

# **Meditazioni per l'anima**

**Viaggi guidati nella Quinta  
Dimensione con musica stellare**

Meditazioni e canto di Devana

## **Introduzione**

Mi scuso per l'incipit brusco ma mi sono stancata di retoriche e giri di parole. Perciò andrò diretta al succo. Il mio viaggio è cominciato con la ricerca dell'immortalità cellulare, un viaggio che da una parte mi portava nei siti più sacri del pianeta, dal Tibet alle Ande, dalla Cambogia all'Egitto, da Rapa Nui allo Yucatan, dai cerchi nel grano ai megaliti bretoni, dal vulcano Snaefells in Islanda fino al monte Bugarach sui Pirenei. Dall'altro mi faceva ripercorrere le antiche strade della conoscenza tracciate nella mia memoria cellulare, attraverso il canto, la danza, il channeling. Tutto questo è descritto nella mia Trilogia dell'Immortalità ("*Gra(d)al il segreto della torre*", "*La via degli immortali*" e "*Il ponte tra i mondi-oltre l'apocalisse*") e nel mio sito [www.devनावision.it](http://www.devनावision.it), dove pubblico in tempo reale informazioni e risultati della mia ricerca. Nel frattempo ho anche messo per iscritto la mia visione di una società dell'oro che vive senza denaro né possesso. Una visione che avevo ricevuto da bambina e che mi accompagna ogni giorno. L'ho descritta in "*EkoNomia il futuro senza denaro*". Mentre viaggiavo, sia dentro che fuori, si consolidava in me la consapevolezza che, come avevo scritto in un libro creato a quattro mani con Gigi Capriolo - "*L'energia segreta dell'acqua*" -, essendo noi fatti al 90% d'acqua, abbiamo la possibilità di modificarci usando adeguati suoni che cambino l'informazione contenuta nelle molecole d'acqua di cui siamo composti.

La visualizzazione guidata e il suono-canto stellare, poiché agiscono direttamente sulla struttura frequenziale della nostra acqua interna, sono al momento gli strumenti più efficaci a nostra disposizione per cambiare il livello della nostra vibrazione ed entrare in una fascia di consapevolezza superiore che ci avvicina e ci introduce alla Quinta Dimensione. Il cervello vive con uguale intensità un ricordo vero e uno immaginato. Per il cervello non c'è differenza. E di conseguenza la chimica cellulare prodotta da tali visioni consolida le nostre visioni e ce le fa diventare "reali". Per entrare nella Quinta Dimensione bisogna visualizzarla abbastanza a lungo e intensamente da consentirle di "materializzarsi" ovvero di entrare nel nostro campo di percezione. Le tre meditazioni contenute nel cd sono tre viaggi nella Quinta Dimensione in base a ciò che mi viene concesso vedere dai suoi abitanti quando io stessa in meditazione vengo accolta tra loro. Il canto e la musica li riceviamo da altre dimensioni stellari e li sonorizziamo attraverso le mie corde vocali e gli strumenti di musicisti come noi allineati al Disegno Evolutivo. Il canto di per sé è una strada preferenziale per accedere a mondi paralleli. Unito alla musica e alla voce che guida e descrive le suggestioni da visualizzare diviene ancora più potente.

E' possibile seguire una meditazione singola o tutte e tre consecutivamente senza uscire dal rilassamento. Più intensamente e frequentemente visualizzerai e più in fretta entrerai nella percezione della Quinta Dimensione in sostituzione della terza (la quarta è di transizione ed è quella in cui ci troviamo noi ricercatori dello Spirito).

Di seguito riporto alcune mie intuizioni e considerazioni che giornalmente cerco di tenere presenti nel mio cammino di risveglio.

## **Portali, tunnel interdimensionali e mondi paralleli**

Sappi che a stelle e pianeti esterni alla crosta corrispondono stelle e pianeti interni per la legge di Trismegisto, come in alto così in basso, come nel grande così nel piccolo. I segnaposti di porzioni celesti sulla crosta, segnalati dalle torri presenti nei luoghi sacri del pianeta (si veda il mio "*La via degli immortali*"), sono il punto della proiezione sulla crosta dell'incontro tra pianeta/stella esterno ed interno. Per esempio Orione è fuori ma è anche dentro la terra Gaia, nel cielo interno. Ed anche dentro di noi che siamo proiezioni olografiche dei nostri veri Noi che risiedono nel cuore cristallino del pianeta.

L'universo è un gigantesco sistema frattale dove ogni forma ha il suo corrispondente micro e macrocosmico.

Perciò l'antica tradizione cinese dice che l'uomo è yin, dimensione intermedia tra yin e yang. E' l'Uomo il punto 0, il centro. E la ghiandola pineale è l'accesso che dal corpo porta agli altri mondi.

Nelle altre dimensioni si arriva transitando dalla nostra porta interna attraverso le cellule. Il corpo umano è la porta d'accesso. Le porte interdimensionali nei siti sacri del pianeta sono collettive ma il corpo è la porta individuale. In tutti i luoghi di comunicazione tra dimensioni si trova acqua... e l'acqua di cui siamo fatti ci conduce attraverso la soglia della pineale, così.

La domanda: perché ancora non vediamo e non sentiamo che l'illusione della realtà?

La risposta: perché le nostre sinapsi sono ancora collegate a vecchi schemi di frequenze visive e auditive. Dobbiamo creare nuove sinapsi che ci consentano di vedere ciò che già ci circonda, ma che al momento è impercettibile ai nostri sensi ancora tarati su vecchie modalità.

Dobbiamo agire attraverso la pineale per collegarci e "vedere" e dobbiamo fare finta di essere già fuori dal guscio per poter creare le nuove sinapsi che ci consentiranno di vedere ciò che realmente abbiamo intorno e non solamente ciò che crediamo possibile.

E' la funzione che crea l'organo.  
Quindi il suggerire alla mente una nuova realtà  
consente al cervello di creare nuove sinapsi  
che ci permettano di sperimentarla anche coi sensi.

Il momento dell'uscita dall'uovo è VICINO: si squarceranno i veli posti davanti ai nostri occhi, i quali sono solo fotocamere che trasferiscono segnali luminosi alla corteccia visuale posta a livello della nuca. E' il cervello che vede, non gli occhi. E il cervello vede solo ciò che ritiene possibile, ciò che gli è stato insegnato a vedere. All'uscita dall'uovo ci accorgeremo che il paradiso terrestre è sempre stato intorno a noi ma non eravamo in grado di vederlo a causa delle vecchie sinapsi che proiettavano sull'orizzonte degli eventi, film vecchi. Da qui la nozione secondo la quale noi vediamo sempre il passato. Tra il momento in cui la luce buca i nostri occhi e quello in cui "vediamo" ci deve essere stato il tempo per il cervello di cercare l'informazione in archivio, collegarla a qualcosa di già sperimentato e ritrasmetterla alla coscienza.

"Mettere Shambhala nel cuore" significa smettere di proiettare con la mente, da sinapsi vecchie e inutili, e portare al centro del nostro essere, il cuore appunto, l'immagine tanto desiderata che, grazie all'emozione suscitata nel cuore, anziché pensata nel cervello, acquisterà più velocemente consistenza (come spiegato nella teoria del "campo di Planck" dal premio nobel per la fisica Planck, appunto). La strada è viaggiare in Shambhala entrando dalla ghiandola pineale. L'ingresso all'Inframundo, alla terra "interna" che vibra su un'altra dimensione rispetto all'esterno, è un ingresso mistico ed energetico, non fisico. Occorre grande spiritualità e la capacità di sintonizzarsi su una realtà nuova. Occorre scegliere ed allenarsi. Non c'è altro modo. Ognuno ci deve arrivare da solo ma il bello è che volendolo e scegliendolo si è già a metà del cammino: il resto è solo allenamento.

Si dice mondi interni, Terra Cava, non in senso fisico (non avrebbe senso in un universo frattale e olografico) ma in senso vibrazionale. Sono interni a noi che, a nostra volta, siamo proiezioni olografiche di ciò che vive nel nucleo del pianeta.

## **Smettere di "creare" il futuro**

La beatitudine è adesso.

Continuando ad aspettarla nel futuro continuiamo a creare nel momento attuale un'assenza anziché una presenza. Bisogna ringraziare per ciò che c'è e ancora non vediamo, non continuare a pregare per qualcosa che crediamo non esserci. Perciò il 2012 è ora, non tra tre anni. Ora è già il momento, e se ancora i nostri sensi ci imbroglia è perché le vecchie sinapsi non sono ancora state rimpiazzate da quelle nuove. Ai mondi interni si accede dall'interno del corpo, non dall'esterno cercando un punto d'accesso geografico.

La musica e il suono stanno al corpo come i siti sacri stanno a Gaia: facilitano l'apertura. Ciò che apre la porta è la certezza che il futuro sia adesso e che bisogna "stare con ciò che c'è" perché è già il meglio per il nostro livello di crescita. Il Disegno ha bisogno che la nostra coscienza sia centrata sul livello fisico poiché solo attraverso esso, attraverso la chimica CELLULARE, si sperimentano le emozioni che servono alla concretizzazione dell'Idea Archetipica dell'Eden nella Mater-ia.

Per questo sono stati creati questi tre percorsi guidati alla Quinta Dimensione, che attraverso musica canto e voce apriranno nelle cellule di chi ascolta il canale necessario al risveglio.

Ogni musica è una porta d'accesso ad altre dimensioni: queste dimensioni passano attraverso l'udito, in assoluto il nostro senso più importante poiché la vista è totalmente ingannevole. Noi vediamo meno del 5% di ciò che esiste nell'universo, come possiamo pensare che questo rappresenti la totalità? Come possiamo dire "credo a ciò che vedo" se ciò che vediamo è solo un inganno della percezione.

Ciò che interpretiamo come solido è un aggregato di onde, distanti tra loro, che cambiano e si muovono in continuazione, fermandosi solo nell'attimo in cui apriamo gli occhi. Io direi che la realtà è ciò che vediamo con gli occhi chiusi, mentre tutto ciò che gli occhi aperti riportano come macchine fotografiche alla corteccia visuale, sita nel nostro cervello alla base del cranio, è falso, viene "interpretato" sulla base di ciò che il nostro sistema di credenze ci fa ritenere possibile.

Dobbiamo usare meno gli occhi e più le orecchie. Poiché gli occhi sono il portale d'ingresso dell'inganno sensoriale.

Il segreto è smettere di pensare che tutto ciò succederà, sebbene in un futuro prossimo. Poiché continuando a pensare che ciò avverrà nel futuro continuiamo ad alimentare un'assenza nel presente. E poiché noi sperimentiamo i nostri pensieri in forma solida, e li chiamiamo realtà, se i nostri pensieri creano sempre un bene supremo di là da venire significa che nel presente esso non c'è e questo è esattamente ciò che le nostre sinapsi ci suggeriscono di sperimentare. Dobbiamo cominciare a pensare che ciò che chiamiamo Età dell'Oro o Quinta Dimensione esiste già qui e ora sebbene i nostri occhi, la fonte dell'inganno più grande, non la possano vedere. Noi viviamo immersi nell'Eden ma i nostri occhi, ai quali diamo tanta importanza, vedono solo ciò che il nostro cervello ritiene possibile e pertanto i segnali luminosi vengono interpretati secondo la solita vecchia induzione mentale che chiamiamo "realtà concreta". La fisica dei quanti insegna che se teniamo gli occhi chiusi tutte le realtà sono possibili contemporaneamente: con l'azione dell'aprire gli occhi e dirigere lo sguardo, noi scegliamo una sola realtà tra miliardi. Dicono i fisici quantici che l'atomo, da noi considerato la parte solida della materia, è un'onda di possibilità che diventa particella di esperienza solo nel momento in cui apriamo gli occhi e lo "fotografiamo", bloccando così il flusso delle possibilità e congelandone una, di solito la più triste e limitante perché ci è stato insegnato a soffrire.

Il futuro è solo il tempo che ci serve a uscire dall'inganno della percezione attraverso l'allenamento a sentire la Quinta Dimensione come già presente: è la funzione che crea l'organo!!!

L'inversione polare attesa per il 2012 non è tra nord e sud ma tra est e ovest: il maschile andrà a depositarsi sul femminile e viceversa. Perciò tutte le funzioni finora gestite in modo maschile, come l'esercizio del potere in modo separativo e competitivo, lo saranno in modo femminile: un potere quindi aggregativo, volto al benessere della comunità e alla crescita personale come ogni madre garantirebbe ai suoi figli.

La funzione femminile per eccellenza – l'intuizione – sarà gestita in modo maschile, quindi non più dispersivo e "sognante" ma concreto e pragmatico, con risultati tangibili in forma di materializzazione solida delle proprie fantasie. Le facoltà cosiddette paranormali diverranno normali e immediatamente accessibili.

Tu che leggi queste righe e ascolti la mia voce potrai utilizzare un brano per volta, singolarmente, e lavorarci su finché non riuscirai a riprodurre immediatamente, non appena chiudi gli occhi, le immagini suggerite. Magari aggiungendone di tue. Oppure puoi ascoltare i tre brani come sono incisi senza interruzioni. In questo caso non dovrai fare nient'altro che trovare una posizione molto comoda che ti permetta di stare rilassato per circa 40'. A te la scelta.

Buon proseguimento di risveglio.

Devana

## **La Quinta Dimensione**

In Quinta Dimensione si entra attraverso speciali musiche che, informando la nostra acqua interna, cambiano la nostra percezione sensoriale. La Quinta Dimensione non è un luogo fisico ma un luogo della mente, un'area del nostro cervello ancora senza sinapsi dove possiamo creare nuovi collegamenti neuronali che ci consentano di percepire attraverso i sensi in modo diverso da quello attuale. E' inutile cercare un ingresso nel pianeta. Occorre invece cercare un accesso a nuovi livelli di coscienza della nostra mente. Il tutto avviene internamente al nostro essere, non occorre viaggiare ma entrare profondamente dentro di noi. I viaggi nei siti sacri servono però a riattivare le memorie cellulari di cui siamo composti. Le memorie più antiche provenienti dai tempi in cui avevamo il Sapere.

In Quinta Dimensione ci si muove esclusivamente danzando e continuamente musiche si diffondono nell'ambiente circostante, anche in esterno. Le costruzioni e la natura sono miscelate sapientemente e accanto agli alberi sorgono enormi quarzi. Le abitazioni sono fatte di una sorta di alabastro scintillante ma in realtà composto da energia compatta, non da pietra.

Ci vivono esseri bellissimi e abbigliati con tuniche e pantaloni colorati. Quando li visito mi accolgono con calore facendomi partecipare alle loro danze. La tavola è una sorta di altare sulla spiaggia e nutrirsi è un rituale, come una messa. Splendide tavole imbandite in riva all'acqua azzurra, sulla sabbia bianca, e noi lì ad annusare i profumi dei cibi e dei fiori e delle erbe aromatiche fino a stordircene.

Il massaggio reciproco è quotidiano. Sotto alberi, perlopiù conifere il cui colore va dalle più chiare tinte acqua fino all'azzurro aviazione passando per tutte le tonalità del verde, scintillanti come per magia illuminati dall'interno, sono posti comodi lettini sui quali a turno ci si massaggia.

Dalla vista entra la fonte dell'inganno attraverso la percezione sensoriale. Bisogna sostituire alla vista l'udito poiché ciò che vediamo è totalmente falso mentre l'udito è l'ingresso dei suoni della natura e della musica che sono porte verso altre dimensioni.

## **La creazione della realtà**

La fisica dei quanti e la psiconeuroendocrinoimmunologia ci insegnano che tutto ciò che vediamo dipende da noi. Infatti il cervello non riconosce la differenza tra ciò che vede e ciò che ricorda perché in entrambi i casi si attivano le stesse reti neuronali: quindi possiamo dire che il cervello non sa la differenza tra ciò che succede fuori e ciò che succede dentro. Un "fuori" indipendente da ciò che succede "dentro" non esiste nemmeno.

Vediamo solo ciò che riteniamo possibile perché il cervello valuta le immagini fornite dagli occhi, che agiscono come videocamere, ma riconosce e proietta alla nostra coscienza solo quelle "possibili", dopo averle giudicate.

Dicono i fisici quantici che la materia non è ciò che pensiamo che sia. Non è solida. Lo spazio occupato dalle particelle dentro le cellule è insignificante rispetto al volume complessivo, il resto è "vuoto".

Quando i nostri occhi sono chiusi e noi non guardiamo ciò che esiste sono "infinite onde di possibilità". Quando invece apriamo gli occhi e guardiamo esse diventano "particelle di esperienza". Siamo noi con l'azione del guardare che congeliamo nell'attimo l'onda trasformandola in particella. Quindi, ogni volta che apriamo gli occhi decidiamo quale realtà creare. Questo è riconosciuto dalla fisica quantica.

Il pensiero consapevole può cambiare la realtà, perché la "realtà" è solo una delle infinite possibilità che io scelgo attraverso l'azione del pensare, sebbene inconsapevolmente.

## **La chimica delle emozioni**

Continuamente creiamo nella nostra mente dei modelli del mondo esterno, raccontiamo a noi stessi delle storie su ciò che riteniamo essere il mondo esterno. Ogni informazione che riceviamo

dall'ambiente esterno normalmente viene sempre interpretata in base a esperienze che abbiamo già avuto e a emozioni che abbiamo già provato.

Chi agisce quando io rispondo agli stimoli delle emozioni? Fisiologicamente accade che le cellule nervose si collegano e, se lo stesso pensiero viene pensato abbastanza a lungo, le cellule nervose creano solidi collegamenti tra loro determinando un nuovo modo di percepire la realtà.

E' fondamentale comprendere che LA REALTA' NON ESISTE, ESISTE SOLO LA PERCEZIONE DI ESSA CHE NOI ABBIAMO.

Se decidiamo di interrompere consapevolmente il circolo vizioso dei pensieri consentiamo alle nostre cellule nervose di ROMPERE I LEGAMI PRECEDENTEMENTE INSTAURATI. Più decisamente lo faremo, più rapida e definitiva sarà la disconnessione. POTREMO VEDERE L'AMBIENTE CHE SI ADEGUA AUTOMATICAMENTE ALLA NUOVA REALTA' DA NOI PENSATA.

### **Cambiare pensieri per cambiare realtà**

Noi possiamo letteralmente "sparire" cioè uscire dalla zona del cervello dove si è stabilita la nostra VECCHIA personalità associata a certe persone, luoghi, tempi ed eventi. L'alternativa è entrare in un territorio completamente nuovo del nostro cervello costringendolo a connettersi a un concetto diverso. Vale a dire che cambiando dentro si cambia fuori.

Sostiene Ramtha che <un giorno tutti noi raggiungeremo il livello degli avatar e i nostri corpi sperimenteranno nuove modalità, nuova chimica, nuovi ologrammi, nuove regioni perdute del pensiero, ma soprattutto i nostri sogni più reconditi.>

Perché usiamo la visualizzazione? Lo si capisce leggendo gli step attraverso i quali la mente crea la realtà

- nell'infinito mare delle possibilità, esistono infinite onde di possibilità
- gli occhi, aprendosi, fotografano l'onda e ne congelano un istante in una particella di esperienza: una sola delle infinite possibili
- il cervello valuta e suggerisce alla percezione sensoriale solo ciò che ritiene possibile, ossia ciò che è allenato a "vedere", unitamente a ciò che garantisce la produzione di una certa chimica emozionale di cui le cellule sono ghiotte
- l'esperienza viene classificata sulla base di esperienze pregresse e ricreata come in passato lungo lo stesso percorso neuronale e con le stesse reazioni emotive
- a questo punto entra in gioco il desiderio di provare fisicamente l'emozione associata a quel ricordo-evento, tramite una consona produzione chimica di neuropeptidi
- i neuropeptidi, prodotti dall'ipotalamo e distribuiti dall'ipofisi, viaggiano nel corpo e portano nei recettori delle cellule la chimica delle emozioni affinché si possa sperimentare fisicamente l'emozione dell'esperienza (sempre la stessa se i tracciati neuronali non cambiano)
- si innesca un circolo vizioso dovuto all'assuefazione alla chimica di una determinata emozione, tale per cui la quantità richiesta è sempre in aumento a causa del logorarsi del recettore, mentre continuiamo a ricreare le situazioni che ci consentono di avere quella risposta chimica di cui siamo ghiotti, in dosi sempre più massicce
- dunque chi decide la realtà che noi creiamo pensando? Sono le cellule, poiché orientano il nostro sguardo in modo da garantirsi la chimica prodotta da quell'emozione
- occorre cambiare pensieri per cambiare risposte emozionali e quindi modificare la realtà

E' LA MENTE CHE CREA LA "REALTA'"

Sappiamo dalla fisica quantica che è l'osservatore a creare la realtà e che con gli occhi chiusi siamo nell'ambito delle infinite possibilità, l'ambiente idoneo a creare una realtà nuova. Il trucco è creare con la mente il nostro nuovo ambiente in modo tale da poterlo, poi, sperimentare anche con gli occhi aperti.

## L'uscita dall'uovo

Scrivevo nel mio libro *"Il ponte tra i mondi"*:

Viviamo all'interno di un'illusione, un velo che ci fa da schermo come in un cinema a 360°. Questo velo è come un uovo nel quale siamo immersi. Esso ci isola dalla realtà poiché, circondandoci, ci impedisce di vedere la realtà stessa tutt'intorno a noi e ci fa credere che essa sia quello che vediamo proiettato sulle pareti dell'uovo ovvero le memorie del nostro passato trasformate nel nostro futuro.

*L'orizzonte degli eventi è lo schermo che viene scambiato per realtà, simile a un uovo che circonda ogni individuo. Questo schermo è in istantanea connessione con quello del proprio vicino. (Giuliana Conforto)*

Riceviamo tutti le stesse immagini, dal computer centrale attraverso i minibuchi neri che sono le nostre cellule, e le proiettiamo ciascuno sul suo uovo scambiandole per realtà. Ecco perché tutti vediamo la stessa illusione che chiamiamo realtà. Quindi continuando a credere all'uovo non potremo mai vedere la realtà e soprattutto non potremo mai avere percezione del presente poiché i sensi si adeguano in ritardo al movimento della luce. Ciò che vediamo e consideriamo presente è in realtà sempre passato.

Tutte le culture ancestrali affermano che l'umanità nasce da un uovo: la religione misterica orfica, il druidismo, l'occultismo egizio e, come avrei scoperto, i Rapa Nui dell'Isola di Pasqua e gli Olmechi in centro America.

Perché?

Perché la vera nascita è l'uscita dal guscio dell'illusione - la maya degli Indu e la caverna di Platone - quando si rompe l'uovo e l'essere vivente ne esce cominciando a vedere davvero la realtà e non più la proiezione sulle pareti dell'uovo stesso che fino a quel momento aveva scambiato per realtà. La portata immensa di questa informazione è che noi siamo convinti di essere vivi e di percepire la realtà mentre non siamo ancora nati poiché siamo chiusi dentro nel guscio (la caverna di Platone) e percepiamo le immagini proiettate sul guscio stesso. La nascita è il momento dell'uscita dal guscio-caverna.

In *"La via degli immortali"* avevo descritto i "sedili del diavolo": macchine di pietra che in tutto il mondo servono a far maturare l'uovo per consentire all'essere al suo interno (noi) di nascere.

Noi "vivi" stiamo in realtà aspettando di nascere. Il guscio (che è l'orizzonte degli eventi) ci circonda come uno schermo a 360°. Sulle sue pareti le nostre cellule, che sono minibuchi neri, proiettano le immagini che ricevono dal computer centrale filtrate dai nostri sistemi di credenze. Ma la cosa ancora più sconvolgente è che noi siamo anche tutto ciò che c'è dentro il nostro uovo. Ciò che "mi circonda", o meglio ciò che proietto e interpreto come realtà, è anch'esso... me. Le mie cellule non formano solo il mio corpo ma anche tutto il resto fino al confine, allo schermo 3D. Io sono tutto ciò che vedo intorno al mio corpo, oltre la mia pelle, ed è per questo che posso influenzare la "realtà" intorno a me.

Per chiarire con un esempio buffo è come se il mio corpo fosse il tuorlo e la "realtà" intorno a me l'albume: il guscio è lo schermo. Io non sono solo il tuorlo (il mio corpo lo è) ma sono anche l'albume e il guscio. Quindi ogni volta che respingo qualcosa o qualcuno sto respingendo una parte di me. Io e le cellule di cui è formata la realtà nel mio uovo siamo Uno. Quando l'uovo sarà maturo per aprirsi potremo nascere e uscire dall'illusione che ciò che abbiamo visto all'interno del guscio fosse realtà.

In realtà potremmo immaginare (ma è poi proprio così) di star proiettando un film per... ingannare l'attesa della nascita: decidiamo noi che film vedere. L'importante è essere consapevoli che si tratta solo di un film, seppure interattivo e in 3D, e che siamo noi a decidere quale proiettare. Possiamo cambiarlo, se non ci piace, perché si tratta solo di un film!

Non siamo ancora nati.

Stiamo sognando la realtà come embrioni negli uteri materni.

Siamo sempre stati nell'Eden ma a un certo punto non lo abbiamo più visto perché siamo circondati dalle pareti dell'uovo che ci impedisce la visuale.

Ecco perché tutte le culture antiche sostengono che l'umanità nasce da un uovo e non da un'utero.

La consistenza dell'uovo è data dall'unione delle tre dimensioni spaziali - lunghezza, larghezza e profondità - più il tempo. Su di esso si proietta l'evento quando la luce da lui emessa lo colpisce: nel momento in cui i segnali luminosi, che hanno bisogno di tempo per muoversi, raggiungono l'uovo, allora l'evento diventa per noi "visibile". Ma quando questo succede l'evento è già passato.

Chi "muore" in realtà esce dal guscio che è il suo corpo e lo lascia dietro di sé, come qualunque pulcino farebbe. A quel punto, non facendo più parte della proiezione, noi non possiamo più vederlo. Si è trasferito nel piano della



realtà, fuori dall'illusione. Alla nostra nascita metteremo la testa fuori dal guscio e vedremo!!! Vedremo la realtà fuori e ciò che siamo veramente e sapremo in che direzione andare per proseguire il viaggio. Il velo si squarcerà e il ponte sull'acqua sarà davanti a noi. In realtà c'è sempre stato ma noi non potevamo vederlo perché il guscio dell'uovo, ovvero l'orizzonte degli eventi, ce ne impediva la vista.

...

Il proiettore, che finora è stato la testa, deve diventare il cuore. Il vero incrocio degli assi. Per poter percepire l'Età dell'Oro, la Quinta Dimensione, dobbiamo visualizzarla e portarla nel cuore. Solo così potremo percepirla e viverla coi sensi come la nostra nuova realtà. Non mi aspetto un'astronave che venga a prelevarmi quando sarò pronta perché l'astronave è già parcheggiata fuori casa e mi sta aspettando, solo che non la vedo!!! Perché è fuori dall'uovo.

## Salire ad un nuovo livello di coscienza

In *“EkoNomia, il futuro senza denaro”* ho descritto come è la società nell’Età dell’Oro in base a una visione che ebbi in sogno a 7 anni. Una volta pubblicato il libro scoprii che vi è un luogo dove già si vive in base a quel modello, ovvero senza denaro né proprietà e nella libera condivisione dei beni. Questo luogo è la Quinta Dimensione, geograficamente identificata con la Terra Cava ma in realtà dimensione parallela, né dentro né fuori ma coesistente ad un’altra frequenza vibrazionale. Il nuovo modello di società si può realizzare solo cambiando il livello di coscienza degli esseri umani. Per poter scardinare la coscienza dalla personalità, agganciandola definitivamente al Sé impersonale, ovvero al “Tutto”, l’unico metodo è intraprendere un cammino spirituale.

Tra i vari sistemi utili, la meditazione consente alla coscienza di sganciarsi dal corpo fisico fissandosi nei corpi sottili dove la percezione di essere parte di un tutto è sperimentabile, anzi è la condizione normale.

Tale esperienza dona una sensazione di calma, di gioia, di serenità ed è uno stato dell’anima che presuppone il completo rilassamento del corpo, il respiro lento e ritmico, i pensieri placati e l’animo calmo. Scrivevo:

In quella condizione l’essere immortale che è dentro ognuno di noi si libera dai vincoli terreni e mortali e si eleva in dimensioni fuori dallo spazio-tempo, dimensioni dove tutto è chiaro e dove la consapevolezza dell’unione col divino diventa lo stato d’animo naturale.

La meditazione e la ricerca spirituale sviluppano la coscienza dell’unione e dell’amore cosmico, cancellando la falsa credenza di essere soli e isolati, separati dal cosmo e dal divino.

Nella società dell’Oro, alla fine del ciclo precessionale (*“La via degli immortali”*), nulla è più veramente necessario e ognuno si occupa solo di ciò per cui si sente naturalmente portato. La società è interamente composta da arti-giani, cioè da tutti coloro che esercitano un’arte: chi coltiva la terra, chi alleva, chi tesse, chi crea manufatti, chi costruisce case, chi coordina, chi progetta, chi amministra le materie prime, chi alleva i bambini (che saranno sempre meno perché la vita umana sarà molto lunga) e infine chi si dedica all’arte propriamente detta – danza, musica, pittura, scultura, canto e quant’altro.

Poiché non esiste più accumulazione né consumismo, ad ogni persona rimane molto tempo libero da dedicare ad altre attività che portino allo sviluppo spirituale, come la meditazione, il channeling, le passeggiate nella natura, l’esercizio fisico e lo sport, il silenzio e il mantra chanting, lo studio e la pratica di attività psico-fisiche.

Il tempo libero viene inoltre ottimizzato da altri artigiani che producono libri, organizzano viaggi o spettacoli o gruppi di lavoro per seminari spirituali o per attività artistiche o sportive.

E’ così facile, così naturale... così giusto!!!

Per comunicare non c’è più bisogno di elettronica poiché ognuno di noi torna in possesso delle sue innate facoltà telepatiche. Nella nuova società l’altissimo senso etico e la responsabilità personale derivanti dal sentirsi parti di un unico corpo, fanno sì che ciascuno usi il buon senso e il discernimento nelle sue azioni e decisioni, agendo con l’unico obiettivo del benessere di tutti.

I villaggi sono situati in luoghi caldi con temperatura costante. Questo fa sì che non ci sia necessità di riscaldare i locali abitativi. Nelle vicinanze ci deve essere una sorgente di acqua calda dove creare bagni per lavarsi e bagni per abluzioni purificatrici, in tal modo saremo liberi dal petrolio.

Il fuoco con legna potrà senz’altro essere acceso ma consapevolmente per le cerimonie e le meditazioni quando si desidera. Per tutto il resto si utilizzerà l’energia solare o geotermica o del sole centrale.

Scrivevo in *“EkoNomia”*:

Le abitazioni saranno piccole, ecologiche e deliziose. L’igiene è fondamentale. Ad ogni nucleo familiare spetterà un’abitazione della misura consona e con sufficienti servizi igienici. Il gusto e la perfezione estetica dell’arredamento, che sarà semplice ma raffinato, con mobili e oggetti interamente fatti a mano, saranno fondamentali poiché solo vivendo in un ambiente bello e pulito si può mantenere un alto livello di vibrazione. La bellezza e la pulizia sono imprescindibili.

Una grande sala per le attività comuni - meditazioni, cerimonie, spettacoli e intrattenimenti musicali, danza, conferenze e quant'altro – sarà sempre aperta e così pure uno spazio sacro per i rituali nella natura e per il solarium dove prendere bagni di sole. Inoltre sarà disponibile una biblioteca e una grande sala da pranzo...

... affacciata sull'acqua o forse addirittura all'aperto sulla spiaggia.

Le botteghe nei giardini espongono i preziosi prodotti dell'artigianato e chiunque può servirsi gratuitamente secondo le sue necessità. C'è chi si occupa dei giardini, chi conduce le meditazioni, gli artisti per i momenti di intrattenimento, gli artigiani per la produzione e la manutenzione delle cose pratiche.

Le colture e la fase della raccolta e preparazione del cibo sono eseguite con rispetto e consapevolezza. Inoltre tutti coloro che hanno studiato o stanno studiando qualcosa che vogliono condividere con la comunità, organizzano sessioni di insegnamento per mettere a disposizione di chi lo desidera le loro esperienze. Vari tipi di massaggio vengono liberamente scambiati sotto gli alberi.

Un coreografo crea danze alle quali possano prendere parte tutti coloro che lo desiderano.

L'abbigliamento è un "vestirsi di colore".

Infatti il colore interagisce con le emozioni umane; ad ogni colore è legato uno stato d'animo e i colori si attivano a vicenda in molte sfaccettature che da soli non avrebbero.

Diventando consapevoli dei colori che indossiamo, siamo in possesso di uno strumento formidabile per accrescere il nostro livello di coscienza in modo del tutto "automatico", nel senso che non dobbiamo fare altro che scegliere i vestiti del colore giusto ed essi lavoreranno per tutta la giornata sulle nostre emozioni, in microinformazione dalla pelle, anche se non ne siamo coscienti.

I colori devono essere preferibilmente in nuances per non creare confusione nei corpi sottili e consentire loro di armonizzarsi con un sistema simile all'unicismo omeopatico. Un completo di diversi capi d'abbigliamento e accessori tutti realizzati con quel gruppo di colori porterà chi lo indossa a sviluppare dentro di sé lo stato d'animo collegato a quell'abito.

Quando si riceve un colore con cui interagire tutto ciò che si indossa diventa "medicina".

Le tuniche e i gioielli, realizzati con pietre in risonanza cromatica, sono creati da artigiani preposti a questo. Sono semplici e raffinati.

Ogni persona sceglie o viene aiutata a scegliere i colori della tunica in base allo stato d'animo che vuole evocare e per un certo periodo di tempo utilizzerà solo quella nuance di colori in uno o più abbinamenti. In futuro quei completi potranno essere restituiti alla comunità. Sarà possibile avere pochi abiti personali ai quali si sia stabilmente collegati. Il resto verrà rimesso a disposizione della comunità per non creare accumulazione e scarto inutile.

L'altissimo livello di igiene, consapevolezza e attenzione faranno sì che le persone si sentano a proprio agio anche con abiti usati poiché tutti siamo Uno e un abito usato prima da un fratello e poi da me non può darmi fastidio.

In molti mi chiedono azioni concrete per attualizzare questo progetto. Io credo che prima delle azioni debba essere creato un comune pensiero, visualizzato e focalizzato da un sufficiente numero di persone e abbastanza a lungo da consentirci di raggiungere la massa critica.

Prima di "fare" dobbiamo essere uniti nel PENSARE, per dare forza alla visione creando così un canale rapido e indolore perché essa si concretizzi senza sforzo.

I tempi sono maturi. Possiamo approfittare di questa energia di cambiamento che ora pervade le nostre azioni e i nostri pensieri. E' stato sufficientemente dimostrato che quando un gruppo abbastanza numeroso e focalizzato di persone si concentra su un intento comune, ciò che viene pensato finisce per accadere.

E questo è il motivo per cui anche tu, ascoltando questo CD, diventi co-creatore dell'Età dell'Oro.

# 1° meditazione: L'incontro con gli abitanti della Quinta Dimensione

Trovate una posizione comoda, dove la schiena sia allungata e il corpo totalmente rilassato.

Divenite consapevoli del vostro respiro

inspirate....

ed espirate consapevolmente...

e preparatevi a viaggiare insieme a me per raggiungere una dimensione dove esistono cose che da sempre ci attendono per portarci nella gioia, nell'elevazione spirituale, nell'abbondanza e nella pace.

Stiamo parlando della Quinta Dimensione, laddove tutti noi siamo diretti.

Ora immaginiamo di ritrarre i nostri sensi al centro del nostro essere, diveniamo minuscole scintille di energia mentre il nostro corpo si rilassa totalmente. Il nostro corpo giace pesantemente abbandonato intorno a noi... e noi diveniamo minuscoli... all'interno del nostro cranio dove ha sede la ghiandola pineale. Lì portiamo la nostra consapevolezza, lì noi viviamo in eterno.

Immaginiamo di essere nella sala dei comandi che guida questo robot biologico meraviglioso che chiamiamo corpo. Dalla sala dei comandi lo lasciamo riposare mentre cominciamo a scendere una scala di 21 gradini che ci porta al centro del nostro essere.

Scendiamo insieme ora...

21, 20, 19..... 4, 3, 2, 1... siamo in fondo alla scala. Davanti a noi una porta verde dalla quale fuoriesce una luce smeraldina, un profumo di menta ed eucalipto ci avvolge aiutandoci a rilassarci e ad abbandonarci fiduciosamente a questo suono lungo il quale viaggiamo sempre più in profondità nella memoria del tempo.

Appoggiamo la mano sulla maniglia e al 3 apriamo la porta... 1... 2... 3...

Si spalanca la porta e, davanti a noi, un paradiso verde, una bucolica scena della natura, un prato che come un tappeto accoglie i nostri passi, le piante dei nostri piedi, nude, accarezzate dai fili d'erba. Camminiamo osservando ciò che c'è intorno a noi... alberi, fiori, un ruscello che gorgoglia dolcemente.

E vediamo venirci incontro degli esseri sorridenti. Si avvicinano e ci osservano: sono gli abitanti della Quinta Dimensione. Sono vestiti di leggerissime tuniche colorate che aprono le frequenze dei nostri corpi sottili e ci aiutano a riequilibrare le nostre emozioni.

Vi sono esseri vestiti di ROSSO che ci ricollegano alle radici e ci agganciano fortemente alla Madre Terra. Esseri vestiti di rosso danzano davanti ai nostri occhi. In mezzo a loro si uniscono creature vestite di ARANCIONE. L'arancione ci aggancia al senso della gioia, alla pienezza della vita, alla capacità di godere tutto ciò che di buono e di bello l'Universo ci offre. Le tuniche arancione si mescolano a quelle rosse; mentre la danza intorno a noi prosegue con esseri vestiti di tuniche gialle. Il GIALLO è il colore della consapevolezza di sé, della fierezza, della dignità. Il giallo è il colore del sole che risplende nel nostro corpo e ci fa sentire fieri della nostra Umanità e della nostra Divinità. Il giallo, l'arancione, il rosso.

Intanto altri esseri si uniscono alla danza, esseri vestiti di un meraviglioso VERDE smeraldo. Il verde è il colore dell'amore universale, dell'affettività, del sentirsi collegati a tutti gli esseri viventi di ogni specie e dimensione. Il verde risveglia in noi la memoria di essere amati e di amare profondamente la vita. Il verde, il giallo, l'arancione, il rosso. Mentre alla danza si uniscono altri veli, indossati da altri esseri splendidi. I veli del colore BLU come il cielo al tramonto. Il blu è il colore dell'espressione, del saper dire, del saper esprimere ciò che la nostra mente crea, del canto e del suono. E mentre il blu si mescola al verde, al giallo, all'arancione e al rosso lasciamo che un leggero canto sgorgi dalla nostra gola.

...

E alla danza si uniscono altri esseri le cui vesti sono color INDACO. L'indaco è il colore dei viaggi interiori, la capacità di ricordare le nostre origini, la direzione. L'indaco è il colore che ci collega al Padre Cielo come il rosso ci aveva collegati alla Madre Terra. Lasciamoci pervadere da questo

colore di cielo stellato, mentre intorno a noi sempre più esseri stanno danzando nei loro colori. L'indaco, il blu, il verde, il giallo, l'arancione, il rosso.

Ed ecco che alla danza si uniscono molti bimbi, bimbi di tutti i colori e di tutte le razze, bimbi vestiti di VIOLA... hanno piccole tutine di veli color viola, il viola del tramonto, il viola che ci ricorda la nostra immensità, la nostra leggerezza, la nostra capacità di volare fuori dall'illusione che chiamiamo realtà. Il viola, l'indaco, il blu, il verde, il giallo, l'arancione, il rosso.

Ora guardiamo questi esseri davanti a noi, guardiamoli negli occhi, osserviamo i loro occhi meravigliosi, caldi... e lasciamoci abbracciare. Prendiamo le loro mani, entriamo nei loro abbracci, che ci conducono in Quinta Dimensione, che ci conducono verso una pura sorgente d'acqua.

I bimbi ci prendono per mano, riempiendoci di gioia e di pace. E ci lasciamo trasportare leggermente in mezzo ai veli colorati, fino a mettere i piedi nella freschissima acqua di questa fonte mentre alcune creature femminili con veli bianchi versano dell'acqua su di noi e ci purificano dalle nostre memorie carmiche, dalle nostre aspettative, dalle nostre pesantezze, dal passato e dal futuro, e mentre l'acqua scende sul nostro capo e scivola sulle spalle, sul ventre, sulle gambe e lungo le dita delle mani, noi percepiamo il QUI E ORA. Entriamo nella stabilità e nella centratura, nell'eterno presente immortale.

Ora veniamo accompagnati fuori dall'acqua e ci viene porto un asciugamano di tela finissima per detergere l'acqua e ci viene offerto il nostro abito, del colore giusto per noi, per l'emozione che in questo momento dobbiamo riequilibrare. Potrà essere rosso, arancione, giallo, verde, blu, indaco o viola o di qualunque altro colore e sfumatura argenteo dorata, o di tutte le tonalità della Madre Terra di cui abbiamo bisogno in questo istante. Siamo totalmente liberi di accogliere il colore e la frequenza giusti per noi.

Veniamo vestiti sulle rive del laghetto sacro, mentre l'acqua ancora lambisce i nostri piedi e veniamo accolti in questa comunità di Quinta Dimensione, dove potremo tornare ogni volta che lo desideriamo. E dove di volta in volta ci verrà offerto un nuovo abito di un nuovo colore, sempre adeguato all'emozione che in quel momento sarà bene per noi riequilibrare.

...

Ora avete la facoltà di ritornare allo stato di veglia o di proseguire il viaggio senza interruzioni. In entrambi i casi rimanete rilassati e sereni ascoltando la voce e il canto.

## **2° meditazione: La danza e la visita del villaggio di Quinta Dimensione**

Torniamo alle immagini della Quinta Dimensione. Per chi non è mai uscito semplicemente ricordiamo che siamo molto rilassati. Per chi è uscito e vuole ritornare, portiamo l'attenzione al respiro e lentamente rilassiamo il corpo e lo lasciamo riposare come un panno bagnato sul piano d'appoggio. Facciamo dei respiri profondi e ci prepariamo a ritrovare l'ambiente che avevamo da un attimo lasciato.

Respiriamo... Respiriamo...

Respiriamo...

Stiamo per essere coinvolti in una danza gioiosa insieme ai nostri fratelli e sorelle della Quinta Dimensione, che ci prendono per mano e ci accompagnano nella visita del luogo dove vivono. E danzando e muovendoci al ritmo di questa musica li seguiamo prendendo le loro mani. I nostri piedi si muovono agevolmente e osserviamo intorno a noi: le tavole imbandite di cibo, le piscine di acqua azzurra sorgiva, i laghetti, gli orti, i frutteti.

I villaggi della Quinta Dimensione sono luoghi di rara bellezza, grazia e pace, sono luoghi dove il lavoro è soltanto un modo per evolvere spiritualmente, dove tutto ciò che viene creato è liberamente distribuito e condiviso con tutti i membri della comunità. Dove l'allegria e la gioia sono lo stato d'animo costante. L'aria è calda in modo naturale. Esistono fonti d'acqua calda che riempiono le vasche e fonti di acqua freschissima per le purificazioni. Gli orti e i frutteti producono in abbondanza, senza bisogno di essere manipolati, perché la Madre Terra dona con abbondanza e con gioia a piene mani l'alimento per i suoi figli. Gli esseri che vivono qui si amano e condividono tutto in una perfetta libertà. Tutto è accessibile e utilizzabile nel rispetto e nell'amore reciproco.

Il cibo ha un sapore meraviglioso poiché viene preparato con amore e consapevolezza e mangiato in maniera rituale. Continuiamo a danzare e osserviamo quanto tutto intorno a noi sia ordinato, essenziale, equilibrato e luminoso. Tutto coesiste nella danza e nella gioia quotidiana. Nella vitalità, nella salute e nel benessere costante.

E sempre danzando veniamo invitati a visitare le loro case, fatte di energia condensata. Danzando saliamo gradini di energia ed entriamo in case luminose composte di energia condensata perfettamente integrate nelle rocce di cristallo, nelle rocce di quarzo, o sugli alberi o lungo la spiaggia, una spiaggia di sabbia bianchissima...

... e non smettiamo di danzare.

I nostri piedi si muovono da soli. Stiamo ancora danzando e lasciamo entrare nei nostri cuori la gioia, la felicità e l'allegria mentre ci viene offerta una bevanda dolce inebriante, mentre ci riempiamo della luce della frequenza della Quinta Dimensione.

I bimbi danzano insieme a noi.

Veniamo condotti alla tavola imbandita dove ci vengono offerti frutti dal sapore soave e del pane caldo e croccante: i doni della Madre Terra che ringraziamo, e condividiamo con i nostri fratelli e sorelle che danzano vestite di colore.

E tutto in questo luogo parla di gioia, pace, equilibrio e vitalità.

...

Lentamente la danza si ferma e noi respiriamo, osservandoci intorno in questo luogo di colore, di magia e di beatitudine. Intorno a noi i nostri fratelli e sorelle di Quinta Dimensione ci accolgono e ci guardano con amore.

...

Come prima possiamo concludere il nostro incontro e risalire ai livelli di oggettività con dei respiri profondi oppure possiamo proseguire nel viaggio.

### **3° meditazione: La salita al tempio e la guarigione**

Ancora una volta, per il nostro terzo momento nella Quinta Dimensione, chi era ancora rilassato riporti sempre più l'attenzione al rilassamento, chi invece era uscito può rientrare velocemente ascoltando il canto, trovando una posizione comoda e rilassandosi col conteggio da 21 a 1 gestito autonomamente.

...

Ora immaginiamo che i nostri amici, fratelli e sorelle del villaggio di Quinta Dimensione, ci conducano salendo per la collina... che di fronte a noi cattura i raggi del sole... che fanno muovere l'erba.

Saliamo... e camminiamo, un passo dopo l'altro, salendo per la collina e lasciando che la brezza e il profumo dell'erba e degli alberi ci avvolga e ci inebrii, entrando dalle narici e da tutti i pori della nostra pelle.

Saliamo, per mano ai nostri fratelli e sorelle, osservando la natura rigogliosa intorno a noi. I fiori di tutti i colori, i cespugli, gli alberi, l'ondeggiare delle foglie accarezzate dal vento.

...

Il vento ci riconosce e ci accarezza la pelle, come prima l'acqua aveva accarezzato le dita dei nostri piedi. E mentre ad ogni passo ci agganciamo al cuore di Madre Terra, i nostri capelli si collegano al Padre Cielo e ci sentiamo beatamente immersi nella dimensione del CENTRO.

Intanto siamo arrivati quasi sulla cima della collina... e camminiamo e ci muoviamo come foglie portate dal vento quasi danzando, mentre arriviamo sulla sommità e, davanti a noi, si apre un pianoro di erbetta verde che accarezza dolcemente le piante dei nostri piedi.

Camminiamo e la tunica colorata della quale siamo stati vestiti accarezza le nostre caviglie.

Camminiamo fino a che di fronte a noi prende forma una cattedrale di luce: il TEMPIO DELLE GUARIGIONI.

In questo luogo sacro non esistono parole ma solo suoni.

Suoni... sonorità... e musiche di guarigione, catturate e ritrasmesse dai miliardi di cristalli purissimi di cui sono composte le pareti del tempio.

...

Veniamo ammessi ad entrare in questo sacro luogo, poiché siamo stati purificati, rivestiti di colore e accolti nella comunità. Veniamo ammessi per poter essere completamente guariti. Entriamo dal portone di luce e all'interno osserviamo fratelli e sorelle sdraiati su cuscini di luce, e altri fratelli e sorelle accanto a loro delicatamente toccano parti del loro corpo e orientano la musica con le mani in modo da sciogliere blocchi e nodi energetici, ripulire tossine emozionali, lasciar andare ogni ingorgo, ogni dolore, ogni bruciore, ogni ferita e lacerazione, del passato e del futuro.

In questo luogo di luce e di musica, nulla può essere distonico. Tutto è perfettamente in armonia con la vita e con il suo fluire.

Ognuno di noi lasci che questa musica entri nel corpo, mentre le mani del fratello o sorella che ci accoglie e ci fa sdraiare sul cuscino lentamente accarezzano la nostra aura, ripristinano e ricompattano le particelle, sciolgono i blocchi, riportano armonia in tutto il nostro essere.

...

Ora chiunque di noi abbia un particolare malessere, una particolare distonia che lui solo o lei sola conosce, la identifichi e la suggerisca al fratello di guarigione, perché possa essere lavorato e manipolato e perché possa essere ripristinato l'equilibrio dal quale tutti proveniamo.

Portate la consapevolezza al punto del corpo che vi duole e lasciate che la musica lavori per i prossimi minuti.

...

Prendiamoci ancora qualche momento all'interno di questa magica creazione di musica luce e colore... particelle solari e stellari che si uniscono nel nostro corpo, sbloccando le informazioni

contenute nel nostro dna... sbloccando e riportando in vita tutte le nostre potenzialità divine... le nostre funzioni dimenticate... restituendoci all'antico sapere e all'antica potenza della nostra stirpe. Respiriamo la musica... e dolcemente ci prepariamo a lasciare questo luogo, nel quale sappiamo che possiamo tornare ogni volta che lo desideriamo, poiché abbiamo una famiglia spirituale che ci accoglie e sempre ci accoglierà... con amore e condivisione e gratitudine.

Salutiamo tutti i nostri fratelli e sorelle, guardiamo i loro occhi... guardiamoli intensamente... abbracciamoli tutti. E ritorniamo sui nostri passi, dopo aver mandato loro un vigoroso pensiero di gratitudine, verso la porta verde dalla quale siamo entrati.

Ritroviamo la porta, la oltrepassiamo mentre inaliamo il profumo di menta ed eucalipto.

Richiudiamo la porta alle nostre spalle. Ritroviamo la scala e la saliamo per tornare nella sala dei comandi del nostro corpo.

Saliamo ora

1...2...3.....19...20...21

Siamo nella sala dei comandi, respiriamo profondamente.

Riprendiamo contatto con la nostra periferia.

Muoviamo lentamente le dita delle mani e dei piedi e, quando lo desideriamo, gentilmente riapriamo gli occhi e ritorniamo ai livelli oggettivi, sentendoci perfettamente in pace, in armonia e in perfetta forma, nel nostro abitacolo.



# Indice

## Introduzione

- Portali, tunnel interdimensionali e mondi paralleli
- Smettere di “creare” il futuro

## La Quinta Dimensione

- La creazione della realtà
- La chimica delle emozioni
- Cambiare pensieri per cambiare realtà
- L’uscita dall’uovo

## Salire ad un nuovo livello di coscienza

1° meditazione: L’incontro con gli abitanti della Quinta Dimensione

2° meditazione: La danza e la visita del villaggio di Quinta Dimensione

3° meditazione: La salita al tempio e la guarigione