**Notizie di Trasmutazione Febbraio 2018**

Ho condiviso, in alcuni articoli mensili, che sto scrivendo un nuovo libro intitolato The Book of Ceremony (il Libro della Cerimonia) che sarà pubblicato da Sounds True. Scrivo l’articolo mensile in tempo per inviarlo ai nostri fantastici traduttori che sono così generosi con il loro tempo.

A causa della linea temporale ristretta della prossima fase di redazione del mio libro e della necessità di scrivere le Notizie di Trasmutazione di Febbraio a metà Gennaio, ho deciso di pubblicare il saluto di Capodanno su Facebook per l’articolo di questo mese.

So che la maggior parte dei lettori delle Notizie di Trasmutazione non sono su Facebook e non vedono i miei messaggi del Solstizio e dell'Equinozio.

Spero che questo abbia un significato per voi. E se già lo avete letto forse ora vedrete qualcosa che vi siete persi leggendolo la prima volta.

Prima di continuare volevo parlare di cosa intendo quando dico “andare più in profondità”. Ho ricevuto più richieste per spiegarne il concetto. È difficile da spiegare con le parole. Immergersi più in profondità è più un sentimento cinestetico in cui sentite che tutte le intuizioni che avete letto e ascoltato stanno affondando nelle vostre cellule in modo farvi vivere il lavoro invece di pensare a come eseguire le vostre pratiche. È un processo organico che non può essere spiegato.

Dovete lavorare attraverso alcune delle proiezioni che state ponendo sugli altri, lavorare su questioni relative al perdono, imparare ad amare voi stessi e nutrirvi e usare le vostre parole, i vostri pensieri e i vostri sogni ad occhi aperti come benedizioni invece che come maledizioni. Dovete smettere di incolpare gli altri per ciò che non funziona nella vostra vita e nel mondo ed eseguire le vostre pratiche quotidianamente. Poi affonderete nella luce luminosa che ho cercato di portarvi nel lavoro di trasfigurazione. Ma gli stati di coscienza che ho menzionato sopra (e questi sono solo alcuni) devono essere trasformati ed elaborati prima di diventare "una stella che cammina".

Qui di seguito vi riporto ciò che ho scritto per il messaggio di Capodanno su Facebook:

Stiamo seguendo il ciclo in un Nuovo Anno! So che le persone stanno lottando con le parole da usare per salutare il 2018. Molti di noi non si trovano a proprio agio nell'usare i soliti modi di augurare a tutti un felice Anno Nuovo. Sappiamo di essere nel lungo raggio della nostra attuale iniziazione.

Sono sicura che ci sono esseri molto evoluti che possono guardare oltre i traumi a cui stiamo assistendo nel mondo esterno. Il loro paesaggio interiore è così ricco di bellezza che vedono solo bellezza ovunque. Ci stiamo lavorando!!

Le parole diventano complicate. Sono stata intervistata di recente per un incontro. L'intervistatore mi ha chiesto se credo che gli sciamani credessero nel pensiero positivo. La sua domanda si riferiva al fatto che insegno come le persone che vivevano nelle culture sciamaniche fossero diligenti riguardo alle parole, ai pensieri e ai sogni ad occhi aperti che pronunciavano in silenzio a se stessi o agli altri.

Ho risposto dicendo che gli sciamani furono i primi a insegnare la neuroplasticità. Ma ho detto che gli sciamani non insegnano e non parlano di pensiero positivo. Ci chiedono di riflettere se le parole, i pensieri, i sogni ad occhi aperti che esprimiamo in silenzio o ad alta voce stiano benedicendo o maledicendo noi stessi, gli altri e il pianeta.

Mentre entriamo nel 2018 questo è un pensiero interessante su cui riflettere. Usi le tue parole, i tuoi pensieri, i tuoi sogni ad occhi aperti come una benedizione o una maledizione?

Ho scritto molto per il mio post sul solstizio del 21 Dicembre. Ho scritto molto sulle mie Notizie di Trasmutazione di Gennaio http://sandraingerman.com/tnjanuary2018.html

Mentre salutiamo il 2018, ho voluto condividere con voi alcune storie. Potrebbero parlarvi a vari livelli. Se così fosse prendetene in considerazione la lezione. In caso contrario, lasciate andare.

Nei primi anni '70 avevo una piccola attività d'importazione con altri due amici con cui vivevo ad Haight Ashbury. Viaggiavamo in Messico e riportavamo solo pochi vestiti e sandali che poi avremmo potuto vendere al mercatino delle pulci. Non eravamo persone d'affari ed eravamo veri hippie in tutti i sensi. Non parlavamo Spagnolo quindi avevamo due persone che guidavano con noi per aiutarci nei nostri viaggi. Per ovvi motivi, la nostra attività non è mai decollata.

Uno degli uomini che ci ha accompagnato si chiamava Tubby. Era l'anima più gentile che avresti mai potuto incontrare. Ma è stato incarcerato a San Quentin per un lungo periodo per un omicidio che io credo fermamente lui non abbia commesso. Qualunque cosa sia accaduta nel suo passato, io non posso provarlo. Ma posso dire che era una persona bellissima e piena di luce. Ha ottenuto il suo nome Tubby essendo oltre le 300 libbre.

Stavamo nuotando nell'oceano a Mazatlan e c'era una forte risacca. Le ultime parole che ricordo di aver sentito sono state dette da Tubby che mi ha urlato: "Sandy, qualunque cosa accada, non farti prendere dal panico". Stavo iniziando a farmi prendere dal panico dato che le onde erano molto forti e la corrente mi stava trascinando sotto. Sono affondata, venivo rivoltata e non potevo respirare. Ma ricordavo le parole di Tubby e continuavo a ripetere a me stessa: "Qualunque cosa accada, Sandy non lasciarti prendere dal panico". A quel punto ho perso conoscenza e ho nuotato attraverso un bellissimo tunnel brillante che mi ha portato in un giardino non-ordinario che non avrò mai le parole per descrivere. C'era una panchina di pietra su cui mi sono seduta. E sentivo una musica che non può mai essere duplicata in questa dimensione. Ero così inondata dall'amore incondizionato e dalla pace - le parole non hanno alcun significato per descrivere lo stato di coscienza che ho vissuto. Ma ho guardato direttamente negli occhi di Dio.

Non appena fatto questo, Dio, la dea, l'oceano, il mio spirito interiore o qualche forza divina mi ha buttato fuori dall'acqua, e mi sono ritrovata sulla sabbia.

L'insegnamento per me è che quando sperimentiamo una nuova dimensione di coscienza, lo spirito ci porta fuori da un pericoloso viaggio e ci ributta a riva dove possiamo sentire la bellezza e il calore della terra.

🌹🌹🌹🌹🌹🌹🌹🌹🌹

Uno degli insegnamenti che Tubby ha condiviso con me riguardava la vita a San Quentin. Ancora una volta questo è stato credo il 1973, quindi il mondo è cambiato. Mi disse che il modo in cui le guardie carcerarie controllavano i prigionieri era attraverso la creazione di eventi che dividevano i prigionieri stessi. Le guardie sapevano che se i prigionieri fossero stati saldamente uniti non potevano controllarli. Così hanno creato false lotte che hanno diviso tutte le comunità razziali in carcere in modo che le guardie non dovessero preoccuparsi di avere il controllo mentre i prigionieri combattevano l'un l'altro.

Mi chiedo se avete letto dei post su Facebook dalla comunità sciamanica. Molti sono forti insieme, ma anche la divisione nella comunità spirituale sta crescendo. Mi chiedo se ci sia una forza che ci sta dividendo mentre cadiamo nella loro trance di divisione. È così importante fare attenzione alle nostre proiezioni in questo momento. C'è una lezione profonda su ciò che Tubby ha condiviso. Anche se non siamo d’accordo l’un l’altro, possiamo essere uniti e fare la differenza.

🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈🌈

Uno dei miei studenti / colleghi ha condiviso questa storia vera con me molti anni fa ed è in alcuni dei miei libri più vecchi.

A Santa Fe abbiamo un negozio di libri new age in cui si riuniscono i membri della comunità. È sopravvissuto e ha prosperato durante la fase dello shopping online. Un giorno il mio studente era in libreria a comprare qualcosa. Alla cassa c'era una monaca Tibetana che stava pagando un libro che aveva comprato. Emanava luce pura e gioia attraverso i suoi occhi e la sua presenza. Ma alcune persone sapevano che era immigrata dal Tibet dove una volta era stata imprigionata dai cinesi. È stata orribilmente torturata. Qualcuno in libreria le ha chiesto “sei una tale presenza di gioia e luce. Come hai guarito da tale tortura e dolore?” Ha risposto dicendo che ha ripetuto questo mantra 24 ore su 24:

"Sono grata per tutto. Non ho niente di cui lamentarmi."

Come si risponde a questo? !!! Che insegnamento!

💖💖💖💖💖💖💖💖💖

Quando abbiamo salutato il millennio del 2000, mio ​​marito ed io ci siamo seduti sul nostro prato a mezzanotte. Ho suonato la mia Campana Tibetana mentre accoglievamo il nuovo anno. Mentre suonavo la mia campana arrivò una volpe rossa che si sedette a non più di un metro da noi. Era incantata dal suono della campana. L'insegnamento è che ogni essere nella natura ama la musica! Cantiamo, vocalizziamo, facciamo musica e balliamo di più!

🎶🎶🎶🎶🎶🎶🎶🎶🎶🎶

Ho assolutamente adorato mio padre, Aaron Ingerman. Morì a 97 anni. I suoi doni psichici erano più avanzati dei miei, aveva un sorprendente pollice verde e gli animali semplicemente lo amavano. È cresciuto nel Lower East Side di New York durante i giorni bui della depressione. Era un uomo piccolo, ma forte. Era alto come me. Io sono solo 160 cm. Potete solo immaginare come sia stato vittima di bullismo. Le storie che mi sono state raccontate riguardo suo padre è che é stato il barbiere di alcuni mafiosi. Mio nonno è morto prima che io nascessi e non l'ho mai incontrato. Ma quello che ha trasmesso a mio padre, che poi ha trasmesso a me, è di non abbassarsi MAI. Mi è stato insegnato il potere di usare i pugni, ma mentre mi evolvevo ho imparato che avrei potuto fare di più con la luce radiante. Per prima cosa ho dovuto onorare e lavorare attraverso le mie proiezioni prima che potessi attingere alla luce che si irradia ad ogni essere vivente su questa grande Terra.

🌠🌠🌠🌠🌠🌠🌠🌠🌠

Infine volevo condividere alcuni consigli di mia madre Lee Ingerman che morì a 98 anni. Il suo cervello era migliore del mio quando morì e una luce accecante brillava dai suoi occhi. Ha vissuto una vita molto dura e ogni giorno desideravo che potesse avere una vita più facile in quanto la amavo moltissimo.

C’erano certe frasi che ripeteva continuamente. Ecco la saggezza di Lee Ingerman mentre affrontiamo le gioie e le sfide nel salutare il Nuovo Anno:

Danza finché puoi. Fai tutto il possibile finché puoi, perché un giorno sarà troppo tardi.

La vita è un dono e prezioso !! Il tuo corpo è prezioso, non abusarne.

Fai il lavoro di Dio.

Mangia cioccolata.

Tuttone uscirà spontaneamente (questa era una vecchia espressione usata dalle molte persone immigrate a New York per sfuggire alle persecuzioni in Russia). Questa era la saggezza che mio nonno impartiva a me e mia madre.

E infine la benedizione mia e di mia madre per l’Anno Nuovo: "Possa tutto ciò che desideri nella vita, venire a te facilmente." Mia madre morì prima che ci trasferissimo in uno stato così turbolento. Sono contenta che non sia riuscita a vederlo. Si sarebbe aggiunto al suo cuore spezzato.

La parte che non ho condiviso nel mio post su Facebook è che avevo chiesto a mia madre un messaggio per i miei studenti prima che morisse. E la benedizione qui sopra è ciò che mi ha dato da condividere con tutti voi.

So che le sue ultime parole non hanno molto significato in questo periodo. Ma i nostri antenati si preoccupano per noi e vogliono per noi il meglio. Onoriamoli e lasciamo che ci guidino in questi tempi bui.

Onoriamo la terra, l'acqua, l'aria e il fuoco per la nostra vita e continuiamo a pregare e benedire tutti nella rete della vita.

Mentre salutiamo il Nuovo Anno come forte comunità spirituale globale, affermiamo di sognare una buona vita per ogni essere vivente su questa grande Terra !! Focalizziamoci su come benediciamo e su come malediciamo. Viaggiamo profondamente nel nostro spirito divino interiore che dice: SIATE AMORE!

🙏🙏🙏🙏🙏🙏🙏🙏🙏

Secondo l'Almanacco del Contadino, visto che abbiamo vissuto la luna piena il 31 Gennaio, non ci sarà un'altra luna piena fino al 1 marzo. Wow!

Sylvia invia anticipatamente le Notizie di Trasmutazione in modo che coloro che sono pronti a svolgere il proprio lavoro di preparazione, si tuffino nel 31 gennaio e creino la più bella, splendida e radiosa rete di luce. Unitevi al nostro cerchio di persone da tutto il mondo che come voi vogliono vedere il meglio per tutta la vita. Trasfigurate e illuminate la vostra luce e irradiate amore dentro e fuori la Terra toccando ogni membro del nostro cerchio e di tutti nella rete della vita.

Se non siete pronti per partecipare il 31 Gennaio, semplicemente scegliete una data. La pratica della trasfigurazione che facciamo ogni luna piena è fuori dal tempo e in realtà dovrebbe essere fatta come pratica quotidiana. Quindi unitevi e aggiungete energia esponenziale alla nostra rete di luce quando potrete.

Per quelli di voi che sono nuovi lettori delle Notizie di Trasmutazione, vi diamo il benvenuto nel nostro cerchio, e vi invito a leggere "Creare una Rete Umana di Luce" sulla homepage per le istruzioni della nostra cerimonia di luna piena.

Problemi / commenti condivisi

Continuerò a parlare a tutte le questioni che le persone mi hanno mandato. Ecco due argomenti e commenti molto diversi, ma che penso siano entrambi importanti da condividere.

Da Heidi:

"Una domanda che continua a infastidirmi da tempo: in tanti articoli, seminari, incontri e insegnamenti siamo chiamati a fare un passo avanti e seguire il nostro percorso di servizio, a diventare guerrieri attivi, a contribuire a cambiare l'atteggiamento e la Consapevolezza del nostro ambiente sociale, per aiutare il Pianeta Terra a guarire dall'impatto velenoso indotto dalla razza umana. Tutto questo è verissimo, ma cosa può fare una vecchia signora di settant'anni come me, non più coinvolta in nessuna professione o attività sociale, che vive una vita molto semplice da pensionata con scarso background finanziario, per aggiungere, agire, offrire aiuto o per fare qualche differenza in questo mondo malato? Medito regolarmente, ho partecipato ad alcuni dei tuoi corsi di formazione, ma mi sento ancora così indifesa, così insignificante, così persa nel cercare di trovare un modo per contribuire. Potresti commentare questo? Sono sicura che ci sono così tanti di noi "osservatori silenziosi e indifesi" in questa comunità in crescita di persone attive! "

Se rileggete le Notizie di Trasmutazione di Dicembre, Gennaio e Febbraio ci sono una varietà di pratiche che ho condiviso che cambiano il vostro stato di coscienza e aiutano anche ad aumentare la consapevolezza nel mondo.

Abbiamo tutti il ​​nostro destino. Alcune persone sono chiamate ad impegnarsi nell'attivismo sociale. E alcuni sono chiamati ad attuare le loro pratiche spirituali da soli o nelle loro comunità. Il lavoro avviene a livelli invisibili quindi dobbiamo fidarci degli sciamani che insegnano da 100.000 anni che queste pratiche trasformano ogni essere vivente nella rete della vita. Siamo bloccati nel voler vedere risultati immediati e che si manifestino fisicamente. Ma la vera magia del cambiamento è ciò che accade nei regni invisibili prima di manifestarsi nel fisico. Continua il tuo lavoro.

È stata una tale gioia e ispirazione leggere l'e-mail che ho ricevuto da Carole, che è una dei nostri traduttori francesi delle Notizie di trasmutazione. La frase chiave che voglio leggere in quello che Carole ha scritto è di una persona in un pubblico che ha affermato che Carol non ha il diritto di mantenere il suo lavoro per se stessa. Credo che questo messaggio debba essere ascoltato da tutti noi!

"È un onore essere al servizio e aiutarti a condividere i tuoi messaggi. Con i tempi difficili attuali, essi sono necessari più che mai per infondere speranza.

Essendo passata attraverso la mia decostruzione e ricostruzione negli ultimi due anni, mi ritrovo in un posto nuovo pieno di incertezze, ma da cui posso vedere chiaramente che è giunto il momento per me di intensificare e condividere i miei doni, invece di nascondermi dietro una qualsivoglia mancanza di fiducia su come possa io contribuire. Mi sono resa conto personalmente di aver avuto paura di condividere troppa luce ... e per troppo tempo mi è sembrato che non ci fosse posto per chi sono, quindi sono rimasta in disparte, prendendomi cura della mia famiglia senza parlare troppo in modo da non turbare lo status quo. Sentendomi sempre come un’estranea, ho tenuto i miei doni spirituali per me, comunicavo con la natura e attraevo molta forza per essa. Per tutto l'anno, mi sono sfidata a sfondare quei muri che mi impedivano di condividere veramente chi sono. Pezzo dopo pezzo. Qualche settimana fa, ho affrontato la sfida perfetta ... Mi sono alzata in piedi e ho condiviso una poesia che ho scritto sul dubbio, sulla vergogna e sulla paura con un gruppo di 50 persone. Mi sentivo completamente nuda, ma rimasi lì e con una certa grazia, parlai con una voce chiara e intenzionale. Nessun tremare o arrossire. Ero in piedi nella mia verità. Più tardi, ho ricevuto commenti da persone che si sono sentite toccate da ciò che ho scritto e che mi hanno ringraziata. Una donna mi ha guardata dritta negli occhi e ha detto “tu non hai NESSUN diritto di tenere tutto questo per te". Le sue parole risuonano ancora dentro di me. Ci è voluto un po', ma alla fine ho capito che non stavo facendo alcun servizio, usando il mio dono di ispirazione ed espressione tenendolo tutto per me stessa per paura di essere criticata o di non essere ben accolta. Anche i miei alleati l’hanno espresso chiaramente quando ho ricevuto il loro messaggio secondo cui le qualità dell'anima che ho portato qui in questa incarnazione erano Amore ed Espressione. Intendo onorarli in un modo più aperto e significativo nel 2018. Aho. "

Grazie Heidi e Carole per avermi permesso di condividere le email che mi avete inviato. Penso che parlino di questioni importanti con cui tutti stiamo avendo a che fare.

Announcements:

To order my books Walking in Light: The Everyday Empowerment of Shamanic Life, Speaking with Nature: Awakening to the Deep Wisdom of the Earth (co-written with Llyn Roberts), my CD “Shamanic Visioning Music: Taiko Drum Journeys”, “The Spirit of Healing” or any of my other books and CD programs, the Transmutation App (now available for both Apple and Android devices) please visit: http://www.sandraingerman.com/bookscds.html  4th Annual Inner Warrior Summit

I’m delighted to be invited back on the 4th Annual Inner Warrior Summit hosted by fellow shamanic teacher Susan Jenkins who has gathered a powerful panel of renowned shamans, spiritual teachers, healers and thought leaders, beacons of light, courage, love and hope fitting for these challenging times. An empowering, transforming event that you won’t want to
miss!  <https://ua324.isrefer.com/go/IWS/singerman/>

Gregg Braden will be presenting on the Shift Network:

New research shows you are literally wired for maximum human potential!

Imagine discovering that you’re not what you’ve been told and are far more than you’ve ever imagined…

That what we thought we knew about the human condition and the very origins of humanity had been misinterpreted and misunderstood…

Human potential pioneer Gregg Braden will share the new science that exposes the limiting beliefs we’ve held about who we are and where we come from when he presents, The New Human Story: Awakening Your Evolutionary Potential for Self-healing, Longevity & Super-perception.

You can register for this FREE virtual event here: <https://shiftnetwork.isrefer.com/go/nhSI/ingerman/>

And Ram Das Reuters to the Shift Network:

What if you had the tools to transform your experience of suffering to find freedom in the midst of your deepest challenges?

There is no wiser guide for helping you befriend your suffering — and embrace and even love the difficult emotions it gives rise to — than beloved teacher Ram Dass.

Please join one of the preeminent spiritual teachers of our time for his FREE virtual event: Freedom From Anger, Fear & Separateness: How to Transform Suffering & Befriend Your Difficult Emotions

Find out more and reserve your free seat here: <https://shiftnetwork.isrefer.com/go/tdeSI/ingerman/>

The Shift Network’s Winter of Wellness

Join 40+ esteemed doctors, practitioners, healers, scientists — experts in herbal medicine, energy medicine, neuroscience, gut health, reflexology, autoimmune disorders and more — including Donna Eden, David Crow, Dave Asprey, Sue Morter, Holly Tse, Naveen Jain, Gregg Braden, Sara Crow, Dawson Church, Pamela Miles, Arjun Das, Tamara Wolfson, and SO many more!

Whether you’re looking for ways to reduce inflammation, the latest science for your mental, emotional, and physical health, or trusted resources in the expanding fields of energy and herbal medicine...

You’ll find ALL your answers (from TOP speakers) in one place — Winter of Wellness!

Register here: <https://shiftnetwork.isrefer.com/go/wow18/ingerman/>

Copyright 2018 Sandra Ingerman. All rights reserved.