

PRESA DI COSCIENZA

Walnut

**Maria Vittoria BRIZZI TESSITORE**

Dott. in Medicina e Chirurgia
Dott. in Lingue e Letterature Straniere
Prof. in Materie Letterarie Genova
Tel. 010/54.51.677
Cell. 348/32.25.941
www.omeopatiaonline.com

Uno dei più grandi significati della nostra venuta al mondo è la presa di coscienza.

Probabilmente non conosciamo le nostre potenzialità e, senza presunzione, le nostre possibilità, il nostro valore. Mi è sempre piaciuta la storiella di Anthony De Mello a questo proposito.

Rivediamola insieme. "Un uomo trovò, abbandonato, un uovo di aquila e lo mise nel nido di una chiocchia. L'uovo si schiuse e l'aquilotto crebbe insieme ai pulcini pensando di essere uno di loro. Frugava il terreno in cerca di vermi e di insetti, schiamazzava e chiocciava alzandosi da terra soltanto di qualche centimetro. Non ebbe mai la "illuminazione" di poter fare immensi voli. Divenne grande soltanto fisicamente. Da vecchia alzò per un attimo lo sguardo e vide una immensa aquila che planava, maestosa ed elegante nel cielo. Era troppo

tardi per seguirla, per prendere coscienza delle proprie capacità. E così visse come un uccello da cortile perchè pensava di essere tale".

L'uomo, però, cerca di innalzarsi, in ogni tempo ha tentato vari percorsi di "illuminazione". Viene da pensare alle varie scuole di pensiero, a movimenti che suggeriscono metodi. Ricordiamo, fra gli altri lo Yoga, lo Zen, il Sufismo, la Kabbala, le religioni, le correnti filosofiche. Personalmente, visto il risultato positivo, consiglio sempre un corso sulla consapevolezza perchè ogni passo che ci avvicina a tale virtù è il mezzo

per vivere con gioia, sgombri da condizionamenti e depressioni. A lato di un tale percorso non è affatto inutile assumere il fiore di Bach denominato Walnut.

Il rimedio assicura costanza e protezione dalle influenze esterne negative per migliorare il nostro vivere che, in certi periodi, è soltanto un peso, un vegetare.

Dopo un breve ripensamento del nostro passato e dopo esservi liberati da eventuali sensi di colpa, sarà una gioia star bene.

Riprenderci la vita è un nostro diritto. Proviamoci.

