamo.

L'incapacità di non riuscire a ricordare oltre un certo limite temporale e la difficoltà di non riconoscere qualcosa di immateriale come le emozioni e le percezioni sono tra le cause principali dell'impotenza umana nel poter superare i propri limiti.

Quali sono allora questi programmi e perché l'essere umano non riesce a modificarli? Va specificato che quando si parla di programmi si intendono gli imprinting che derivano da memorie, convinzioni e abitudini trasmesse dai genitori, oltre ad eventi spiacevoli di sofferenza e dolore che partono dal concepimento e attraversano il periodo della vita intrauterina, la nascita e l'infanzia, influenzando sulla formazione caratteriale ed evolutiva di un bambino. Quello che per un adulto può essere considerato un comportamento o una parola di poco conto, per un bambino risulta invece di fondamentale importanza poiché in fase di apprendimento dati crea sinapsi, collegamenti, credenze.

Durante il periodo della gravidanza il feto cresce avvolto nel liquido amniotico, ricco di informazioni del patrimonio genetico ed emozionale della madre, percepisce i suoi stati d'animo, il suo amore e la sua protezione, ma anche le preoccupazioni sul suo futuro, sulla sicurezza, i dubbi sul se e sul come il figlio riceverà sostentamento dalla famiglia. Se lei come madre sarà accettata dal clan, se il figlio riuscirà ad integrarsi con l'ambiente e se questo sarà ideale per il figlio stesso.

Dopo la nascita, il bambino guarda il mondo con occhi innocenti e vive in uno stato di apprendimento continuo. Si può dire che scarichi continuamente dati che gli servono a percepire e comprendere il mondo circostante, ricevendo impressioni che

saranno a loro volta riproiettate come atteggiamento nella propria vita.

Siamo i destinatari di memorie trasmesse dall'inconscio familiare¹, dove affondano le nostre radici e da cui traiamo nutrimento, piene di ricordi, vissuti ed esperienze.

La prima parte della vita si basa sull'apporto di due diverse forze, quella del padre e quella della madre che, unendosi, danno vita ad una terza, qualcosa di nuovo e che si manifesterà come unico e irripetibile. Proprio per questa unicità, di cui possiamo vantarci come diritto, abbiamo la facoltà di interpretare in modo soggettivo le esperienze, colorandole e dando loro un tono personale. Saranno queste nuove frequenze, frutto del vissuto di ognuno, che stimoleranno le memorie bloccate codificate nel DNA ad essere trasformate, liberando noi e chi è venuto prima di noi.

Con l'arrivo nell'utero riceviamo un patrimonio transgenerazionale² portato dal clan familiare, che si somma a tutte le percezioni sensoriali dei genitori interpretate dal figlio con la sua totale inesperienza.

È importante quindi partire dalla conoscenza della vita uterina dove si forma la prima memoria emozionale, quella che darà la direzione alla nostra vita e su cui si basano le registrazioni cellulari più profonde che rimarranno intatte nel nostro futuro, poiché l'inconscio non conosce tempo.

Siamo quindi il risultato di tutto ciò che abbiamo vissuto e sperimentato dalla nascita ad oggi, di memorie emozionali assorbite dal concepimento al parto, di legami transgenerazionali e, per chi

¹ **Inconscio familiare:** esperienza del sistema familiare a cui apparteniamo. È il sistema (familiare, sociale, culturale) in cui viviamo che ci condiziona nella nostra esperienza e nell'elaborazione dei codici morali su cui basiamo la nostra vita: a un livello sottile e profondamente inconscio è presente in noi un substrato di coscienza familiare, un lignaggio, un'eredità intrapsichica.

² **Patrimonio transgenerazionale:** ipotesi sulla possibilità di credere all'esistenza di eredità che si trasmettono lungo le generazioni.

sente di possedere una visione più allargata e affine anche alla filosofia orientale, siamo un bagaglio di memorie ancestrali accumulate in tutti i tempi in cui abbiamo camminato sulla Terra.

Dal punto di vista emozionale, fino a pochi anni fa, si dava poca importanza alla gestazione ponendo l'accento soprattutto sulla nascita come punto di partenza. Ci si è dimenticati troppo spesso che il bambino ha trascorso nove mesi vivendo in simbiosi con la madre, condividendone le sensazioni, costruendo il suo corpo dove, in ogni sua parte, in particolare negli organi, vengono registrate emozioni come descrive la *psicosomatica*³.

Troppe volte le domande esistenziali che ci siamo posti sugli irrisolti della nostra vita non hanno trovato risposte soddisfacenti. Ci siamo affidati ai dati in nostro possesso e alla memoria a breve termine, alle insufficienti risposte dei nostri genitori, al passare del tempo che tende a dissolvere i ricordi e alla difficoltà di risalire a fatti ormai passati. Siamo arrivati ben presto alla conclusione fatalista che la causa dei nostri mali e degli insuccessi sia stata l'educazione e le limitazioni di chi ci ha cresciuto, la sfortuna, le persone cattive che ci hanno causato disagi e sofferenza, o che semplicemente siamo vittime del nostro destino, inteso come potenza superiore che regola la vita secondo leggi imperscrutabili e immutabili.

Tutti noi abbiamo o abbiamo avuto uno o più ambiti della nostra vita in cui ci siamo accorti di faticare più del dovuto o addirittura di non riuscire a realizzarli, di sentirci in ritardo rispetto alla collettività, nel peggiore dei casi di provare un senso del fallimento. Chi nel lavoro, chi nella salute, chi nelle relazioni di amicizia o di coppia, in misura diversa più o meno tutti almeno qualche volta l'abbiamo provato. Nell'ambito più intimo c'è chi non riesce ad esprimere sé stesso liberamente provando un costante senso di disagio e di inferiorità.

³ **Psicosomatica:** branca della medicina e della psicologia clinica volta a ricercare la connessione tra un disturbo somatico e la sua possibile eziologia di natura psicologica.

A cicli abbiamo rivissuto le stesse dinamiche, sono cambiati gli attori tuttavia il copione, se non identico, si è rivelato molto simile. Ci sono poi persone che continuano ad attirare nella loro vita partner diversi, ma con comportamenti e situazioni analoghi.

È sempre più facile incolpare l'altro, il prossimo, l'altro sesso, il collega di lavoro, i genitori, la moglie o il marito anziché porsi le giuste domande e cercare di affrontare la situazione osservandola da un altro punto di vista.

Se il problema continua a ripetersi, la colpa non può essere sempre della sfortuna, è il campo di attrazione a cui siamo aggranciati e che inconsapevolmente alimentiamo che manifesta di nuovo il cliché. È quindi la calamita interna che vibra attraverso il magnetismo del corpo e le memorie del sangue che continuano ad attrarre l'evento dolore, la sofferenza, il partner sbagliato, il capo ingiusto. È la frequenza a cui vibriamo che non fa altro che mantenerci in quel circuito. È una guerra interna combattuta contro noi stessi, sono parti della stessa personalità in conflitto tra loro; ognuna vuole sopprimere l'altra quando non sappiamo neppure cosa possa significare vincere, non abbiamo le idee chiare.

Non possiamo cambiare quella calamita ma la possiamo ricodificare, riprogrammare ad una frequenza diversa per pacificare il conflitto, e per fare questo sono necessari tre requisiti fondamentali interdipendenti tra loro: volontà, amore e conoscenza di noi stessi.

Il desiderio è quello di accompagnare il lettore verso la scoperta di sé, iniziando dalla comprensione del meccanismo celeste che ha dato impulso alla propria vita e passando per l'accettazione dei propri limiti umani, primi passi per poter trasformare l'apparente mancanza in opportunità, la sofferenza in gioia, l'inferno in paradiso. Ecco che chi possiede occhi buoni e cuore aperto può da brutto anatroccolo diventare il bellissimo cigno e scoprire finalmente il tesoro nel suo viaggio terreno.

LA DIMENTICANZA DELL'APPARTENENZA

1.1 Da un punto di vista spirituale

Uno dei più grandi punti deboli dell'essere umano è dimenticare l'esperienza, evitando di elaborare ed ascoltare quanto questa lo abbia arricchito. È una modalità che richiede un notevole impegno di energia che dovrà essere riversata nell'affrontare nuovi eventi simili, distribuiti nel corso della vita, rimodulandoli e perfezionandoli. Il cliché ripetitivo funzionerà per magnetismo attirando a sé eventi e situazioni simili, cambieranno probabilmente gli attori, protagonisti inconsapevoli dello stesso film.

La nostra Anima ricerca l'evoluzione attraverso l'esperienza ed essendo immortale non è sottoposta alla legge del tempo, vive quindi l'eternità riproponendo l'evento sotto altra forma per la nostra crescita, fino alla completa comprensione. Per l'Anima il tempo di una vita sulla Terra è un soffio, un attimo.

Se solo potessimo rivedere la nostra esistenza riavvolgendo il nastro della nostra vita ci accorgeremmo di quanto tempo perdiamo ripetendo gli stessi errori e come il nostro ego ci boicotti facendoci credere di essere sempre dalla parte della verità. La mancata accettazione dei nostri errori non permette l'avanzare verso nuove tappe fino al completo abbandono ad essa. L'unica verità certa è che sappiamo ben poco di noi e della nostra interiorità, e non sfruttiamo la possibilità di osservazione quotidiana

nei rapporti sociali vivendo per la maggior parte delle volte nella separazione e nell'egoismo, anziché provare ad osservare la realtà anche con le lenti dell'altro.

Ognuno di noi ha un'anima che, incarnandosi nel corpo fisico e nella densità, si dimentica di com'era e della sua purezza. La dimenticanza avviene per Misericordia Divina, sarebbe troppo forte il desiderio di tornare alla Fonte allontanandosi dall'esperienza umana.

Come disse una volta Mahatma Gandhi⁴: “È per gentilezza della natura che non ricordiamo tutto il nostro passato... la vita sarebbe un peso se ci portassimo addosso un carico così tremendo di memorie”.

La vita insegna che l'uomo, seguendo lo schema della natura, viaggia lungo il sentiero che va dalla nascita alla maturazione e alla morte, proseguendo verso la rinnovata opportunità di rinascita. Questo processo è applicabile in tutti i sistemi.

Dimenticandosi, quindi, mette in moto delle esperienze che non sempre sono costruttive, anzi, spesso nella ricerca di risolvere il conflitto e mancando di esperienza sul come affrontarle diventano distruttive; presi dal vortice della vita, tali esperienze ci fanno rallentare, fermare e a volte invertire il senso della nostra evoluzione personale.

Nella ricerca inconsapevole di riunirsi alla propria matrice originale si sbaglia molto, scegliendo il dolore e la sofferenza anziché la gioia e la felicità. La sofferenza, quindi, è soltanto una delle scelte che abbiamo per evolvere, in qualunque momento possiamo decidere di evitarla scegliendo la via dell'accettazione e dell'amore.

La via per la redenzione è innanzitutto rinunciare alla visione distorta che l'esistenza voglia farci soffrire, accettare che siamo noi che non impariamo la lezione e che abbiamo perso la fiducia nella vita.

⁴ **Mahatma Gandhi** (2 ottobre 1869-30 gennaio 1948): politico, filosofo e avvocato indiano. È stato uno dei pionieri e dei teorici della resistenza all'oppressione tramite la disobbedienza civile di massa che ha portato l'India all'indipendenza.