

Cambiare la vita... dalla Auto-Osservazione

Cambiare vita richiede prima di tutto una consapevolezza del punto reale in cui ci si trova adesso.

Cambiare vita richiede poi una consapevolezza di cosa realmente vogliamo e.... **essere sicuri di non desiderare qualcosa che è in funzione degli ostacoli che abbiamo davanti**, ma che sia realmente qualcosa che viene davvero dal nostro cuore, da ciò che davvero vogliamo o meglio, qualcosa che vuole la nostra Anima.

Troppo spesso desideriamo delle cose solo per **"nascondere un vuoto o una ferita"** come dice Antonio Origgi.

Poi c'è un'altro passaggio importantissimo sempre sottovalutato.

Non puoi invertire la rotta se prima non ti sei fermato.

Cosa significa...

Significa che se non ti piace ciò che stai vivendo , non puoi invertirlo totalmente all'istante perchè ti faresti male...

E' come quando una macchina inverte la direzione di marcia in un rettilineo lanciata a centocinquant'allora... e per giunta su di una strada totalmente (ed evidentemente) disconnessa, se non sei un professionista vero delle inversioni ad alta velocità, (e se non stai "sentendo" bene la strada che stai vivendo... evidentemente non lo sei ancora) rischi di farti più male di quanto te ne stai già facendo così come stai vivendo, rischi di capottare e morire in sul colpo (e non ho detto una metafora).

Il primo passo saggio da fare è rallentare la velocità con la quale stai avanzando adesso, fino a fermarti.

Quando sarai riuscito a fermarti... potrai guardarti intorno e renderti conto di dove davvero vuoi andare.

Si dice che chi si ferma è perduto ed è vero, ma bisogna vedere perchè ti sei fermato... se ti fermi perchè non vuoi più avanzare e basta... sì, sei perso, ma se ti fermi perchè vuoi guardarti intorno, per ripartire poi nel modo giusto, è un'altro discorso.

È probabilissimo che a quel punto tu sceglierai una strada che non avevi mai visto prima, mai presa in considerazione durante *la tua corsa frenetica verso le volontà mentali*, roba assolutamente lontana dalla volontà del tuo cuore, della tua anima, del tuo spirito.

Quando ti sarai fermato dalla tua corsa mentale, potrai ascoltare il tuo cuore e con lui, e con la tua anima, potrai scoprire quel che tutti dicono in questi ambienti...
Scoprire la tua missione in questa vita.

L'anima ci parla sempre, costantemente, in ogni momento, solo che i suoi messaggi vengono poi tradotti dal nostro inconscio in emozioni e queste, le emozioni, vengono interpretate dalla mente in un determinato modo.

Già nella traduzione dall'anima al inconscio avvengono i primi errori che sono determinati dalle nostre credenze limitanti a cui ci siamo legati nel corso della vita (per degli errori infantili di interpretazione di alcuni eventi chiave)(per questo anche l'inconscio ha potenzialità di sbagliare), ma soprattutto a partire dai nostri primi 13 anni di vita, credenze che hanno decretato (inconsciamente) il nostro modo di reagire ad ogni determinata

emozione, poi la mente con le sue convinzioni (cose più superficiali e facilmente individuabili con un semplice ma vero e sincero esame di coscienza) genererà altri errori.

Molto spesso una convinzione nasce anche da credenze limitanti e questo può darci delle tracce preziose per scendere più in profondità in noi stessi ed individuare l'origine primaria dell'errore di interpretazione dei messaggi della nostra Anima.

Se sei convinto che i ricchi sono tutti dei farabutti, questa convinzione ti terrà sempre inconsciamente lontano dalla ricchezza e da ogni opportunità per conseguirla.

Se sei convinto che lo sport sia sporco e meschino, questo ti terrà lontano da ogni attività fisica più seria e centrata e da ogni possibilità anche di lavoro in cui sia in qualche modo implicato lo sport o attività sportive.

Se sei convinto che ai ristoranti si mangino solo schifezze, questo ti precluderà ogni possibilità di gustare certi piatti che solo lì troverai oppure, nel caso tu abbia la possibilità di lavorarci, direttamente o indirettamente, **procurerai inconsciamente a te stesso qualche scusa per perdere l'opportunità** oppure farai errori così banali che difficilmente potrai spiegare a te stesso fino a quando continui a correre nella direzione della tua volontà mentale.

Ma torniamo a come invertire o comunque cambiare la strada, la rotta della nostra vita e proseguire questo viaggio in un modo migliore e soprattutto verso ciò che vogliamo davvero e in accordo con la nostra Anima.

Quello che c'è da fare, all'inizio, è rendersi conto di cosa si sta pensando quotidianamente, quello che ci passa per la testa quotidianamente, quella zavorra mentale che ci dirotta

continuamente dalla strada che ci chiede di fare la nostra anima.

In questo passaggio devo dire che in moltissimi scopriranno che la direzione non era sbagliata, solo che la stessa direzione la stavano percorrendo affianco alla strada che dovevano percorrere, cioè fuori dall'asfalto, fuori dal percorso che la propria anima chiedeva... stavamo viaggiando fuori strada anche se la direzione era giusta, non eravamo sulla strada tracciata e comoda che potevamo percorrere.

In questi casi si tratterà solo di fare una centratura di se stessi e proseguire in modo più fluido, senza più rischiare di spaccare gli ammortizzatori (della vita) viaggiando fuori dalla strada anche se parallelamente al proprio percorso.

In altri casi invece... si scoprirà che c'è proprio un'altra strada da prendere.

In ogni modo, comunque, se non ti piace il viaggio che stai facendo in questa vita, è segno che sei fuori dal tracciato che la tua anima ti chiede di percorrere.

Ritorno ancora una volta sulla Auto-Osservazione dei propri pensieri per potersi rendere conto di cosa stiamo creando davanti a noi.

No si deve, all'inizio, subito bloccare tutti i pensieri scomodi che abbiamo, non è cosa buona, è invece utile continuare a lasciarli fluire per vedere cosa produrranno davanti a noi, come ho già detto in altri scritti, ci accorgeremo e vedremo con i nostri occhi la potenza creatrice che questi pensieri avranno in noi, capiremo dove stavamo andando, capiremo da dove stiamo scappando... ma cosa più preziosa, scopriremo come noi

applichiamo quella cosa chiamata Legge di Attrazione,
scopriremo il nostro modo personale di visualizzare, di
immaginare, di creare.

Lo faremo nel modo peggiore verrebbe da dire... prechè lo
faremo facendoci male, ma è bene scoprire il modo spontaneo
nostro.

***Solo conoscendo il tuo modo di fare spontaneo, tu puoi
capire cosa modificare e/o, come usare il tuo immenso
potere.***

***Il libro che ti dice come fare la visualizzazione creativa tua,
personalizzata, quella più adatta a te...
sei tu stesso.***

Nessun'altro più di te può dirti come fare per creare la tua
vita, per questo è importante vederti all'azione, all'opera, in
modo spontaneo, vedere come il tuo inconscio sta creando la
tua vita.

Non fa nulla se ancora per un pò di tempo ti farai del male
non fa niente se ancora per un pò di tempo continuerai a
cadere, ***l'importante è scoprire il proprio modo di creare
vedendo da dentro questo "attore e regista all'opera..."
cioè, te stesso.***

Non è facile, lo so, sarei un ipocrita a dire che è cosa facile, ma
è comunque possibile a tutti, non c'è una sola persona che non
possa farlo, l'unica cosa necessaria è il senso di responsabilità,
la capacità di dire a se stesso, ***sono io quello che determina
tutto questo, non c'è un'altro responsabile,*** e questo perchè è
vero, ma è anche una fortuna perchè, l'unica persona che tu puoi
osservare fin dentro l'anima per davvero, sei solo tu... per

questo si dice anche molto spesso che...
solo tu puoi essere il maestro di te stesso

Bisogna smettere di dire che è colpa di qualcuno. Non è colpa di nessuno all'esterno di te stesso e addirittura ti dico... che non è nemmeno colpa tua.

Tu ne sei responsabile, ma non colpevole.

La colpa potresti cominciare ad avercela solo quando pur avendo capito il meccanismo di tutto l'insieme, continuerai a coltivare pensieri sbagliati e ad alimentarli con le tue emozioni coerenti... ma è una eventualità davvero remotissima e comunque... anche lì, nemmeno lì si potrà ancora parlare di colpe.

Come ho già detto prima, ci sono le convinzioni, cose riconoscibili con un semplice ma sincero esame di coscienza, ma ci sono anche le credenze inconsce e limitanti, per quelle c'è da scavare di più e almeno all'inizio è difficile arrivarci da soli.

A dirla tutta non c'è solo questo ma c'è ancora una buona serie di altri fattori che hanno determinato il tuo comportamento e quindi la tua vita.

Ci sono anche le memorie cellulari (giusto per citare qualcosa di comprensibile ai più) e queste si dividono in altre sottocategorie delle quali è inutile parlare in uno scritto breve. Ma sappi che c'è dell'altro.

Il punto è che, tutto quest'altro che c'è da sapere, tu lo scoprirai senza nemmeno cercarlo (mentalmente) perchè sarà il tuo inconscio che ti spingerà verso queste altre conoscenze complementari ma (al loro tempo) necessarie.

È un viaggio, ritorniamo al tuo percorso, in questa macchina della vita che sta correndo all'impazzata fuori dal tuo tracciato ideale.

Devi rallentare e poi fermarti, guardarti intorno con la ferma convinzione del fatto che la tua strada è qui vicina a te, indipendentemente dal punto in cui ti trovi, se solo impari ad ascoltare in modo pulito (ripulito dalle credenze limitanti inconse e dalle convinzioni della mente) il tuo inconscio.

Il primo passo è, imparare ad ascoltare se stessi in modo pulito.

Il passo più facile che io ho trovato per arrivare a questo è l'Auto-Osservazione dei propri pensieri, che è diviso in più stadi e di cui ho già parlato nel post **auto-osservazione e bambino interiore** <http://osservazionequantica.altervista.org/auto-osservazione-bambino-interiore/>

qui si spiega il primo stadio e si accenna al secondo di cui parlerò più dettagliatamente prossimamente.

È importante che si segua la cosa per stadi, non si può e non si deve saltare dei passaggi, se ci siamo capiti, io cerco di spingere il lettore a trovare la sua strada in se stesso, e per fare questo, è necessario far vedere solo qualche input per arrivare a se stesso, poi il resto è molto probabile che non sarà nemmeno necessario venire a leggerlo qui.

Sarà come ho già detto e ribadisco... il resto lo farà il tuo inconscio spingendoti verso quel che vuole farti vedere per farti rendere conto di cos'altro devi sapere, passo passo.

Personalmente posso dire che una cosa mi ha meravigliato davvero, la consequenzialità dei libri che ho letto... da manuale, nessuno avrebbe mai centrato così bene la successione dei libri che ho trovato, meglio di come ha fatto il mio inconscio.

Li ho letteralmente trovati davanti a me uno dopo l'altro in una sequenza davvero da manuale, ma questa sequenza è mia, personale, ognuno avrà la sua sequenza personale di fonti di informazioni per tornare sul suo percorso ideale.

Buona Auto-Osservazione a tutti/e.