

## La spirale delle Emozioni

La vitalità della spirale delle emozioni è data dal movimento in espansione delle sue *onde*, cioè le varie parti che la compongono. La spirale è come una cellula dell'universo e, come tale, segue il medesimo destino: continuo movimento. Essendo per sua natura in movimento, la spirale rappresenta la vita, che non è mai ferma e stagnante, altrimenti non esprimerebbe se stessa e si chiamerebbe con un altro nome. Può avere un *movimento d'onda di apertura* e un *movimento d'onda di chiusura*. Viviamo un movimento d'onda di chiusura quando ci ripieghiamo su noi stessi, crediamo di aver fallito o perdiamo la fiducia. Secondo la scala emotiva degli insegnamenti di Abraham, le emozioni che non ci fanno sentire bene sono: noia, pessimismo, frustrazione, irritazione, impazienza, senso di sopraffazione, delusione, dubbio, preoccupazione, biasimo, scoraggiamento, collera, desiderio di vendetta, odio, invidia, insicurezza, colpevolezza, indegnità, paura, dolore, depressione, disperazione e impotenza. Queste emozioni le possiamo ricondurre al movimento d'onda di chiusura. Le emozioni che ci fanno sentire bene sono: gioia, conoscenza, potere, libertà, amore, apprezzamento, passione, entusiasmo, desiderio ardente, contentezza, attesa positiva, ottimismo, speranza e soddisfazione. Queste le possiamo ricondurre al movimento d'onda di apertura.



All'origine della spirale, c'è l'onda che ne costituisce il fulcro e la nota d'inizio, l'ispirazione, che dà la forza propulsiva necessaria ad avviare il movimento di tutta la spirale. Emozione ed intenzione generano il desiderio, che è il carburante necessario per azionare e mantenere in seguito il movimento di espansione della spirale. In ogni onda, a partire dalla prima, sono impresse le emozioni e le intenzioni che hanno dato vita al tuo desiderio: dalle preferenze di vita che ti hanno portato a sceglierlo, al tuo senso di benessere nel sognarlo, fino a farlo diventare una presenza costante nella tua vita e una parte di te, prima ancora di vederne la manifestazione fisica. Questo significa azionare la spirale e lasciarla espandere, fino a che non noti neanche più la differenza tra

la tua realtà attuale e quella del desiderio, perché si sono talmente fuse, che ti senti e vedi già proiettato nell'immagine del desiderio soddisfatto. E' questa la funzione della spirale: far sbocciare i tuoi desideri prima nel tuo cuore, per poi proiettarli nella realtà fisica, grazie al potere propulsivo di tutte le tue onde, quelle parti di te che danno vita e colore a ciò che desideri. Non a caso la spirale ha un fulcro, un centro dal quale si origina tutto e, quando scegli il tuo desiderio, ti trovi esattamente lì.

*Il semplice atto di desiderare qualcosa, attiva già la forza necessaria per creare un nucleo centrale, è meraviglioso! Immagina che per tutti i nostri desideri è così: nel momento stesso in cui li sogniamo, creiamo un centro che ha il potere di attrarre a sé tutte le onde che coopereranno alla sua espansione, tutti i componenti che saranno affini alla sua vibrazione e che costituiranno i colori, le parole, i volti, le circostanze ed i momenti magici per la realizzazione del nostro desiderio.*

Ogni volta che desideri qualcosa, l'universo ti mette a disposizione la forza dell'energia della Fonte che crea i mondi, affinché tu possa creare il tuo mondo. E' un atto d'amore grandissimo, perché enorme è il valore di ogni tuo desiderio ed il fatto che ti permetti di desiderarlo, dato che è già abbastanza per assemblare la trama di base di una creazione infinita, grazie alla Legge dell'Attrazione. Guarda alle tue onde come a parti di te, perché è questo che sono: riflettono le tue vibrazioni per aiutarti a vibrare esattamente come il tuo desiderio. Puoi creare una spirale per ogni tuo desiderio e aggiungere via via emozioni, parole, suoni, colori e immagini che senti crescere in te ogni giorno, sognando il tuo mondo. La tua spirale diventerà uno specchio di ciò che si espande dentro di te, dando sempre vita a nuove creazioni. La spirale sei tu e puoi godere di tutti i preziosissimi momenti che vivi in ogni onda: la spirale è il viaggio verso te stesso ed i tuoi desideri.

Se il tuo scopo è solo quello di vedere realizzati i tuoi desideri, senza divertirti durante il viaggio, resterai deluso perché la manifestazione fisica dei tuoi desideri è solo l'ultimo tassello di un meraviglioso puzzle. Sarebbe come se tu dicessi, in un viaggio che parte da Roma e arriva ad Amsterdam: "Sarò felice solo quando vedrò Amsterdam!". Ma Amsterdam è solo il punto finale del viaggio, è un peccato perdersi la bellezza dei paesaggi e delle nuove terre che incontrerai lungo il percorso. *Il viaggio dura quasi tutto il tempo, quindi per la maggior parte del tempo sei dove non vuoi essere.*

Quando avvertiamo l'esigenza di essere da qualche altra parte rispetto a dove siamo, esercitiamo una profonda resistenza nei confronti del luogo in cui ci troviamo adesso, iniziando a remare controcorrente. Nella convinzione di doverci affrettare a raggiungere un posto migliore, non teniamo conto della forza della corrente, della sua velocità e della sua *promessa*. Dimenticando tutto ciò, siamo orientati nella direzione opposta a ciò che siamo veramente e a tutto ciò che siamo diventati. Il viaggio è il senso della vita. Vivere significa assaggiare ogni momento, non solo quelli in cui sono già arrivato a destinazione. Siamo qui per assaporare ogni istante e se ci godiamo la magia del presente, questo momento ci condurrà a quello successivo, che sarà ancora più vicino al nostro desiderio. Per questo tutti i momenti che viviamo sono importanti: costituiscono una scala che, se iniziamo a salirla, ci conduce sempre più vicino a chi siamo veramente, svelandoci sempre più la nostra meraviglia. Anche quando scendiamo la scala stiamo vivendo degli attimi importanti, perché andando giù conosciamo quello che si cela nelle nostre terre sconosciute e iniziando a comprenderlo, possiamo anche trasformarlo. Tutti i momenti sono perfetti perché hanno il potere, se

noi glielo permettiamo, di rivelarci il senso di ogni passo e la capacità di condurci a quello successivo, in una continua spirale il cui unico scopo è l'evoluzione. Esattamente come sono perfetti e fondamentali il piombo e l'oro per l'alchimista. L'alchimista sa che la sua visione finale è l'oro, ma è anche consapevole che per arrivare a quella trasformazione, il piombo gioca un ruolo fondamentale, perché è il suo punto di partenza, quello che avvia l'intero processo di trasmutazione.

I desideri sono doni preziosi e possiamo goderceli totalmente, abbracciando tutta la loro bellezza. Hanno la stessa anatomia della spirale, perché rappresentano anch'essi la vita. I nostri desideri svelano la nostra identità, ci dicono chi siamo, l'essenza del nostro essere interiore.

*La vita soffia i desideri nella nostra anima e noi, accogliendoli, lasciamo sbocciare nel prato della vita ciò che amiamo essere, fare e avere. I desideri sono come fiori disseminati su prati vasti e pieni di luce e quando decidiamo di viverne uno, esso si schiude.*



Come fare per riconoscere l'importanza dei nostri desideri e percepirne tutto il valore? I nostri fiori-desiderio sono unici perché molto personali e se li apprezziamo, sbocceranno volentieri nel prato della nostra esistenza. *Quando apprezziamo, è come se suonassimo una musica meravigliosa che li fa schiudere e profumare, lasciandoci incantati. L'apprezzamento è la via che ci conduce a noi stessi, a ciò che siamo e vogliamo essere nella vita. Apprezzamento e amore sono vibrazioni identiche. L'apprezzamento è la presenza di tutto ciò che ti fa sentire bene.*

Quando ti focalizzi su ciò che vuoi e ti racconti la storia di come vorresti che fosse la tua vita, ti avvicini sempre di più all'apprezzamento e quando lo raggiungi, attrai tutte le cose che consideri buone per te.