



## Un Cambiamento del Cuore

*“Quanto è meraviglioso che nessuno abbia bisogno di aspettare un solo momento per cominciare a migliorare il mondo.”*

– Anna Frank

Caro/a ..... ,

Anna Frank divenne veramente una persona resiliente che seppe come esprimere le sei virtù del cuore a prescindere dalle circostanze, poiché era connessa alle virtù del suo cuore quale scopo della sua missione di migliorare il mondo. Lei comprese che le virtù del cuore non richiedono un solo soldo, né abilità fisica o acutezza intellettuale, neanche la libertà. Tutto ciò che richiedono è la pratica.

Sono sicuro che tu sia ben consapevole della sensazione che per cambiare il mondo o migliorarlo in modo significativo, tu – in prima persona – devi prima cambiare te stesso. Come disse il Mahatma Gandhi: *“Sii tu stesso il cambiamento che vuoi vedere nel mondo”*. Questo è verissimo e si collega proprio a ciò che noi, come praticanti del vivere dal cuore, abbiamo intrapreso nel nostro viaggio verso la maestria emozionale di sé.

Affinché l’umanità accetti o accolga i nuovi costrutti di vivere dal cuore e dell’interconnessione di umanità e Terra, noi, che a questo ci siamo sentiti attratti fin dall’inizio, siamo chiamati a dar forma a questo comportamento. In sostanza, manifestarlo nel nostro mondo e farlo senza che sia accompagnato dal giudizio verso coloro che non lo fanno.

Come dice Anna Frank, non c’è bisogno di aspettare un solo momento. Si tratta semplicemente di cambiare la torbida dolcezza del cuore idealistico e passare alla limpida sobrietà delle qualità del cuore energetico in cui risiede la chiarezza. In questa chiarezza fluisce l’intuizione: la tua intelligenza superiore che si connette al tuo mondo. Quando porti questa intelligenza nel tuo mondo, essa non compare per invito, invocazione, intenzione, preghiera o richiesta; compare perché ti sei spostato nel tuo cuore energetico e hai preso l’impegno di vivere da questo stato.

Se s’intraprende questo cambiamento, la tua intelligenza superiore ti assisterà e ti guiderà nella pratica. Le distinzioni che faccio sono sottili, ma importanti. Staccati dagli schemi degli eccessivi sentimentalismi e premurosità del cuore che conosci. Questi sono vecchi schemi. Le nuove frequenze del cuore energetico, benché difficili da descrivere, si

allineano ai concetti di chiarezza, coerenza, precisione, lucidità mentale, efficacia d'azione, presenza intuitiva, sincronicità e a una interconessione della vita sempre presente.

Il cambiamento del tuo mondo a cui sei chiamato è questo: migliorare te stesso e il mondo in cui vivi, e farlo adesso. Nei momenti di stress o di pressione, mancanza di tempo o di denaro, o per problemi familiari, è molto facile dire: "Lo farò domani, o nel fine settimana". Tuttavia, la natura del vivere dal cuore è che è importante soltanto nell'adesso. Il suo potere di trasformare e guarire, di ravvivare e illuminare, è contenuto nel flusso delle emozioni che sono presenti nel tuo adesso del momento.

Nessuno ha bisogno di aspettare un solo momento.

Dal mio mondo al tuo,

*James*

(agosto 2007)