

KUTICHI

© Gianmichele Ferrero 2025

Questo esercizio è incluso nella versione inglese del libro "Kausay Puri, la danza dell'Ayni" di prossima pubblicazione.

Il *kutichi* serve per eliminare in un colpo solo tutte le *jucha* e i legami dolorosi, pesanti, non più necessari. In pratica, il campo energetico viene pulito profondamente dalle catene e sono tagliati via tutti i legami senza distinzione. Immediatamente dopo la pratica, liberati da tutte le relazioni e le catene, con il campo lindo e pulito si possono ricostruire solo i legami che si ritengono utili e piacevoli. Esistono varianti di questa pratica. Ne conosco una insegnata da Américo Yabar e una che ho appreso molto tempo fa. Quest'ultima si svolge quasi in autonomia e si chiede l'aiuto di un'altra persona solo per l'operazione di avvolgimento del filo da cucito. Spiegate alla persona che vi aiuta cosa deve fare prima di iniziare.

1. Chiedi ad un'altra persona che si metta di fronte a te tenendo in mano il rocchetto di filo da cucito.
2. Apri il tuo campo energetico e collegati con le energie del Cosmo, della *Pachamama*, degli *Apu* e *Ñusta* che conosci, dei tuoi *Paqarina* e *Itu Apu*, della tua Stella guida.
3. Chiedi all'altra persona che fissi il filo sotto il tuo piede sinistro e cominci ad avvolgere con il filo il tuo corpo a partire dalle caviglie salendo in senso antiorario verso il capo. Il filo deve essere aderente al corpo e non deve scivolare a terra.
4. Percepisci il filo come un vero filamento di energia luminosa connesso con l'energia dell'universo. Invita il filo ad assorbire la *jucha*, l'energia disarmonica e l'energia in eccesso. Chiedi ad alta voce agli Esseri spirituali che hai invocato che ti puliscano, nutrano, amino. Lascia andare con intento tutte le costrizioni, i legami di sofferenza, le catene che ti vincolano, la *jucha* che ti ingabbia.
5. Quando la persona che ti aiuta è arrivata ad avvolgerti il collo (per alcuni va bene arrivare fino al capo) chiedile di tagliare il filo e di allontanarsi da te. Lasciati il tempo sufficiente affinché il filo assorba tutta l'energia pesante, in eccesso e disarmonica. Percepisci tutta l'energia soffocante e dolorosa che se ne sta andando nel filo.
6. Quando ritieni che sia il momento giusto, con un movimento rapido e deciso espandi il tuo corpo fisico, allarga braccia e gambe per rompere il filo che ti avvolge. Liberati dell'energia scomoda e disturbante. Spezza tutte le catene e i legami. Togliti ogni frammento di filo da addosso e raccoglili in un mucchietto per terra. Non farlo toccare da nessuno.
7. Rimani per un tempo sufficiente concentrato su di te per percepire la tua bolla, il tuo campo pulito e liberato.
8. Al termine da solo vai a bruciare la matassina di filo spezzettato per liberare la *jucha* e offrirla con gratitudine alla *Pachamama*, al Padre Cosmo e agli altri Esseri spirituali che hai invocato.

Dopo il *kutichi* ci si può sentire stanchi perché è una pratica molto forte e liberarsi di una parte di energia, benché disarmonica, provoca un calo di forza. Non c'è da preoccuparsi perché si recupera subito sami dal Cosmo con il *saminchakuy*.

Questo esercizio è particolarmente utile da fare in specifici momenti dell'anno come nella notte che precede Capodanno o il proprio compleanno per liberarsi di tutti i legami e le energie disarmoniche accumulate nel periodo che si sta concludendo.