

Le parole di Tim Crook sulla triste rivoluzione americana

La dichiarazione de prof. Tim Crook, presidente del Chartered Institute of Journalists (CIOJ) il più antico ordine dei giornalisti del mondo sulla rivoluzione americana odierna.

“Nutrire La Vita Per Non Morire Di Cibo”

Manifesto.

“Non c’è guarigione vera senza cambiamento, non c’è vita vera, e non c’è futuro, senza lo sviluppo della coscienza umana.

Essere ‘VITARIANO’ significa riconoscere e favorire la vita in tutte le sue connessioni e potenzialità per imparare a nutrirla su tutti i piani.”

cit. Corrado Ceschinelli

Un Fiume in piena che ritorna alla Sorgente.

È un fiume in piena, Corrado Ceschinelli.

E come un fiume impetuoso va lasciato fluire, così il suo eloquio ricco di perle di saggezza, buon senso e libertà.

Una libertà che ci conduce oltre la “dieta” come “lista di cose da fare” e guai a

trasgredire, dieta che diventa ossessione e si traduce in un atteggiamento di giudizio nei confronti di chi non ha ancora capito che “belli è meglio”, “magri è meglio”, “in forma è meglio”.

Certo che è meglio, il punto è: è per te? Ti rende felice? Ti aiuta a prendere contatto con la parte più vera di chi tu sei, aprendo un dialogo costruttivo con le zone d'ombra di cui prenderti cura?

Una cosa è certa: sei unico nell'Universo. E funzioni bene solo se ti allinei con le leggi che muovono lo splendido teatro in cui la tua vita si svolge.

È un viaggio esplorativo quello che va fatto, dentro di te.

Alla ricerca di chi sei e del tuo splendido potenziale che attende solo di essere scoperto, risvegliato e valorizzato.

Molto probabilmente, è il viaggio più importante della tua vita.

Soprattutto, il più necessario.

Guardati intorno.

La natura sa esattamente come comportarsi per essere ... se stessa.

... E ogni essere vivente svolge il suo compito senza chiedersi se sia giusto o sbagliato: non ha alternative che esistere e svolgere la propria funzione al meglio.

L'Universo è intelligente. La Coscienza che lo anima, comunque tu la voglia chiamare, ti ha dato forma, respiro, pensiero.

Un pensiero corrotto dalle informazioni che il sistema, giorno dopo giorno, ti ha spacciato per vere, necessarie, addirittura piacevoli.

Nel tempo, ti sei allontanato dalla Verità.

Hai perso il naturale equilibrio tra mente, cuore e pancia.

Hai perso la tua coerenza interiore, il meraviglioso allineamento tra il tuo mondo interiore – Chi sei e il tuo Scopo – e quella che chiami “realtà”.

Per essere sani, felici, longevi, si parte da qui.

Si parte da un risveglio della tua coscienza all'amore di cui sei fatto e che devi, prima di tutto, dare a te stesso.

A quel punto il cibo acquista un nuovo Valore: al suo significato conviviale, sociale, culturale si aggiunge la Consapevolezza del cibo come vibrante risorsa per aumentare la tua energia vitale, come dono d'amore a te stesso non auto imposto dalla dieta di turno, ma scelto perché sai che ti fa bene, andando a nutrire la tua vita a livello fisico, animico, spirituale.

Quando il tuo corpo è al massimo della sua energia, la tua mente è lucida e performante, gestisci al meglio il tuo stato emotivo e sei in grado di prendere le decisioni più utili per giungere alla tua completa realizzazione come Essere Umano.

Forse, la felicità è proprio questo.

Un Educatore alla Vita.

Ricevo con gioia nel salotto virtuale del Soul Talk, Corrado Ceschinelli: Sociologo e Naturologo, Counselor e Life Coach, Terapeuta del BenEssere e Stile di Vita, tra scienza e spiritualità.

La sua Mission è educare gli Esseri Umani alla Vita: trasformarli da inconsapevoli prigionieri di se stessi e del sistema che li ha nutriti fin dal loro concepimento a persone libere, in grado di esprimere al meglio la loro vera Essenza e il loro Potenziale.

Così che possano ritrovare o mantenere un ottimale stato di salute a tutti i livelli: fisico, mentale ed emotivo.

Vivere più a lungo. E, perché no, essere felici.

Corrado è Autore di diversi libri, di cui l'ultimo è "Codice Vitariano" (Anima Edizioni).

Un libro che nasce per rivelare i Codici della Vita, della materia e dell'energia che ci costituiscono e interagiscono fortemente tra di loro.

Un Manuale per pensare, intendere, praticare la vita tra Fisica Quantistica, Neuroscienze, Epigenetica, Spiritualità e comune Buon Senso.

Un ricco Vademecum per ritrovare se stessi, aiutare gli altri, cambiare il mondo.

Dopo aver letto il suo articolo “Vegetariano? Vegano? No! ‘Vitariano’” – Manifesto di un Codice di Vita riscoperto, metabolizzato e agito nel quotidiano – gli ho chiesto il permesso di pubblicarlo in versione integrale.

Non c’è infatti descrizione migliore che possa esser fatta della sua Opera di ricerca e divulgazione, se non quella che lui stesso ha scritto di suo pugno.

“Vegetariano o vegano?” “No! ‘Vitariano’”.

“Quando mi chiedono se sono ‘vegetariano o vegano o se seguo un regime ‘fruttariano’ o, comunque, quale dieta io pratici, reagisco sempre con un po’ di stizza e di ironia e dico di essere ‘vitariano’ ...

Poi spiego il senso di questa mia affermazione che è anche l’argomento di questo articolo. Cominciamo con il tranquillizzare tutti i ‘naturalisti’ menzionati: dal punto di vista strettamente nutrizionale, hanno sicuramente più ragione che torto.

E non lo dico solo io. Lo dicono gli studi più autorevoli e l’incidenza delle patologie correlate agli stili alimentari.

Per cominciare a farvi capire in che direzione si muoverà il mio ragionamento vi racconto un episodio recente.

Chiamato a fare una conferenza in una serata macrobiotica, ho esordito dicendo: ‘Ma per mangiare macrobiotico bisogna essere così tristi?’.

Una religione chiamata “dieta”.

Effettivamente, molto spesso, dietro ad una scelta nutrizionale c’è lo spettro dell’identità, dell’ideologia, del modo di essere e di atteggiarsi voluto da quello

stile e dal suo stereotipo, con declinazioni, a volte, che rasentano il fondamentalismo e la maniacalità.

In trent'anni che mi occupo di educazione alimentare e di stile di vita, posso dirvi che, finalmente anche in questo campo, l'attenzione si sta spostando oltre la manipolazione e il delirio dietologico, o prescrittivo, e si comincia a considerare l'uomo a partire dalla sua totalità e potenzialità.

Ed è proprio da questa osservazione che si scopre che la prima e la più significativa compromissione per la vita (qualità e durata) è nelle nostre idee e nelle nostre convinzioni, in una esperienza che struttura comportamenti e provoca stati d'animo talmente 'offensivi' e dis-funzionali da essere la causa originaria di tutti i nostri mali.

Essendo compromessa la vita nei suoi fondamentali ed essendo questa civiltà soprattutto impegnata a 'curare' i mali che questa stessa compromissione provoca, ci si rende conto che quello che occorre fare, prima di tutto, è favorire proprio un cambio di mentalità capace poi di tradursi in altrettanti comportamenti e stati d'animo ma questa volta coerenti e funzionali alla nostra costituzione e alla nostra natura.

Le 3 “Chiavi” della Libertà: Consapevolezza, Cambiamento, Conoscenza

Quello che posso dirvi con certezza, essendoci arrivato dall'esperienza e praticando questo approccio educativo da molto tempo, molto prima che fosse spiegato e argomentato dagli studi di oggi, è che non vi è soluzione (guarigione) senza questo processo di cambiamento.

Un cambiamento che deve coinvolgere la persona, la sua percezione di vita, capace di riattivare e recuperare risorse inimmaginabili, inesprese e mortificate da un vissuto e da un modo di vivere fortemente debilitante e invasivo.

Le nuove frontiere della medicina, grazie ai contributi delle nuove scienze, parlano di olistismo e di integrazione, cominciano a considerare l'influenza delle

emozioni e degli stati energetici sulla funzionalità generale e sistemica, riconoscono l'importanza del cambiamento quale processo fondamentale sia per la guarigione che per la conservazione della salute a lungo termine.

Per darvi un'idea, uno degli ultimi convegni al quale ho partecipato si intitolava 'Anima e cancro' ed erano presenti relatori medici e oncologi di grande profilo professionale, oltre che una moltitudine di testimonianze significative.

Occorre quindi mettere mano laddove le cose sono accadute e accadono senza che siamo presenti a noi stessi per liberarci da una 'schiavitù' di cui non abbiamo nessun sentore, ma soprattutto nessuna considerazione.

Quel mondo è pieno di luoghi comuni, di ansie e di bisogni inespressi. È lo stato inconsapevole dell'essere teso più alla compensazione che alla soluzione dei suoi disagi, alla dieta più che all'idea di imparare a mangiare, a rivendicare il diritto delle proprie convinzioni più che a riconoscere obiettivamente la realtà, alla legittimazione della propria rabbia, paura, colpa, più che a capirne la natura e l'origine.

Sani, belli, felicemente longevi.

Allora, per tornare da dove siamo partiti, io sono 'vitariano', il che significa che riconoscendo la vita in tutte le sue connessioni e potenzialità, sono impegnato a nutrirla su tutti i piani.

Si perché se il cibo è nutrimento del corpo, le emozioni e i pensieri sono nutrimento della mente e dell'anima, e insieme all'attività fisica, sono nutrimento di quell'insieme indissolubile che siamo e che è costituito proprio di corpo, mente e spirito.

Una delle conferenze che porto in giro, non a caso si intitola: 'Nutrire la vita, per non morire di cibo' e forse adesso ne capite il senso.

Quindi l'obiettivo del cambiamento, del processo di consapevolezza, non è nient'altro che riconoscere e favorire l'evoluzione di coscienza, perché legato a questo c'è lo sviluppo della personalità, della libertà, dell'autonomia, del talento, dell'amore incondizionato, ma anche quello della salute e del benessere psico-fisico; in una parola, di quello che siamo, che possiamo e che dovremmo essere

veramente, secondo le leggi di Madre Natura e dell'Universo intero.

Sono le stesse leggi, secondo il principio di compatibilità, di costituzione e di funzionalità che, guarda caso, non ci portano lontano da vegani, vegetariani, fruttariani, macrobiotici, ecc.

Quello che cambia semmai è arrivarci dal cammino evolutivo e dalla presa di coscienza invece che come forma di compensazione o di esaltazione perché, in questo modo, per bene che ci faccia, l'anima sarà sempre inquieta e noi saremmo 'sani' a metà.

Dobbiamo riconoscere questa trappola per liberare quel 'divino' che è in ognuno di noi e per riprendere il cammino della forza e dell'integrità vera. È ora di tornare ad essere felici! È l'unico dovere che abbiamo, nei nostri confronti e nei confronti del nostro prossimo.

Corrado Ceschinelli

Grazie, Corrado!

Non mi rimane che ringraziare il mio Ospite per le perle di saggezza che ci ha donato.

Per guardare la video intervista, clicca qui.

Il Canale YouTube "Jasmine Laurenti" è una finestra aperta sul Progetto di Valore Sociale "Ondina Wavelet World", il Progetto di Informazione, Educazione e Intrattenimento che, servendosi del potere creativo delle parole, ispira le persone alla ricerca di uno scopo ad aprirsi al cambiamento per scoprire chi sono, i valori che le guidano, il loro messaggio al mondo.

Così che, esprimendo al meglio la loro autenticità, possano vivere nella pace, nell'amore e in piena libertà.

Per sostenere il Progetto multimediale di Ondina puoi:

- iscriverti al Canale
- attivare le notifiche

- laikare, commentare, condividere i tuoi video preferiti
- abbonarti: ci sono tre fasce di abbonamento e bellissimi vantaggi!

In qualsiasi modo tu decida di sostenere Ondina e il suo fantastico Progetto multimediale, sappi che la tua presenza e la tua partecipazione sono importantissimi.

Per saperne di più sul Progetto guarda il video

Per scoprire i Vantaggi riservati a chi ha scelto di supportare la realizzazione del Progetto multimediale “Ondina Wavelet World” e abbonarti al Canale, clicca qui.

Se sei un investitore e desideri ricevere il Business Plan del Progetto, contattami via mail all’indirizzo: j@jasminelaurenti.com.

Alla prossima Ondina!

Ondina Wavelet (Jasmine Laurenti).

“Storia di una doppiatrice che

decide di doppiare ... Se stessa!”

Tutto avviene per un motivo.

Un sabato pomeriggio rovente: il termometro sul cruscotto segna 41 gradi.
Esausta, scelgo un parcheggio ombreggiato, reclino il sedile e chiudo gli occhi.
Da qualche anno, infatti, non sopporto il caldo come un tempo.
Devo recuperare le energie che mi ha tolto, sbrigando commissioni in giro per la mia amata Milano.

... anche gli incontri “casuali”.

È un attimo: accade “qualcosa” e riemerge dal mio torpore.
Apro gli occhi e riconosco, proprio di fronte alla mia auto, una figura a me familiare: una bella ragazza a passeggio con il suo cagnolino, intenta a conversare con qualcuno al cellulare.
È un'ex “collega” di lavoro, doppiatrice.
Proprio mentre il mio sguardo la raggiunge lei si gira verso di me, spalanca gli occhi con un misto di incredulità e sorpresa e con un sorriso di luce e di cielo, ricambia il mio saluto.
Conclude con grazia la sua conversazione.
Esco dall'auto. Un passo, e siamo una di fronte all'altra.
Tratteniamo un naturale, umano impulso di abbracciarci e, in un breve e intenso dialogo fatto di parole, sguardi e gesti, a due metri di distanza ci raccontiamo gli ultimi quattro anni di Vita.

La stessa identica frase, parola per parola

...

Improvvisamente le sfugge una frase. La stessa frase che solo tre giorni prima avevo pronunciato in occasione della mia partecipazione come ospite al “Webinar Lunch” di Walter Klinkon: ha a che vedere con l'accorgersi di aver dato la voce a personaggi e messaggi altrui e di sentire l'urgenza, a un certo punto, di riprendersi la voce per donare al mondo il proprio Messaggio.

Il Risveglio a Nuova Vita.

Ah, la Bellezza del Risveglio al proprio Scopo, in qualsiasi campo si sia attualmente impegnati, è ineguagliabile.

Così, ostetrica spirituale, assisto a una Nuova Nascita.

Perché è di questo che si tratta, al di fuori di ogni scatola in cui si sia voluto rinchiudere, riducendone la portata, il Senso della Vita.

E il Senso della Vita è Rinascere a se stessi, riconoscere e rispondere alla propria individuale Chiamata con un "Eccomi, sono qui!".

Tre giorni prima, al "Webinar Lunch" di Walter Klinkon.

Quando Walter mi ha chiesto: "Cosa fai mercoledì prossimo? Vieni al mio 'Webinar Lunch'?" ho accettato subito. Prima di tutto perché amo teneramente questo ragazzo dai capelli arruffati.

Ci siamo conosciuti grazie a Facebook e, nel tempo, seguiti nelle rispettive iniziative, progetti ed eventi organizzati, non perdendoci mai di vista.

Un giorno di due anni fa, agli albori del mio Talk Show Viaggiante, l'ho raggiunto a Milano per chiedergli come abbia scoperto il suo vero Sé - argomento che ci interessa tutti, se vogliamo dare un senso alla nostra presenza su questo azzurro pianeta - e la sua Mission.

Le sue parole magiche: "Credici", "Abracagrazie" e "Grazietudine", hanno fatto il giro del web. Lo contraddistinguono come il mago delle parole, quel mago pazzoletto che, strappandoti un sorriso, ti lascia di sé l'indelebile ricordo di una filosofia di vita semplice e proprio per questo alla portata di tutti: "Risvegliati, abbi fede, sii grato sempre e per ogni cosa, coltiva i tuoi talenti e condividine i frutti col mondo."

Ecco riassunta, in poche parole, la Mission di questo luminoso Eroe dei nostri tempi.

Dettaglio non trascurabile: l'intervistata, questa volta, sono io.

Durante la nostra chiacchierata decido di aprire il mio cuore e raccontare la mia storia: la storia di una doppiatrice che, soddisfatta della sua esperienza come “donatrice di voce” per altri personaggi e messaggi altrui, decide di riprendersi la voce e doppiare ... se stessa!

Un video utile per chi abbia un sogno da realizzare e non sappia da dove cominciare. Per vederlo, clicca sulla parola “video”! □

Dedicato a Stefania, l’Essere Umano meraviglioso incontrato “per caso” a Milano: ex collega che, in sala di doppiaggio, un giorno si è detta: “Sono più di questo. Posso fare di più”. Naturalmente continuerà a prestare la sua voce ad altri personaggi, con le loro battute scritte da altri Autori, dedicandosi nel contempo alla realizzazione del suo personale Sogno di diventare Scrittrice.

Sono certa che ce la farà. Anzi. Ce l’ha già fatta. Ha risposto alla sua Chiamata.

Be Water, Be Light!

Ondina Wavelet (Jasmine Laurenti)

“Il Potere Creativo Del Logos”

Galeotto fu Socrate

Protagonista di questa Pagina di Diario è Giuseppe Bellantonio.

L’ho “incontrato” in “Socrate”, gruppo su whatsapp che riunisce persone accomunate dall’amore per la scienza, l’antroposofia, la spiritualità, la musica e la bellezza: punto di riferimento per uomini e donne che amano farsi domande e, nel rispetto delle opinioni di ciascuno, approfondire vari argomenti scambiandosi link ad articoli, video e podcast di ispirazione.

Il Passato

Esperto nell'ambito della Formazione e delle Tecniche di Gestione e di Marketing, Giuseppe matura una rilevante esperienza nell'ambito del sistema Banche e Finanza.

Già pubblicista, free-lance journalist, interviene con scritti, saggistica e interviste su numerose testate e fogli d'informazione digitale.

Ama studiare e approfondire ogni tematica riguardante i suoi vasti interessi culturali, che spaziano dalla storia alla filosofia, all'esoterismo.

Il Presente

È raro, oggi, imbattersi in persone come Giuseppe.

Proprio com'è raro il suo modo di conversare: rispettoso delle opinioni del suo interlocutore, non si preoccupa di far valere a tutti i costi le proprie. Le sue pause precedono frasi memorabili. Prende tempo per soppesare le parole prima di pronunciarle, nella consapevolezza che una parola di troppo, inutile o sconveniente, avrà un'eco eterna e l'Universo non sarà mai più lo stesso.

Per questo suo atteggiamento nei riguardi delle parole, Giuseppe esprime autorevolezza. Anche nei momenti di silenzio.

In Principio era il Verbo

L'ho intervistato sul potere creativo della prima Parola che sia mai stata pronunciata: il "Verbo", o "Logos".

Il Suono, Rumore, Tuono, Ruggito, "Fragore di grandi acque" come onda che, nel propagarsi, ha portato all'esistenza materia più o meno densa in molteplici forme, colori, apparenze.

Una cosa è certa: più indago in ambito scientifico, più mi innamoro della vita.

Ogni giorno più grata del privilegio di testimoniare il miracolo del Tutto, di cui sono parte.

Scienza e Spiritualità vanno per mano. Si spiegano, completano e arricchiscono a vicenda.

Il resto è cultura, tradizione e rito, che vanno rispettati perché ciascuno di noi è in Viaggio al suo passo. Tanto il punto d'arrivo, qualunque nome gli diamo o comunque lo descriviamo, è lo stesso.

In questa piacevolissima chiacchierata, Giuseppe e io parliamo in modo scientifico-spirituale, oltre che della Creazione, del senso della Vita, dell'importanza dei Valori guida, di come ciascuno di noi possa dare il suo contributo a un risveglio collettivo delle coscienze, di Libertà.

Buon Ascolto!

Ondina Wavelet (JL)