

Alcuni conflitti interiori possono essere causati dai propri familiari. Oggi, però, c'è una nuova tecnica per ritrovare la serenità



Capita di pensarlo per scaricare le proprie responsabilità e liberarsi la coscienza. Dare la colpa alla propria famiglia, infatti, è il migliore modo per alleggerirsi. Eppure non si tratta solo di una scusa. Secondo la cronogenetica, certi conflitti emozionali affondano le radici negli antenati, che fanno perdere il contatto con le proprie emozioni. La nuova tecnica ha proprio questo scopo: aiutare a ritrovare la vicinanza con le sensazioni. Vediamo come.



stai male?

colpa degli antenati



► Che cos'è la cronogenetica

Per cronogenetica si intende un insieme di tecniche che permettono alle persone di ritrovare e, successivamente, di prendere il controllo emozionale sulla propria vita. In pratica, questa disciplina è in grado di fornire la certezza delle emozioni e dei sentimenti.

■ Questa pratica costituisce un prezioso strumento per individuare ed eli-

minare tutte le cause alla base delle problematiche psicologiche, ricercando quegli eventi emozionali significativi che non sono stati assimilati dalla persona.

■ Le origini di questi problemi, in genere, risalgono ai primi sette anni di vita, al momento della nascita oppure ancora prima (vedi paragrafo "Le radici profonde dei tra-

mi"). La cronogenetica, allora, aiuta a scoprire dove nascono e come superarli. Non si tratta, dunque, di recuperare questi dati nella mente e nel vissuto personale, ma di scoprire che un simile imprinting è stato lasciato in eredità da un antenato, che ha vissuto un evento emozionale che, però, non è stato capace di razionalizzare.

■ Inappropriate reazioni emozionali, come la rabbia, l'amarezza, il senso di colpa, la tristezza, l'ansia e le paure croniche, sono responsabili delle difficoltà a raggiungere la qualità di vita desiderata. La cronogenetica permette di risolvere tali problematiche, legate a eredità antiche, e di muoversi verso i propri obiettivi e desideri.



Dai 6 ai 9 mesi di lavoro

La cronogenetica è nata nel 2000, da un incontro tra il dottor Mario Grilli, filosofo e consulente aziendale, Domenica Nieddu, guida e consulente, e il professore brasiliano Temogin Schreiber Perotti, teologo, psicanalista clinico, chiropratico e iridologo. Da questa conoscenza, dopo sei mesi di lavoro quotidiano, è venuta alla luce una tecnica di sblocco delle emozioni, definita "pulizia emozionale".

■ Con l'aiuto del professore brasiliano, i due italiani hanno adattato tutto il percorso di sblocco alla struttura emozionale europea, ben diversa da quella sudamericana. In questo modo, quello che nella tempistica iniziale si riduceva solo a due mesi di lavoro, è stato adeguatamente diluito in sei-nove mesi, dando la possibilità all'inconscio di ristrutturarsi e anche agli operatori che effettuano la cronogenetica di contenere l'onda emotiva di ritorno.

■ Il frutto di questo lavoro è stata la cronogenetica, che oggi ha all'attivo, dopo 8 anni di sviluppo e approfondimento, più di 1.800 sedute effettuate in Italia e oltre 5.000 in Brasile.

➔ Sentimenti in equilibrio

Lo scopo principale della cronogenetica è la ricostruzione e la ristrutturazione della linea temporale della persona. In pratica, si cerca di riconciliarla con le problematiche emotive, che derivano dal vissuto passato o da quello dei propri avi.

■ La cronogenetica si ispira a varie tecniche secondo cui lo spazio e il tempo non esistono se non come rappresentazione del-

le memorie personali. Intorno agli esseri umani c'è una linea fisica che concretizza il personale modo di memorizzare i ricordi. Quando la linea non riesce a distinguere il passato dal futuro, la persona entra in una sorta di circolo vizioso, dal quale è difficile uscire. Questa terapia aiuta a mettere ordine ed equilibrio e a recuperare così le proprie emozioni.



LE RADICI PROFONDE DEI TRAUMI

Esistono sensazioni, conflitti e traumi che affondano le radici prima della nascita. Non è impossibile: sembra che le cause dei problemi emozionali siano da collocare nei mesi di gestazione nell'utero della madre.

■ Le radici possono affondare addirittura in una delle due linee generazionali delle famiglie di appartenenza dei genitori. Così come si ereditano da mamma e papà fattezze o malattie, l'inconscio può ricevere conflitti e traumi che sono stati dei propri avi.

■ Quando ciò accade, significa che un componente della famiglia di appartenenza ha vissuto nella sua esistenza un evento che è stato percepito come negativo o come una palese ingiustizia. La situazione non è stata poi vissuta e compresa. Con il passare del tempo, di conseguenza, è diventato un pesante fardello inconscio, che viene trasmesso come eredità di generazione in generazione.

➔ La seduta tipo

Le sedute sono individuali e vengono fatte con la presenza di due operatori.

■ Ogni trattamento dura da 30 a 40 minuti. Non si tratta di ipnosi: la persona, infatti, resta lucida.

■ Una caratteristica della tecnica è quella di far toccare con mano alla persona l'evoluzione del cambiamento, non solo a livello percettivo, ma anche visivo, attraverso alcune fotografie che vengono scattate

nella prima e nell'ultima seduta e testimoniano le variazioni di struttura, espressione e postura della persona che, spesso, stenta a riconoscersi nella prima foto scattata.

■ Quando il ciclo di sedute sta per concludersi avviene il naturale riequilibrio: ricomincia anche l'attività onirica e la persona elabora con il sogno ulteriori cambiamenti nella propria personalità.

PER CHI HA PIÙ DI 21 ANNI

Nata come tecnica per aiutare gli imprenditori, oggi la cronogenetica viene proposta anche a un pubblico più vasto.

■ Si rivolge a tutti coloro che hanno compiuto i 21 anni. Per l'inconscio, infatti, la maggiore età si raggiunge a 21 anni, perché prima la linea temporale non si è completamente formata.

■ Il percorso dura dai 6 ai 9 mesi e varia in base alla persona. I costi sono variabili.

■ Gli esperti italiani propongono la prima parte della tecnica, quella che riguarda la pulizia delle emozioni negative: paura, rabbia, senso di colpa, tristezza e amarezza; a queste si aggiunge l'ansia, che è la proiezione di una paura del passato verso il nostro futuro.

*Servizio di Norberto Festo.
Con la consulenza del dottor Mario Grilli, consulente etico-aziendale, e di Domenica Nieddu, trainer e coach, esperti di cronogenetica.*