

---

# RITUALE DEL PONTE DEGLI ANTENATI

---

  
NETZACHADEMY  
COMUNITÀ OLISTICA D'ECCELLENZA

Vs. 01.001

---

# INTRODUZIONE

- **Riconnettersi agli antenati per guarire il presente**
  - La genealogia conserva memorie che, seppur appartenenti al passato, influenzano profondamente la nostra vita presente. **Quando un antenato ha perso prematuramente un genitore**, quella perdita può generare traumi emotivi e memorie di dolore che si tramandano inconsciamente attraverso le generazioni.  
Per comprendere appieno il Rituale, partiamo da un esempio pratico, che **potrai poi adattare alla tua storia genealogica personale**.  
Ad esempio, immaginiamo un nonno che rimane orfano di padre in giovane età. Questa perdita può lasciare segni profondi, come senso di colpa, paura dell'abbandono o difficoltà a sentirsi adeguato.



- **Ti riconosci in questo?**

- La discendenza può spesso reagire sviluppando il sospetto che le persone a loro care non le “scelgano” o “non riconoscano il loro valore”, creando un senso di inadeguatezza o di rifiuto.

Il Rituale del Ponte degli Antenati ha lo scopo di riconoscere queste memorie, **onorare gli antenati coinvolti** e **trasformare il dolore** in forza e pace.



# MATERIALI NECESSARI:

- **Oggetti simbolici:**

3 oggetti che rappresentano gli antenati (ad esempio, bambolotti o scatolette di caramelle come le Frisk. Svuota le scatolette e riempile con della terra, poi chiudile e ricoprile con carta bianca e scotch per rappresentare simbolicamente l'antenato. Assicurati che gli oggetti possano rimanere in piedi).



- **Tre Post-it gialli:**

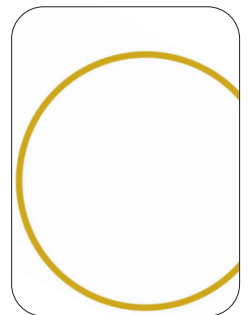
uno per ogni antenato, su cui scrivere i nomi. Se non conosci i nomi esatti, usa nomi simbolici che li rappresentino.



- **Cerchio giallo:**

allegato al PDF troverai un cerchio giallo pronto da stampare.

Nota: se la tua stampante non riproduce bene il colore giallo, disegna un cerchio manualmente usando un pennarello giallo su un foglio bianco e non cercare la perfezione, il cerchio andrà bene comunque.



- **Lampada:**

una lampada da scrivania con luce puntata sul cerchio giallo.



- **Bicchierino di carta bianca:**

un bicchierino di carta interamente bianco, preferibilmente da caffè. Se contiene scritte o decorazioni, ricoprilo con carta bianca.



# PREPARAZIONE RITUALE

- **Posizionare il cerchio giallo:**
  - Sistema il cerchio giallo su una superficie stabile, come una scrivania o un tavolo. Al centro del cerchio, posiziona l'oggetto che rappresenta il tuo antenato più vicino, che rimase prematuramente orfano (ad esempio, il nonno) con il Post-it giallo con il suo nome attaccato sul retro (come da immagini qui riportate). Se preferisci, puoi utilizzare dei piccoli bambolotti al posto delle confezioni di caramelle che sono state usate come esempio in questo Rituale.



● vista frontale



● vista dal retro

- **Illuminazione e tempo:**

- Posiziona la lampada da scrivania in modo che illumini direttamente l'oggetto al centro del cerchio.  
Lascia l'oggetto nel cerchio per **3 giorni consecutivi**, illuminandolo per almeno **3 ore al giorno**.

- **Durante i 3 giorni:**

- Mentre l'oggetto è illuminato, parla simbolicamente con il tuo antenato, spiegando il tuo intento e chiedendo il suo sostegno. Oltre ad una conversazione libera, sussurra con le tue labbra ripetendo almeno 3 volte la frase generica:

*“Caro/a antenato/a, riconosco il tuo dolore e la tua forza.*

*Ti accolgo con amore e ti chiedo di aiutarmi a portare pace e gioia nella nostra linea familiare.”*



- **Acquisto degli oggetti per i bisnonni:**
  - Durante questi 3 giorni, recati fisicamente a comprare due oggetti simbolici (ad esempio, due bambolotti o 2 scatolette di caramelle) che rappresentino i genitori dell'antenato (nel nostro esempio, i bisnonni). Prima di partire, verifica di avere tutto l'occorrente: carta bianca, scotch, Post-it gialli con i nomi o un nome che li possa rappresentare. E sempre prima di partire per acquistare ciò che rappresenterà il bisnonno e la bisnonna, chiudi gli occhi per un attimo, rilassati, poi riapri e leggi ad alta voce almeno 3 volte la seguente frase generica, tenendo il foglio di fronte a te:

*“Caro/a bisnonno/a, io mi trovo qui, tu ti trovi lì al di là di questa casa. È arrivato il momento che tu faccia ritorno tra noi. Potrai stare ovunque tu vorrai, ma è necessario realizzare e soddisfare il bisogno della nostra famiglia. Noi necessitiamo del tuo sostegno.”*



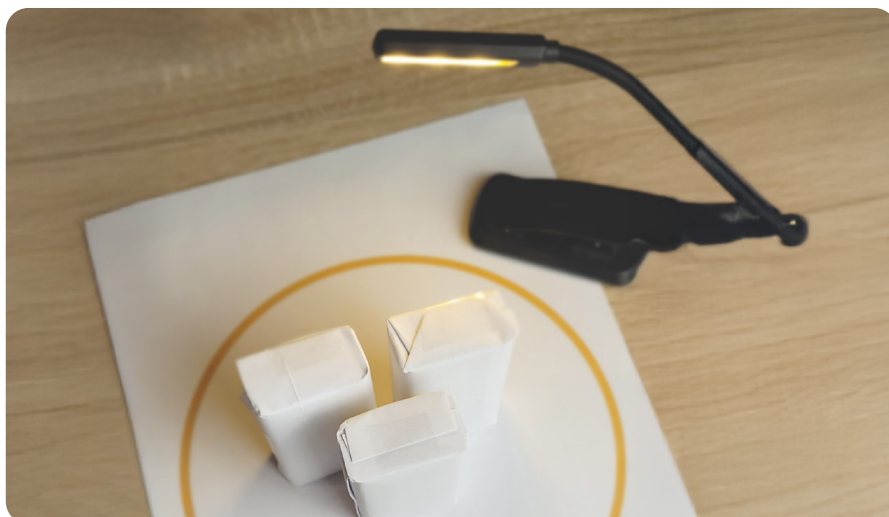
- Ripeti questa frase per ciascun bisnonno/a vivendo dentro te la sensazione viva di quanto stai recitando (mantra).  
Dopo l'acquisto, applica i Post-it gialli con i loro nomi su ciascun oggetto.  
Se non conosci i nomi esatti, usa nomi simbolici.  
Durante il viaggio di ritorno, mantieni un dialogo simbolico con gli antenati, immaginando che stiano tornando con te per essere parte della famiglia.





# RITUALE PRINCIPALE

- **Inserire gli antenati nel cerchio:**
  - Dopo i 3 giorni di permanenza del nonno nel cerchio (sempre rimanendo nel nostro esempio), aggiungi gli oggetti simbolici dei bisnonni nel cerchio (siano essi bambolotti o scatolette di caramelle rifoderate).  
Posiziona il bisnonno dietro la spalla destra dell'oggetto che rappresenta il nonno.  
E dietro la spalla sinistra posiziona la bisnonna.



- **Bicchierino di miele:**

- Prendi il bicchierino formato da caffè. Se presenta scritte o disegni rivestilo con della carta bianca e riempilo con del miele liquido (non di acacia).



- Posizionalo all'interno del cerchio in uno di questi punti simbolici:  
a **ore 11**, oppure a **ore 2**, o a **ore 5**, seguendo il cerchio come fosse un orologio. Scegli il punto che senti più significativo.

- **Dialogo quotidiano:**

- Per i successivi **18-22 giorni** (sentiti libero di scegliere tu il numero di giorni totali), dedica quotidianamente qualche minuto a un dialogo simbolico con gli antenati. Ripeti:

*“Cari antenati, vi accolgo nel mio cuore e vi onoro. Riconosco il vostro amore e il vostro dolore. Vi chiedo di sostenere me e chi amo nella gioia e nella pace.”*

Cambia il miele nel bicchierino ogni settimana. Il miele vecchio va smaltito nel bidone dell'umido o sparso in natura (non nel lavandino, e nemmeno nel wc).

Puoi riutilizzare lo stesso bicchierino se si è mantenuto in buone condizioni; in caso contrario, sostituiscilo e smaltisci quello vecchio nel bidone della carta, ringraziandolo simbolicamente per il servizio prestato.



# CONCLUSIONE DEL RITUALE

- **Sepoltura:**

- Dopo i 18-22 giorni, prepara 3 piccole buche nel terreno, una per ogni antenato, disposte come nel cerchio (bisnonni dietro il nonno).

Brucia il cerchio giallo e i Post-it utilizzati nel Rituale. Versa le ceneri un pò per buca.

Sotterra gli oggetti simbolici con i Post-it ancora attaccati.



- **Fiori e riso:**

- Una volta ricoperti di terra, sopra ogni buca, posiziona un fiore reciso (es. una margherita) come simbolo di trasformazione e rinascita.

Distribuisci chicchi di riso in senso orario intorno alle buche o formando un cerchio che le racchiuda.



- **Frase conclusiva:**

- Mentre concludi, ripeti almeno 3 volte il seguente mantra:

*“Vi riconosco, vi onoro e vi accolgo nel mio cuore. Il vostro amore è la mia forza, e il vostro dolore ora è guarito.*

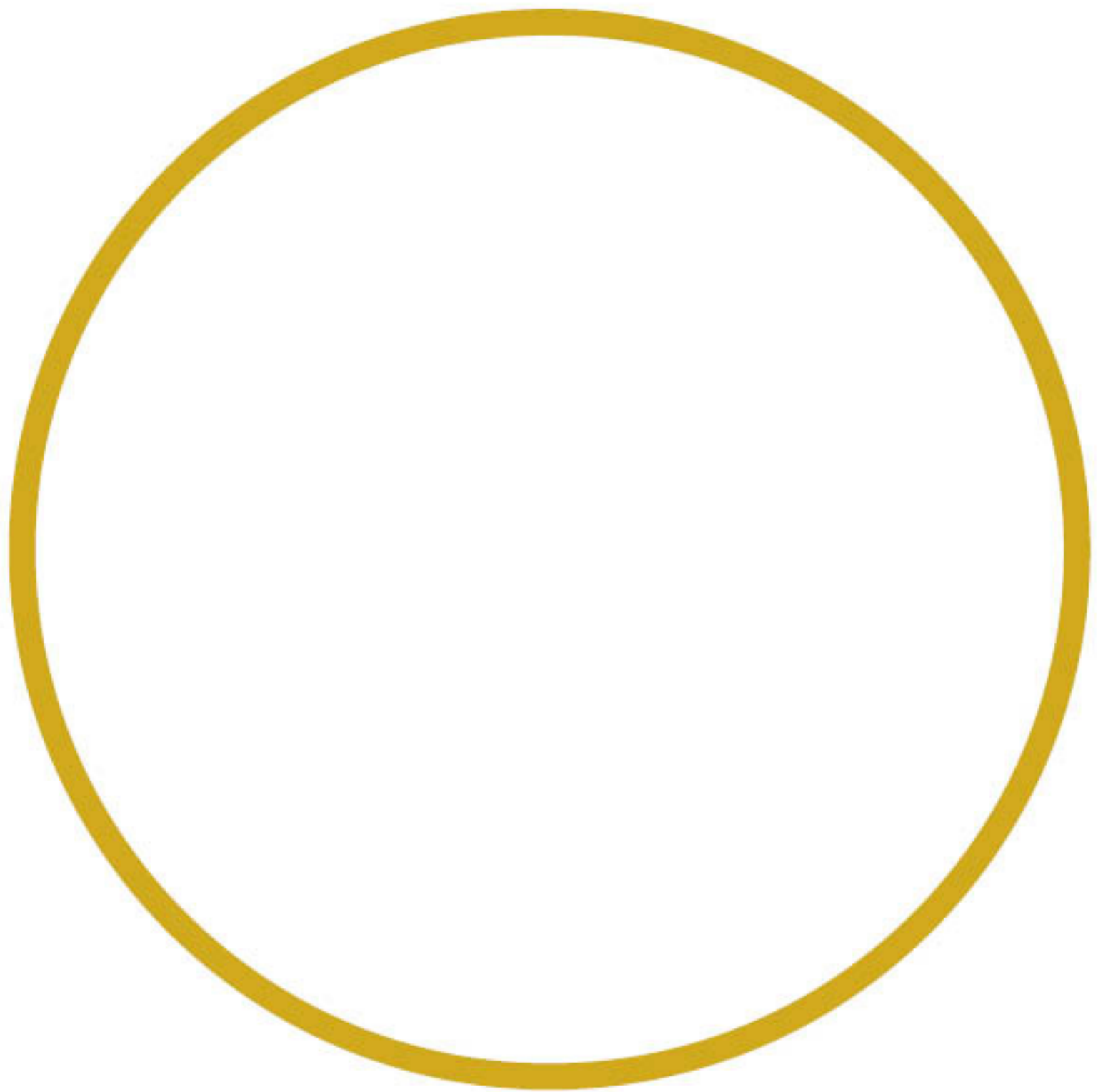
*Siate liberi e in pace. Anch’io e chi amo siamo liberi dal vostro dolore e dai vostri destini.”*

- **Nota finale:**

- Questo Rituale è un esempio simbolico. Può essere adattato a diverse situazioni, mantenendo sempre il focus sull’intento di **onorare gli antenati**, trasformare le memorie dolorose e **portare pace nella tua vita e nella tua genealogia**.











# 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](http://www.netzachademy.net) di Bettiol Fabio. Tutti i diritti riservati.

