



La Centratura

-Colore: Fucsia-

-Senso: Olfatto-

-Profumo: Gelsomino e Lillà

Ogni essere vivente e non, ha la sua “centratura”, quel punto di “congiunzione animico” con l'intero universo.

Prima di fare tecnicamente la centratura è bene dare un comando al cuore. Con il potere dell'intenzione che tutto può, per riuscire a farlo senza difficoltà.

Dopo aver bevuto acqua e respirato profondamente, ad occhi chiusi, con una mano sul cuore o sulla creatura di Loris, pronuncia il seguente comando:

Cuore mio cuore, ti chiedo, con la forza e potenza della mia intenzione, Di sciogliere e trasmutare in amore e compassione, ogni blocco, stress, paura o patto, del presente e del passato, che mi impedisce il **CONTATTO DIRETTO CON IL MIO “CENTRO” ED IL COLLEGAMENTO FLUIDO con il tuo cervello animico.**

COSI' E', GRAZIE GRAZIE GRAZIE. (assaporate la gioia e la leggerezza che sentite!)



Potrebbe essere sufficiente farlo una sola volta, ma se si vuole si può fare ogni volta che vogliamo andare nella centratura.

Poi in stato di leggerezza e relax, chiudendo gli occhi, e inspirando il profumo, visualizzate il respiro che parte dal cuore come un colore fucsia e poi lentamente espirate, sempre con il cuore...due, tre, cinque volte, finchè tutto si acquieterà, anche la mente e pensieri si fermeranno, se ci sono lasciateli andare...

Fatelo spesso e all'improvviso vi accorgete di “esserci”!

Possono arrivare immagini, colori, messaggi che vi possono aiutare in questo momento.

Potete fare la centratura in qualsiasi momento della giornata, ma vi assicuro che la sera prima di addormentarvi è fantastico!!!