

Mark Bentley, ambasciatore di Gene Keys

Sezione webinar al minuto 11:45

Ora credo che mi metterò a piangere, Rosy. Grazie a te e a Pam, che siete per me dei preziosi punti fermi. Grazie Rosy per questa introduzione e per averci parlato del webinar. Vorrei raccontarvi una breve storia. Nel corso degli ultimi anni ho visto quanto Rosy, Pam, Richard Rudd – che oggi è qui con noi – e tanti altri mi siano stati accanto, sostenendomi sempre.

Mi sono reso conto che in realtà non importa cosa sia giusto o sbagliato o 'vero' a livello mentale, e ho iniziato a calarmi sempre più nella storia dell'evoluzione della coscienza, abbracciando davvero la magia della vita. Dicendo questo, desidero condividere qui con voi la storia del bruco che si trasforma in farfalla, perché sembra molto appropriata per i nostri tempi.

Molte persone utilizzano questa analogia; sappiamo tutti come fa il bruco per trasformarsi. Dentro di lui, a un certo punto, si innesca qualcosa che gli fa capire che è giunto il momento. Allora trova un posto in cui sistemarsi col suo bozzolo, crea uno spazio sicuro in cui potersi rifugiare e inizia a costruire intorno a sé una protezione.

Un giorno, tra me e me, pensavo a come dev'essere per il bruco che si rinchioda e va verso una morte quasi certa, mentre crea oscurità intorno a sé e torna nell'utero, nell'ombra. Il bruco comincia a creare il bozzolo e poi cambia la sua biologia. Ciò che amo dell'analogia della farfalla è che si tratta di una metafora scientifica proprio bella per quello che stiamo vivendo. Questo bruco, nell'ombra e nell'oscurità, comincia a rompere la sua vecchia forma, la conformazione che lo tiene insieme. La sua struttura cellulare inizia a scomporsi e a dissolversi in una sostanza, una sorta di poltiglia appiccicosa. Dal punto di vista del bruco questo potrebbe essere terrificante, spaventoso, perché non c'è controllo, non ci sono promesse, non si sa a livello mentale cosa accadrà.

Ha solo bisogno di fidarsi nella fede per lasciare che il vecchio si allontani e si compia ciò che deve compiersi. In realtà, mentre si libera della sua forma, il bruco lascia andare elementi vecchi e stagnanti, cioè un'energia che un tempo era parte integrante della creazione della sua vecchia struttura. Quest'ultima, disfacendosi, comincia a rilasciare energia e ritorna a essere poltiglia dentro la quale sono presenti alcuni elementi chiamati cellule immaginali.

Queste cellule immaginali - di fronte alle quali mi sorprendo ogni volta sapendo che si tratta in realtà del loro nome scientifico biologico - sono cellule dormienti, che rimangono in attesa all'interno del bruco. Il loro scopo è quello di mantenere la rappresentazione del futuro, e precisamente di un aspetto e di un'evoluzione a venire. A un certo punto esse cominciano ad attivarsi, si accendono e si animano. All'inizio ce ne sono solo alcune che nuotano all'interno della poltiglia del bruco, sole nei loro piccoli mondi separati. Ma queste cellule immaginali hanno fiducia nella loro missione, nella vita che stanno portando. Sono salde nella fede in questo compito, che è quello per cui sono qui.

A differenza della poltiglia, le cellule immaginali sono molto diverse nel modo in cui manifestano il dono del bruco e le vecchie cellule di quest'ultimo si innervosiscono, si spaventano. Il sistema immunitario pensa che qualcosa lo stia attaccando e dunque cerca di difendersi e di distruggere queste cellule, di spegnere l'immaginazione, di spegnere la luce.

Col tempo, quelle cellule immaginali continuano a diffondere la loro luce e da esse nascono altre cellule immaginali. Quando la loro luce comincia a risplendere, esse iniziano a riunirsi e ad agglomerarsi, creando l'energia della nuova immaginazione che diventa sempre più forte. Alla fine, la luce di queste cellule immaginali - cioè la rappresentazione stessa della farfalla - comincia a essere così intensa che il bruco si arrende, rinuncia ai suoi vecchi elementi e dice "ci siamo". Allora le cellule immaginali si riuniscono, iniziano a mettere insieme i vari elementi, li ristrutturano e creano un nuovo mondo per il bruco nel suo dono superiore, nella frequenza più alta di ciò che è qui per essere. Il bruco si trasforma in farfalla. Le cellule immaginali cominciano a creare una struttura completamente nuova, delle bellissime ali dai colori eccezionali. Ogni farfalla è così immensamente unica. Dentro le farfalle è contenuta la matematica dell'universo. È una tale incredibile magia.

Ma non è tutto. Anche noi abbiamo ali di farfalla e siamo in tanti ad averle. Abbiamo tante cellule immaginali; in effetti ci sono ben 422 cellule immaginali in diretta con noi proprio qui in questo webinar. E ce ne sono molte di più anche là fuori attraverso il mondo dei social media che ci stanno guardando su Facebook. Ci sono così tante cellule immaginali che si stanno accendendo e risvegliando e che si collegheranno a questa replica non solo nelle prossime 48 ore, ma negli anni a venire, quando si imbattono in questo webinar. Sappiamo che quando questo avverrà, vorrà dire che tutti noi stiamo cominciando ad abbracciare le nostre ali. Questo processo però prevede che non si possa rompere una crisalide e liberare una farfalla prima che sia pronta.

Indipendentemente da quanto siamo idealisti, ottimisti o eccessivamente compassionevoli, quando vediamo qualcuno passare attraverso il suo processo da bruco a farfalla, vorremmo aiutarlo ad uscirne. Ci piacerebbe aprire quella crisalide e liberarlo.

Osservando la natura però, se si apre una crisalide troppo presto e le ali della farfalla non hanno avuto la possibilità di svilupparsi completamente, la conseguenza sarà che la farfalla cadrà a terra e sarà molto debole. Farà molta difficoltà a uscire. Se invece il processo avviene in modo naturale come il parto di un bambino che passa attraverso le contrazioni dell'utero per nascere, allora la farfalla avrà la possibilità di usare il proprio potere - cioè le ali - per battersi contro la crisalide, sapendo di avere un unico fine: quello di risvegliarsi, di uscire e di liberare la sua luce nel mondo. Una farfalla che ha piena fiducia nel processo e ha l'opportunità di spingere, fare pressione e passare attraverso le sue stesse contrazioni di nascita, riceve l'energia necessaria per rendere forti le sue ali e irrobustire il corpo. Quando poi finalmente la farfalla apre un varco e si libera, riesce a volare fin da subito.

Allora comincia a dispiegare le ali, con tutti i colori e la matematica dell'universo: l'evoluzione inizia a fluire e a risplendere nel mondo, e finalmente tutto ha un senso. Molti di voi se ne sono probabilmente resi conto stando in un giardino.

Sono passato attraverso uno di quei momenti in cui la vita diventa molto caotica, febbrile, mentale e spaventosa e poi, all'improvviso, in mezzo a tutto questo rumore, una farfalla semplicemente volteggia verso il basso e per un attimo entra nella vostra esperienza, vi si posa accanto su un ramo o su un fiore e talvolta, se siete fortunati, proprio sul dito. È un istante in cui tutto si ferma. L'unica cosa da fare allora è sedersi e ricordarsi dell'assoluta bellezza di questo mondo attraverso il più leggero dei suoi tocchi.

Ciò che voglio dire è che non importa quanto grande sia la parte nello spettacolo incredibile di cui facciamo tutti parte in questo momento, sia che siamo su un palco a parlare a centinaia di persone o in un angolo bello e tranquillo del giardino dietro casa in presenza della farfalla. Ognuno di noi è estremamente prezioso. Grazie per esservi uniti a me nel racconto di questa storia.

Mi farebbe molto piacere passarvi nuovamente Rosy.

Pam De Leo, Ambasciatrice di Gene Keys
Sezione webinar al minuto 23:55

Scorrono tante belle lacrime qui oggi.

Grazie Rosy, questa introduzione è stata davvero notevole.

E Mark, è stato... un racconto delizioso.

Ciao a tutti.

Parlerò ancora un po' di Rosy, che è il motivo per cui sono qui.

Quando ci siamo incontrate in un gruppo di Gene Keys molti anni fa, ho subito riconosciuto questa donna fantastica, che ha un cuore e una mente incredibili, enormi, generosi, compassionevoli e perspicaci. Lei ha la capacità di creare uno spazio sicuro e sa ascoltare e coinvolgere tutti in modo davvero profondo e totale. Mi ha proprio toccato nel cuore e continua ancora a farlo.

Dopo alcuni anni, mi ha chiesto di lavorare con lei, per le sue pubblicazioni e i suoi corsi: è stato immediatamente un sì e un grande onore e una grande gioia averlo potuto fare in questi ultimi anni.

Recentemente ci siamo trovate in una riunione di lavoro in cui mi sono messa a divagare su come poter mettere al servizio il mio idealismo e il mio ottimismo in questo momento. [Rosy] ha detto: "Potresti parlarne nel webinar". Ho preso fiato; non posso dire di no a Rosy, quando sono proprio io che la spingo a mettersi in gioco. Quindi questa piccola eremita ha detto "ok, lo farò".

Una cosa però è dirlo spontaneamente, un'altra è inventarsi qualcosa. Quindi sarò breve e semplice e condividerò con voi qualche riflessione.

Ultimamente ho notato - soprattutto da anziana ma sono sicura che è così per tutti - che tante persone vengono messe alla prova dall'oscurità di questi tempi. Non intendo solo da questa crisi attuale, intendo da tempo. Nel nostro mondo ci sono molte sfide, c'è molta sofferenza e ci sono alcuni aspetti forse più spaventosi che mai riguardo all'ambiente e alla possibilità di poter sopravvivere, soprattutto per quanto concerne le giovani generazioni.

Ho deciso di portare un po' di conforto e di speranza. Sono stata un'attivista per tutta la vita in modi diversi, alcuni più tranquilli di altri: all'inizio per lo più per questioni politiche ed economiche e, a un certo punto, con impegno e devozione in una dimensione più spirituale.

Poi, alcuni decenni fa, ho iniziato a sentire racconti relativi ai tempi che stiamo vivendo, e nel corso degli anni ne ho sentito parlare da molte nostre tradizioni antiche: i Maya, gli Hopi, gli Indiani dell'India e i Buddisti tibetani. Le previsioni, pur essendo leggermente diverse, erano tutte simili riguardo al periodo attuale e a quanto sarebbe stato buio, ma rassicuravano sul fatto che sarebbe andato tutto bene e che era tutto necessario per far davvero emergere e consolidare la Luce.

Ho iniziato a parlarne e a condividere tutto ciò con gli altri e mi sono resa conto che molte persone non erano al corrente di quei racconti che per me erano stati di grande conforto.

Quindi questo webinar e questo momento per me significano una condivisione di cuori. Condividere col cuore e con umanità serve a ricordarci davvero che siamo al tempo stesso sia individui incredibilmente unici che totalmente interconnessi e non separati gli uni dagli altri, per quanto questo possa sembrare un paradosso.

La mia generazione ha lavorato duramente in molti modi per creare un cambiamento e potrebbe sembrare che tutto sia completamente svanito - almeno in questo paese nei tempi attuali - ma non è così: tutto è servito per costruire qualcosa.

Le *Chiavi Genetiche*, a cui rendo onore in questo momento, sono ciò che mi ha riportato al punto: il mio idealismo non era morto, pur essendo diventato molto prudente. Questo straordinario lavoro mi ha permesso di ritrovare sia l'idealismo che l'impegno nei confronti della nostra specie e del pianeta, sotto qualsiasi forma. Come ha detto Mark, l'impegno può essere qualcosa di tranquillo e semplice che si fa tra le mura domestiche oppure qualcosa da portare fuori nel mondo: avrà comunque un potente effetto.

Credo che in realtà tutti noi siamo in grado di ricordare: in noi c'è la memoria di come si vive in un certo modo. So che in me questa memoria c'è sempre stata, è nelle mie ossa fin da quando ero piccola e probabilmente da tempi ancor più remoti.

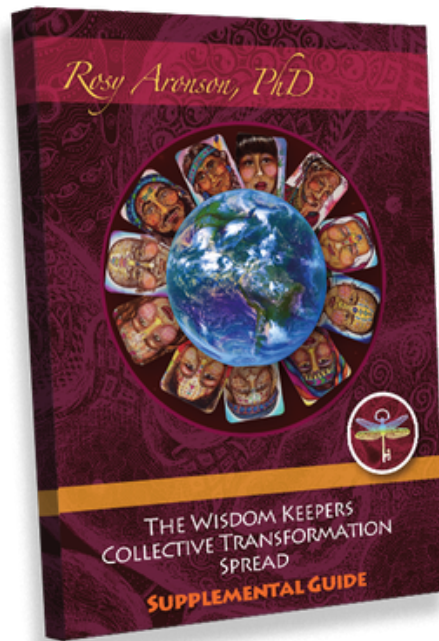
Certamente non riesco a essere così in maniera costante, perché sono davvero brava a creare problemi e conflitti, ma in me c'è anche la memoria di come si può lavorare, vivere e amare tutti insieme.

L'opera di Rosy tratta di tutto ciò in modo davvero straordinario, potente e bello, e penso che questo webinar vi piacerà molto. È incredibile che sia stato creato un paio d'anni fa, pensato e progettato per essere condiviso ora che siamo approdati in questo tempo assolutamente senza precedenti.

La qualità eccellente del webinar è opera di Kim Aronson, marito di Rosy nonché eccezionale regista, che lo ha creato insieme a lei.

È per me un grande piacere e un onore restituirti la parola, mia amata amica, sorella, mentore e capo.

1:23 (un'ora e 23 minuti dalla fine)



Lettura di trasformazione collettiva a cura dei Custodi di Saggezza ***(File PDF supplementare)***

Grazie mille per la tua partecipazione al webinar!

Attraverso questa lettura di trasformazione collettiva è mia intenzione invitare i Custodi di Saggezza, affinché possano essere delle guide per tutti noi!

Se ti sei sentito attratto da questo incontro significa che anche tu, come me, potresti sentire quanto siano paradossali i tempi in cui viviamo. Stanno accadendo tante cose meravigliose. La gente si sta risvegliando in tutto il mondo. E allo stesso tempo, quando ci guardiamo intorno, può sembrare che esistano solamente sofferenza, oppressione e corruzione. Stiamo sperimentando condizioni di divisione, ingiustizia, minaccia alla sopravvivenza e sovraccarico emotivo che non hanno precedenti nella storia. La nostra capacità di aprire il cuore, di rilassare il sistema nervoso e di mettere a tacere il rumore di fondo non è mai stata messa così tanto alla prova.

Se vogliamo non solo sopravvivere, ma anche prosperare come specie, dobbiamo imparare a onorare e rispettare le nostre differenze, riconoscendo e abbracciando ciò che ci connette gli uni agli altri. Dovremo altresì imparare a rimanere con i piedi ben saldi a terra, presenti e amorevoli anche nel bel mezzo di una tempesta che, toccandoci in modo eccessivo, ci provoca ansia e ci annebbia mente e cuore.

I quattro Custodi di Saggezza che sono giunti a noi in questa lettura di trasformazione collettiva incarnano lo stesso tipo di pace, amore e comprensione che desidero davvero vedere nel mondo... e sperimentare in me stessa.

- ❖ La Custode di Saggezza della Guida e della Virtù è qui per rappresentare la sfida che stiamo affrontando tutti insieme, come famiglia umana.
- ❖ Il Custode di Saggezza della Pace e della Diplomazia è qui per mostrare il risultato desiderato, la benedizione e l'opportunità che può nascere dalla nostra crisi condivisa.
- ❖ La Custode di Saggezza della Rivoluzione e della Rinascita è qui per mostrare la parte ombra che più ha bisogno della nostra attenzione e che occorre abbracciare proprio ora, se vogliamo affrontare questa crisi con grazia.
- ❖ E infine, il Custode di Saggezza dell'Umanità e della Compassione è qui per mostrarci il potenziale del dono finale che possiamo far nascere in noi stessi e nel mondo che ci circonda.

Per ognuno di questi Custodi di Saggezza ho preparato alcune domande di approfondimento che puoi utilizzare nelle tue contemplazioni personali. Usale liberamente come spunti di riflessione o come contemplazioni da proporre quando ti confronti con altre persone. Ti incoraggio a invitare gli amici, la famiglia, i colleghi, i ricercatori di saggezza e tutti i tuoi collaboratori creativi ad approfondire tali argomenti insieme a te.

Se la tua professione prevede che tu sia un Custode di Saggezza, cerca dei modi alternativi per portare questi temi nel servizio che svolgi. Condividi le intuizioni evolutive con i tuoi clienti, con gli studenti e con i followers, incoraggiandoli a contribuire alla discussione. Spero vivamente che questi quattro Custodi di Saggezza possano ispirare tutti ad agire nel mondo in modo più profondo, generoso e coraggioso.

Se possiedi già un mazzo dell'Oracolo dei Custodi di Saggezza, noterai che le domande che condivido qui in questa Guida supplementare sono diverse da quelle fornite nella Guida dei Custodi di Saggezza. Questo perché si tratta di una lettura di gruppo. Ho apportato delle modifiche alle domande per affrontare una trasformazione collettiva più ampia, alla quale stiamo collaborando tutti insieme.

Coloro che desiderano continuare a lavorare con i Custodi di Saggezza possono andare sul sito WisdomKeepers.net e iscriversi alla mia mailing list per rimanere aggiornati sui corsi dei Custodi di Saggezza. Presto, come ho descritto nel webinar, proporrò un corso online chiamato La Ruota di Saggezza dell'Integrità.

Se ti piace questo webinar, ti piacerà moltissimo anche l'altro corso! Imparerai a lavorare con il tuo mazzo di carte e ad approfondire la tua esplorazione individuale.

In questo file PDF, troverai molti spunti da esplorare con i tuoi gruppi personali e professionali. Sentiti libero di scegliere o di approfondire le domande che ti sembrano più rilevanti per te e per la tua situazione attuale. Ho lasciato un po' di spazio dopo ogni domanda, nel caso in cui tu voglia prendere appunti.

L'Oracolo dei Custodi di Saggezza e la Guida sono profondamente connessi ai 64 esagrammi dell'I-Ching, alle 64 Porte o Gates dello Human Design System (insegnamento giunto all'umanità attraverso Ra Uru Hu) e alle 64 Chiavi Genetiche o Gene Keys, che ci sono arrivate da Richard Rudd, un maestro mondiale di mitologia oltre che poeta vincitore di numerosi premi e autore di [The Gene Keys: Unlocking the Higher Purpose Hidden in Your DNA](#).

Sebbene l'Oracolo dei Custodi di Saggezza (il Wisdom Keeper Oracle Deck) possa essere tranquillamente usato in autonomia, ho voluto che fungesse anche da caloroso benvenuto per il mondo della Chiavi Genetiche. Raccomando vivamente a chiunque si senta attratto da questo mazzo dell'Oracolo di prendere in considerazione la possibilità di esaminare e acquistare "The Gene Keys" quale importante complemento di approfondimento.

PRIMA CARTA:

La Custode di Saggezza della Guida e della Virtù

"Il vero leader è un grande ascoltatore."

~ Richard Rudd

Dono: Guida Ombra: Divisione Siddhi: Virtù

RITROVA IL TUO POTERE

- Dove e a chi stai cedendo il tuo potere?
- Dove continui ancora a nasconderti, soprattutto in relazione a ciò che sta accadendo nel mondo circostante e alle sfide che stiamo affrontando come collettivo?
- Esistono dei modi in cui potresti impegnarti di più per dar spazio all'unicità della tua voce? Quali potrebbero essere?
- Cosa ti trattiene dall'affrontare le sfide comuni con la mente e col cuore? (ad esempio, potrebbe essere una paura, una timidezza, una relazione, un'esperienza difficile del passato, un'indecisione, ecc.)

RESPONSABILIZZA E RISPETTA GLI ALTRI

C'è qualcuno che ti ha ceduto il suo potere o ti chiede di dirgli cosa fare, come pensare, come reagire a ciò che accade nel mondo? C'è una parte di te che ama questo potere? Se senti che è tempo di lasciar andare tale potere, come potresti fare? Cosa ti preoccupa a riguardo?

Ti capita di avere la tentazione di imporre agli altri le tue opinioni personali o il tuo credo politico con veemenza, forza o rigidità, pur sapendo che probabilmente non è la cosa migliore da fare? Riesci a ricordarti di un episodio in cui hai ceduto a questo impulso? Dov'eri? Che cosa è successo? Che impatto ha avuto su di te e sugli altri?

Ci sono delle persone con cui vorresti "rompere l'amicizia" o che vorresti tagliare fuori dalla tua vita chiudendo il tuo cuore a causa di opinioni o visioni diverse? Chi sono queste persone? Pensa a ognuna di loro, una alla volta. Prova a vedere se riesci a trovare qualcosa che apprezzi e rispetti, una caratteristica individuale a cui collegarti e per cui provare compassione. Mettilo per iscritto. Se ti sembra un aspetto valido, considera la possibilità di condividere con ognuna un complimento positivo autentico. Rimani aperto verso ciò che può accadere.

Come puoi fare per ascoltare più profondamente i bisogni degli altri, le loro idee, i sentimenti, le paure e le esigenze che stanno al di sotto delle loro opinioni, per quanto questo sia difficile? Cosa potrebbe darti la capacità di farlo? Di che tipo di sostegno potresti aver bisogno per rendere più profondo il tuo ascolto?

In quali circostanze ti senti a tuo agio conversando con le persone che normalmente consideri "gli altri"? Sei disposto a ricercare e sostenere queste condizioni e queste circostanze? Hai un amico o un collega che potrebbe essere disposto e felice di unirsi a te in questa impresa?

COME TI PIACEREBBE DAVVERO PORTARE IL TUO SERVIZIO NEL MONDO?

“Siamo note in questo bellissimo concerto dell'esistenza. Se non suoniamo noi stessi, nessun altro lo farà” ~ Rodrigo de Souza, dallo show televisivo Mozart nella Giungla.

Siamo tutti diversi. Non tutti siamo fatti per scendere in piazza, occuparci di politica o scrivere un blog, ma tutti abbiamo un compito da svolgere. Se da un lato è bello spingersi fino al proprio limite, dall'altro è anche importante agire in linea con la propria natura e con ciò che amiamo.

Considerando quello che sta succedendo, ti invito a pensare a un modo per servire questo mondo, che ti mantenga sul tuo corretto percorso di crescita e che sia ANCHE in linea con le tue passioni.

Dov'è maggiormente richiesta la tua guida amorevole proprio adesso? Guardati intorno, guarda nella tua vita e nella tua comunità e chiediti: "Dov'è richiesta e ...necessaria la mia saggezza?"

GLI ESEMPI DI VIRTÚ

Pensa alle persone che, nella tua vita, sono state guide autorevoli, compassionevoli e virtuose. Scrivi i loro nomi e i principali modi in cui ti hanno guidato positivamente lungo il tuo cammino.

Pensa a un personaggio pubblico attuale che si rivolge a ciò che sta accadendo in una modalità che ti fa sentire in risonanza, ti rispetta e ti ispira a volerlo imitare. Potrebbe essere un astrologo che fornisce una prospettiva più ampia, un attivista, un monaco, un comico, o un attore che si dedica a riunire le persone per un fine di riconciliazione. Quali sono le qualità che ami di più di questa persona? Mettile per iscritto qui.

Scegli una di queste caratteristiche da integrare intenzionalmente nel tuo modo di essere, di ascoltare e di fare attuale. Disegna qui sotto un piccolo simbolo che rifletta o ricordi quella determinata qualità.

SECONDA CARTA:

Il Custode di Saggezza della Pace e della Diplomazia

" La maturità emotiva significa rimanere nella consapevolezza anche quando si versa negli stati emozionali più intensi ".
~ Richard Rudd

Dono: Diplomazia Ombra: Conflitto Siddhi: Pace

QUANDO ENTRA IN GIOCO IL VOLER FAR PACE

Cerchi di evitare di provare sensazioni scomode, soprattutto in relazione a eventi mondiali inquietanti? Tendi ad adoperarti molto per la pace o per fare in modo che le cose non esplodano? Da chi hai ereditato questa tendenza?

Riesci a ricordarti di una situazione in cui il tuo desiderio di "fare pace" ha peggiorato le cose, ha impedito che una voce importante venisse ascoltata o che si svolgesse una conversazione costruttiva?

ESPLORA IL TUO RAPPORTO CON IL CONFLITTO

Hai notato dentro di te una tendenza a reagire in modo eccessivo o ad esacerbare i conflitti? Questa tendenza si manifesta in certi contesti o con certe persone? Quando e con chi? Da chi l'hai ereditata?

Scrivi o condividi come il tuo personale modo di affrontare il conflitto ha influenzato le tue relazioni. Chi è stato il tuo "modello di riferimento" più influente, nel bene e nel male?

C'è un conflitto o una situazione attuale nella tua vita che ti fa stare particolarmente sulla difensiva? Sii onesto con te stesso. Quando accade maggiormente? Chi hai più difficoltà ad accogliere e ad ascoltare con la mente e il cuore aperti?

E SE TU CAMBIASSI LO SCHEMA?

Se hai la tendenza a essere compiacente con le persone o a voler mantenere la pace, cosa temi che possa accadere se smetti di farlo? Riusciresti a condividere più apertamente e onestamente i tuoi valori e le tue convinzioni con amici, familiari, colleghi, mentori/insegnanti, membri della comunità spirituale, studenti, ecc? Saresti capace di intraprendere un'azione più audace e pubblica? Te la sentiresti di parlare a cuore aperto del modo in cui le convinzioni, i valori e le azioni degli altri hanno impatto su di te o sulle persone a cui tieni?

SII CONSAPEVOLE DEI TUOI VERI VALORI

Pensando alla condizione umana e agli eventi mondiali, indica tre dei tuoi valori più profondi e fondamentali. Nella tua vita chi è consapevole del fatto che li possiedi? Chi non lo è? Dove o quando è stato difficile riconoscere questi valori o condividerli pubblicamente? Quali paure o preoccupazioni ti hanno trattenuto maggiormente dal farlo?

Pensa a una volta in cui sei stato in grado di esprimere e sostenere i tuoi veri valori. Sei riuscito ad avere un impatto efficace sulle persone intorno a te in quel momento e c'è stato qualcosa nella tua maniera di esprimerti che ha contribuito al buon esito dell'interazione? Gli altri ti hanno ascoltato con attenzione?

Hai mai avuto la sensazione che qualcuno ti sia nascondendo i suoi sentimenti o i suoi veri valori? Perché pensi che sia così? Potrebbe aver paura del tuo giudizio o della tua sensibilità? Di un possibile conflitto o di una rottura della relazione? Se è tua intenzione creare un buon rapporto o migliorare le modalità di comunicazione tra te e questa persona, come potresti iniziare a far qualcosa in tal senso?

MANIFESTA LA TUA DIPLOMAZIA

Pensa a una sfera della tua vita in cui un po' della tua diplomazia potrebbe fare la differenza. C'è un ambito in cui saresti particolarmente adatto a portare l'arte della diplomazia negli scambi interpersonali? Durante un pranzo in famiglia? Con delle personalità politiche? Con i tuoi clienti o studenti? Tra colleghi? Attraverso la scrittura o i discorsi in pubblico?

Scegli un modo semplice per coltivare la pace interiore nella tua vita di oggi. E / o, scegli di fare un atto di pace concreto.

TERZA CARTA:

La Custode di Saggezza della Rivoluzione e della Rinascita

" Finché continuate a percepire la vostra gente come buona e tutti gli altri come cattivi restate prigionieri della 49° Ombra."

~ Richard Rudd

Dono: Rivoluzione Ombra: Reazione Siddhi: Rinascita

QUANDO SI METTE DI MEZZO L'ARMONIA

Dai spesso priorità all'armonia piuttosto che alla vivacità, alla profondità o all'onestà? In che modo riesci a rimanere connesso alla tua energia vitale, alle tue passioni o alla verità, senza creare attriti intorno a te? Cosa potresti fare, dire o esprimere in relazione a qualcosa di importante per te, se tu fossi disposto a sacrificare un po' di armonia?

ESPLORA IL TUO RAPPORTO CON IL RIFIUTO

Hai mai allontanato qualcuno prima che si avvicinasse troppo? O respinto qualcuno prima che fosse lui a respingere te?

Pensa a come rispondi a ciò che sta accadendo nel mondo in questo momento e alle persone che ti circondano. Che effetto può avere nella tua vita la paura del rifiuto che ti impedisce di partecipare con tutto il tuo essere a una rivoluzione pacifica?

Un paio di esempi per aiutarti riflettere:

Magari vieni da una famiglia di attivisti politici che guardano dall'alto in basso il tuo orientamento spirituale e dato che ti sei sentito così rifiutato e giudicato, hai la tendenza a guardare dall'alto in basso le persone che cercano di creare un cambiamento nel mondo attraverso l'impegno politico. Magari l'esperienza fatta nella tua famiglia ti ha impedito di considerare anche solo la possibilità di partecipare a una cosa del genere.

Forse è il contrario. Magari ti senti particolarmente attratto dall'impegno politico, ma sei circondato da persone che non si fanno coinvolgere affatto, o perché si perdono in elucubrazioni spirituali e non sentono tutto questo impatto dei cambiamenti che stanno avvenendo, o perché pensano che quello che sta succedendo sia un bene. Il principio è chiaro.

UN INVITO A SOFFERMARSI NEL RIFIUTO

La prossima volta che ti senti messo alla prova emotivamente e sei tentato di reagire, di inveire contro qualcuno o di respingerlo, chiediti: "Magari in questo momento mi sento rifiutato? Oppure ho paura di essere rifiutato?" "Se non avessi tanta paura di essere rifiutato, avrei una comprensione diversa di quello che sta dicendo? Cosa potrei sentire che non sento quando sono sulla difensiva? Come potrei rispondere o non rispondere?"

FAI UN GESTO RIVOLUZIONARIO!

- ❖ Qual è l'atto rivoluzionario più amorevole che puoi fare oggi? (Ecco alcune possibilità!)
- ❖ creare un'opera d'arte rivoluzionaria
- ❖ avviare o firmare una petizione
- ❖ contattare un personaggio politico ... o candidarti in politica!
- ❖ unirti a un'organizzazione, farle una donazione o farti coinvolgere in qualcosa che rappresenti i tuoi veri valori
- ❖ prenderti cura di un immigrato o un rifugiato o una persona emarginata
- ❖ far sapere a qualcuno che lo ami
- ❖ scrivere un blog
- ❖ sostenere una conversazione in modo gentile e costruttivo con qualcuno con cui non sei d'accordo
- ❖ fare un atto amorevole fine a se stesso
- ❖ meditare nel bel mezzo di un luogo pubblico o partecipare a una meditazione organizzata
- ❖ passare del tempo con persone che normalmente rifiuti, con l'intenzione di trovare in loro qualcosa da amare e apprezzare

QUARTA CARTA:

Il Custode di Saggezza dell'Umanità

" Il compito più profondo del 36° Dono è quello di aiutare gli esseri umani a diventare umani rispettando gli altri e abbracciando la propria sofferenza, indipendentemente dalla forma in cui si presenta e senza lasciarsi inghiottire dal vortice del vittimismo."

~ Richard Rudd

Dono: Umanità Ombra: Turbolenza Siddhi: Compassione

ESAMINA LA CONFUSIONE NELLA TUA VITA

Dov'è che nella tua vita ti stai tenendo alla larga da confusione o cambiamenti? In che modo la confusione nel mondo fa da specchio a quella presente nella tua vita personale? Trovi una correlazione tra le crisi emotive che accadono intorno a te e quelle che accadono dentro di te?

Riesci a vedere come, affrontando la turbolenza del mondo con uno dei tuoi doni, talenti o passioni, questo potrebbe aiutare ad alleviare la tua confusione interiore? Può essere che le tue ombre stiano inibendo la tua capacità e la tua volontà di impegnarti positivamente nel mondo?

OSSERVA IL GIUDICE INTERIORE E QUELLO ESTERIORE

Quali dei tuoi sentimenti, bisogni, pensieri e azioni giudichi peggiori o per i quali provi vergogna? Dove e quando hai più difficoltà a vedere e ad accogliere il tuo lato umano?

Che cosa disapprovi di solito nelle persone che ti circondano? Cosa percepisci negli altri come vergognoso o imperdonabile?

Anche se non lo esterni, quand'è che vedi solo il "seme cattivo" negli altri - che si tratti di un individuo specifico o di un gruppo di persone? Riesci a trovare qualcosa di positivo in loro?

MODELLI DI RIFERIMENTO AMOREVOLI

Fai un elenco delle persone che sono riuscite a vedere la tua umanità, anche quando neanche tu riuscivi a vederla.

Chi sono coloro che, sulla scena mondiale o all'interno di un vasto pubblico, riescono a guardare al di là delle emozioni e delle turbolenze circostanti per arrivare dritto nel nucleo delle persone? Chi conosci che può vedere attraverso la paura, scovare l'amore sottostante e farlo emergere? Osserva attentamente questi importanti modelli di riferimento e ciò che permette loro di abbracciare pienamente l'umanità.

In che modo pratichi la compassione nella tua vita? Dove senti di aver più bisogno della tua stessa compassione?

Altre pubblicazioni di Rosy

La guida dei Custodi di Saggezza
The Wisdom Keepers Inner Guidebook
(edizione tascabile per una facile lettura)

Camminare su una linea sottile: come intraprendere la professione di Custode di Saggezza nelle Arti
Curative
Walking a Fine Line: How to Be a Professional Wisdom Keeper in the Healing Arts
(corso online & libro)

La Ruota di Saggezza dell'Integrità
The Wisdom Wheel of Integrity
(corso online & libro)

I 64 Volti del Risveglio
64 Faces of Awakening
(opera d'arte)

I 64 volti del Risveglio (libro da colorare)
The 64 Faces of Awakening Coloring Book

Il Corso Base "Progettato per fiorire" e libro di esercizi creativo di Human Design
The Designed to Blossom Foundational Course & Creative Workbook in Human Design
(corso online & libro)

Il sussidio "Progettato per fiorire", progetti dei 64 volti
The Designed to Blossom Resource Book 64 Faces Projects
(opera globale)

Un racconto di serendipità
A Tale of Serendipity
(Prima parte dei racconti di avventura dei Custodi di Saggezza)

La Dottoressa Rosy Aronson è un'artista, una guida e una counselor spirituale con un Master in Terapia delle Arti Espressive e un Dottorato in Ascolto Intuitivo e Arti Creative. Rosy è una facilitatrice che, con dedizione, riesce a dissolvere le pressioni abbracciando l'ignoto. È inoltre una convinta sostenitrice del fatto che siamo letteralmente progettati per fiorire e che più rimaniamo pienamente nella fiducia, onorando ed esprimendo la nostra vera natura, più magia riusciamo a creare tutti insieme.

Ulteriori fonti

www.GeneKeys.com
livingartsplayback.org