

LO SCRIGNO

Sono usciti nella stessa collana:

BRODO CALDO PER L'ANIMA 1
di J. Canfield, e M.V. Hansen

BRODO CALDO PER L'ANIMA - 2
di J. Canfield e M.V. Hansen

BRODO CALDO PER L'ANIMA - 3
di J. Canfield e M.V. Hansen

BRODO CALDO PER LA MAMMA
di J. Canfield, M.V. Hansen
e P. Aubery

BRODO CALDO PER L'ANINA -
MESSAGGI DAL PARADISO
di J. Canfield, M.V. Hansen
e A. Newmark

BRODO CALDO PER L'ANINA -
L'HA FATTO... IL MIO GATTO!?
di J. Canfield, M.V. Hansen
e J. Quasha

LA VIA DELLA PROSPERITÀ
di Deepak Chopra

LA VOGLIA DI CAMBIARE
di Chris e Janet Atwood

CHIEDI ALL'UNIVERSO
di Tosha Silver

RELAX
di J. Brantley e W. Millstine

PERDONARE E ANDARE AVANTI
di Tian Dayton

365 BUDDHA
di Jeff Schmidt

VITA: ISTRUZIONI PER L'USO
di H. Jackson Brown, Jr.

REGOLE DI VITA
di John Marks Templeton

DOMINARE LA MENTE
di Barry Long

COSTRUISCI LA TUA VITA
di Alexandra Stoddard

LA LEGGE DEL PERDONO
di Connie Domino

PREGHIERE PER GUARIRE
a cura di Maggie Oman

CHE COSA DIREBBE IL BUDDHA
di Franz Metcalf

ILLUMINA TUA MENTE
del XIV Dalai Lama

APRI IL TUO CUORE ALLA
FELICITÀ
di Ajahn Brahm

LA CABALA IN 10 MINUTI
di Shoshanna Cohen

MEDITARE CON LO ZEN
di Taisen Sensei

LA VITA SECONDO LO ZEN
di Scott Shaw

LO ZEN E L'ARTE DELLA FELICITÀ
di Chris Prentiss

IL TAO DEL DESTINO
di Derek Lin

RESPIRO, ESSENZA DELLO YOGA
di Sandra Sabatini

UN ANGELO È SEMPRE
CON TE
di Margaret Neylon

IL POTERE DELL'AMORE

JAMES VAN PRAAGH

IL
POTERE
DELL'
AMORE



ARMENIA

Titolo originale dell'opera:
The Power of Love: Connecting to the Oneness

Traduzione dall'inglese di Ileana Appino

© Copyright 2016 by James Van Praagh
Originally published in 2016 by Hay House Inc.

Copyright © 2017 Armenia S.r.l.
Via Milano 73/75 - 20010 Cornaredo (MI)
Tel. 02 99762433 - Fax 02 99762445

www.armenia.it

info@armenia.it

Stampato da Grafica Veneta S.p.A.

Per Brian.

*Ti ringrazio perché ogni giorno mi insegni
a usare il potere dell'amore attraverso le tue azioni,
le tue parole e la tua presenza.*

Ti sarò eternamente grato.



INTRODUZIONE

«Dietro ogni velo che ho messo davanti al volto dell'amore, la sua luce resta splendente».

UN CORSO IN MIRACOLI

Chi sono? Da dove vengo? Perché sono qui? Queste sono alcune delle domande più frequenti che poniamo all'Universo, e pochi tra noi sembrano ricevere risposte soddisfacenti. Se solo sapessimo perché veniamo sulla Terra e qual è esattamente il nostro scopo, la vita sarebbe molto più facile. Perciò l'interrogativo rimane: perché scegliamo di venire in un luogo dove la guerra, la fame, l'odio, il giudizio e altre cose del genere regnano sovrani? Perché sceglieremmo di far parte di un ambiente col quale non riusciamo a stabilire un rapporto, e nel quale c'è ben poco rispetto reciproco? Perché mai chiunque di noi sceglierebbe di vivere in un mondo tanto incivile?





LA RISPOSTA È AMORE

In quanto anime, voi fate parte di un vasto contesto di Universi all'interno di Universi composti da milioni, se non miliardi di stelle, pianeti e sistemi solari. Le anime attraversano quest'immensa vastità, tornando di continuo a vivere esperienze fisiche sul nostro pianeta, oltre ad esperienze diverse su altre stelle e galassie. Poiché il viaggio della vostra anima è eterno, illimitato e incommensurabile, non c'è da sorprendersi che abbiate dimenticato chi siete veramente, ossia degli esseri divini di luce. All'inizio di ogni vita, vi vengono assegnati un nuovo punto di partenza per imparare e un obiettivo particolare da raggiungere.

Dopo un'accurata programmazione prenatale con la vostra commissione di guide e maestri, voi stabilite un corso di studio per la vita che avete davanti in quella scuola chiamata Terra. Le guide spirituali sono creature estremamente evolute che hanno portato a termine la loro incarnazione terrena. Durante le mie comunicazioni spirituali, io lavoro con diversi spiriti guida che mi forniscono energia e competenza. La funzione delle vostre guide è quella di assistervi e ispirarvi nella vostra evoluzione spirituale. Voi siete liberi di scegliere le situazioni, le condizioni e le anime con cui condividere il tempo da trascorrere sulla Terra al fine di poter usufruire delle migliori opportunità di crescita spirituale. L'esperienza non è l'unica cosa da cercare; voi avete degli obiettivi da raggiungere, delle difficoltà da superare e delle capacità da





affinare. Poiché siamo anime che imparano a perfezionare la propria identità spirituale, molti di noi vengono sulla Terra con il desiderio di comprendere quante più cose possibile riguardo alla gelosia, alla pazienza, al perdono, alla rabbia e ad altri sentimenti. In quanto anime, noi condividiamo debiti karmici passati da compensare con altre anime e persino con intere collettività. Sono gli aspetti superiori della nostra intelligenza a guidarci nelle varie situazioni della vita al fine di consentire alla nostra anima di scegliere il percorso migliore per il raggiungimento degli obiettivi spirituali.

Ma per quale motivo non possiamo ricordare la nostra esistenza prima di venire sulla Terra o i consigli fornitici dalle nostre guide e dai nostri maestri? Quando ci reincarniamo nella vibrazione terrena, attraversiamo quella che è conosciuta come la Valle dell'Oblio per ricominciare da zero. Nella mitologia greca si dice che l'anima beva l'acqua del fiume Lete (il fiume dell'oblio) per perdere qualunque ricordo della sua passata esistenza.

La Terra è una scuola, e ci sono alcune lezioni che possono essere impartite soltanto qui. Queste lezioni fanno parte delle nostre esperienze quotidiane; esse sono «le prove» che dobbiamo superare. Se conoscessimo in anticipo tutte le risposte, le lezioni non ci sarebbero di alcuna utilità. Inoltre, se un'anima tornasse con il ricordo consapevole delle sue azioni «buone» o «cattive», perderebbe del tempo prezioso a cercare di «emendare»





il passato senza vivere nel presente. Per esempio, se ricordassimo di avere offeso qualcuno o di essere stati offesi in un'altra vita, potremmo concentrarci unicamente sul passato, distogliendo così l'attenzione dal nostro attuale corso di studio spirituale. Tuttavia, entrando in sintonia con l'anima attraverso l'intuito e l'amore, possiamo sempre riportare nella mente cosciente esperienze di vite passate, utili ad apprendere le nostre lezioni. Un'anima torna per risanare un aspetto di sé, al fine di apportare equilibrio e armonia nell'espressione di sé.

Quando l'energia della nostra anima entra nella vibrazione fisica, essa assume il ruolo «limitato» di creatura in carne e ossa, e fa entrare in gioco tutte le esperienze delle vite precedenti per dare forma a una personalità. La nostra personalità si espande o si contrae in continuazione a seconda della quantità d'amore che intendiamo donare e ricevere. In quanto anime dotate di corpo, noi ci affanniamo a realizzare obiettivi umani. Ma poiché abbiamo una comprensione limitata del progetto dell'anima, ci facciamo prendere dall'illusione del nostro mondo tridimensionale e giungiamo a credere che solo una grande quantità di cose materiali e piaceri possa darci la vera felicità. Più l'anima si allontana dalla propria essenza divina e dalla verità, più si centra nell'«ego» separandosi dalla sua Fonte. Così, ci ritroviamo a pensare a noi stessi solo come a delle creature «materiali», dimenticando di essere creature «energetiche» di luce.





Dentro ogni anima c'è un'energia molto più grande della semplice trama del mondo materiale: si tratta della più potente forza risanatrice mai esistita. Essa può produrre completezza dalla separazione, equilibrio dallo squilibrio e benessere dal malessere, e può innalzare le emozioni a livelli di pace e gioia. Quest'energia, pur essendo a disposizione di tutti, viene utilizzata da pochi. Essa è ciò di cui siamo fatti e che cerchiamo così disperatamente di capire. È il potere dell'*amore*: una facoltà che aspetta di essere usata da ciascuno di noi. Dobbiamo soltanto liberarci dai blocchi autoimposti dei nostri ego limitati per far sì che quest'energia naturale possa scorrere. In questo libro, io offro soluzioni ai blocchi e alle limitazioni che usiamo per tenere lontano l'amore.

Nell'accedere all'energia dell'amore, noi ci apriamo alla possibilità di Tutto Ciò che È. Così facendo, sperimentiamo lo stimolo creativo e illimitato dell'Universo.

Quando avevo otto anni, ho avuto la mia prima esperienza dell'amore di Dio. Me ne stavo sdraiato sul mio letto quando, tutto d'un tratto, ho sentito sul viso una folata d'aria gelida. Ho alzato lo sguardo e ho visto una fulgida mano di luce sopra di me. Non ho provato paura, perché mi sentivo tranquillo e protetto. Ho chiamato quella «mano di Dio» il mio angelo custode, e sapevo di poterci contare per ricevere aiuto. Quella stessa amorevole presenza mi ha fatto da guida per tutta la vita per condurmi fino a dove mi trovo ora. Tramite questo





potere dell'amore, sono stato in grado di comunicare con il mondo dello spirito per portare alle persone messaggi di conforto e comprensione spirituale ovunque io vada.

L'amore vibra alla frequenza più alta possibile. Se viviamo alla sua frequenza, tutto ciò che desideriamo si realizzerà, poiché questa è una delle caratteristiche del suo potere. Il compito più arduo che ci troviamo ad affrontare è quello di mantenere e portare *amore* ogni giorno in ogni situazione della nostra vita. Questo, amici miei, costituisce lo stimolo principale per tornare alla nostra scuola chiamata Terra.

Quando usiamo il potere dell'amore, diventiamo consapevoli del posto che occupiamo nel nostro mondo e nell'universo. Conosciamo il nostro valore, e diamo importanza alla nostra vita e a quella degli altri esseri viventi. Ci sentiamo collegati l'uno all'altro mentre la luce interiore risplende su tutti noi. Diventiamo messaggeri divini della Fonte Unica, rendendoci conto di non essere separati, bensì parte dell'Unità di ogni forma di vita. Con il potere dell'amore, possiamo vivere soddisfatti e felici. Una volta che avremo davvero capito di essere qui per evolverci spiritualmente, possiamo cambiare il nostro modo di vedere, passando da quello di esseri umani logorati dalle questioni terrene a quello di anime alimentate dall'amore. Da questo modo di vedere non solo trarremo beneficio noi, ma anche il mondo intero.





Ho suddiviso questo libro in tre parti. La prima spiega come possiamo amare noi stessi e condividere il nostro amore con gli altri. La seconda illustra in che modo possiamo usare il potere dell'amore nel compiere le nostre scelte quotidiane. Infine, la terza mostra come possiamo elevare la nostra mente per coltivare un'atmosfera d'amore, di luce e di gioia. Questo libro, oltre alle mie vicende personali, contiene anche le storie delle persone che ho conosciuto nel corso del mio viaggio. Ciascuna di esse dimostra come queste stesse persone abbiano integrato il potere dell'amore e, nel farlo, abbiano completamente modificato la loro visione della vita e il suo significato. Nell'usare questo libro, riflettete sulle varie soluzioni e lasciate che esse vi aiutino ad espandere la vostra consapevolezza del potere dell'amore al fine di ricomporre e risanare situazioni problematiche. Insieme alle affermazioni che troverete al termine di ogni soluzione, ho inserito anche alcune meditazioni che vi aiuteranno a rivedere il vostro modo di pensare.

Congratulazioni! Siete in procinto di compiere il primo passo per portare l'energia dell'amore nella vostra vita. Non vedo l'ora di condividere con voi i numerosi e profondi insegnamenti che vi aiuteranno a vivere la vita della vostra anima. Prima di cominciare, mi permetto di darvi un consiglio: mentre percorrete il vostro cammino verso la consapevolezza superiore, vi sarà d'aiuto avere vicino persone che la pensano come voi e che desiderano vivere in modo autentico, abbracciare l'amore e la gratitudine, e innalzare la vibrazione del pianeta.





Possa il vostro cuore essere pronto a riconoscere, ricordare e utilizzare il divino potere dell'amore. Una volta che questo sentimento avrà inondato la vostra vita, né voi né coloro con i quali la condividete sarete più gli stessi.





INDICE

<i>Introduzione</i>	»	9
PARTE I - L'ENERGIA DELL'AMORE	»	17
1. Amare voi stessi	»	19
La vostra vera essenza – Ricordare chi siete »		19
Come posso percepire me stesso al di là dell'ego?.....	»	21
Soluzione: amare se stessi.....	»	24
Come posso evitare di rinunciare al mio potere?.....	»	25
Soluzione: discernimento.....	»	29
Come posso ristabilire il mio potere?.....	»	30
Soluzione: responsabilità.....	»	32
Amore o paura	»	34
Preparare il vostro spazio sacro	»	36
Meditazione – Amore per se stessi.....	»	37






2. Modi di crescere ed evolvere.....	» 41
Vedere le cose da una prospettiva diversa	» 41
Cosa posso fare per ovviare ai miei limiti e difetti?	» 44
Soluzione: accettazione.....	» 46
Come posso rendere onore ai miei doni divini?	» 48
Soluzione: umiltà	» 50
Come faccio a tenere aperto il mio cuore?	» 51
Soluzione: benevolenza.....	» 53
È possibile sintonizzarsi sullo spirito?.....	» 54
Soluzione: avere fiducia	» 56
Meditazione – Accettazione	» 58
3. Condividere l'amore con gli altri.....	» 61
Condividere l'energia dell'amore attraverso i rapporti interpersonali.....	» 61
Posso liberarmi del dolore e della tristezza?	» 63
Soluzione: perdono	» 66
Come posso attrarre persone amevoli?.....	» 67
Soluzione: armonia	» 71
Come faccio a ricomporre i legami familiari?....	» 72
Soluzione: collaborazione	» 74
Cosa posso fare per trovare la mia anima gemella?.....	» 76
Soluzione: elevazione.....	» 78
Comprendere le conseguenze delle nostre azioni.....	» 79
Meditazione – Perdono.....	» 81





PARTE II - GIOCARE IL GIOCO DELLA VITA.....	» 85
4. Tutto è energia.....	» 87
I pensieri sono cose reali?.....	» 87
Soluzione: causalità.....	» 90
Creare un nuovo atteggiamento mentale.....	» 91
Come posso attenuare le mie paure e la mia negatività?.....	» 93
Soluzione: rilasciare	» 95
Bilanciare la vostra energia.....	» 97
Meditazione – Causalità	» 98
5. Prendere decisioni	» 101
Scelte e destino	» 101
Come posso trasformare un fallimento in un successo?.....	» 105
Soluzione: distacco.....	» 106
Cosa posso fare riguardo alle aspettative non realistiche?.....	» 108
Soluzione: responsabilità.....	» 110
Cos'è la vera sicurezza?.....	» 111
Soluzione: libertà	» 113
Come metto in pratica ciò che dico?.....	» 114
Soluzione: integrità.....	» 117
Meditazione – Possesso	» 118
PARTE III ACCETTAZIONE.....	» 121
6. Arrendersi.....	» 123





Come posso arrendermi all'unità dell'amore?....	» 123
Soluzione: gratitudine	» 125
Come posso acquisire una prospettiva più amorevole?.....	» 127
Soluzione: rispetto.....	» 128
Creare equilibrio nella vostra vita	» 129
In che modo posso essere più ricettivo nei confronti del mio sé spirituale?.....	» 131
Soluzione: creatività	» 135
Meditazione – Rispetto	» 136
7. Vivete la vostra vera vita	» 139
Come posso condividere l'energia dell'amore?..	» 139
Soluzione: compassione	» 142
Consapevolezza – Vivere nel momento presente.....	» 144
In che modo posso mostrare fiducia?	» 145
Soluzione: espressione.....	» 148
Mantenersi positivi	» 149
Posso amare la mia vita?	» 150
Soluzione: soddisfazione.....	» 153
Meditazione – Espressione	» 154
8. Andare avanti	» 157
Manifestate quotidianamente il potere dell'amore	» 157
Come posso rendere il mondo un luogo nel quale vorrei vivere?.....	» 159
Soluzione: tolleranza.....	» 162





Posso vedere l'energetica forza vitale	
in ogni cosa?.....	» 163
Soluzione: trasformazione	» 166
Meditazione – Trasformazione	» 166
9. La porta di casa	» 169
Il bilancio della vita	» 169
Come posso costruire un ponte	
tra il cielo e la terra?	» 170
Soluzione: gioia	» 173
Come posso connettermi all'essenza	
dell'Unità?.....	» 175
Soluzione: unità	» 178
Meditazione – Gioia	» 179
<i>Postfazione</i>	» 181
<i>Solo l'amore è reale</i>	» 181
<i>Note sull'autore</i>	» 183

