

IL QI GONG DEI TALENTI DELL'ANIMA

Scopri il Percorso per far Sbocciare la tua Anima



FRANCESCO PRIVATO

FRANCESCO PRIVATO

**IL QI GONG
DEI TALENTI DELL'ANIMA**
SCOPRI IL PERCORSO PER FAR SBOCCIARE LA TUA ANIMA

氣功

FRANCESCO PRIVATO

AVVERTENZA

Le informazioni e le pratiche esposte in questo libro non possono sostituire in alcun caso il tuo medico o psicoterapeuta.

L'autore declina ogni responsabilità per danni derivanti dall'uso improprio degli esercizi e delle tecniche descritte nel libro.

Copyright © 2020 - Francesco Privato

È vietata la riproduzione anche parziale senza l'autorizzazione scritta dell'autore, ad eccezione di brevi citazioni destinate alle recensioni.

DEDICA

Dedico questo libro a te caro lettore
ed a tutte le Anime in cammino.

RINGRAZIAMENTI

La mia gratitudine va a tutte quelle persone che mi hanno
sostenuto e aiutato nella realizzazione di questo libro,
in particolare ad Anna di Natale per la prefazione,
ed agli amici Alberto, Claudia e Cristina per la revisione del testo.

INDICE

PREFAZIONE	7
INTRODUZIONE	10
Benvenuta anima	11
Il mandato celeste.....	14
La legge del dharma e il daimon.....	17
La porta della vita e del destino.....	20
L'inizio dell'avventura e i suoi numeri	23
I 10 mesi di gestazione e il nuovo inizio	27
SCOPRIRE E PERCORRERE IL PERCORSO DELLA TUA ANIMA.....	31
Nascita della domanda esistenziale	32
Che cos'è un talento dell'anima.....	35
Come riconoscere le nostre abilità speciali.....	38
Strumento 1: sondare il visibile	40
Il coraggio di cambiare	45
Chiamale se vuoi convinzioni.....	48
Strumento 2: l'alchimia delle credenze.....	52
Talent e bollette da pagare	58
Aaa... anima gemella cercasi	63
Il bambino interiore	70
Le cinque ferite dell'anima	73
La ferita del rifiuto.....	76
La ferita dell'abbandono.....	78
La ferita dell'umiliazione	79
La ferita del tradimento	80
La ferita dell'ingiustizia	81
Strumento 3: trasformare le ferite in feritoie.....	82
Svuotarsi e scrutare l'invisibile.....	85
L'ego al servizio dell'anima	88
La scala che dalla terra porta al cielo	94
Strumento 4: la pratica meditativa	99
Accendere i fari della consapevolezza.....	105
Pura vida esoterica.....	109

Verso la supercoscienza.....	117
La città dell'aurora e il talento-servizio	121
La morte... l'ultimo tabù	126
Quel passaggio chiamato morte	132
CONCLUSIONI.....	136
L'anima è un seme divino	137
La seconda nascita ed il corpo di gloria	145
La vera vita e il prisma della purezza.....	150
BIBLIOGRAFIA.....	156

*«Non si ripeterà mai abbastanza che ogni anima incarnata
si trova quaggiù al fine specifico di acquisire esperienza e saggezza,
e quindi di perfezionare la propria personalità,
seguendo un percorso ideale tracciato dall'anima.»*

Edward Bach – dal libro “Guarisci te stesso”

PREFAZIONE

L'ANIMA ISTILLA GOCCE DI SPIRITO NELLA MATERIA.

ESSA ABBOZZA I SUOI PASSI,

PER SPIRITUALIZZARE IL TRANSITO TERRESTRE.

È NUDA L'ANIMA QUANDO SI INCARNA

E UN BIMBO O UNA BIMBA VIENE ALLA LUCE,

MA PORTA CON SÉ UN FRAMMENTO DEL CORPO DI DIO.

Dicono che le anime fanno la fila per potersi incarnare. Durante la vita si ha, infatti, la possibilità di completare ciò che era rimasto in sospeso in altre vite, per evolvere. Quest'ultimo è, di solito, l'aspetto che viene considerato parlando dell'incarnazione. Ma ogni medaglia ha un suo rovescio e l'anima non porta con sé solo questioni da riequilibrare. Anzi, possiamo tranquillamente dire, che dietro ad ogni squilibrio si cela un dono. Un bagaglio, altrettanto imponente, è rappresentato dall'insieme dei talenti animici. Esso è come un crogiuolo di semi, che germineranno strada facendo, nel momento in cui incontreranno le condizioni ottimali per esprimersi. Quando avrà termine la gestazione di un talento non si sa, perché non si ha memoria dello spazio eterno in cui si è disegnata tutta la mappa.

Tali semi, i talenti, non saranno soltanto i germogli che renderanno proficuo il terreno personale. Infatti, secondo una visione più ampia dell'evoluzione, il collegamento con tutto ciò che esiste, farà sì che le qualità che ogni anima porta con sé nel suo viaggio, una volta espresse, lasceranno delle orme dorate. Con questo, intendo dire che tutto il mondo ne beneficerà e si arricchirà di bellezza. Inoltre, ogni virtù manifesta sarà un dono all'evoluzione del pianeta e dell'umanità.

Ad ogni modo, un ascolto attento di come vibrano le proprie predisposizioni, spesso offuscate, può accorciare le devianze, che a volte, nel prendere confidenza con il libero arbitrio, si intraprendono.

Con maestria, Francesco Privato ha saputo comporre un bouquet di informazioni, provenienti da linee guida differenti, in modo da percorrere in lungo e in largo la questione esistenziale.

È interessante notare il dispiegarsi dell'integrazione, anzi oserei dire della fusione, che caratterizza questo scritto, tra argomentazioni di natura più spirituale ed altre di natura più materiale, ma tutte inserite in un esteso percorso, che l'anima attraversa. Si tratta di un percorso sicuramente dinamico, dove i paesaggi si alternano tra le delineate praterie del mondo delle forme e il travalicare gli orizzonti, oltre i quali si estende l'infinita dimensione insondabile. Un continuum di esperienza che si srotola nell'esplosione di energia vitale.

E qui arriviamo anche al significato che collega l'energia vitale all'essenza della millenaria disciplina del Qi Gong, di cui l'autore è maestro.

Nel testo, viene tracciato il ponte, che rende possibile l'unione tra le conoscenze provenienti dalle saggezze orientali e la conoscenza ordita nella storia dell'Occidente. Trovo che questo sia un acuto modo di procedere, in quanto rende il messaggio trasmesso, adeguato ai giorni nostri. Oggi, infatti, l'umanità è in cerca di un'unica direzione che ricucia la frammentarietà a cui si è assoggettata per molto

tempo. La famiglia umana è unica. Oltre le sfumature apportate dalle diverse razze, vi è l'essere umano, ossia un sistema che tende all'omeostasi attraverso un cammino evolutivo.

Non mancano gli spunti di osservazione e per l'esplorazione di sé, con precise indicazioni su dove dirigere lo sguardo, nel corpo fisico, nei corpi sottili e anche oltre. È come se l'autore ci consegnasse un mazzo di chiavi completo, per aprire le porte verso i mondi da esplorare, nei diversi livelli di profondità, in base alle possibilità di ognuno. Quali chiavi utilizzeremo dipende da noi e dalla nostra coscienza. Comunque, troviamo indicazioni per un'utile focalizzazione, in un tracciato che spazia tra il visibile e l'invisibile, fino ad individuare un proprio binario da seguire per la realizzazione personale. In tale danzare tra i luoghi dell'anima e quelli della personalità, la coscienza si allena nella palestra della Vita che Scorre.

Buona lettura.

Anna di Natale
Autrice e naturopata

INTRODUZIONE

«LA VITA INIZIA DALL'INCONTRO TRA DUE ANIME E DUE CORPI;
INIZIA CON UN ATTO DI PASSIONE E D'AMORE.

L'UNIONE SESSUALE FRA UOMO E DONNA RAPPRESENTA,
NELLA TRADIZIONE TAOISTA, UN ATTO SACRO,
CARICO DI UNA POTENZA COSMICA INFINITA.

L'ATTO SESSUALE È UNIONE REALE E CONCRETA DI DUE ESSERI FINITI
CHE APRE LE PORTE DELL'INFINITO E DALL'INFINITO
UN'ANIMA VIENE EVOCATA E INVITATA A INCARNARSI, A PRENDERE UNA FORMA,
CHE LE CONSENTA DI PERCORRERE IL CAMMINO CHE L'ASPETTA
E CHE LE È NECESSARIO PER LA SUA EVOLUZIONE.

QUESTA UNIONE È IN GRADO DI ATTIVARE UNA VIBRAZIONE COSMICA DI GRANDE
POTENZA; LA FORZA UNIVERSALE VIENE IN QUALCHE MODO ATTRATTA, RICHIAMATA,
CATALIZZATA DAL GESTO DI UNIONE FISICA, ENERGETICA E SPIRITUALE DI UN UOMO E
UNA DONNA, DANDO COSÌ VITA ALLA FORMA CHE SI È POTENZIALMENTE ATTIVATA
TRAMITE IL RAPPORTO SESSUALE.

QUESTA FORMA, CHE SI VA VIA VIA DEFINENDO DURANTE IL PERIODO DI GESTAZIONE,
CONTIENE GIÀ IN SÉ “UNA MISSIONE DA COMPIERE”,
UN CAMMINO DA PERCORRERE, UN DESTINO DA REALIZZARE»

FRANCO BOTTALO

IL CAMMINO DELL'ANIMA IN MEDICINA CINESE

*«Dietro ogni occhio c'è il senza forma, dietro ogni orecchio, il silenzio dell'Essere.
Tutte le sensazioni si riferiscono ad una non-sensazione.
Ogni sapore e profumo si relazionano alla loro assenza.
Questa assenza è la tua vera presenza.
La presenza del Divino»*

Avasa

*«Che cos'è l'anima?
L'anima è coscienza.
E brilla come la luce dentro al cuore.»
Brihadaranyaka Upanishad*

BENVENUTA ANIMA

Ti sei mai chiesto qual è il senso della tua vita?

Come sta andando l'avventura terrena su questo meraviglioso pianeta-scuola?

Hai vissuto o stai vivendo un periodo difficile?

Nelle relazioni, nella salute, nel lavoro, in tutti i campi della vita, le difficoltà sono sempre in agguato.

Inoltre, queste difficoltà spesso cambiano veste ma si ripresentano, e cambiare lavoro, partner, città non è quasi mai risolutivo!

La vita è movimento, è energia vibrante.

Dal DNA alle galassie, l'energia prende la forma di una spirale: qualcosa che si ripete, ma in modo sempre diverso.

Qual è il senso di tutte queste difficoltà che si ripetono?

Il Qi Gong è l'arte e la scienza di coltivare l'energia vitale, la longevità e la salute.

Ma, come diceva il Dott. Edward Bach:

“La salute dipende dall'essere in armonia con la nostra anima.”

Ogni anima è unica e ha il proprio percorso di vita per realizzare i suoi potenziali e far sbocciare i suoi talenti!

Quindi, come costruirsi una “mappa del tesoro” in quest'avventura terrena che la tua anima sta vivendo?

Come ritrovare l'ordito dell'arazzo della tua vita?

Innanzitutto, è bene chiarire un fraintendimento comune sulla natura dell'anima. Spesso si sente dire che il corpo ha un'anima.

In verità è esattamente il contrario: è l'anima che ha un corpo. Più precisamente, l'anima incarnandosi va ad abitare e a generare il corpo, rendendolo puro e vivo.

Il principio vivente è sottile, mentre la manifestazione è densa.

Ricordati che vale sempre il principio generale:

“il visibile nasce dall'invisibile”

Per esempio, le tue azioni, che sono visibili, nascono dai tuoi pensieri ed emozioni, che sono invisibili. Ma anche, i sintomi di una malattia sono la manifestazione visibile di uno squilibrio energetico invisibile.

Ovviamente quando diciamo “invisibile” intendiamo invisibile all'occhio fisico. Per sua natura, l'occhio fisico, ha una percezione limitata allo spettro elettromagnetico del visibile, cioè ai colori che contempliamo guardando un arcobaleno.

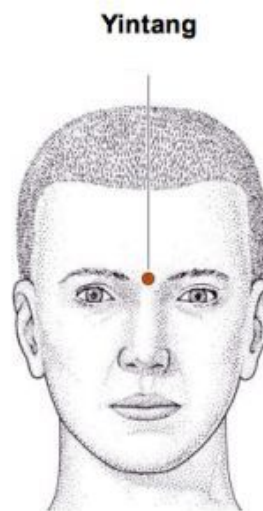
Ma ciò che è invisibile all'occhio fisico può essere percepito con l'occhio interiore, quello che in oriente chiamano “terzo occhio”.

Il terzo occhio che corrisponde al sesto chakra dello yoga e alla ghiandola endocrina pineale (o epifisi) è considerato l'**occhio dell'anima**.

Attraverso questo occhio si è in grado di vedere la “realtà”, che non è quella che appare ai nostri occhi fisici, ma la realtà più “sottile”, celata da quello che in Oriente è chiamato il “velo dell'illusione” o “velo di Maya”.

L'occhio dell'anima normalmente è chiuso: infatti nel taoismo questo punto è chiamato Yin Tang che significa “Sala Sigillata”, o “Stanza dei Sigilli”. Mentre quando si apre viene chiamato “**Occhio Celeste**” o “Valle dello Spirito”.

Non ti preoccupare: per far sbocciare la tua Anima non è necessario aprire il terzo occhio. Potrebbe anche accadere: infatti ogni anima ha il suo percorso, ogni anima deve seguire il proprio destino o, per dirlo alla cinese: il proprio “Mandato Celeste”.



Sei pronto a intraprendere il percorso per far sbocciare la tua anima?

Sei pronto a costruire la tua “mappa del tesoro” per quest'avventura terrena?

Certo che lo sei!

Quindi, caro lettore, ti do il mio più caldo benvenuto.

Francesco

Estate 2020