

Dialogare con il corpo

Il guarire è un processo che fa parte del volersi bene, del desiderio di comprendersi, di fare quindi, quel qualcosa per noi stessi che non sia in contrasto con le leggi dell'armonia.

Il nostro corpo, spesso, viene considerato una macchina e come tale, purtroppo, viene trattato, si dà per scontato che vada sempre bene, facendo lo stretto indispensabile per evitare che un ingranaggio si rompa, ma se la si trascura troppo e qualcosa non va come ci si aspetta, non ci si chiede che cosa si è fatto di non corretto, ci si limita a comportarsi come bambini delusi il cui giocattolo si è rotto, e troppo spesso ne viene ignorata la sua importanza e si dà per scontato che c'è senza però *“considerarne veramente l'esistenza”*.

Il realtà il nostro corpo, non è una macchina, un ingranaggio che deve essere oliato ogni tanto e tenuto in ordine con lo scopo di non avere “fastidi”.

Il nostro *corpo è un essere vivo e come tale è dotato di una sua energia che lavora in simbiosi con l'anima che ospita*, perché l'anima con la sua energia entra nel corpo e ne diviene l'ospite gradito e senza l'energia del corpo fisico stesso non potrebbe avere lunga vita, corpo e anima sono due diverse energie che collaborano l'una con l'altra, l'una dentro l'altra in una simbiosi perfetta.

Le cellule che formano il corpo sono dotate di energia propria e comunicano tra di loro, così come qualsiasi altro essere vivente o oggetto che si trova in questo universo ed allo stesso tempo sono in comunicazione con l'anima ospitata.

Il corpo, di conseguenza, diviene una casa e come tale è opportuno tenerla bene, pulirla, arieggiarla, amarla per l'ospitalità che viviamo in essa.

Quando nella nostra casa si rompe un vetro di una finestra, si sporca un pezzo di muro, questo è segno che non l'abbiamo curata, che abbiamo fatto un gesto che ha provocato un danno visibile, siamo stati poco accorti ed ecco qua un muro graffiato, un vetro sporco o rotto, l'acqua fuori dalla vasca da bagno dopo una doccia e così via.

Come nella realtà quotidiana comunichiamo in qualche modo con la casa, la abbelliamo quando siamo allegri e la trascuriamo quando siamo presi da migliaia di altre cose, così dovremmo comunicare con il nostro corpo per far sì che l'anima, che è ciò che siamo veramente, si senta a suo agio e sia un ospite ben accetto.

L'anima compie un viaggio ed il corpo-casa le offre il mezzo per viaggiare e sperimentare affinché si compia un destino, il filo di una vita si srotoli.

La comunicazione tra di loro permette che entrambi sperimentino assieme le sensazioni di questo viaggio e se la comunicazione si interrompe causando problemi al viaggio stesso, ciò si verifica perché spesso è la nostra mente che come una cicala canta incessantemente distogliendoci dalle vere necessità i cui messaggi ci arrivano dal centro del cuore.

L'unico modo che ha l'anima di farsi ascoltare è quello di inviare messaggi alle cellule del corpo che, per catturare l'attenzione dell'ego, vengono ricevuti e trasmutati inevitabilmente in malattia o altri aspetti negativi, la mente-cicala è così costretta a relazionarsi su un problema, un malessere che deve essere risolto.

Una artrosi, un problema di rigidità muscolare, indicano spesso, una scarsa elasticità mentale nell'elaborare gli eventi personali, un rimanere rigidi sulle proprie posizioni, un voler comprimere all'interno una situazione che non si vuole affrontare accusando e a volte scaricando sugli altri le nostre responsabilità, mentre questi altri, a volte, non si rendono neanche conto di aver semplicemente deluse le nostre aspettative o aspirazioni.

Un problema al cuore, al sistema circolatorio, può indicare una chiusura dei sentimenti, un non lasciar fluire le emozioni, il non concedersi un abbraccio od una carezza, il non aprirsi cioè ad un gesto di amore e sentimento verso qualcun altro manifestando a volte tutto ciò solo con regali materiali.

Una leggera sordità, per esempio un acufene, può indicare il non voler ascoltare, il non voler udire le soluzioni ad un problema perché a volte si dice di voler cambiare ma in realtà non vi è alcuna volontà di farlo o non si mette da parte l'orgoglio per comprendere ciò che viene mostrato.

Migliaia sono gli esempi con cui il corpo trasporta sul piano materiale i messaggi interiori che non vogliamo ascoltare, ma quando lo sentiamo forte, carico di energia, quando abbiamo la sensazione di essere in grado di spostare una montagna e nulla può fermarci, corpo, cuore ed anima sono in sintonia tra di loro.

Amate, abbiate cura del vostro corpo, ringraziatelo per ciò che fa ogni istante per voi, non arrabiatevi con lui se si ammala, siete voi che lo costringete a comportarsi in un modo che sembra poco coerente, in realtà egli comunica con voi come una mamma con il figlio per cercare di farvi capire con il suo linguaggio cosa c'è che non va nella vostra vita e come cambiarlo.

Pensate invece a come vi fa godere della bellezza della vita, ringraziatelo di tutti i suoi doni, anche quelli che all'apparenza sono spiacevoli nascondono sempre un significato che porterà un vento di positività e cambiamento.

Quando vi alzate al mattino salutatelo, che il buongiorno non sia solo rivolto alle persone attorno a voi ma anche a voi stessi ed al vostro corpo.

Quando vi lavate, vi truccate, vi vestite, pensate che l'abbellimento non è solo per voi come persona, ma che state vezzeggiando il vostro corpo, che gli rendete un grazie perché ogni giorno collabora con voi a questo meraviglioso viaggio chiamato vita.

Parlateci, chiedetegli di cosa ha bisogno, comunicateci, senza dover propinare veleni artificiali che lo ignorano, lo danneggiano, punendolo per le vostre mancanze e tutto sarà più facile e quando qualcosa si "inricca" entrate in contatto con quella parte, una mano, un occhio, che cos'è che non volete muovere, toccare o vedere? Punendo il corpo propinandogli veleni in realtà punite voi stessi, ascoltando i suoi messaggi, ascoltate i vostri, le vostre esigenze ed opportunità.

Ed il corpo risponderà più di quanto ora pensiate o crediate, mettendovi in comunicazione con la vostra anima, entrambi vi aiuteranno a trovare la vostra *guarigione reale*.

Shanti