
RITUALE DI VITTORIA SULLA PAURA DELL'ABBANDONO


NETZACHADEMY
COMUNITÀ OLISTICA D'ECCELLENZA

Vs. 01.001

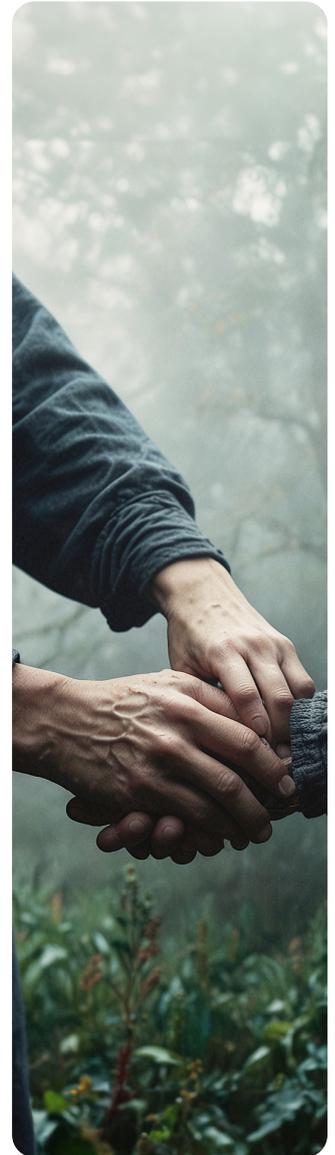
INTRODUZIONE AL RITUALE

- **Affrontare la paura dell'abbandono**
 - La **paura dell'abbandono** è una delle emozioni più universali e profonde che ogni persona può sperimentare, indipendentemente dalla presenza del **numero 22 in conflitto**.
Sebbene il 22 rappresenti specificamente un'energia legata alla **separazione** e al **distacco genealogico**, la paura dell'abbandono è un sentimento che tocca tutti, a prescindere dal contesto numerologico.



- Questa paura può derivare da esperienze personali, dinamiche familiari o memorie ancestrali, e si manifesta come una sensazione di isolamento, insicurezza e mancanza di riconoscimento.

Il presente rituale si rivolge a chiunque desideri affrontare e trasformare la propria **paura dell'abbandono**, aiutandolo a riconoscere queste emozioni e a sviluppare un senso di sicurezza e **stabilità** interiore. Attraverso questo percorso, è possibile superare il bisogno di fuggire o isolarsi, e invece creare legami solidi e autentici, basati sull'amore per sé stessi e sugli altri.



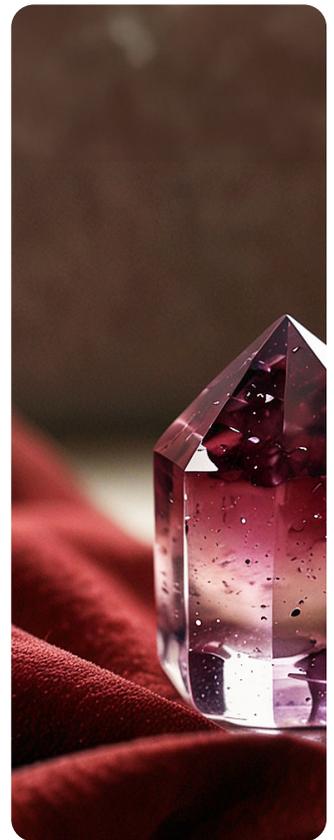
INTRODUZIONE ALLA PAURA DELL'ABBANDONO

- **Un'eredità genealogica da trasformare**

- La paura dell'abbandono non è solo un'emozione personale, ma spesso si radica in memorie **genealogiche**.

Alcune famiglie vivono episodi di separazioni non risolte, figli dimenticati o relazioni spezzate, che si tramandano di generazione in generazione sotto forma di insicurezza e sfiducia nelle relazioni.

Per rimanere in tema **22 in conflitto**, e per trarne l'esempio, va detto che porta con sé il compito di riconoscere queste paure e di **trascenderle**, trasformandole in un'opportunità di **connessione** e **guarigione**.



PREPARAZIONE DEL RITUALE

Per lavorare sulla tua paura dell'abbandono, avrai bisogno di **strumenti simbolici** che rappresentino il tuo cammino verso la **sicurezza** e la **stabilità emotiva**.

Procurati:

- Un **piccolo pezzo di tessuto morbido** (simbolo di **protezione** e **calore**) - vedi annotazione riportata più avanti con maggiori dettagli sul significato simbolico del tessuto
- Una **pietra**, preferibilmente una **Ametista** (in questo caso simbolo di **autostima** e **amore per sé stessi**)
- Una **scatola o un contenitore** che puoi chiudere (simbolo di **confine** e di **spazio sicuro**)
- Una **foglia o un ramoscello di un albero** (simbolo di **crescita** e **radicamento**)

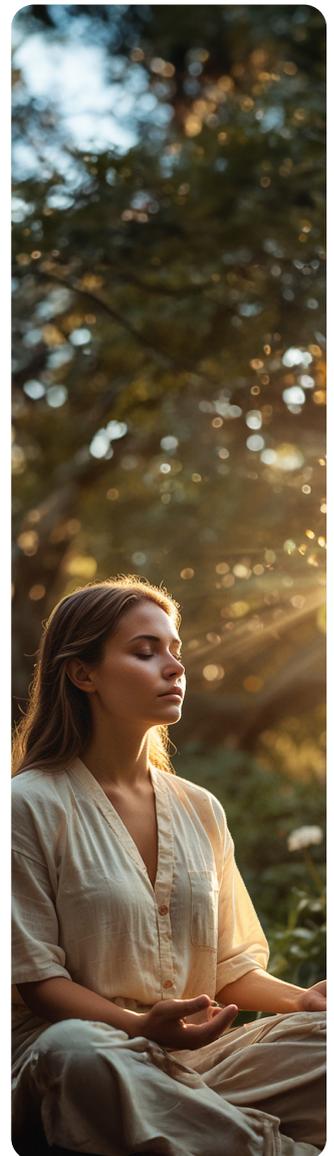


MANTRA DEL RICONOSCIMENTO DELLA PAURA

- **Trasformare la paura dell'abbandono in sicurezza interiore**
 - Il **mantra** che seguirà ti aiuterà a entrare in contatto con la tua paura dell'abbandono e a darle una voce. Recitalo 3 volte al giorno, per 22 giorni consecutivi. Ogni volta che lo pronunci, immagina la tua paura emergere alla superficie, ma senza spaventarti. Accettala, riconoscila e, giorno dopo giorno, osserva come si dissolve.

“Io riconosco la mia paura dell'abbandono. Accolgo la mia insicurezza, ma non le permetto di dominarmi. Sono sicuro nel mio essere, mi appartengo e mi sostengo. Creo legami basati sull'amore e sul rispetto, e non temo la solitudine. Io sono radicato e intero.”

Questo **mantra** ti aiuterà a ristrutturare il tuo dialogo interiore, permettendoti di riconoscere le emozioni legate all'abbandono senza lasciare che esse controllino le tue azioni.



IL RITUALE DELLA PROTEZIONE INTERIORE

- **Parte 1: Creare il tuo spazio sicuro**

- Inizia trovando un angolo tranquillo della tua casa. Prendi il pezzo di tessuto morbido e tienilo tra le mani. Questo tessuto rappresenta la tua **protezione** interiore, il senso di sicurezza che ti stai costruendo. Chiudi gli occhi e respira profondamente, sentendo il calore del tessuto nelle tue mani, immaginando che si diffonda nel tuo corpo.

Purifica l'ambiente con Salvia Bianca del Deserto o Palo Santo e assicurati di avere la porta di ingresso alla stanza visibile di fronte a te.



- Recita queste parole:

“Io mi proteggo e mi sostengo. Nella mia solitudine scopro forza. Nella mia paura riconosco saggezza. Ogni volta che cerco compagnia, trovo dentro di me un rifugio sicuro”

Dopo aver pronunciato queste parole, avvolgi la pietra (Ametista) nel tessuto. La pietra simboleggia il tuo cuore, e il tessuto la protezione che tu stesso ti fornisci. Riponi il tessuto avvolto nella scatola o nel contenitore, simbolo del tuo **spazio sicuro**, e di ulteriore protezione.



- **Apriamo un'ulteriore parentesi del "perché un pezzo di tessuto"**
 - Nel rituale, il pezzo di **tessuto** che utilizzerai ha un significato molto profondo: a livello simbolico e inconscio, rappresenta la **pelle**. La pelle è l'organo che ci separa dal mondo esterno, che ci protegge e ci permette di sentirci al sicuro all'interno dei nostri confini.
Tuttavia, quando affrontiamo un **conflitto di abbandono**, la pelle – così come il tessuto simbolico – può diventare **fragile, irritabile**, o addirittura vulnerabile.
In presenza di una paura dell'abbandono, l'inconscio si riflette nella pelle, che diventa il luogo fisico dove il conflitto si manifesta.



- **Sensibilità cutanea, eruzioni** o una sensazione di disagio possono rappresentare a livello corporeo ciò che accade a livello emotivo: il senso di non essere protetti, il timore di essere esposti e il desiderio di avere una barriera sicura tra noi e il mondo. Utilizzare il tessuto nel rituale diventa quindi un **atto di cura simbolica**: coprire la pietra con il tessuto è come proteggere la tua pelle e la tua anima, offrendo a te stesso uno spazio sicuro dove la **fragilità** può trasformarsi in **forza e stabilità**.



● Parte 2: Collegarsi alla natura

- Prendi la foglia o il ramoscello e tienilo tra le mani. Questo elemento naturale rappresenta la tua **crescita** e la tua capacità di **radicarti**. Chiudi gli occhi e immagina che le tue radici si estendano sotto di te, proprio come quelle di un albero. Le radici ti danno stabilità e forza, permettendoti di rimanere saldo anche quando ti senti in una situazione di solitudine.

Recita queste parole:

“Celebro la mia connessione con la terra e con il tutto. Le mie radici crescono forti e profonde. Mi sento sempre unito e in armonia con ciò che mi circonda. Appartengo pienamente a questa vita e mi nutro delle mie connessioni profonde.”



● Parte 3: Riconoscere la paura senza sfuggire

- La paura dell'abbandono spesso ci porta a desiderare di scappare o a chiuderci. Questo passaggio del rituale ti insegnerà a non reagire alla paura con la fuga, ma con la presenza.

Ogni volta che senti la paura affiorare, prendi il contenitore con la pietra e il tessuto, aprilo e tieni la pietra tra le mani.

Sussurra con le labbra le seguenti parole:

“La mia paura è una parte di me che desidera essere vista. Oggi la riconosco, le offro spazio, mentre scelgo di guidare le mie azioni con consapevolezza e calma.”

Porta sempre con te queste parole scritte, vuoi nella tua agenda, vuoi su di un foglietto di carta o altro e con delicatezza, rilassando l'addome, ripetile almeno 3 volte consecutive **sussurrandole con le labbra**. Questo ogni volta che la paura dell'abbandono o un senso di solitudine si fanno sentire durante il giorno. Questo atto ti aiuterà a ricordare che, nonostante la paura, rimani comunque sempre **al comando delle tue azioni**.

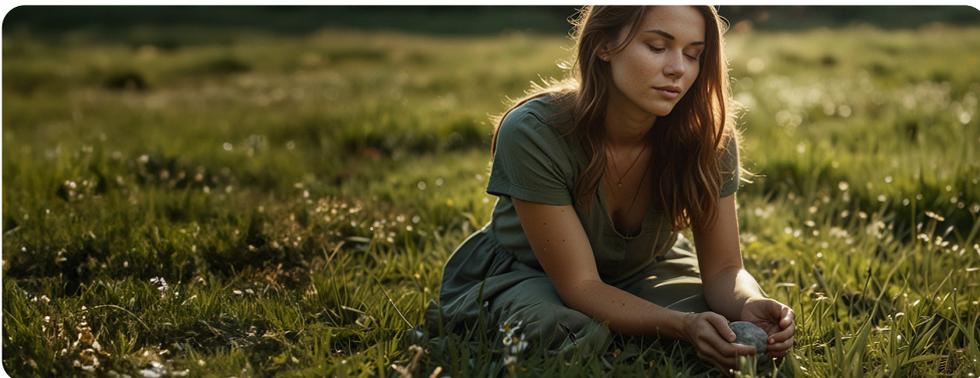


CONCLUSIONE DEL RITUALE

- **22 giorni per trasformare la paura dell'abbandono in forza interiore e autostima**
 - La migliore soluzione è ripetere il rituale ogni giorno per 22 giorni. Alla fine di ogni giorno, prendi la foglia o il ramoscello e posizionalo vicino alla scatola che contiene la pietra e il tessuto. Questo simbolizza la tua crescita interiore e la tua capacità di **stare con te stesso** senza fuggire. Man mano che prosegui, noterai che la tua **paura dell'abbandono** comincia a perdere la sua forza, sostituita da un crescente senso di **autostima** e **radicamento**.



- Dopo i 22 giorni, puoi decidere di conservare il contenitore con la pietra e il tessuto come **simbolo della tua nuova forza interiore**, oppure restituire la pietra alla natura, liberando così la paura e riconnettendoti al ciclo naturale di crescita e trasformazione. Questo rituale non solo ti aiuterà a lavorare sulle tue **paure**, ma ti offrirà strumenti pratici per affrontare i momenti di insicurezza e solitudine, trasformandoli in momenti di **connessione profonda** con te stesso. Ricorda che la chiave per trasformare la paura dell'abbandono in un'energia potente fatta di **forza, stabilità e altissima sensibilità**, è la costanza e la fiducia nel percorso. Ogni giorno è un passo verso una maggiore sicurezza interiore e relazioni più autentiche.



COPYRIGHT

I contenuti presenti in questo documento sono di proprietà di Bettiol Fabio (in arte Fabio Netzach e Netzachademy). Bettiol Fabio autorizza espressamente gli allievi con i quali ha stabilito un accordo di fiducia, a condividere i contenuti qui inclusi, denominati "rituali", con i loro personali allievi a scopo didattico e formativo. Questo trasferimento di conoscenza deve avvenire nel rispetto dei principi etici e di fiducia, che sono fondamentali nei lavori di Bettiol Fabio e riflettono il concetto di karma.

L'uso dei contenuti è consentito esclusivamente per fini educativi e personali. Non è permesso pubblicare o redistribuire questi contenuti su piattaforme di social media o altri canali di comunicazione di massa. Ogni modifica ai contenuti richiede una autorizzazione scritta e affermativa da parte di Bettiol Fabio. La copia e la riproduzione dei contenuti in qualsiasi modo o forma sono vietate ai sensi della legge 248/00 e modifica legge 633/41.

Copyright © 2024 www.netzachademy.net di Bettiol Fabio. Tutti i diritti riservati.

