

LUGLIO 2016 ARTICOLO MESOLCINA E CALANCA

Energia, amore, maternità! Emozioni sollevate dal nostro alleato cancro, che da madre benevola veglia su di noi cercando di ricordarci la magnificenza innata della creazione. Ci chiede di fermarci e trasformare il nostro essere in amorevolezza.

Troppo tempo è passato dal giorno, dove il nostro sguardo si meravigliava dei piccoli fiori sbocciati, dell'armonia delle forme e della bellezza della natura.

Quegli occhi infantili aperti al mondo, alla sua scoperta con estremo rispetto ed amore. Lo stesso amore che un neonato ripone nella propria mamma. Una mamma amorevole ed unica, la madre terra, che ci accoglie nel suo ventre: per nutrirci, ispirarci, proteggerci, accompagnarci e donare tutto ciò che possiede per il nostro amore. Spesso dimentichiamo questo grande dono ed insegnamento, distruggendo ciò che ci sta attorno, maltrattando i suoi esseri e i nostri fedeli amici a quattro zampe. In questo periodo di desiderio l'amore va a calare introducendo ipocrisia, menefreghismo, masochismo e molto altro.

Esponiamo il nostro corpo a temperature estreme, senza preoccuparci della sua cura e protezione. Molti lo donano per il piacere subdolo e superficiale, dimenticando i propri valori e le persone amate. Altri "dimenticano" i propri animali: a casa, nelle apposite strutture o peggio ancora in autostrada.

Si va verso una superficialità non propria di questo spettacolare periodo che dovrebbe stimolare il senso della famiglia, della creatività, della bellezza.

Vi chiedo quindi in questo momento di frenesia, per la scelta delle vacanze, di ascoltarvi, collegarvi con il vostro corpo per capire di cosa ha bisogno, proteggere voi stessi e le persone amate da una distanza emotiva, che potrebbe farvi perdere l'attimo e portare le conseguenze nel futuro.

Siate coscienti quando la pelle scotta, si irrita e mostra i segni di una pre-bruciatura. È l'organo più importante del nostro corpo: tiene unito la nostra struttura, ci protegge, nutre, disintossica. Ecco perché è importantissimo salvaguardarlo. L'abbronzatura non è altro che la reazione delle nostre cellule per proteggerci. Eccessi di esposizione solare, fatta in maniera aggressiva, danneggia le cellule rendendo questo favoloso organo sensibilissimo, per non parlare del invecchiamento, che risulta molto più veloce.

C'è tutta l'estate per creare un abbronzatura favolosa ed uniforme senza provocare danni.

Gli animali che vi sono rimasti fedeli fino ad ora amandovi così come siete, sono in grado di donare un amore incondizionato difficile da trovare. Nonostante voi possiate: trattarli male, lasciarli a casa giorni interi da soli, non gli diate da mangiare alla stessa ora, non li coccolate quando loro ne avrebbero bisogno, loro vi amano! Appena vi vendono fanno le feste, si strofinano sulle vostre gambe, anche se non siete perfetti, loro sono lì per voi.

Ricambiate questa fiducia. Se non potete portarli in vacanza lasciateli a persone amorevoli, modificate la vostra meta. Abbandonarli, riportarli a luoghi specializzati li distruggerebbe. Imparerebbero che l'essere umano è cattivo e che l'abbandono è normale e che non meritano l'amore di nessuno. Voi avete già provato emozioni simili?

Spesso il detto: "non fare agli altri ciò che non vorresti essere fatto a te" potrebbe essere un buono slogan per capire il valore della vita altrui.

Approvo l'egoismo sano, quello che vi permette di sopravvivere a tempi duri, che vi fa dire di no, per salvaguardare la vostra salute e poter in futuro aiutare gli altri. Al contrario, quell'egoismo che distrugge, cammina sopra la dignità di altri esseri, sputa odio e sentenze, violenta fisicamente ed emozionalmente persone ed animali NO! La vostra anima è qui per crescere, evolvere. Spesso è difficile riuscire a mantenere la giusta calma, si sbaglia, ma come dissero i saggi: "errare è umano, perseverare è diabolico". Tutto può essere cambiato, ogni atteggiamento può essere migliorato, basta volerlo.

Terminata la ramanzina, ecco qualche consiglio per affrontare al meglio i bagni di sole:

- Mangiate molte carote o frutta e verdura color giallo/arancione, il Beta Carotene è un grandissimo alleato della pelle e dell'abbronzatura.
- Proteggete i vostri bimbi dal sole, possibilmente non con creme eccessive ma con indumenti adatti.
- Quando acquistate le creme solari leggete bene l'iscrizione, ci sono creme che si "attivano" solamente dopo 30 minuti. Prendete creme il più naturale possibile o almeno quelle senza PARABENI (sostanza presente che provoca tumori)
- In caso di "scottatura" applicate acqua fredda o ghiaccio. Portate con voi della crema di calendula o olio essenziale di lavanda officinalis, vi aiuterà a lenire la scottatura e rigenerare la pelle.
- Bevete molta acqua così da evitare problemi di disidratazione

Un abbraccio di Luce Tanja Baretta-Gees

