

#scoperta, *empowerment*, trasformazione, crescita personale, spiritualità, creatività

Sahaja Kunkunate

La pittura delle radici



Un viaggio all'interno del tuo albero genealogico















Ai miei antenati e ai miei parenti,
a tutti coloro che ho incontrato nel mio percorso evolutivo,
a tutti quelli che incontrerò.
A tutti i ricercatori del Mondo.
A Meera Hashimoto.

Grazie per
aver scelto
questo libro
♡
Buon
viaggio!
35

Indice

Introduzione	p	7
Nota dell'autrice.....	p	9
Prima parte	p	11
Il mio nome	p	13
Viaggi giovanili.....	p	17
La crisi artistica.....	p	27
L'incontro con Osho.....	p	33
L'incontro con Meera.....	p	37
Il <i>Sannyas</i>	p	43
L'esperienza a scuola	p	51
Liberi tutti	p	57
Il ritorno alla Natura.....	p	65
Sorelle lunari	p	71
Seconda parte	p	79
L'idea	p	81
L'incontro con gli antenati	p	89
La raccolta dati.....	p	93
La scrittura	p	101
Sui materiali	p	107
Sui colori	p	117
L'atto pittorico.....	p	127
1. La pittura <i>Primal</i> 	p	129
La rinascita dalla Terra.....	p	137
2. Dal seme all'albero 	p	137

La polarità	p 141
3. Le tue radici 	p 142
Il dualismo pittorico	p 147
4. Lo <i>Star Sapphire Energywork</i> pittorico 	p 148
L'albero genealogico	p 153
5. L'albero 	p 153
6. I nomi dei tuoi avi 	p 157
7. Il tuo avo speciale 	p 158
8. La danza del tuo albero 	p 158
Il ritratto energetico	p 161
9. Il ritratto del tuo avo speciale 	p 161
10. La pulizia energetica 	p 166
La coppia d'origine	p 167
11. Il ritratto energetico dei tuoi genitori 	p 169
12. Tua madre 	p 169
13. Tuo padre 	p 172
L'autoritratto	p 179
14. Il tuo volto originario 	p 180
Conclusione	p 189
Ringraziamenti	p 191
Bibliografia essenziale consigliata	p 193
Sull'autrice	p 195
Meditazioni guidate	www.trustinspontaneity.com

Introduzione

“Ogni individuo, anche il più chiuso nella vita più banale, costituisce in se stesso un cosmo” (Edgar Morin)

Ho avuto l'ispirazione di creare un percorso di scoperta delle mie radici, mettendo insieme tutti gli insegnamenti che ho ricevuto. È successo in un periodo di solitudine e limitazione che mi ha fatto andare a scavare dentro.

Man mano che procedevo nel cammino, emergeva il desiderio di trascrivere gli accadimenti del mio passato. La mia vita, che appariva come un caos assoluto, ha iniziato a prendere una forma. Ho capito che gli eventi che ritenevo bizzarri e slegati tra loro sono in realtà uniti da un filo sotterraneo. Sono stata la mia “cavia” per sperimentare un viaggio creativo di “ritorno a casa”, che potesse non solo guidare me, bensì potenziali avventurieri altrettanto desiderosi di farlo.

Chi sono? Da dove vengo? Qual è la mia origine? Perché mi comporto così? Perché ho queste idee/credenze/qualità/difetti?

Da dove mi arrivano questi meccanismi di pensiero/azione/attrazione/repulsione/vocazione/ispirazione/ripetizione? Questi sono gli interrogativi che hanno motivato il mio viaggiare a ritroso nel tempo, andando ad incontrare le persone che hanno segnato il mio destino.

Conoscendo e accogliendo gli antenati ho sentito che tanti interrogativi si scioglievano come neve al sole e portavano interiormente comprensione, gratitudine, rispetto per il mistero e amore per la vita.

Le parole e le immagini mi hanno accompagnata passo passo, come sorelle. I miei insegnanti mi hanno illuminato la strada.

Procedendo, la crescita mi è apparsa come una potente trasformazione evolutiva, in continuo divenire. La crescita non è una

traiettoria geometrica lineare che da un punto arriva ad un altro, ma una spirale che si evolve di continuo nello spazio, in modo organico e si porta dentro una serie di vite.

Ho appreso che non sono sola. Ho dietro, intorno, davanti e dentro, frammenti di migliaia di anime.

Ogni individuo deriva dall'unione di genitori, i quali, a loro volta, derivano da altri, i quali derivano da altri ancora... Ognuno sta nel vertice di un triangolo a punta rovesciata. Ognuno è in parte tutte le persone che lo precedono e nello stesso tempo, paradossalmente, nessuna di loro.

Possiamo assomigliare ad un nostro parente o essere diametralmente opposti, quel che è certo è che siamo unici.

Nell'evoluzione rimangono memorie del passato, ma arrivano anche varianti che ci rendono nuovi.

Ho capito che lo spazio del silenzio e dell'infinito sono i terreni fertili per le rivelazioni più significative per la nostra crescita.

Dall'errore e il non senso nascono germinazioni che sbocciano nelle fioriture più inedite, che solo insegnanti illuminati come Meera Hashimoto, possono vedere e incoraggiare.


Quando l'educazione istituzionale smetterà di voler forgiare le persone, gli individui semplicemente si sentiranno in diritto di essere naturalmente così come sono, senza mettere troppa enfasi e *stress* nel diventare "qualcuno". Solo allora la crescita diverrà spontanea, senza sforzi, sensi di colpa e inadeguatezze. Ognuno potrà vedere chiaro il proprio cammino e seguirà la propria innata passione perchè riceverà la forza dalle proprie radici.

Tutti e non solo i bambini, saranno opere d'arte *in-progress*, poiché non ci sarà età nella quale non avvenga la trasformazione, che continuerà inarrestabile fino alla fine dell'Esistenza.

Mi auguro che questo percorso d'esplorazione interiore possa portare guarigione e immagino un futuro nel quale ogni albero genealogico possa congiungersi in una grandissima foresta, ogni costellazione familiare possa unirsi e brillare in un unico firmamento capace di rischiarare le tenebre della paura.

Nota dell'autrice

I dipinti che troverai in questo libro sono solo a scopo esemplificativo. Non intendono essere modelli da seguire, ma solo esempi. Sono stati realizzati in momenti e luoghi diversi e riuniti solo qui, in un percorso organico, come riprova del processo sperimentale. Le condivisioni scritte dei dipinti ugualmente hanno lo scopo di fornire un esempio di come poter autoanalizzare il proprio processo di crescita, espansione della creatività e consapevolezza.

Il percorso pittorico si snoda attraverso delle meditazioni guidate (contrassegnate da questo simbolo: ) , nelle quali sentirai la mia voce sulla musica in 432 Hz, appositamente composta dal giovane *sound designer* Zakaria Ouda. Le potrai scaricare dal mio sito www.trustinspontaneity.com e dal mio canale Youtube, oppure scansionando il *QR code* che trovi nell'indice di questo libro.

Mentre la lingua inglese non presenta differenziazione quando ci si rivolge a un tu immaginario, la lingua italiana usa generalmente la declinazione al maschile.

Mi è arrivata spontaneamente la decisione di usare invece quella femminile, poiché da questo viaggio di scoperta delle mie radici ho capito meglio la mia Missione sulla Terra. Oltre ad essere destinata ad amare, condividere la gioia della creatività, seguire il sentiero dell'arte e della spiritualità il mio compito è anche quello di valorizzare la condizione della donna, colei che nei secoli è stata maggiormente esclusa dal Mondo della cultura.

Le donne del mio albero genealogico hanno avuto il bisogno di emanciparsi. Intendo quindi onorarle, continuando il sentiero inaugurato da loro, seguendo le loro orme.

Mi sono riferita quindi a una lettrice, ricercatrice, scrittrice e pit-

trice e nel fare ciò non intendo escludere assolutamente l'utenza maschile, che a sua volta ha una parte femminile interiore e che proprio in questo percorso avrà modo di scoprire.

Le sessioni di scrittura, pittura e le meditazioni guidate sono pensate per essere svolte in solitaria.

Ritengo tuttavia che imbarcarsi in questo viaggio in gruppo, con la possibilità di confronto, potrebbe portare un beneficio non solo individuale bensì interpersonale e di conseguenza sociale.

Ma intanto iniziamo da noi.

Sahaja Kunkunate, 24 maggio, 2021 ©



Prima parte