

## Il Theta Healing

E' una tecnica di guarigione diffusa dalla naturopata statunitense Vianna Stibal. Praticare Theta Healing permette di pensare e di "sentire" in modo diverso e di "lavorare" con la vera essenza del proprio essere. Attraverso l'utilizzo di un'onda cerebrale che mette in contatto con la propria fonte divina, è possibile guarire e migliorare la propria vita per sempre. Vianna Stibal ha ricevuto questi insegnamenti direttamente dalla "Fonte Divina", insegnamenti che sono in grado di attivare i dodici filamenti del DNA (aggiungendo dieci filamenti ai due già esistenti). E' possibile così imparare a risanare le ossa, entrare nella struttura fisica di una persona e "vedere all'interno" del suo corpo, vedere come la cocreazione si riflette nella vita. Ogni singolo individuo su questo pianeta è connesso a Dio quindi può utilizzare questa meravigliosa tecnica.

Molto conosciuto negli Stati Uniti ed in Australia, il metodo si sta diffondendo con successo anche in Europa. Questo metodo deriva il suo nome dalla facoltà di portare in pochi secondi le onde cerebrali nella frequenza Theta pur mantenendo lo stato di coscienza. Le onde cerebrali umane sono classificate in cinque gruppi di frequenze. Il nostro cervello le usa tutte, ma in tempi diversi. Le onde Beta, che oscillano tra i 14 e 28 cicli al secondo, le usiamo da svegli ed in attività vigile. Alpha è la frequenza che si raggiunge nel rilassamento e nella meditazione. E' l'onda raggiunta attraverso il reiki o in psicodinamica: il suo intervallo va da 7 a 14 cicli al secondo. In Theta, le onde oscillano tra i 4 e 7 cicli al secondo: è lo stato di grande rilassamento raggiungibile con la meditazione profonda. E' anche l'onda del sonno e viene usata in ipnosi. Le onde Theta possono essere pensate come parte del subconscio, mantengono sensazioni e memorie, sono sempre creative ed ispiratrici. Alleviano lo stress, riducono il dolore promuovendo il rilascio delle endorfine e sincronizzano i due emisferi del cervello. Le recenti scoperte riportate dall'American Journal of Psychiatry, suggeriscono che l'incremento dell'attività Theta nelle zone prefrontali del cervello crea una ripresa senza farmaci da gravi sintomi di depressione. Le onde Delta sono la frequenza che raggiungiamo nel sonno profondo: più lente, hanno una frequenza da 0 a 4 cicli al secondo. Inoltre, vi è lo stato Gamma: onde velocissime con frequenza attorno ai 40 cicli al secondo in cui arrivano le "idee geniali", le intuizioni lampanti.

Tutti possono raggiungere consapevolmente la frequenza Theta ed usarla a scopi terapeutici su se stessi e sugli altri. Nello stato Theta possiamo cambiare la nostra realtà attraverso specifiche applicazioni della tecnica. La più importante si basa sulla già nota conoscenza che il nostro pensiero e le nostre convinzioni generano la nostra realtà. I pensieri positivi creano situazioni e contesti favorevoli, mentre i pensieri negativi generano situazioni difficili e dolorose per noi. Non sempre ne siamo consapevoli, perché molti dei pensieri risiedono nella nostra parte inconscia. Il Theta Healing-Orion Technique® permette di riconoscere le convinzioni inconsce e di sostituirle con altre positive e rafforzanti in grado di modificare la nostra realtà, di sbloccarla raggiungendo rapidamente il nostro benessere e promuovendo, di conseguenza, quello degli altri. I pensieri e le credenze (convinzioni), secondo questo metodo si trovano dislocate su quattro livelli. Il primo o del subconscio, ove vi sono i programmi acquisiti dal concepimento al momento presente. Al secondo (livello genetico), troviamo i programmi ancestrali che appartengono alla

genealogia che ci ha preceduti, stadio in cui operano anche le costellazioni familiari. Al terzo livello, quello storico, troviamo tutte le memorie energetiche profonde che appartengono all'inconscio collettivo. Sul quarto livello, quello dell'anima, troviamo le credenze più radicate che divengono tutto ciò che la persona è. In questa sede, le credenze limitanti causano sofferenze enormi, provocando angosce e dolore psichico.

Attraverso il Theta-Healing è anche possibile attivare in pochi secondi tutti i nostri sensi psichici e recuperare quei talenti che non riusciamo ad utilizzare. Con questa tecnica si impara ad affinare le nostre capacità di vedere e sentire a livello psichico sia nella quotidianità che attraverso sogni, visioni e percezioni sottili. In onda Theta è possibile sganciarsi con semplicità da situazioni che tendono a frenare l'esistenza. Si possono recuperare frammenti di ricordi perduti riguardo a luoghi e persone; recuperare memorie perdute durante stati di shock, incidenti, anestesie; creare sentimenti positivi, eseguire letture su vari livelli e produrre manifestazioni. Tutti possono utilizzare la tecnica in onde Theta senza limitazioni né vincoli di cultura o credo religioso.

Il Theta Healing è un'antica via di guarigione riscoperta, sperimentata e divulgata dal 1995 dalla naturopata statunitense Vianna Stibal con il nome di Theta Healing - Orion Technique®...

(Articolo di Giulio Barocco, Laura Radicchio, Marina Tomadini e Simone Fantini)

Riferimenti: [www.thetahealing.com](http://www.thetahealing.com) - [www.thetahealing.it](http://www.thetahealing.it)

Massimo Racanicchi insegnante certificato cell. 3342568657 [massimoracanicchi@libero.it](mailto:massimoracanicchi@libero.it)