





*A Iole  
senza di lei questo libro non  
sarebbe mai stato scritto*

Giovanna Mazzinghi

***Vedere la bellezza***

Auto-guarigione ed espansione del campo energetico

Proprietà letteraria riservata.

© 2015 Giovanna Mazzinghi

© 2015 Phasar Edizioni, Firenze.

[www.phasar.net](http://www.phasar.net)

I diritti di riproduzione e traduzione sono riservati.

Nessuna parte di questo libro può essere usata, riprodotta o diffusa con un mezzo qualsiasi senza autorizzazione scritta dell'autore.

Copertina: Francesca Banci

Stampato in Italia.

ISBN 978-88-6358-341-0

Giovanna Mazzinghi  
*con la collaborazione di*  
Anna Maria Cecconi Volpini

# *Vedere la bellezza*

*Auto-guarigione ed espansione del campo energetico*

Phasar edizioni



# INTRODUZIONE

*Ci sono due modi di vivere la tua vita.  
Uno è pensare che niente è un miracolo.  
L'altro è pensare che ogni cosa è un miracolo.*  
Albert Einstein

Anni fa, mentre percorrevo a velocità sostenuta un raccordo autostradale, persi il controllo della macchina che cominciò a sbandare. Durante quegli attimi mi sembrò che il tempo si fermasse. Percepivo tutto al rallentatore. Mi ricordo che, non riuscendo più a controllarla, a un certo punto tolsi le mani dal volante come per lasciarmi andare a quello che sarebbe arrivato. Mi preparavo all'urto finale pensando di morire. Quel gesto probabilmente mi salvò la vita.

La macchina, dopo aver urtato e fatto varie volte testa-coda, fermò la sua corsa battendo fortemente nel guard-rail. Io ero indenne, la macchina distrutta. Molto accadde in quegli attimi e ho potuto rendermene conto solo nei giorni successivi vivendo quello che si può definire uno stato post traumatico da shock. Ero come *senza pelle*, mi sentivo immersa e collegata a tutto quello che mi circondava, stavo in estasi di fronte alla natura, la cui bellezza era così forte da togliermi il respiro, i colori erano più vividi e tutto più vibrante. Dappertutto *vedevo bellezza*. Il giu-

dizio era scomparso dalla mia mente, non interpretavo, vedevo le cose come erano, godevo della compagnia della gente, ero aperta alla comunicazione e all'ascolto. Tutti mi sembravano incredibilmente belli, provavo un forte senso di unione e di amore, percepivo le loro emozioni anche a distanza. Ero immersa in un flusso di energia e collegata al mondo intorno a me.

Piano piano, con il passare dei giorni, le sensazioni si attutirono, la *pelle* si riformò e fu come se un velo grigio mi calasse intorno. Provai un forte senso di perdita.

L'evento continuò ad avere effetti su di me lasciandomi in una condizione di maggiore sensibilità ed emotività per qualche mese. Poi tutto tornò *normale*, ma non proprio come prima.

L'idea di scrivere un libro che testimoniassero la realtà di un'esistenza diversa si formò a quel tempo. Quello che, a causa dell'incidente, avevo sperimentato con una struttura della personalità meno forte e rigida dai confini meno delineati, era che oltre l'io c'è solo Amore.

Tornare all'amore è il risultato di un processo di trasformazione di tutto ciò che chiude, separa e impedisce di percepire una realtà dove *tutto è energia e dove noi siamo unità immerse e connesse in un grande campo energetico universale la cui forza vitale è l'amore*. Vedere la bellezza nasce dalla mia esperienza professionale come terapeuta energetico - spirituale e indica una via per trasformare ciò che limita la comprensione, l'espansione e la realizzazione di chi realmente siamo.

Nelle terapie energetico-spirituali vengono presi in considerazione e conosciuti attraverso la percezione del campo energetico, tutti gli aspetti dell'essere umano: corpo, emozioni, mente e spirito.

Il mio lavoro si suddivide in due parti, la seduta individuale e il lavoro di gruppo. Durante la sessione individuale, attraverso specifiche tecniche, la persona viene guidata nel contattare la propria realtà energetica in riferimento a tutto ciò che accade in quel



momento della sua vita. Vengono focalizzate le situazioni di malessere o di crisi che instaurando una condizione protettiva, chiudono il campo energetico. Attraverso la comprensione delle proprie dinamiche, l'accoglienza della propria storia e la trasformazione di ciò che è bloccato, è favorito il ritorno al benessere e l'espansione del campo energetico personale. Il lavoro di gruppo si svolge in forma intensiva durante un fine settimana, all'interno l'esperienza corporea ed energetica è maggiore perchè facilitata dalla risonanza e dalla comunione con gli altri. L'intento e il lavoro di auto-guarigione di ognuno fa sì che nella stanza si formi una forte energia di guarigione a disposizione di tutti.

Nel libro troviamo alcuni capitoli dedicati a spiegare le strutture energetiche, la formazione dell'Io e la dimensione del Sé Spirituale. Ne seguono altri con la spiegazione di cosa sono e come influiscono su salute e personalità i blocchi energetici e la presentazione dell'A.R.T., una tecnica per trasformarli. Un capitolo è dedicato al processo di crescita e autoguarigione individuale e di come questo possa diventare collettivo e favorire il cambiamento di cui tutti noi abbiamo bisogno. Infine, nell'appendice, vengono illustrati degli esercizi utili per sviluppare contatto e presenza, per sciogliere le tensioni muscolari, per attivare l'energia del corpo e quella dei chakra.

Questa in sintesi è la struttura, ma l'anima di questo libro sta nella comprensione che ogni guarigione passa attraverso il cuore. Buona lettura!

