

2021

Comunicazione: costruire ponti, non muri.

Questo testo non è inteso come un qualche tipo di profezia. È un commento riflessivo sui temi associati ai numeri che l'anno 2021 porta nella nostre vite. Spetta al lettore stabilire se e come tradurli nella propria vita personale e sociale.

Il primo e più ovvio spostamento numerologico è che lo 0 alla fine del 2020 è sostituito da un 1 per darci 2021. Quindi il 20 diventa 21 che dà 3. Infine, il totale di 2021 dà 5.

Diamo ora uno sguardo a questi numeri partendo dal senso complessivo dell'anno attraverso il numero 5.

Poiché i numeri sono presenti per tutto l'anno, le qualità condivise entreranno in azione dall'oggi al domani a partire dal primo giorno dell'anno. Alcune persone potrebbero sentire una connessione immediata, mentre per altre potrebbe essere un lento dispiegarsi durante l'intero ciclo di 365 giorni.

Il numero del destino collettivo dell'anno. 2021 = 5

Alcune qualità associate al 5 sono: il paradosso, l'inversione, il cambiamento, la comunicazione.

Connessioni, scambio, soglia, crepuscolo, Il corpo fisico come corpo spirituale. 5 sensi, 5 elementi.

Imparare e imparare a imparare. Identità.

Sacrificio. Frutto e raccolto. Equilibrio dinamico.

Questo è l'anno per iniziare se stessi all'azione che porta all'autoeducazione a beneficio di tutti. Educare se stessi e vivere orientati dal senso del sé interiore. Tutta l'educazione esteriore è interessante, piacevole e utile a una funzionalità efficiente nel tempo e nello spazio sulla Terra. Ma la prosperità e la pace più profonda nella vita derivano dall'essere educati su se stessi. La tua esperienza cerca sempre di insegnarti qualcosa, ma sapere davvero cosa ti sta insegnando la tua esperienza è un passo ulteriore. Di fatto, il messaggio riguarda l'identità del tuo stesso sé.

Ogni momento è un'opportunità di apprendimento. Tutto il tuo corpo è un'attrezzatura sensoriale finalizzata all'apprendimento. In costante trasformazione. Il corpo che avevi ieri non c'è più. Sacrificato per il corpo che ancora non hai. La natura transitoria dell'esperienza può portarti a percepire la continuità del sé che sta vivendo le diverse esperienze.

Si potrebbe dire che un fiore ha 3 fasi.

4 - Il bocciolo. Il raccoglimento interiore. La formazione del nucleo. (2020 = 4)

5 - il passaggio sacrificale all'apertura. Strati di protezione esterna che si staccano. Sacrificare l'accogliente mondo interiore. Una soglia dinamica tra l'esperienza interna ed esterna. (2021 = 5)

6 - il fiore in piena fioritura. Getta il suo cuore nel mondo. (2022 = 6).

5 è bilanciamento, armonia, equilibrio, la via di mezzo.

Nel corso della storia sono stati compiuti sacrifici trasformativi, a beneficio degli altri, da parte di

chi ha tenuto la via di mezzo. Coloro che hanno percepito un quadro più ampio e un terreno comune fondamentale, non piegandosi alla pressione proveniente da una fazione o dall'altra.

Per trovare l'equilibrio dobbiamo attraversare la linea di mezzo ancora e ancora. È un processo di apprendimento. Forse, oscillando inizialmente verso le estremità. Poi, alla fine, rimanendo più vicini al centro. Ma comunque sempre alternando. La natura dinamica della vita ci ricorda che l'equilibrio della vita stessa è mantenuto attraverso un processo dinamico piuttosto che statico e di irrigidimento.

Essere adattabili ma non al punto da perdere il proprio equilibrio, il proprio centro e il senso di sé. Ogni coppia di numeri suggerisce le polarità tra le quali alternare dolcemente ma chiaramente.

1/9 convergenza/divergenza. Umiltà/dignità.

2/8 vuoto/pieno. Tra necessità e abbondanza.

3/7 mostrare/vedere. Esprimersi/essere testimone dell'espressione di sé degli altri.

Creare/distruocere.

4/6 ricevere e dare. Chiudere/aprire.

5 è l'interruttore. Avviene nel modo in cui gestiamo il corpo fisico, i 5 sensi e nel nostro uso del linguaggio.

La parola detta è come un boomerang. La sua eco si riflette su di noi. Guru Nānak ci ricorda di parlare solo di ciò che porta onore. Calunniare l'altro è una delle cose peggiori che una persona possa fare a se stessa. Parlare sinceramente. Non dire la verità. Poiché la verità va oltre il quotidiano, la normalità, il sapere. Ma non abbandonare la verità. Non mentire per soddisfare la tendenza del momento, per compiacere la gente. Non dire solo quello che la gente vuole sentire. Piuttosto, indicare qualcosa al di là del superficiale. Essere un'indicazione con il proprio esempio.

Se stai impiegando il tuo tempo e la tua energia fisica, emozionale e mentale nel costruire muri, sappi che stai creando la tua stessa prigione. Se li hai investiti nel tentativo di abbattere qualche muro, questo non è efficace. Alcuni muri sono già fatiscenti e continueranno a esserlo, altri muri hanno molti sistemi di recupero e continuano a ricostruirsi.

Quindi, che fare?

Costruire ponti. Creare porte, soglie. Aperture. Invitare le persone nello spazio centrale per una conversazione aperta. Imparare l'arte della Comunicazione Consapevole.

5 è sacrificio. Sacrificare la verità o i tuoi dubbi e paure.

Cosa sacrificiamo quando costruiamo muri? Cosa sacrificiamo quando costruiamo ponti?

Non ti preoccupare se inizialmente non ti senti compresa. Rimani nel portale della comunicazione. *(vedi 3 e 1 sotto).*

Dobbiamo stare insieme. Condividere le nostre lotte, condividere i nostri problemi, condividere le nostre soluzioni.

Il mondo è sempre più polarizzato. Le persone si stanno voltando le spalle. Chiudono le loro orecchie e si parlano alle spalle. Anziché godere del gioco delle polarità di forze uguali ed opposte, l'altro è chiamato opposizione e condannato. Attraverso il rifiuto e la negazione le persone eclissano i loro stessi familiari, vicini, colleghi.

Qualunque sia l'argomento, le persone oscillano agli estremi di un lato o dell'altro.
Sia che si parli di politica, preti, insegnanti, cambiamenti climatici o virus ecc.

Accettazione incondizionata, totale, priva di dubbio.
Credere nel governo, nella scienza, nei report.
Acclamazione messianica e adorazione.

Rifiuto totale, negazione, sospetto.
Rifiutare tutto come menzogna e
manipolazione. Demonizzare e
generare paura.

Prendere una posizione non è uguale a prendere parte.

Il 2020 doveva sviluppare la capacità del cuore umano di contenere tutto ciò nella coppa di preghiera amorevole.

Prepararci a salire sul ponte della verità paradossale che è entrambe e nessuna delle precedenti.

Il 2021 ti chiede di entrare nel terreno di mezzo. Il luogo di incontro delle contraddizioni.

Questo non riguarda alcuna singola persona al potere e nessun singolo problema globale. Questo riguarda l'intera umanità.

Non stiamo parlando soltanto di una persona o di un popolo al potere. Stiamo parlando di umanità. Stiamo parlando di noi stessi. Siamo tutti *contraddizioni viventi* che si stanno evolvendo in paradossi. Nella stessa frase possiamo dire una bugia e una verità. Nello stesso giorno possiamo compiere un atto di crudeltà e un atto di gentilezza.

Il paradossale terreno mezzo non è un luogo facile in cui rimanere. Non è facile per l'individuo a causa della tensione mente-corpo nel sistema nervoso. Non facile socialmente e politicamente, perché non prendi parte nella lotta dualistica per la psiche delle persone. In questo senso, non ti aspettare apprezzamento dagli altri. Il karma di quest'anno è: "chi è amico e chi è nemico". Il dharma di quest'anno è: "Noi siamo Uno" (*Io sono, tu sei, io sono te, tu sei me, noi siamo noi, noi siamo uno*).

Questo non riguarda meramente il riconoscere educatamente la relatività e ci sono molti aspetti e possibili usi di ciò volti a evitare di prendere posizione (*bypassare*).

Questo riguarda il prendere la propria posizione. Stare esattamente al centro di tutte le angolazioni. Bypassare i drammi, bypassare la pressione sociale, bypassare l'influenza dei media e di tutti le discussioni intelligenti e delle opinioni in conflitto. Stare nei tuoi panni in quanto te. Un luogo di libertà ma anche di alta tensione. È un allenamento a rimanere calmi nella tempesta che arriverà. (*Prima o poi le polarizzazioni conducono a una guerra senza fine in cui nessuno vince davvero*).

5 è il corpo fisico. Perché essere in questo corpo fisico, con la sua ricca varietà di capacità sensorie, e non sentire mai l'anima, la natura essenziale del sé? L'espressione *Karta Purkh* trasmette la natura del Corpo Fisico come Corpo Spirituale. L'Essere di Spirito (Purusha) si muove e respira in tutto ciò che facciamo, diciamo o pensiamo. Tutto ciò che è stato detto in precedenza sul numero 5 è intimamente relazionato al corpo fisico e all'esperienza che ti procura. Considera le conseguenze dei comportamenti estremi, del troppo, del troppo poco o del modo sbagliato di

vivere. La cura di sé e l'armonia in ciò che riguarda il corpo sono consigliate. Un sano equilibrio nella dieta, nell'esercizio, nel riposo, nell'impiego dell'energia sessuale/vitale.

5: il paradosso del raccolto e del sacrificio. Tradizionalmente, quando le messi vengono raccolte si compie anche un sacrificio. Un'offerta di ringraziamento e pacificazione delle forze materiali e spirituali della natura.

5 è la gola e il collo. Un animale sacrificale verrebbe tradizionalmente decapitato o sgozzato.

Cosa significa appoggiare la tua testa a terra, sacrificare la tua testa e aprire il collo?

La testa è il dominio che associamo al pensiero e alla mente. Lasciare tutto a terra, tutti i costrutti mentali (pregiudizi, proiezioni, teorie, credenze, interpretazioni, speculazioni ecc.). Non significa fede cieca o credere a ciò che dice il Campo-Mente Sociale-Politico-Religioso. Significa riprendere il controllo dei sensi e degli organi di senso, la maggior parte dei quali si trova nella testa.

Il Media-Maya del Campo-Magnetico-Mentale Collettivo ha effettivamente preso il controllo della tua attenzione, della tua facoltà di giudizio e ha dunque preso possesso del tuo essere.

Sostituendo il tuo ritmi interni con gli algoritmi della tecnologia digitale.

Quale sacrificio sarà necessario, che sacrificio sei preparata a compiere per riprendere possesso di te stessa e dalla tua esperienza di te?

Ritornando al 5 come comunicazione, significa fare attenzione a ciò che dici e che ascolti.

Riportare la tua attenzione a ciò che sta accadendo a te, piuttosto che a quello che stanno facendo gli altri. Come dici Sheik Farid: *"piuttosto che farti coinvolgere da chiacchiere malevole (incluso lo scrivere) sugli altri, guarda prima sotto al tuo colletto"*.

Azione Affermativa Locale

21: $2+1=3$. Azione nello spazio 3-dimensionale. Elemento: fuoco. Mente positiva. Virtù: uguaglianza.

Mente positiva: essere positivi riguardo a cosa?

Nel contesto del numero 1 (nel 21), questo significa la ripetizione della conferma e affermazione della tua anima. Piccoli dettagli nel tuo comportamento assicurano che l'anima sia inclusa. La domanda interna è: "cosa sto mostrando al mondo, cosa sto nascondendo al mondo?"

La Mente Positiva deve affermare e accettare te stessa in modo che tu possa accettare e affermare tutto. Prima di tutto, occupa il tuo spazio e il tuo luogo. Includiti. Poi, a partire dell'auto-rispetto, rispetta tutto. Aldilà dell'apparenza esteriore c'è un'unità di fondo.

Senza l'affermazione in azione c'è un vuoto. L'intervallo del 2 che consuma l'1/Anima e il 3/Mente Positiva. Sul tema dell'azione, la domanda non è: "cosa dovrei fare?" ma "cosa farò?" (l'1 nel 3 del 21).

Per l'anima non è facile essere visibile al mondo. L'azione conta. Lascia che si fondi sulla tua integrità di spirito. Fa che sia pratica. Non c'è niente da aspettare e niente da sperare. Fai quello che puoi nel modo più locale e personale. Nell'ambiente immediato.

Qual è il modo sottile in cui l'anima si rivela? È nella natura del sorriso. Un sorriso che è luce. Un sorriso interiore che comunica da anima ad anima. Il modo in cui tieni la tua colonna vertebrale e cammini nel mondo. Il modo in cui ti appoggi alla terra e riposi.

3 è Fuoco. Che è sia creativo che distruttivo. La domanda è: cosa crei e cosa distruggi? Bruci di vergogna e di rabbia o bruci la falsa comprensione, i tuoi schemi reattivi, i tuoi sensi di colpa, di animosità e disperazione? C'è un fuoco infido che brucia nella fossa di Maya. Che tipo di calore può costruire un ponte sopra quel fuoco? Fa che la tua anima sia una scintilla, una catalizzatrice dell'azione. Fa che la tua anima senta il calore che la invita fuori dal suo bozzolo, nella piena luce del giorno.

La virtù del 3 è l'uguaglianza. Dimentica l'aver amici o nemici. Afferma soltanto che ci sono miliardi di altri come te e come me. Relazionati a chiunque come ugualmente parte dell'Uno. Ci sono tre livelli di uguaglianza:

1. Includere sé in Dio. Metterti nella scena. Dio e io, io e Dio. Fai il tuo gioco. Partecipa.
2. Considerare tutti gli eventi, tutte le esperienze, tutti gli ho e i non ho di uguale valore. Il Creatore è all'opera in tutta la creazione e non è tuo nemico.
3. Vedere Dio in tutto. Tutto è uguale agli occhi di Dio. L'Essere Creativo è presente in ogni-uno. Tratta tutti come uguali, dimostrarlo nell'azione.

Ricorda, siamo arrivati nudi e senza null'altro che il sé. Ce ne andiamo nudi e senza nell'altro che il sé. Quindi, anche nel passaggio attraverso la vita, identificati e non dimenticare mai il sé.

Il Tesoro Nascosto: Numero 1

la posizione di questo numero è conosciuta come il tesoro nascosto, ma se ignorata diventa il sabotatore nascosto.

Il numero 1 è l'inizio. È l'impulso dietro all'azione, la capacità interiore di prendere l'iniziativa, di alzarsi in piedi e offrirsi volontari.

Questo suggerisce che il 2021 contiene il potenziale di ricominciare e rinnovare. Quando abbiamo troppi programmi in corso, troppe preoccupazioni e speculazioni, troppa informazione che sovraccarica il nostro sistema, allora è tempo di spegnere il sistema operativo esterno e cominciare di nuovo a partire da una posizione umile, semplice, non complicata.

Vedi oltre il commento sul poggiare le cose a terra.

Non sarà più il tempo di spegnersi, stare a casa e fare niente. Questo era lo 0 e il 4 del 2020.

Avendo trascorso un anno con l'opportunità di essere più in contatto con la tua casa interiore – nel tuo cuore 4, nel 2021 questo si cristallizza in un punto di riferimento interiore. Il tuo sé singolare e solitario. Questo è il riferimento e la base della solidarietà con tutti gli altri. Ora viene l'impulso ad auto-iniziarsi. Sei parte dell'intero. La tua partecipazione è inevitabile. Meglio assumere volontariamente la tua posizione piuttosto che essere spinta in un angolo.

Il numero 1 è focus, intenzione, il seme che contiene il pieno potenziale pronto a dispiegarsi.

1, in termini yogici e spirituali, è la tua anima. Il DNA spirituale interiore che porta l'informazione del tuo scopo qui, sulla Terra.

Connettersi alla Terra, rispettare l'1-mondo che condividiamo, vivere in sintonia con le leggi naturali dell'ecosistema: questi sono temi importanti che comunque, per essere autentici, devono venire parallelamente affiancati a un allineamento interiore e ancoraggio alla tua stessa anima.

1 è il numero più piccolo e la virtù a esso associata è l'umiltà. Come un granello di sabbia in un

vasto deserto.

La vera umiltà non è una debolezza. È una condizione di potenza molto concentrata. Come una molla arrotolata su se stessa e pronta a essere rilasciata. Come un seme può dare inizio a un'intera foresta.

Anziché continuare a chiederti soltanto cosa sta accadendo nel mondo - cosa è vero, cosa è falso? - è tempo di iniziare a farti domande su te stessa. È tempo di immergerti e scavare profondamente nella tua anima e scoprire qual è la sua natura, posizione e inclinazione. Affinché tu possa fare scelte fondate, o ancorate, sulla tua natura originale ed essenziale.

Hai 1 corpo fisico con 1 colonna vertebrale e 1 lingua.

Stai dritta nelle tue scarpe e usa la tua lingua per servire ed esprimere la tua anima.

.....

Metti tutto giù

Mettere giù cosa?

Il tessuto cicatriziale protettivo che costruiamo attorno alle nostre ferite interiori prima o poi causerà più dolore della ferita originaria.

Metti giù le difese e gli attacchi.

Metti giù i giochi, le credenze, le storie, le speculazioni, le teorie, le accuse della tua mente.

Metti giù le proiezioni rabbiose e le supposizioni di condanna e vergogna, quindi anche la colpa e la punizione.

È raccomandabile esprimere nel dettaglio cosa stai mettendo giù. Rabbia – verso chi e per che cosa? Delusione – verso chi e per che cosa? Ecc. Ma dillo al fine di metterlo giù. Non per rigurgitarlo ancora e ancora, non per ottenere simpatia e manipolare emotivamente gli altri, non per scavare senza fine nelle spiegazioni e nelle risposte laddove potrebbe non essercene alcuna.

Mettere giù dove?

Un altare è un punto di focus che serve a focalizzarti.

Ai piedi di un albero, ai piedi di una montagna, ai piedi di una divinità, ai piedi del tuo guru, del tuo maestro. Ma ricorda che questo altare esteriore è solo uno specchio convesso del vasto piatto della verità come amore incondizionato che fluisce nel tuo cuore e che è pronto a prendere e trasformare qualunque cosa tu gli porti, restituendo compassione illimitata.

Non è sufficiente portare frutta e bei doni all'altare. L'altare è lì per prendere il peggio di tutto nella tua vita. Il tuo peggio è il dono migliore per l'altare.

Siedi presso il tuo altare (interiore) e riconosci tutto ciò che ti tormenta. Non è una strategia che serve a bypassare. Non è nemmeno un vortice che ti fa sprofondare nell'auto-commiserazione. Piuttosto è il contrario.

Le lotte che portiamo avanti dentro di noi hanno bisogno di essere espresse, non hanno bisogno di essere messe in azione.

C'è una via di mezzo tra gli estremi dell'elusione attraverso il reprimere (negazione, oppressione ecc.) e il sorvolare (sublimazione, falsa trascendenza, intellettualismo spirituale).

È te dentro di te che ha bisogno di sentirlo. Non i tuoi parenti, il tuo terapeuta e nemmeno il tuo insegnante, sebbene chiunque possa servire come cassa di risonanza o camera d'eco.

È te dentro di te che ha bisogno di dirlo, ascoltarlo e trovare quiete.

L'altare non è un qualche tipo di porta di accesso a un Dio là fuori, nel cielo. L'altare è un punto di svolta focalizzato che ti dirige verso te dentro di te. L'altare ti serve ad ascoltare davvero, finalmente, cosa sta succedendo dentro di te. In maniera tale che la zavorra di piombo del tuo bagaglio possa essere trasformata in Oro nel tuo stesso cuore. Lo scuro carbone sarà sottoposto alla pressione della tua stessa, brutale onestà e trasformato in diamante.

Che le tue parole costruiscano ponti

Che tu possa cambiare attraverso lo scambio

Che le tue parole siano consapevoli

Che i tuoi incontri portino riconciliazione

Che le tue vibrazioni armonizzino

Che l'armonia si irradi nel mondo

Che il richiamo di ogni anima

Risuoni e sia conosciuto

Come il sé.