

MEDITAZIONE PER UNIFICARE I POLI

1. **Trovate** un posto per sedervi con le gambe non incrociate ed i piedi appoggiati sul pavimento. Questo consente un radicamento ed una connessione più facili ad Anasonya della terra interna. Mettete una musica soft di vostro gradimento ed accendete qualche candela od incenso per creare un bellissimo ambiente che vi predisponga a focalizzarvi internamente.
2. **Inspirate** ed espirate lentamente per parecchie volte nel mentre intendete di ancorare il suolo alla mia aurora. Esprimete l'intenzione di tirar su le energie rosa e dorate della mia coscienza dalle quali siete circondati. Consentite alle energie ed alle forze del non fisico, agli angeli ed alle mie anime di andarsene attraverso il vostro radicamento. Intendete una completa rifusione, stanotte, una volta entrati nel sogno, per ricevere ancora più guarigione da me o dagli antenati della terra interna.
3. **Inspirate** ed espirate lentamente. Intendete riprendervi tutto di voi stessi dagli altri campi, o dai regni della natura nei quali avete smarrito la vostra coscienza e CHI. Raccogliete tutto questo in una palla di luce dorata al di sopra della vostra testa e lasciate che essa cominci a riempirvi. Aggiungete le vibrazioni dell'amore del Tao dentro la vostra palla dorata ed iniziate a benedire voi ed il vostro campo.
4. **Cominciate** col benedire ogni cellula del vostro corpo. Il vostro corpo è amato dalla terra ed ha bisogno di sapere che è amato. Prendetevi un momento per focalizzarvi maggiormente su quelle aree fisiche che sentite sofferenti o che vi causano disagio. Aggiungete più amore a tali regioni ed intendete che comincino il loro processo di autoguarigione.
5. **Inspirate** ed espirate lentamente. Ora aggiungete le benedizioni al sistema della rigenerazione che circonda il corpo eterico e che ruota intorno ad ogni organo, ghiandola e sistema. Cercate di benedire la vostra rigenerazione, affinché possiate ascendere in una biologia sana. Intendete, sotto la guida degli antenati della terra interna, di ancorare nel miglior modo possibile la matrice in ascensione con i vostri antenati della terra esterna. Consentite alla matrice di discendere nella vostra griglia di ascensione che avvolge il corpo eterico.
6. **Inspirate** ed espirate lentamente. Ora cercate di espandere le benedizioni sino ad includere il sistema dei 12 chakra ed i corpi sottili. Consentitevi di percepire l'amore, miei cari. Espandete l'amore sino ad includere il vostro sogno a livello del corpo ed il sogno per la vita situato oltre i corpi sottili. Ora espandete l'amore alla totalità del vostro campo di dimensioni globali ed al corpo olografico. Intendete una correzione ai piani olografici, se necessario, per assicurarvi il viaggio di ascensione in questa vita.
7. **Inspirate** ed espirate lentamente. Ora, immaginate di fronte a voi uno schermo dorato. Intendete collocare sullo schermo dorato la vostra famiglia estesa composta da madre, padre, nonni, zie, zii, sorelle, bambini, coniuge. Per ogni rappresentante della vostra famiglia esprimete l'intenzione di creare un duplicato di voi stessi ed un posto di fronte ad esso. Ora, pressate i due insieme con l'intenzione di cancellare tutte le polarità di natura luminosa, di penombra e di oscurità espresse fra di voi.
8. **Inspirate** ed espirate lentamente. Intendete perdonare le differenze in atto fra voi, anche la più oscura delle espressioni. Dovete capire che per ogni espressione oscura che si palesa nell'ambito della famiglia, voi state esprimendo la stessa in una vita parallela non fisica. Esprimete l'intenzione d'integrare le espressioni più oscure perdonando voi stessi per averle espresse nel medesimo modo, anche se non nella fisicità. Intendete cancellare le polarità espresse fra le vite parallele.
9. **Inspirate** ed espirate lentamente. Accendete un fuoco eterico sotto la vostra sedia e presentate tutti i contratti e gli accordi connessi ai poli che avete sostenuto in questa vita fra i membri della famiglia. Immaginate intorno a voi la vostra famiglia interiore dai zero anni d'età

all'età che avete oggi; ed esprimate l'intenzione di cancellare i poli che rimangono dalle espressioni che siete pronti a completare in questo momento. Una volta inteso, questi membri della vostra famiglia interiore di ogni fascia d'età scompariranno l'uno dentro l'altro non appena avranno unificato le loro polarità, in quanto le avrete interiorizzate in voi stessi nella vostra danza di vita.

10. **Inspirate** ed espirate lentamente. Ora trascinate in avanti i vostri antenati che sperimentarono traumi e polarità paralleli. Posizionate l'uno di fronte all'altro ogni antenato che visse un'esperienza di luce, di penombra o di oscurità parallela alla vostra circostanza di vita. Consentite agli antenati collegati alle polarità espresse nell'attuale esperienza di vita fisica della famiglia di fondersi fino a scomparire. Tirate su tutti i contratti e gli accordi ancestrali correlati e bruciateli nel fuoco che arde sotto la vostra sedia.

11. **Inspirate** ed espirate lentamente. Consentite alle parti frammentate di voi stessi sospese in qualche parte fuori dal campo a causa delle polarità interne di ritornare. Inviare le parti frammentate di voi stessi ai templi della guarigione nell'aurora che gli antenati stanno creando per voi; e voi le integrerete nottetempo, o se fossero particolarmente grosse, in capo a molti giorni o settimane a venire. Benedite in ritorno le parti di voi stessi che si sono fratturate molto tempo fa nel corso delle difficili esperienze di questa vita. Consentite che l'amore vi aiuti a riunirvi con voi stessi.

12. **Inspirate** ed espirate lentamente. Ora immaginate sul vostro schermo tutti i vostri compagni di scuola che avete conosciuto in questa vita. Per ognuno che vi è rappresentato create un duplicato di voi stessi e ponetelo di fronte ad esso. Ora pressate i due insieme fino a che non scompariranno con l'intenzione di unificare i poli di luce, di penombra e di buio fra voi.

13. **Inspirate** ed espirate lentamente. Intendete che anche le vite parallele di luce, penombra e buio che sono gli specchi delle polarità espresse da ciascuno siano in questo momento unificate. Intendete che gli specchi delle espressioni più oscure che voi avete sperimentato nella vostra vita scolastica siano perdonate. Perdonate voi stessi per aver espresso la medesima oscurità sulle vite parallele. Consentite l'emersione dei contratti e degli accordi perché vengano chiariti nel fuoco che arde sotto la vostra sedia.

14. **Inspirate** ed espirate lentamente. Trascinate in avanti i vostri antenati che sperimentarono traumi e polarità paralleli a quelli che avete avuto a scuola in questa vita. Ponete l'uno di fronte all'altro gli antenati che sperimentarono un'esperienza di luce, penombra od oscurità analoga alla vostra circostanza di vita. Consentite agli antenati collegati alle polarità espresse in tali esperienze scolastiche di questa vita fisica di fondersi fino a scomparire. Tirate su tutti i contratti e gli accordi ancestrali correlati e bruciateli nel fuoco che arde sotto la vostra sedia.

15. **Inspirate** ed espirate lentamente. Consentite nuovamente alla vostra famiglia interiore a partire dal vostro 0 anno di età e fino all'età presente di emergere di fronte a voi. Esprimate l'intenzione di unificare i poli interiori che furono interiorizzati nella vostra vita scolastica. Consentite a quei membri della vostra famiglia interiore di scomparire, non appena si fondono l'un l'altro. Consentite ai pezzettini fratturati di voi stessi che nella vostra vita sono rimasti sospesi nella polarità di luce, di penombra e di oscurità. Benedite queste parti di voi stessi e nel corso della notte od alla bisogna nel corso delle prossime settimane inviatele al vostro tempio della guarigione.

16. **Inspirate** ed espirate lentamente. Ora immaginatevi sul vostro schermo tutti i vostri compagni di lavoro che avete conosciuto in questa vita. Per ciascuno che vi è rappresentato create un vostro duplicato e ponetelo di fronte ad ognuno di loro. Ora pressate insieme i due fino a che non saranno scomparsi con l'intenzione di unificare i poli di luce, di penombra, e di oscurità fra voi.

17. **Inspirate** ed espirate lentamente. Intendete che le vite parallele di luce, di penombra e di oscurità che sono uno specchio delle polarità espresse da ciascun collega, diventino in questo momento a loro volta unificate. Intendete che lo specchio delle espressioni più oscure che avete sperimentato con gli anni nella vostra vita sia a sua volta perdonato. Perdonatevi a vostra volta per aver espresso la stessa oscurità sulle vite parallele. Consentite che i contratti e gli accordi emergano per essere chiariti nel fuoco che arde sotto la vostra sedia.

18. **Inspirate** ed espirate lentamente. Ora trascinate in avanti i vostri antenati che nelle loro vite sperimentarono traumi e polarità paralleli nel posto di lavoro. Ponete di fronte l'uno all'altro ogni antenato che in una sua determinata vita visse una circostanza di luce, di penombra e di oscurità parallela alla vostra. Consentite agli antenati connessi alle polarità espresse in questa vostra esperienza di vita fisica di fondersi. Tirate su tutti i contratti e gli accordi ancestrali e bruciateli nel fuoco che arde sotto la vostra sedia.

19. **Inspirate** ed espirate lentamente. Consentite nuovamente alla vostra famiglia interiore dai 0 anni di età alla vostra età attuale, di emergere di fronte a voi. Esprimete l'intenzione di unificare i poli interni che furono interiorizzati nella vostra vita lavorativa. Consentite a quei membri della vostra famiglia interiore di scomparire come procedono l'uno dentro l'altro. Consentite il ritorno dei pezzettini fratturati di voi stessi che nella vostra vita lavorativa rimasero sospesi nella polarità sostenuta nella luce, nella penombra e nell'oscurità. Benedite queste parti di voi stessi ed inviatele al tempio per l'integrazione nel corso della notte od alla bisogna nel corso delle prossime settimane.

20. **Inspirate** ed espirate lentamente. Ora immaginatevi che nel vostro schermo compaiano tutti gli amici che avete conosciuto in questa vita. Per ciascuno che vi è rappresentato create un vostro duplicato da contrapporre uno di fronte l'altro. Ora pressate i due insieme fino a che non saranno scomparsi con l'intenzione di unificare i poli di luce, di penombra e di oscurità fra voi.

21. **Inspirate** ed espirate lentamente. Intendete che le vite parallele di luce, di penombra e di oscurità che sono uno specchio delle polarità espresse da ogni amico, diventino ora a loro volta unificate. Perdonate lo specchio delle espressioni più oscure che avete sperimentato nel tempo nell'ambito delle vostre amicizie. Perdonatevi a vostra volta per aver espresso la medesima oscurità sulle vite parallele. Consentite che i contratti e gli accordi emergano per essere chiariti nel fuoco che arde sotto la vostra sedia.

22. **Inspirate** ed espirate lentamente. Ora trascinate in avanti i vostri antenati che sperimentarono con gli amici trauma e polarità parallele nelle loro rispettive vite. Ponete ogni antenato che sperimentò una pari circostanza di vita di luce, di penombra e di oscurità l'uno di fronte all'altro. Consentite che gli antenati associati alle polarità espresse in questa esperienza di vita fisica si fondano fra loro sino a comparire. Presentate tutti gli accordi e contratti ancestrali correlati e bruciateli nel fuoco che arde sotto la vostra sedia.

23. **Inspirate** ed espirate lentamente. Consentite nuovamente alla vostra famiglia interiore dai 0 anni d'età all'età odierna, di emergere di fronte a voi. Esprimete l'intenzione di unificare i poli interni che vennero interiorizzati nelle vostre esperienze connesse alle amicizie. Consentite a quei membri familiari di scomparire, non appena si avvieranno l'uno dentro l'altro. Consentite il ritorno dei pezzettini fratturati di voi stessi rimasti sospesi nella polarità di luce, di penombra e di oscurità sostenuta nella vostra vita a causa delle amicizie. Benedite queste parti di voi stessi ed inviatele nottetempo al vostro tempio della guarigione per l'integrazione o, nel caso non bastasse, nel corso delle prossime settimane.

24. **Inspirate** ed espirate lentamente. Intendete che coloro che avete conosciuto come insegnanti o capi o leader compaiano di fronte a voi. Per ciascuno di loro create un duplicato di voi stessi e ponetelo di fronte. Ora pressate i due insieme fino a che non saranno scomparsi con l'intenzione di unificare i poli di luce, di penombra e di oscurità fra voi.

25. **Inspirate** ed espirate lentamente. Intendete che le vite parallele di luce, di penombra e di oscurità che sono uno specchio delle polarità espresse da ogni leader nella vostra vita diventino in questo momento unificate a loro volta. Perdonate lo specchio delle espressioni più oscure che avete sperimentato nel tempo nella vostra vita a livello di capi, leaders ed insegnanti. Perdonatevi a vostra volta per aver espresso la stessa oscurità nelle vite parallele. Consentite che i contratti e gli accordi emergano per essere chiariti nel fuoco che arde sotto la vostra sedia.

26. **Inspirate** ed espirate lentamente. Ora trascinate in avanti i vostri antenati che sperimentarono traumi e polarità paralleli con il personale docente, i leaders o capi di vario genere. Ponete ora l'uno di fronte all'altro ogni antenato che sperimentò un'esperienza di luce, di penombra

e di oscurità parallela alla vostra circostanza di vita. Consentite agli antenati che sono connessi alle polarità espresse nell'esperienza di vita fisica di questa vita con chi godeva di uno status di potere, di fondersi sino a scomparire. Tirate su tutti i contratti e gli accordi ancestrali e bruciateli nel fuoco che arde sotto la vostra sedia.

27. **Inspirate** ed espirate lentamente. Consentite nuovamente che la vostra famiglia interiore dai 0 anni alla vostra età attuale emerga di fronte a voi. Esprimete l'intenzione di unificare i poli interni che vennero interiorizzati nelle vostre esperienze con gli insegnanti, i leaders ed i capi di vario genere nella vostra vita. Consentite che quei membri della famiglia interiore scompaiano nel mentre procedono l'uno dentro l'altro. Consentite il ritorno dei correlati pezzettini fratturati di voi stessi rimasti sospesi nella polarità di luce, di penombra e di oscurità sostenuta nella vostra vita. Benedite queste parti di voi stessi ed inviatele nottetempo al vostro tempio della guarigione per l'integrazione, o nel caso non bastasse, nel corso delle prossime settimane.

28. **Inspirate** ed espirate lentamente. Ora immaginatevi di aver di fronte a voi tutti i gruppi con i quali siete stati affiliati. Create con l'intenzione un vostro duplicato da porre di fronte a ciascun gruppo. Ora pressate i due insieme consentendo a tutti di scomparire con l'intenzione di cancellare tutte le polarità sostenute fra voi e qualsiasi altro gruppo.

29. **Inspirate** ed espirate lentamente. Ora intendete che qualsiasi esperienza di luce, di penombra e di oscurità attinente alle dinamiche del gruppo espressa su ogni vita parallela si annulli con le espressioni di luce, di penombra e di oscurità che avete sperimentato nella fisicità. Intendete di portare alla luce tutti i contratti e gli accordi per bruciarli nel fuoco che arde sotto la vostra sedia.

30. **Inspirate** ed espirate lentamente. Ora trascinate in avanti i vostri antenati che sperimentarono traumi paralleli nelle loro rispettive esperienze di vita in relazione alle dinamiche di gruppo. Ponete l'uno di fronte all'altro ogni antenato che visse un'esperienza di luce, di penombra ed oscurità pari alla vostra. Consentite che gli antenati collegati alle polarità espresse in questa esperienza di vita fisica dei gruppi, di fondersi fino a scomparire. Tirate su tutti i contratti e gli accordi correlati e bruciateli nel fuoco che arde sotto la vostra sedia.

31. **Inspirate** ed espirate lentamente. Ora immaginate la vostra famiglia interiore da quando avevate 0 anni alla vostra attuale età. Consentite a tutte le polarità che vennero interiorizzate in ogni famiglia interiore a causa delle dinamiche di gruppo nel corso della vostra vita siano cancellate. Osservate come certi membri della famiglia interiore si uniscano con altri e scompaiano significando la conclusione dei poli che avete conosciuto con i leaders, gli insegnanti, i capi di vario genere in questa vita. Portate alla luce i vostri accordi e contratti e bruciateli nel fuoco che arde sotto la vostra sedia.

32. **Inspirate** ed espirate lentamente. Ora intendete trascinare in avanti tutta la forma-pensiero basata sulla polarità che state in questo momento unificando, o che non siete riusciti ad unificare in precedenza nella vostra ascensione. Esprimete l'intenzione di voler riunificare tutta la vostra forma-pensiero precedentemente riunificata con la terza polarità correlata al linguaggio di Luce. Per ogni polarità intendete unire la forma-pensiero di luce, penombra ed oscurità fino a che nel vostro campo non sia emersa una nuova forma-pensiero che si regga in maggior equilibrio. (Suggeriamo che scorriate l'intera lista delle note dei toni singoli, doppi nella lista di controllo delle polarità con l'intenzione di unificare i tre poli dopo la conclusione della presente meditazione.)

33. **Inspirate** ed espirate lentamente. Consentite che tutti i modelli connessi alle polarità che avete sostenuto e che state trascendendo comincino in questo momento ad essere rilasciati dal campo.

34. **Inspirate** ed espirate lentamente. Consentite ora agli antenati della terra interna ed al vostro consiglio ancestrale dei 12 di presentarsi. Sedetevi per 1 minuto per dare ascolto a ciò che gli antenati hanno da dirvi in merito al vostro attuale processo di ascensione e percorso di vita. Permette loro di aiutarvi in qualsiasi circostanza vi troviate sottesa alla vostra attuale sofferenza e difficoltà. Intendete tessere un nuovo sogno insieme che risieda oltre la polarità che state sperimentando in questo momento.

35. **Fate** un ultimo respiro profondo e quando siete pronti, aprite gli occhi e ritornate alla stanza. Stiratevi le membra da un lato all'altro per consentire all'energia di fluire maggiormente. (Nota: a seguire suggeriamo una passeggiata, una nuotata, un bagno, od una jacuzzi, od una sauna per cooperare al processo di rilascio e d'integrazione.)