

Brani tratti dal libro
**Trasformare
il rancore in Perdono**
Liberarsi dalla prigione del rancore

Andrea Pangos

Il libro è in vendita su Amazon

www.andreapangos.it
andreapangos@gmail.com

Copyright © 2018 Andrea Pangos

Sommario della versione integrale del libro

Perdono e Umanizzazione

Il rancore

Reagire giustamente

Comprendersi, non offendersi

Stress da cambiamento

Offensore effettivo e offensore immaginato

Ordinaria inconsapevolezza

Autosofferenza

Soluzione Chiave e Integrale

Considerare la debolezza altrui

Distruttori di se stessi creazione

Meditare per guarire dalla rabbia

Creatività: Positività

Creazione, complessità, sintesi

Perdono e percorso verso il perdono

Capacità di perdonare

Comprendere è meglio che recriminare

Meditare invece di recriminare

Responsabilità e inconsapevolezza

(Non) riesco a perdonare

Aiutarsi a decidere

Realizzare la decisione

Occuparsi, non preoccuparsi

Perché (non) preoccuparsi?

Risolversi, non elucubrarsi

Il perdono è vero, completo

Voler bene, Amare

Essere Amore

Tutto è già Divinamente Perdonato

Che senso ha nuocere, per chi?

La lotta dei segmenti

Chi Sono Io?

Volontà di perdonare

Accettarsi per perdonarsi

Accettare è accettarsi

Oltre l'Accettazione

Quattro prospettive
Vivere di verità per Essere Verità
Dubbiarsi – Io?
Vivificare le verità
Egocentrismo, sadismo, masochismo
Perdonare e Felicità
Vendicarsi: farsi male
Meditare per il Risarcimento Divino
Liberarsi dal culto della punizione
Il carnefice è una vittima
Ringraziamento consapevole
Sacrificarsi: rendersi Sacri
Sacrificarsi significa
Aiutare il Superiore
Rancore e salute pubblica
Perdonare e (im)moralità
Perdonare come coercizione
Giustamente ingiusti?
Umanizzazione e prevenzione
Magneti viventi
Vivificare, non anestetizzare
Dignità vera
Umanizzarsi: trascendersi
Orgogliosi dei difetti
Amarsi, non detestarsi
L'offensore non è uno
Ricordare e perdonare
Umiltà e perdono
Rancore e Potere Illuminante
Subire il male
Potere illuminante
Aumentare il Potere Illuminante
Proporre positività, non subire negatività
Perdonare, non aspettarsi
Ragione e torto
Consapevolezza Integrale
Idee Umanizzanti

Umanizzarsi, perché?
Dio - Esistenza Originale
Origine
Essere umano
Io inferiore - animalumano
Io
Reale Identità e Io Monadico
Sofferenza degenerativa
Sofferenza Umanizzante e Felicità integrale
Dolore e sofferenza
Esempi di Felicità
Ignoranza esistenziale
Ignoranza esistenziale esperienziale
Ignoranza esistenziale concettuale
Livelli di ignoranza

Brani tratti dal libro
Trasformare
il rancore in Perdono
Liberarsi dalla prigione del rancore

Andrea Pangos

Perdonare non significa dimenticare: perdonare è trasformare il ricordo in Amore.

Il rancore sarà osservato come patologia dalla quale è bene liberarsi il più velocemente possibile. La malattia è sempre tale, a prescindere dalle cause. Giustificare il disturbo può impedire la guarigione. Ribadiamoci che meritiamo sempre la migliore cura possibile.

Possiamo anche immaginare di avere mille ragioni per produrre rancore, ma per essere veramente dalla parte del giusto dobbiamo fare la cosa giusta: guarire dal rancore.

Non è solo questione di vivere più lungamente o meglio secondo i dettami del delirio collettivo, è importante soprattutto Vivere Veramente: Essere Vera Vita.

Il rancore è anche un modo per scaricare su altri la propria rabbia, usandoli come schermo per le proprie proiezioni.

Il rancore viene generalmente collegato a eventi esterni, ma la ragione principale del rancore consiste nel modo di reagire.

Impariamo a non reagire reattivamente, negativamente, a chi si comporta malamente. È un suo problema di **inconsapevolezza**, ignoranza. Non facciamolo diventare una nostra problematica, reagendo con offesa a offesa, negativamente a negatività.

La qualità con cui reagiamo agli eventi è uno dei modi per testare il proprio grado di Umanità.

Dobbiamo maturare la capacità di reagire qualitativamente, Umanizzandoci. Amando non generiamo rancore. Amare è Agire, non Amare reagire. Passare dal reagire inconsapevolmente all'agire consapevolmente, è un passaggio evolutivo fondamentale, che distingue nettamente il DivinUmano dall'animalumano.

Il sentire si basa sul Principio Amore. Per sentirci, sperimentarci, meglio, dobbiamo, essenzialmente, aumentare la

nostra qualità vibrazionale, in modo da essere sempre più simili al Principio Amore. SentirSi bene, Veramente, significa soprattutto essere Consapevoli di Sé come Amore.

Il rancore fa parte fa parte dell'offendere, il perdono è frutto di maggior comprendere.

Offendersi significa essere reattivi all'inferiore.

Offendersi è, come dice il verbo stesso: offendere se stessi.

Offendersi è non rispettarsi, non rispettare la propria salute fisica, emozionale, mentale.

Riflettendo su come proteggersi dagli influssi negativi, è bene considerare la necessità di proteggersi dalle proprie negatività interiori.

Il rancore fa parte degli stati abbagliati in cui possiamo fantasticare di essere autorevoli autori, mentre siamo inermi schiavi. Dovremmo desiderare qualitativamente la Libertà e agire per Destarci. Liberarsi dal rancore è un passo del

cammino verso la Veglia. Provare rancore è sognare, più precisamente generare incubi, anche durante lo stato di veglia.

L'affermazione: Non riesco a perdonare, dovrebbe essere seguita da: Perché?

Non riesco a perdonare.
Perché?

La risposta è molto semplice: perché non c'è la capacità di perdonare, perché non si è l'ambiente idoneo allo scaturire del perdono. La domanda da porsi è quindi:

Cosa devo fare per maturare la capacità di perdonare?

Cosa devo fare per arrivare il più velocemente possibile al punto di perdono?

È giusto ragionare in termini di convenienza nella misura in cui abbiamo integrato la verità che solo ciò che è veramente giusto conviene veramente. Il resto è solo apparente convenienza: le bugie possono avere anche gambe lunghissime, ma la Verità¹ è senza percorrenza.

Occuparsi qualitativamente a trovare la soluzione è logicamente meglio che preoccuparsi del problema. Bisogna focalizzarsi sulla soluzione, non sul problema.

¹ Verità intesa come caratteristica dell'Origine, Identità Reale.

Augurare spontaneamente, sentitamente, il massimo bene possibile alla persona verso la quale si provava rancore, è così la prova decisiva che abbiamo perdonato.

La spontaneità ordinaria esige la pace con noi stessi ed altri. La Spontaneità vera e propria esige, invece, Integralità: Consapevolezza Integrale.

Chi si chiede se voler perdonare o no, si domanda se vuole fare del bene o se continuare a fare del male, a se stesso e al prossimo. Non perdonare è una forma molto perfida di (auto)danneggiamento, perché facilmente giustificabile.

Non cercare le verità significa accontentarsi delle menzogne, maturare come falsificatori della vita. Perché quindi stupirsi di malattie, problemi non evolutivi, drammi, guerre, tragedie? Ci stupiremmo del fatto di non poter scrivere una lettera perché conosciamo a malapena l'alfabeto?

Voglio vivere di sole verità, voglio Essere la Verità Stessa: è un'intenzione molto importante, da ribadire spesso, anche come mantra, finché la tendenza Umanizzante non diventa automaticamente inarrestabile.

Tendere a perdonare è un aspetto del tendere alla Felicità Integrale. Desiderarla senza aprirsi al voler perdonare indica netta incoerenza. Desiderare la Felicità Integrale covando contemporaneamente rancore, è simile al voler raccolto da semi degradati gettati sul cemento armato. La ricerca della Felicità non può prescindere dalla liberazione dal rancore, semplicemente perché il rancore impedisce la Felicità Integrale.

Non si dovrebbe ragionare nell'ottica della punizione. Il metodo della punizione indica mancanze, esprime che non si conoscono valide soluzioni alternative. Il culto della punizione andrebbe sostituito dalla cultura Umanizzante. La vera giustizia non implica punizioni, ma soluzioni. Scopo dell'evoluzione è evolversi, non punire, punirsi.

La collettività in generale non considera il rancore come qualcosa di particolarmente negativo. Non è veramente consapevole della sua pericolosità, anche perché troppe volte la stessa collettività non considera nemmeno la gravità di se stessa come patologia da risolvere, per favorire una società sempre più sana, Umanizzante.

La vita va vivificata, non anestetizzata, nemmeno con l'intenzione apparentemente positiva di non sentire più un trauma. La vera buona intenzione è quella di risolvere definitivamente il trauma.

Chi è schiavo della reattività da lesa maestà, farebbe bene a riconoscere che la Vera Maestà è il Superiore. Senza esserne ispirato, l'animalumano è destinato all'inferiorità della vita senza Elevazione. Se non ci armonizziamo con il Superiore, siamo destinati a rimanere lesione sempre più lesionata da noi stessi, oltre che da altri.

Essere vittime del proprio rancore significa essere impotenti di fronte al proprio male.

La capacità di generare forte negatività può essere erroneamente intesa come potere. Invece, è impotenza esprimente impotenza evolutiva. Il Vero Potere è sempre in funzione dell'evoluzione, Umanizzazione.

Perdonare fa parte della strada verso l'indipendenza. Il rancore è un forte segnale di dipendenza, attaccamento. Ciò da cui si è indipendenti non turba: l'Indipendenza è imperturbabile.

Rinunciare al bisogno di aver ragione, come viene talvolta espresso, significa voler essere irragionevoli. È bene rinunciare al bisogno che gli altri ci diano ragione, ma dobbiamo fare in modo da essere sempre più profondamente ragionevoli, maturando capacità concettuali illuminate dal Superiore.

Brani tratti dal libro
Trasformare
il rancore in Perdono
Liberarsi dalla prigione del rancore

Andrea Pangos

Il libro è in vendita su Amazon

www.andreapangos.it
andreapangos@gmail.com

Copyright © 2018 Andrea Pangos