

## 2.1. Il chakra del cuore e cinque dissonanze

Il cuore è il **punto dell'equilibrio e dell'unione**, dove si unisce lo spirito con il corpo, il dare con il ricevere, il maschile con il femminile.

Il chakra (un punto energetico) del cuore ha il nome in sanscrito Anahata, che significa "non impressionabile".

Un vero equilibrio non si impressiona di niente, **semplicemente accetta** ogni cosa. 😊



Elemento associato al chakra del cuore è l'Aria, il colore è verde. Si trova nel centro del petto e viene governato dalla ghiandola endocrina timo. É collegato con le braccia, le mani, il cuore e i polmoni.

Qui si trovano **la compassione, l'amore**, il giusto senso del dare e del ricevere, la vulnerabilità, il legame profondo.

## L'energia del chakra del cuore:

- ✓ **a livello fisico** si trasmette al cuore, alla circolazione e pressione sanguigna, ai polmoni; lo squilibrio può manifestarsi in asma, epatite, disturbi del cuore e del sistema circolatorio.
- ✓ **a livello emozionale** si manifesta come gioia, entusiasmo, gratitudine e amore, oppure con il senso di amarezza, del rammarico, della dipendenza, dell'angoscia, della tristezza, della colpa, dell'ansia.
- ✓ **a livello mentale** si esprime come l'amore di sé; si accetta e si dà l'amore agli altri.

Attraverso il cuore si entra in **risonanza** con la frequenza più alta della Creazione, quella dell'Amore. In questo caso siamo in armonia con noi stessi e con il mondo in cui viviamo.

Quando questo chakra è aperto, l'energia dell'Amore fluisce liberamente in noi. Siamo **in equilibrio** e accettiamo che tutto è perfetto così com'è, abbiamo l'armonia nelle relazioni, con la natura, percepiamo Dio in tutto e proviamo l'amore incondizionato per tutti.

Quando questo chakra è bloccato, si crea **lo squilibrio** e si sperimenta l'angoscia, la solitudine, l'aggressività, l'attaccamento, i dubbi sull'esistenza dell'amore, la gelosia, l'invidia, la paura di essere respinti.

Lo squilibrio energetico crea **le dissonanze** nel cuore, che cambiano il nostro comportamento e **provocano le sofferenze**.



## Le 5 dissonanze energetiche del cuore:

- ✓ La dissonanza dell'assenza.
- ✓ La dissonanza del no.
- ✓ La dissonanza dell'indifferenza.
- ✓ La dissonanza del giudizio.
- ✓ La dissonanza delle relazioni frantumate.

### La dissonanza dell'assenza

Si sviluppa nella prima infanzia, quando un genitore è assente fisicamente o emotivamente nella vita dei propri figli.

La dissonanza dell'assenza è la causa di un comportamento vittimistico nei confronti degli altri e della vita. **La tristezza**, un improvviso cambio d'umore, **la dipendenza affettiva** o un **attaccamento** sono le conseguenze di questo squilibrio.

Vivendo nella mancanza, queste persone si sentono soli, quindi cercano di aggrapparsi agli altri, tuttavia **attirano le situazioni** in cui vengono lasciati oppure lo fanno loro stessi prima ancora.

## **La dissonanza del no**

Può svilupparsi nel grembo della madre o in tenera età, perché uno dei genitori non li aveva voluto o non prestava l'attenzione, come se non esistessero. Loro credono di non meritare di essere visti, ascoltati, amati.

Queste persone preferiscono **fuggire** dal mondo materiale o dalla vita stessa in un mondo immaginario o nella droga.

Loro non credono nel proprio valore e, per non farsi prendere dal panico, cercano di **evitare la sofferenza** isolandosi e rifugiandosi.



Per queste persone è difficile costruire un rapporto duraturo, perché hanno paura di essere rifiutati.

***Per la legge dell'attrazione, la paura di essere rifiutato attira le situazioni di rifiuto nella vita.***

**Il trauma** del rifiuto che bambino subisce nell'utero, **crea** nella loro memoria emozionale **la convinzione** che "il mondo non è sicuro", "io sono separato dal mondo" e li porta a chiudersi in loro stessi.

### **La dissonanza dell'indifferenza**

**L'ambiente** in cui è cresciuto bambino, determina il funzionamento neurologico e psicologico da adulto.

É dimostrato da diversi studi che **la mancanza dell'affetto** nella prima infanzia crea nel cervello certi meccanismi di blocco o di aggressività che da adulti può provocare un **comportamento di violenza o di dipendenza** di qualsiasi tipo.

I genitori che non prendono il bambino in braccio, lo lasciano piangere fino a quando non smette e non sono capaci di mostrargli l'affetto, **creano le cause** che si imprimono nella memoria emozionale "il mondo se ne frega di me" e di conseguenza si crea **l'isolamento** del bambino dal mondo.

***Prendere il bambino in braccio aiuta il cervello a svilupparsi e il cuore ad aprirsi.***



I bambini che non **hanno avuto la presenza emotiva dei genitori**, possono sviluppare dei disturbi comportamentali e neurologici che rendono infelice qualsiasi tipo di relazione.

### *La dissonanza del giudizio*

Un bambino che subisce il criticismo pesante in famiglia o a scuola, **si sente sminuito**, privo di valore. Più è stato criticato, più critica se stesso e gli altri.

Da adulto **non ha fiducia in se stesso**, non crede di valere, ha bloccato la propria creatività e non si sente realizzato.



***Non avendo fiducia in se stessi, non si è allineati con la missione dell'anima.***

**Il dubbio** diventa un'ossessione e blocca ogni cosa lui voglia intraprendere.

Prova l'invidia e la gelosia nei confronti degli altri, perché **non crede di meritare** ciò che hanno loro oppure ha paura di perdere ciò che ha.

In fondo a tutte le ferite, se le guardiamo attentamente, possiamo scoprire **la paura di non essere amati**.

Il cuore si chiude nella paura.

***Dove regna l'amore, la paura non c'è.***





## **La dissonanza delle relazioni frantumate**

Nel caso della morte di una persona amata, che sia un partner o i propri genitori, si crea una ferita profonda e se la persona non sa gestirla si forma un'ulteriore chiusura e così si è in un **circolo eterno** delle separazioni e delle sofferenze...

**Cerchiamo l'amore fuori di noi** e non ci rendiamo conto che non saremo in grado di percepirlo fin a quando non apriamo il nostro cuore.

*“Gli addii sono per coloro che amano con gli occhi. Per chi ama con il cuore e con l'anima, non esiste separazione.”*

*Rumi*



***L'Anima ti conduce alla tua vera natura, all'amore.***

La voce dell'Anima prima o poi si farà sentire sotto forma di un **disagio interiore**, e attirerà a te sempre più situazioni della vita che portano ad un'ulteriore sofferenza e dolore, affinché tu possa **prenderti cura di te**.

## **Vuoi guarire dal dolore?**

.....



### ***Rispondi a te stesso:***

**Qual' è la dissonanza importante che riconosci in te?**

.....  
.....  
.....

**Tutte le volte che hai sofferto o quando hai fatto soffrire gli altri, quale è stata la tua lezione da imparare:**

- ✓ perdonare;
- ✓ imparare ad amarti;
- ✓ rimanere te stesso in una relazione;
- ✓ impegnarti;
- ✓ sviluppare generosità;
- ✓ rifiutare ed accettare il rifiuto;
- ✓ affrontare i rischi legati all'apertura del cuore?

**Ora riprendi le tue liste 1 e 2 e compila la colonna 3 e 4.**

Fattene **un dono** e prendi tutto il tempo necessario per farlo. Credimi, il tuo cuore è da tanto che aspetta questo momento.

Riconoscere le tue dissonanze in quanto le tue lezioni di vita ti aiuta a **perdonare** te stesso e le persone che ti hanno fatto soffrire.

Presto ti rivelerò come perdonare, ovvero **riportare in giusta risonanza** il tuo cuore con l'aiuto della **Rodonite**. 😊

Hai compilato le tue liste? Se no, fallo ora.

.....

Poi, passa alla tappa successiva.

# Apri il tuo cuore con l'aiuto dei cristalli.

