

# I Libri della Nuova Era

*Iscriviti alla newsletter su [www.etadellacquario.it](http://www.etadellacquario.it) per essere sempre aggiornato su novità, promozioni ed eventi. Riceverai in omaggio un estratto in eBook da un libro del nostro catalogo.*

In copertina: Adobe Stock © Kittiphat

© 2020 Edizioni L'Età dell'Acquario  
L'Età dell'Acquario è un marchio Lindau s.r.l.

Lindau s.r.l.  
corso Re Umberto 37 - 10128 Torino

Prima edizione: maggio 2020  
ISBN 978-88-3336-169-7

Daniela Zicari

# APRIRSI ALLA PROSPERITÀ

*Come lasciar andare i blocchi limitanti  
e vivere nell'abbondanza*

 **Edizioni**  
**L'Età dell'Acquario**



## Prefazione

Il Covid-19 o Coronavirus è esploso in Cina e sembrava qualcosa di molto lontano da noi. Forse siamo stati un po' lenti a comprendere la portata drammatica della pandemia.

Molti di noi, quando il virus si è manifestato in Italia, hanno provato ansia, paura, panico, senso di impotenza, vicinanza con gli operatori sanitari. Qualcuno è stato felice di poter rallentare, rimanere a casa, cambiare il ritmo della propria esistenza. Qualcuno ha provato sollievo nell'isolamento, mentre qualcun altro ha avuto bisogno di un contatto fisico e sente molto la mancanza di un abbraccio.

In questo periodo, durante i workshop che tengo on line, sento le condivisioni di molte persone: alcuni sono rimasti paralizzati, altri hanno reagito. Per tutti quelli che intervengono nel corso delle nostre meditazioni o dei corsi appare chiaro che un cambiamento sarà necessario.

Stiamo affrontando, chi più chi meno, la paura: chi per la salute propria o dei suoi cari, chi per il futuro in termini di sopravvivenza economica. Alcuni sostengono che questa lezione inaspettata si rivelerà del tutto inutile e che tutto tornerà come prima, con i ritmi di prima.

E poi resta la paura del virus, qualcosa che non si vede, che si conosce ancora poco, che ci hanno presentato come

una simil-influenza ma che poi si è rivelato molto più pericoloso. E mentre l'uomo primitivo il pericolo lo vedeva in faccia, ecco che noi (pur provando la stessa paura primordiale derivante dal cervello rettiliano) il nemico non lo possiamo vedere. E questo risulta più disorientante. Quello che stiamo facendo è rimanere confinati, per la sicurezza nostra e degli altri.

Ed ecco allora si fa strada nella nostra mente un'altra paura: quanto durerà? e come sarà la vita dopo il Covid? La nostra abitudine ad avere il controllo sta vacillando. La separazione forzata sta causando ancora più ansia e molti rischiano di crollare. La sicurezza e il riposo forzato dell'inizio di questa avventura stanno diventando troppi da gestire. Le persone anziane sono sole, i malati non possono essere accuditi dai loro cari. Tutto questo ha un costo in termini di ansia e paura. E noi come operatori della relazione d'aiuto, abbiamo il dovere di pensare a cosa possiamo fare.

Il virus può diventare un'occasione per riflettere. Ad esempio soffermarsi sullo sfruttamento forsennato delle risorse ambientali, su cosa stiamo facendo al nostro Pianeta, su quale potrebbe essere il nostro futuro e quello delle generazioni a venire.

Abbiamo dunque bisogno di donne e uomini che vogliono fare la differenza, che vogliono dare una mano, magari frequentando corsi di automiglioramento o una scuola di formazione, per contribuire al benessere proprio e degli altri. È il momento della cooperazione; è il momento di trovare ognuno la propria autenticità, di andare nel nostro silenzio interiore e attingere la saggezza, quella saggezza che non sappiamo nemmeno più di avere dentro di noi.

Abbiamo bisogno di risvegliarci a una nuova era, di utilizzare il senso di insicurezza che ha creato il virus come

un'opportunità per imparare e cambiare. Sei pronto a guardare in faccia la tua vera natura spirituale? Sei pronto ad amare te stesso e gli altri in un modo nuovo e collaborativo? Tu hai il potere di trasformare la tua vita e di cambiare il mondo!

Il vaccino energetico, l'antidoto per il virus è la trasformazione che ci viene chiesta a livello individuale e collettivo, partendo ognuno dalla propria responsabilità che significa abilità alla risposta. In che modo possiamo rispondere? Cambiando, lavorando su noi stessi, investendo su di noi e sulle nostre relazioni, creando una rete.

Ma soprattutto possiamo iniziare a emanare amore incondizionato.

Iniziare a dare senza pensare a ciò che si riceverà in cambio, così come fanno il pianeta Terra, il Sole, la Luna, l'Acqua e tutti gli elementi che ci permettono di vivere. Possiamo fare di questa crisi così profonda l'occasione per imparare, trasformare i momenti angosciosi che stiamo vivendo in un trampolino per una possibile evoluzione. Una possibile espansione della consapevolezza.

Questo virus rappresenta un segnale, un'allerta, un invito a non arrendersi alla paura. Invece che abbandonarsi allo sconforto, possiamo aprirci all'amore, elevarci, aumentare la nostra connessione con noi stessi e con gli altri, col pianeta, sentendo un maggiore rispetto per tutto e tutti.

Questo virus potrebbe essere vissuto (senza dimenticare le morti e la sofferenza che ha suscitato) come un insegnamento, per lasciare andare il controllo, elaborare il dolore e la distruzione, aumentando il rispetto per tutte le forme di vita e aiutare la trasformazione che il pianeta ci chiede. Dopo il quasi totale blocco di questo periodo e la drastica diminuzione dell'inquinamento, si potrebbe finalmente ren-

dersi conto che un cambio di marcia è possibile e necessario. Non tutti l'avevano capito prima del virus, e ora?

Ora tocca a noi. Possiamo fare qualcosa, ognuno potrà trovare il proprio metodo: la preghiera, esprimere amore, inviare luce, meditare, respirare in modo consapevole, muovere il corpo, fare qualsiasi azione che possa far stare meglio prima di tutto sé stessi e questo potrà essere un modello per qualcuno. Quando si prende in mano la propria vita in modo spontaneo, si invitano gli altri a fare altrettanto.

Ogni gesto d'aiuto, anche il più silenzioso, in questo momento e in futuro, sarà importante e necessario. Tutti i gesti che vengono dal cuore sono e saranno rilevanti.

Quando avremo finalmente la possibilità di avvicinarci, abbracciarci, guardarci negli occhi, lo faremo in modo diverso, in modo nuovo. Saremo più consapevoli di quanto sia essenziale la presenza delle persone che sono importanti per noi, ma anche di come ognuno possa esserlo, perché ogni presenza è un dono e può insegnarci qualcosa, e anche la nostra può essere di stimolo agli altri.

Il mio auspicio è che si diventi più consapevoli della bellezza di questo pianeta, così ricco e generoso, così fertile. Sapremo farlo?

Aprile 2020



APRIRSI ALLA PROSPERITÀ



## Il senso della prosperità

*Un campo di girasoli, il sorriso dei bambini, il respiro quando entra e quando va, un torrente di montagna con l'acqua fredda e limpida, esprimere gratitudine, essere in pace, camminare insieme a qualcuno che si ama, donare più che pensare a ricevere, le risate, vivere il proprio scopo su questa Terra, prendersi cura del pianeta, questo pianeta così bello e ricco che ci sostiene, liberarsi definitivamente dalla plastica, evolvere in modo sano per tutti, imparare la cooperazione invece della competizione, partorire con dolcezza e potenza, abolire la violenza già dai primi istanti di vita, il rispetto per tutti gli abitanti umani e non, la pienezza delle cascate, poter fermare il degrado, fare scelte consapevoli e intelligenti, sviluppare la parte sacra di ciascuno di noi, la connessione spirituale che dona benessere e che si incarna nella materia, senza negarla o idolatrarla. È tornare alla Vita più vera.*



## Introduzione

Viviamo in una parte del pianeta fortunata e prospera, senza guerre da settanta anni, eppure sono poche le persone che vivono uno stato di autentica prosperità, contente di ciò che fanno per vivere, appagate dalle proprie relazioni e in grado di essere di stimolo e di esempio per gli altri.

Prosperità non significa avere molti soldi in banca: grazie alla mia professione ho conosciuto persone molto ricche dal punto di vista economico ma infelici e insoddisfatte; queste persone vivevano come se avessero un conto corrente in rosso, perennemente nella rinuncia, con un atteggiamento pessimista riguardo al proprio futuro. Individui che non sono riusciti a esprimere i propri talenti. Naturalmente ho conosciuto anche persone senza mezzi economici che avevano le medesime caratteristiche. Infatti, la coscienza di prosperità di cui parleremo in questo testo è indipendente dallo stato sociale, dalla cultura, dal saldo del conto corrente. È un atteggiamento che si è respirato in famiglia e lo si è quindi ereditato, oppure è un atteggiamento frutto di un lavoro interiore che ha fatto crescere, evolvere e diventare più consapevoli. Come vogliamo vivere? Immersi in una coscienza di scarsità o di abbondanza e prosperità?

Non voglio nemmeno consigliare, come alcuni testi propongono, di spendere il denaro con noncuranza senza pensare alle conseguenze, tanto poi l'Universo si prenderà cura di noi. Ritengo che questo sia un atteggiamento superficiale e pericoloso oltre che per niente prospero.

La coscienza di prosperità prevede un grande rispetto per l'energia del denaro, che si può rendere sacro portando la spiritualità e un atteggiamento adeguato nella materia, rendendola preziosa. Siamo incarnati in un corpo per vivere le lezioni che abbiamo bisogno di imparare e per evolvere. La materia fa parte di questa evoluzione, quindi il corpo, il denaro, la sessualità, così come il cibo. Possiamo rendere sacro tutto questo per vivere pienamente e in modo soddisfacente tutte le nostre potenzialità ed eliminare la separazione tra materiale e spirituale. Questa connessione già di per sé fa parte di una coscienza di prosperità perché elimina il giudizio negativo che molti hanno per i livelli più materiali dell'esistenza.

## Prosperità e spiritualità

### *Perché un libro sulla prosperità*

Durante la scuola e i miei corsi di crescita personale (Scuola di Counseling Esperienziale e Relazionale di Milano), insegno a comprendere le leggi della scarsità per fluire verso quelle della prosperità, per quello che ognuno può intendere con questo termine. Questo non è un libro che insegna a diventare ricchi, non è un libro sui miracoli e non è nemmeno un testo sul pensiero positivo. Credo che la crescita evolutiva e il cambiamento siano qualcosa di serio e che per questo si debba dedicare del tempo e dell'energia. Ne vale sicuramente la pena.

Comprendere cosa ci piace, cosa possiamo fare per migliorare la qualità della nostra vita e quella degli altri può essere un compito piacevole e persino necessario per il bene di tutti noi. Partendo dalla prosperità personale potremmo riuscire a fare qualcosa per quella degli altri. Questo è un testo che propone la cooperazione al posto della competizione, nella convinzione che ognuno possa esprimere il proprio talento peculiare e per questo vivere nella prosperità. Il bene del Pianeta è la priorità in questo momento storico e lavorare cooperando significa pensare, oltre al bene degli altri, al bene della Madre Terra che ci ospita e quindi alle generazioni future.

Un testo sulla prosperità può aiutare a comprendere quello che ci piace veramente e in che modo poterci realizzare, superando le leggi della scarsità. Leggi che abbiamo introiettato nei primi anni della nostra vita perché permeavano l'ambiente in cui siamo cresciuti.

### *Cosa significa prosperità*

Prosperità non è un sinonimo di denaro, il termine significa – dal dizionario – condizione di floridezza, di sviluppo, di benessere: *prosperità di salute; prosperità economica; la prosperità delle arti, delle industrie; la prosperità di un'azienda.*

Quando sono entrata nel mondo del lavoro svolgevo una professione che non amavo: guadagnavo bene ma non ero prospera! Quando ho capito che avrei dovuto lasciare il lavoro di impiegata perché il prezzo che pagavo in termini di salute e felicità era troppo alto, ero un revisore contabile, regolarmente assunta in una azienda svizzero-tedesca con uno stipendio alto e prospettive di carriera interessanti: quasi tutti i miei colleghi sono diventati Direttori Amministrativi. Mentre scrivo mi viene ancora la pelle d'oca pensando al rischio che ho corso se fossi rimasta intrappolata per tutta la vita in una professione che non amavo soltanto per la paura della scarsità o per il prestigio che mi dava quel ruolo. Per fortuna i miei malesseri a riguardo erano troppo forti e sono stata costretta ad aprire gli occhi e cercare qualcosa che mi avrebbe fatta sentire realizzata. Non sto dicendo che tutti i lavori d'ufficio siano deleteri o non consentano la realizzazione personale. In tutti questi anni di lavoro con la crescita personale e l'insegnamento sono venuta a contatto con moltissime persone contente della propria professione:



in banca, in una compagnia di assicurazione o altra azienda, che siano geometri o ragionieri, infermieri, addetti alla vendita, commercianti e artigiani. Alcuni erano felici di quel che facevano, altri meno.

La cosa più importante è riconoscere cosa ci appaga, cosa ci rende felici e dà un senso alla nostra giornata, visto che al lavoro dedichiamo la maggior parte del nostro tempo.

Il cambiamento, per me, è stato rivolgermi alla relazione d'aiuto e renderla una professione appagante per poi insegnare ad altri la stessa professione.

Essere prospera per me Daniela, ora che ho 65 anni, significa, ad esempio, veder crescere la scuola che ho fondato, formare degli insegnanti motivati come me per avere sempre più collaboratori validi, essere attorniata da giovani, perché grazie alla mia professione sono sempre in contatto con loro, con l'energia vitale e l'entusiasmo di cui sono carichi. Vuol dire conoscere e veder crescere mio nipote, la mia cagnolina, continuare a imparare oltre che insegnare, stare nella natura in modo consapevole e sacro, sostenere tutto quello che può essere utile per salvare questo bellissimo pianeta in cui viviamo. Significa continuare a nutrire d'energia la relazione d'amore che vivo da 35 anni e portare attenzione sempre di più alla parte spirituale e transpersonale di me. Continuo a praticare la respirazione che insegno e ho il desiderio di migliorare sempre di più la persona che sono.

Tutto questo mi fa sentire che ho uno scopo, una visione, e nessuno dei progetti che mi stimolano ad andare avanti c'entra con il denaro, ma tutto mi fa sentire prospera e sicura di avere una vita degna di essere vissuta, piena di valori e di contatti umani meravigliosi, soprattutto con le persone che fanno parte della comunità che si è creata intorno al centro Dharma di Milano dove lavoro.

*La spiritualità prima della materia*

Un'antica storia induista dice che nel cuore degli esseri umani giacciono due dee. Una è Sarasvati rappresentata come una bella donna vestita di bianco seduta su un fiore di loto bianco o a cavallo di un cigno anch'esso bianco, colore che rappresenta la purezza e la vera conoscenza. Spesso viene raffigurata con quattro braccia che simboleggiano l'intelletto, la mente, la coscienza e l'ego che Sarasvati sa sapientemente trascendere. È spesso rappresentata di fianco a un fiume che richiama la sua capacità di lasciar fluire, quindi il non attaccamento.

L'altra dea è Lakshmi, la dea dell'abbondanza, della fortuna, bellezza e fertilità. Anch'essa è rappresentata da una bella donna con quattro braccia, seduta su di un fiore di loto, adorna di gioielli preziosi. L'associazione delle dee con il fiore di loto è dovuta al fatto che esso nasce dal fango ma fiorisce sulla superficie dell'acqua, senza mostrare traccia del fango. Le dee infatti trascendono le limitazioni del mondo e si muovono nella sfera della purezza e della spiritualità.

La storia suggerisce a chi desidera trovare la prosperità e l'abbondanza materiale di pregare incessantemente Sarasvati, la dea della conoscenza profonda, dedicandosi a studiare, approfondire, conoscere sé stesso.

Prestando attenzione a questi aspetti la dea Lakshmi verrà stimolata (la leggenda dice per gelosia) a interessarsi di voi. Se si cerca la prosperità mirando soltanto a quella, si potrebbero perdere la conoscenza profonda e la saggezza. Se si cerca di raggiungere la prosperità e il denaro «a qualsiasi costo», si perde tanto d'altro e non si godranno i benefici dell'abbondanza. Se si cerca l'agiatezza senza la parte spirituale non ci si sentirà prosperi. La vera prosperità è effetto

di una mentalità, una mentalità che molte persone ricche non hanno.

Cosa significa essere e sentirsi prosperi? Potrebbe essere, ad esempio, un sentimento di benessere, sentirsi al posto giusto, al momento giusto, facendo il lavoro che si ama, mettendo al servizio degli altri le proprie capacità. Quando non si pensa troppo al proprio tornaconto ma soltanto a cosa si può fare per compiere al meglio il proprio lavoro, molto spesso si raggiungono risultati sorprendenti. Ho conosciuto persone piene di denaro che non si godevano nulla di quello che stavano vivendo della loro esistenza, mentre altri riuscivano a godersi la propria vita con quello che avevano, sentendosi prosperi al di là dell'ammontare del conto in banca.

Sentirsi prosperi significa affidarsi, lasciar fluire e saper passare da un'esperienza all'altra, imparando da ognuna di esse.

Significa integrare la spiritualità nella materia diventando persone operose, con una buona autostima, nella consapevolezza che non tutto dipende dal proprio ego.

*Cos'è per te la prosperità?*

Per scoprire cosa evoca in te il termine prosperità, prova a scrivere a ruota libera, senza pensare troppo a ciò che scrivi, stilando un elenco di cosa associ alla prosperità.

Quando si scrive in modo spontaneo, si possono scoprire dei pensieri che non si sa nemmeno di avere: si va a un livello più profondo rispetto a quando si pensa. La mente è costretta a rallentare, quando si scrive; puoi farlo a mano o sul computer. La scrittura è uno strumento straordinario per

scoprire i pensieri inconsci che a volte sabotano quello che desideriamo realizzare.

Riporto l'elaborato di Erika come spunto di riflessione e come esempio di come scrivendo si possa andare velocemente in profondità, comprendendo quali sono le cose importanti che rendono una vita prospera.

Per me Erika la prosperità è vivere della mia arte, crescere i miei bambini e passare con loro del tempo di qualità, dipingere un quadro e lasciarlo andare quando lo vendo sapendo che sarò in grado di dipingerne un altro. È sapere di avere un talento che anni fa rifiutavo; il mio pensiero di scarsità era che non si può vivere di quello che si ama fare ma bisogna fare fatica per guadagnarsi da vivere. Invece ora ho imparato ad accettare il mio talento e sento di meritare di vivere grazie alla sua espressione. La mia prosperità passa dal sentimento profondo di sicurezza che ho acquisito pensando che ce n'è per tutti in questa parte di pianeta così fortunata e prospera. Ho imparato ad amarmi e apprezzarmi per quella che sono e dove una volta provavo invidia ora apprezzo i successi degli altri perché sono un po' anche miei, un esempio di qualcuno che ce la fa è un esempio positivo e importante per me. Ho imparato la gratitudine e la pratico ogni volta che posso. Tutto questo per me è prosperità. Vivere l'amore della mia famiglia: quanto più penso di vivere nella abbondanza, tanti più doni ricevo.

### *Il potere personale e la spiritualità*

Quando parliamo di spiritualità non stiamo pensando alla fede religiosa che è un ambito del tutto personale e individuale. Quando si recitano delle preghiere sentendosi to-