

RAIDHO - un viaggio verso la consapevolezza

Unità corpo, mente ed anima

Lavoro di Certificazione di Marlene Elvira Nardone



Con l'aiuto di Alexandra Rieger ed i suoi meravigliosi animali di supporto, Racky, Latiro, Nevada, Zucchina, Limbio e Polly mi sono riconosciuta in molti tratti e caratteristiche, lavorando attivamente su tutti i livelli, dall' intelligenza intellettuale a quella del cuore, a quelle spirituale ed emotiva ed all' intelligenza non verbale del corpo.

Ora sono consapevole del fatto che tutto é dentro di me e ogni immagine, persona, situazione, abitudine, sentimento ed emozione che si riflette in esterno, é un aiuto per me, per riconoscere me stessa ed entrare in contatto con queste mie parti. Sono convinta che la vita è un dono prezioso, un'esperienza unica, e noi esseri umani siamo sulla terra per imparare a collaborare insieme per crescere e svilupparci mentalmente, spiritualmente ed emotivamente.

Durante la mia formazione mi sono posta le seguenti domande:

Come gestisco le mie emozioni ed i miei sentimenti nella mia vita?

Sopprimo le mie paure, la mia rabbia, i miei dubbi oppure sono disposta a specchiarmi con gli altri, a guardarmi dentro, ad accettare queste emozioni ed a trasformarli con la mia volontà, ma soprattutto con l'aiuto di Dio, la Sua volontà?

Come gestisco i miei soldi, il mio denaro? Sono troppo buona e sempre in buona fede, o posso fare accordi chiari, riconoscere il mio valore, avere autostima di me stessa?

Come gestisco la mia libertà? Mi perdo nella mia libertà e divento indifferente o valuto la mia libertà e la gestisco utilmente nella mia vita?

Sono in contatto con la mia anima o i miei pensieri mi circondano in continuazione?

Posso controllare i miei pensieri e focalizzarmi positivamente su un obiettivo nella mia vita?

Sono in equilibrio con i miei pensieri, con le mie potenzialità, le mie capacità e talenti, con i miei desideri e le mie azioni? Oppure dubito di me stesso e mi autoconvinco che non è ancora il tempo per vivere una vita che mi soddisfa e vivo una vita che gli altri si aspettano da me o

che piace vivere agli altri?

Sono radicata nella mia vita? Vivo la mia vita in maniera autodeterminata, responsabile ed indipendente, o mi lascio influenzare da altre persone e dalle mie sub-personalità?

Sono in contatto con il mio Sé Superiore oppure permetto alle mie voci interiori, i miei dubbi e le mie paure di manipolare me stessa? Sono in collegamento tra cielo e terra? Vivo la mia spiritualità sulla terra oppure penzolo nell'aria senza poterla vivere pienamente?

Durante la mia formazione ho trovato le mie risposte e ho cercato di integrarle consapevolmente nella mia nuova vita.

Ecco la mia breve storia di come ho raggiunto una nuova consapevolezza e come ho seguito la mia voce, la mia guida interiore.

Ho avuto un lavoro "sicuro", una posizione ben remunerato come manager in una banca, avevo, esteriormente, tutto ciò che la vita può dare eppure mi sentivo vuota, lontana da me. Ho avuto alcuni decessi in poco tempo nella mia famiglia, infine ho vissuto una rapina in banca e non avevo più voglia di stare in una cassaforte sicura che non sentivo più così sicura. Desideravo più libertà, movimento e cambiamento. Ma come proseguire, come raggiungere questo cambiamento, dove andare, come riconoscere la mia missione nella vita, quali sono i prossimi passi da fare? Mi sono messa in discussione, mi sono autoliceziata nel maggio 2012 e deciso di prendermi una pausa riflessiva sul Lago di Garda. Questo è stato il più bel regalo che abbia mai fatto a me stessa. Un periodo tutto dedicato a me stessa, rispettando il mio ritmo, seguire la mia anima, ascoltare la mia voce interiore ed il mio cuore e per dare spazio alla mia grande intuitività.

Un giorno, nell'agosto del 2013, intuitivamente qualcosa ha attirato la mia attenzione verso la sponda opposta del lago, specificamente verso Gargnano dove ho partecipato ad un seminario sciamanico. Da lontano, circondati da uliveti, ho visto cinque cavalli e ho subito sentito una grande gioia, come una bambina che per la prima volta vive il Natale, riceve tanti doni che

soddisfano e la attraggono, allo stesso tempo però la fanno sentire sopraffatta e scatenano una grande paura dentro di lei.

"I cavalli sono un sinonimo della vita stessa e dietro ogni paura si nascondono una o più emozioni", questa è stata la prima dichiarazione di Alexandra Rieger che mi ricordo ancora oggi vividamente. Alexandra è la fondatrice del centro di formazione europeo "Raidho" a Gargnano. Questa affermazione ha avuto un gran effetto su di me e dopo due settimane ho avuto la forte spinta di re-incontrare i cavalli e di affrontare inevitabilmente le mie paure. Ho vissuto un caos emotivo tra la gioia, la tristezza, la paura e l'impotenza; Mi sentivo attratta da una grande sensazione di libertà, eleganza, pura gioia di vivere e sentivo una grande forza che mi spingeva a proseguire ed andare avanti per questa strada.

Ho deciso di affrontare questi miei sentimenti ed emozioni, di dare spazio e riconoscere le mie paure e rendermi consapevole di quello che era rimasto nascosto nel subconscio. Durante la formazione sono sempre stata consapevole che tutti questi timori sono in parte un riflesso della mia anima, in parte percepivo inconsciamente anche le paure e le emozioni degli altri partecipanti. Ho avuto davvero paura di me stessa, della mia integrità come corpo, mente ed anima, paura della vita, della morte, paura della mia grande intuizione e la mia capacità medianica. Negli ultimi anni, con l'aiuto dei cavalli, ho imparato a gestire questo grande regalo e utilizzarlo consapevolmente nella mia vita privata e professionale.

Le cose diventavano più chiare mano a mano che il tempo passava, grazie ad una nuova consapevolezza delle mie capacità, che, fino ad ieri, dividevo solo con me stessa, oggi posso affermare di essere pronta per accompagnare bambini ed adulti a scoprire le proprie emozioni, paure, sentimenti, affrontare molti argomenti quali il lutto, il riconoscere, lo stabilire e rispettare i propri limiti e quelli altrui, il prevenire il burnout, espandere la capacità di comunicare con la propria anima, percepirsi come tutt'uno, risolvere conflitti interni ed esterni, dialogare con i propri giudici interiori, costruire un team interiore fra le varie sub-personalità, gestire emozioni e sentimenti in posizioni leadership nonché, lavorare alla ricerca di una leadership autentica orientata e basata su valori come il rispetto, la fiducia, l'onestà, la corretta comunicazione verbale e non verbale.

Ora posso affermare di essere arrivata a casa mia; mi sento libera, io sono a capo della mia vita. Sono entusiasta al pensiero di poter ispirare le persone a seguire la loro forza del loro cuore, di cercare e seguire la propria missione di vita, di fidarsi della propria voce interiore andando sempre avanti con coraggio, chiarezza, pazienza e attenzione, sapendo differenziare la voce delle sub-personalità dalla voce della Verità, quella voce interiore che ci conduce verso il nostro "compito", che è la nostra gioia, la nostra felicità, il nostro cuore e la parte divina che è in noi. Accolgo persone disposte ad imparare nella vita a gestire le proprie contraddizioni, ad uscire da situazioni di irrequietezza, paure esistenziali, reazioni eccessivamente emotive, persone che sono spesso vittime di raffreddori costanti, influenze e difese immunitarie deboli. Persone che sono pronte a creare e fare ordine interiore nei propri pensieri e nelle proprie emozioni, che vogliono riconoscere la propria vera forza, i propri sogni, desideri e bisogni. Persone che vogliono aumentare la propria fiducia, che sono grate e felici di vivere la propria vita, senza la paura dei cambiamenti, radicate come un albero in crescita costante.

Grazie a questa formazione sono arrivata ad un equilibrio interiore e posso dire che il corpo, la mente e l'anima sono ora coerenti ed allineati.

"Sono arrivata alla mia completezza, mi sento libera, sono il leader della mia vita stessa. Aspetto il momento di poter accompagnare le persone a collegarsi alla forza del proprio cuore, per incoraggiarle a proseguire la propria vita seguendo la voce interiore con fiducia basandosi sul coraggio di andare avanti, con chiarezza, pazienza ed attenzione della voce della verità, del cuore e della parte divina in noi. "

RAIDHO mi ha insegnato a seguire la mia voce interiore, a dare spazio alla mia saggezza interiore, ad aprire il mio cuore, a perdonare con il cuore in mano, ad incontrare altre persone a livello del cuore ed a seguire il mio cuore; a prendermi sul serio, prendere sul serio la mia voce interiore, la mia intuizione, le mie percezioni, i miei sentimenti e le mie emozioni.

Riconoscere quando è tempo di lasciar andare il vecchio ed aprirmi fiduciosamente al nuovo.

Essere coraggiosa, sicura e paziente con me stessa, nella vita e con altre persone.

Riconoscere e rispettare le mie debolezze ed i miei limiti ad evitare la pressione che forza le competenze ed i talenti, a lasciar fluire in maniera fiduciosa.

RAIDHO per me è una guida dal cielo. Ho cercato una prova terrena che Dio esiste davvero, gli angeli, le guide ed le guide spirituali. Una prova del divino che é in noi. Un ponte tra me e me, la mia scintilla divina, il mio cuore, la mia voce interiore, la mia saggezza, la mia anima, la mia bambina interiore, la mia divinità, il mio fuoco, la mia gioia, la mia vitalità, la mia vita, il mio essere!

I cavalli sono molto più per me che semplice animali, sono amici e compagni.

Per me i cavalli sono il ponte con Dio!

Per me i cavalli sono il ponte verso la mia intuizione, il mio istinto, i miei sentimenti, le emozioni, la mia vera intelligenza fisica.

Grazie a questa formazione sono più calma e sento una grande pace interiore. Mi fido sempre più della mia capacità.

Grazie ai cavalli ho trovato la strada verso me stessa ed il contatto con mio "sé superiore".

Mantenendo e creando uno spazio, lo spazio dei miei pensieri positivi, sentendo il vuoto, che mi permette di sentire il silenzio. Sento sempre più che sono in linea con i miei desideri e sogni, i miei bisogni, i miei talenti, le mie competenze e punti di forza, riesco a gestire al meglio ed in maniera leggera e giocosa le mie debolezze, prendendomi sul serio e rispettando me stessa e la vita, vivendo infine una vita piena di vitalità, leggerezza e divertimento.

RAIDHO per me vuol dire passione, esprimere il mio mondo interiore, esprimere il mio desiderio di amore, di pace, di gioia e divertimento.

RAIDHO ed i cavalli mi hanno mostrato come è bello vivere la vita che ho tanto desiderato con il cuore, senza sensi di colpa, vergogna, egoismo o egocentrismo.

RAIDHO mi ha dato la consapevolezza della vita e della quotidianità. Stare con i cavalli ha portato più movimento nella mia vita, desiderio per l'esercizio fisico, il desiderio di vivere e scoprire la mia sessualità, la relazione con il partner; più voglia per provare qualcosa di nuovo, essere audace, fiduciosa e pronta a lasciar andare il vecchio ed accompagnare altre persone in ciò, invitando il tuo cuore non solo a sognare e desiderare, ma passo per passo a vivere, realizzare e concretizzare. La maggior parte delle persone non è abituata a ciò, è incatenata alla sicurezza. Tuttavia, l'attaccamento ad una falsa sicurezza può comportare frustrazione, tristezza, rabbia, impotenza fino alla depressione in cui tali sentimenti non vengono diagnosticati precocemente.

Grazie a **RAIDHO** ho imparato quanto è importante nella vita avere la forza e dare spazio alle proprie emozioni, evitando di tener conto solo dei punti deboli e cercando di voler essere sempre perfetti.

Grazie a **RAIDHO** ho imparato ad avere una relazione sempre più profonda con me stessa e con gli altri, a guardare la mia anima "ferita", le mie storie con gli intrecci di famiglia, le mie paure, insicurezze, emozioni e sentimenti. Mi sono resa conto di quanto sia importante dare spazio a tutto ciò, senza sopprimermi, rifiutarmi o disprezzarmi, mangiando troppo oppure usando altre sostanze per alleviare o compensare ciò che sentivo come manchevole, fino ad arrivare alla negata collaborazione del corpo.

I cavalli mi hanno aiutato a raggiungere un equilibrio interiore e ad essere in armonia con il corpo, mente ed anima.

Fino da subito il pensiero di voler vivere sul Lago di Garda è stato caratterizzato da buone sensazioni, i brevi ma costanti viaggi al Lago, il sentire le mie emozioni sul posto, proprio sul Lago, hanno portato il mio corpo, la mia mente e la mia anima alla decisione di fare questo passo e di mettere in moto tutte le azioni per raggiungere l'obiettivo.

La mia anima fiorisce ogni giorno, mi sento felice e soddisfatta, mi sento grata nell'aver seguito la mia guida, la mia voce interiore ed ora vivo la vita che voglio ascoltando il mio cuore.

Allo stesso modo mi piacerebbe accompagnare, allenare ed ispirare le persone a realizzare i

propri desideri ed i propri sogni, uscendo dall'illusione della sicurezza della carriera e facendolo entrare a contatto con la propria sicurezza interna, portandolo a vivere una vita autodeterminata.

Voglio offrire ad altre persone comfort, sicurezza e Amore.

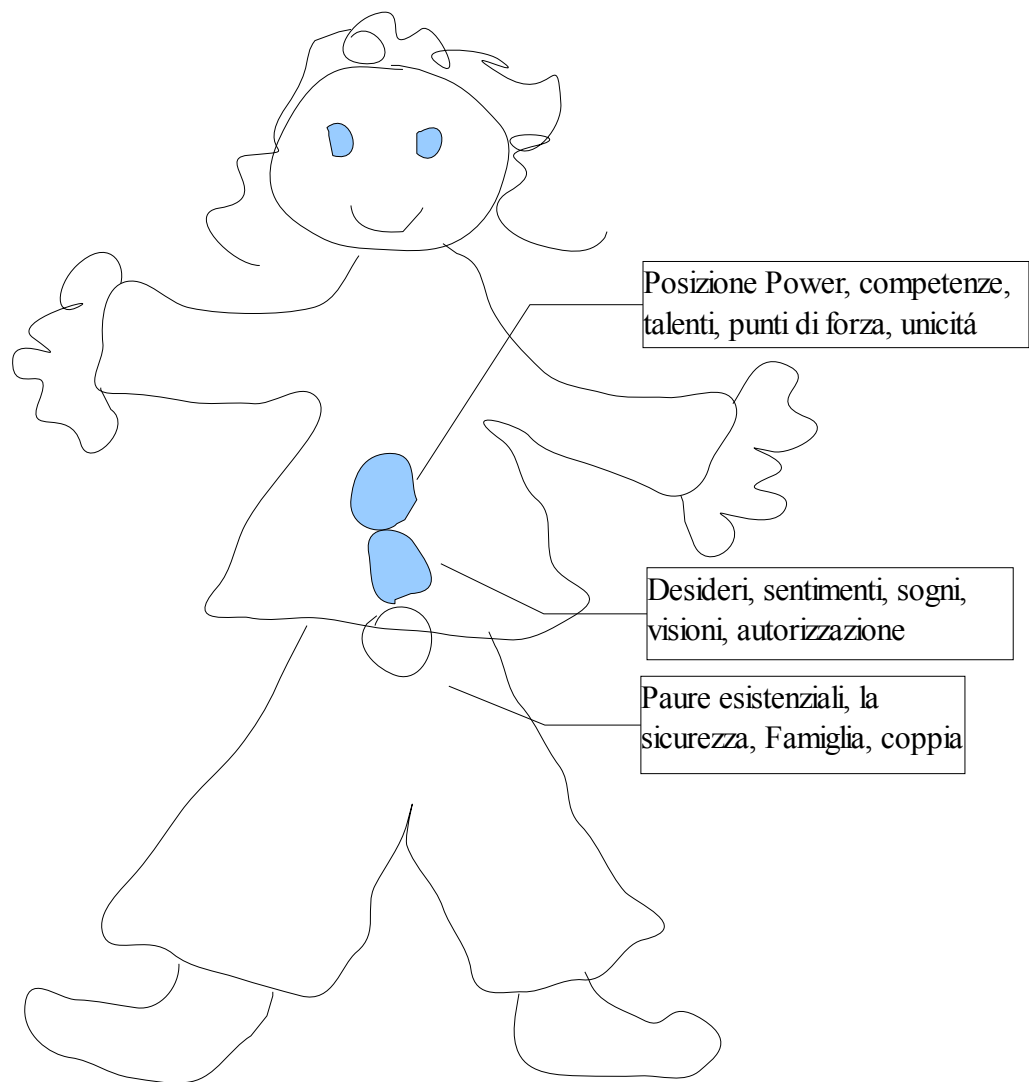
Vorrei confortarVi, rafforzariVi ed incoraggiarVi ad avere sempre piú fiducia in Voi stessi e nella vita.

I miei tre pilastri

CORAGGIO, FIDUCIA ED ACCETTAZIONE

si rispecchiano nei

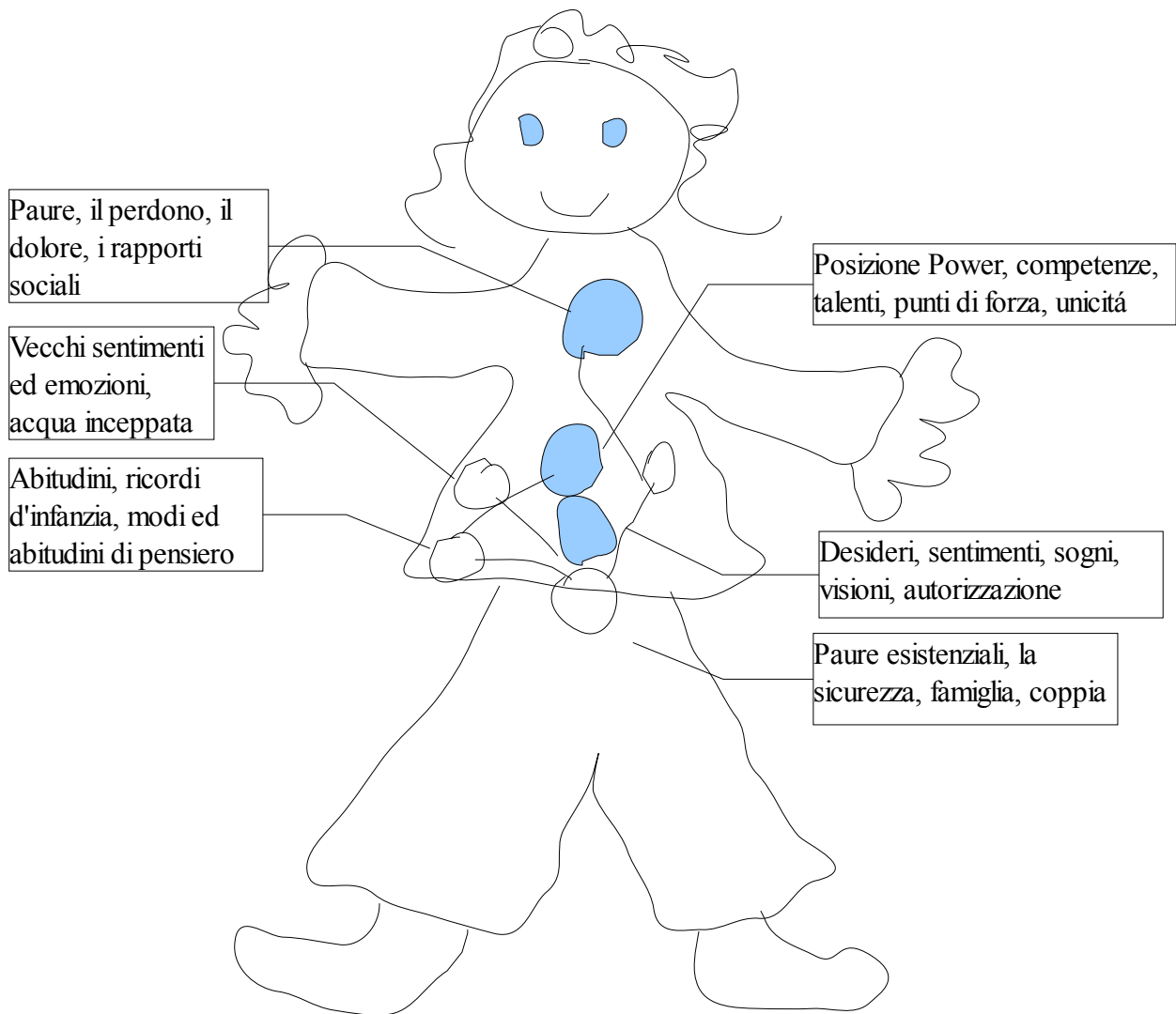
tre chakra principali



Caos emotivo

Squilibrio emotivo

Collegamento tra sub-personalità



In ogni essere umano agiscono delle sub-personalità, che risiedono nell'inconscio. Queste si intrecciano tra di loro fin dalla nascita; Quanto più la persona è intelligente, tanto più intelligente sono le sub-personalità. Io le ho riconosciute consapevolmente, quelle positive e negative, mano a mano quelle negative si trasformavano, quelle positive venivano alla luce.

1. chakra - elemento Terra - direzione nord - Arcangelo Uriel

io agisco

Mi chiedo:

Io vivo l'abbondanza nella mia vita? Se vivo nella mancanza, c'è molto da vedere.

Sono grata per quello che ho? Vivo la vita che voglio? Ho paure esistenziali? Per quale motivo? Gestisco autodeterminata la mia vita? La mia vita mi piace qui e ora? Prendo decisioni consapevolmente e guardo ciò che mi rafforza e ciò che mi indebolisce?

Quali sono i motivi?

Parole Chiave:

Accettazione, abbondanza, fiducia, famiglia, corpo, silenzio, disciplina, gratitudine, radici, paure, paure esistenziali.

Obiettivo:

Vivo la vita che voglio; mi sento radicata e ancorata con i piedi ben piantati per terra; attraverso la respirazione cosciente espiro le energie negative ed i blocchi, che partendo dalla testa, attraverso il corpo verso il basso lungo le gambe, i piedi fino a raggiungere le radici della terra e ispiro allo stesso tempo una nuova energia positiva percependo la potenza della Madre Terra che fluisce attraverso il mio corpo.

Quanto più ho avuto modo di seguire i miei desideri, tanto più forti agiscono le paure e le ansie nella vita; percepire, rilasciare e guarire consapevolmente a livello mentale, fisico ed emotivo.

Ogni movimento è una parola. Decido quello che penso, quello che voglio, quello che sento e come mi comporto in un ordine congruente, autentico e divino. Ho fatto di tutto, sono allineata nel mio pensiero, nella volontà, nei sentimenti e nelle azioni.

Formula:

Quanto più lascio fluire la GRATIDUDINE nella mia vita, tanto più risveglio

la nostra FIDUCIA in me e nella vita. Ciò crea ABBONDANZA a livello materiale e spirituale rafforzando a sua volta l' APPREZZAMENTO E LA GRATITUDINE.

Esercizio:

Creare uno spazio individuale, posizione neutrale sul piano fisico, importante anche per il cavallo per eseguire le azioni. Radicarmi, far sorgere delle radici ispirando ed espirando, massima scioltezza massima espirando il vecchio e ispirando il nuovo.

Con il cavallo andare in un angolo (quale emozioni e sentimenti sorgono?)

Creare uno spazio individuale con la corda, definire e rispettare lo spazio.

Rilasciare tutte le tensioni e le pressioni su tutti i livelli con disciplina, fare l'esercizio con massima scioltezza e pace interiore.

Esercizio I - A - O = Io sono Io, il radicamento di Adamo, l'apertura per il bene, una protezione che blocca il negativo, come protezione orizzontale e verticale.

Con l'aiuto degli esercizi fisici come i 5 Tibetani (24 girate in un cerchio).

Il mio effetto wow esercitandomi con il gruppo ed i cavalli:

non percepisco pressione bensì sollievo, gioia e pace interiore nel proseguire il percorso intrapreso e accompagnare altre persone verso lo stesso cammino. Mi riconosco come guida, procedo con il mio ritmo, mi fido di me stessa e seguo la mia voce interiore.

2. chakra- osso sacro – elemento acqua – direzione ovest - Arcangelo Gabriele

io sento

Mi chiedo:

Come mi sento rispetto alla vita stessa? Sono autodeterminato o lascio gli altri determinino la mia vita? Qual' è il messaggio nascosto dietro questi sentimenti? Sono arrabbiato perché qualcuno ha superato i miei limiti a livello emotivo, spirituale o d'animo? Dov'è il mio limite? Si tratta di una paura dell'ego? Della mente? Riesco ad immaginare cosa può succedere (sono troppo nell'elemento dell'aria, nel mondo dei pensieri, non centrata oppure ho troppo forte l'elemento del fuoco, emozioni troppo forti, non centrata) oppure la paura viene creata ORA istantaneamente? Cosa mi minaccia? Essere centrata per la PROPRIA ENERGIA INTERIORE!

Parole Chiave:

Pazienza senza sovraccarico con spirito compassionevole.

Desiderio, talenti, competenze, motivazione, acqua, fluire, movimento, gioia, creatività, sessualità, sensi di colpa che si attivano perché seguo, riconosco e trasformo i propri desideri

Obiettivo:

Riconosco i miei talenti e capacità, i miei desideri, sogni e visioni.

Posso permettere la vicinanza e la distanza, vivere nella pace e nel rispetto, consentire la vicinanza della famiglia, permettere la crescita e l'amore, fare il mio percorso, assumere la leadership, accettare la mia forza e lo spirito pionieristico, accettare la sensibilità come forza, vivere e condividere con simili; rimanere nel qui ed ora, sviluppare me stessa come essere umano, a livello privato e professionale.

Tutti i miei desideri sono realizzabili senza dubbi e tensioni, ma con tanta consapevolezza.

Formula:

Osservare e riconoscere desideri e sentimenti per la vita = sostiene la trasformazione.

L'Amore in combinazione con la sapienza e la dolcezza a loro volta accoppiate alla chiarezza creano uno spazio sano per me e il mio ambiente. L'amore da solo non è sufficiente.

Nel processo di redenzione, io rilascio stesso il negativo. La legge della polarità positivo e negativo, nero e bianco, bene e male.

Esercizio:

Tutto ha origine nello spirito, attraverso il potere decisionale. Immagino un quadro chiaro. Se non ho la chiarezza, questo si riflette nel comportamento del cavallo.

L'immagine deve essere reale e vera.

Scrivere i desideri (un massimo di 3, non sprecare tempo), riaccendere il desiderio, disegnare a mano, non importa se la prima volta è qualcosa di irriconoscibile, astratto, senza diritto di voto, al fine di prendermi sul serio, io sono io.

Il mio effetto wow esercitandomi con il gruppo ed i cavalli:

immagini chiare vengono riconosciuti dal cavallo, energia e pensieri positivi portano con se gioia e movimento. Quanto più chiara sono, tanto più gentile e dolce.

3. chakra-Plesso Solare - Elemento fuoco – direzione sud - Arcangelo Michele io voglio

Mi chiedo:

Questa situazione, questa persona, azione mi da energia oppure mi indebolisce? Mi sento ben radicata con i piedi per terra? Resisto alle voci delle mie sub-personalità oppure mi faccio rubare energia, fermezza e stabilità?

Quanto serio è il mio desiderio, il mio sogno, la mia visione? Cosa voglio realizzare da anni? Cosa mi impedisce di raggiungere il mio obiettivo, la mia idea oppure il mio desiderio? Cosa blocca la mia volontà? Quali azioni sono necessarie per realizzare il mio obiettivo, la mia idea, il mio desiderio?

Le mie azioni sono congruenti ed autentiche con i miei pensieri, sentimenti?

Oppure penso una cosa, ne sento un'altra ed agisco ancora in modo ancora diverso?

Parole Chiave:

serietà divina, risvegliato il potere personale e potere divino; controllo, fuoco, autorità, trasformazione, energia, volontà, azione;

Obiettivo:

dall'idea alla realizzazione con le azioni giuste; agire in conformità con i miei pensieri; vivo la mia forza ed il mio potere personale per fare del bene nella vita, io agisco spiritualmente e non guidata dall'ego con un'energia dolce e chiara.

Formula:

Quando sono centrata nel mio potere e nella mia forza personale mi sento attiva, forte, piena di energia vitale e vitalità. Non ho alti e bassi, sono stabile e sono piena di forza per attuare delle cose.

Con vigore e intensità = forza necessaria per realizzare il mio progetto, il mio desiderio.

Visualizzo il desiderio pieno di emozioni positive, nel 1 ° e 2 ° chakra rafforzo le radici ed i desideri. Nel terzo chakra affronto il potere e la forza personale, integrati con la dolcezza, l'amore, la chiarezza e la saggezza conducendo a realizzare e materializzare il mio desiderio nella vita.

Esercizio:

uomo invisibile, prendo posizione; il cavallo mi segue in tutte le tre posizioni, cavallo guida, cavallo madre - e la posizione dello stallone. Fascio di luce.

Quale cavallo è il mio preferito, quale il meno preferito?

Esercitazione con tecnica dello specchio - trasformare l'immagine negativa in un'immagine positiva visualizzando il desiderio.

Il mio effetto wow esercitandomi con il gruppo ed i cavalli:

nessuna pressione, rispetto la mia leadership e ho fiducia nella mia capacità. Solo quando sono pronta e mi sento pronta, proseguo nel mio cammino. Se sento che qualcosa non è in linea con il mio pensiero, la mia volontà, il mio sentimento e le mie azioni, prendo tempo, entro in una posizione neutrale e solo dopo proseguo. Questo mi dà un senso di libertà, soddisfazione, orgoglio, gioia, leggerezza e facilità, voglia di proseguire, fuoco e gratitudine per poter essere piena di temperamento.

4.chakra del cuore - element aria - direzione est - Arcangelo Raffaele

io penso nel cuore

Mi chiedo:

Qual è la mia motivazione dietro le mie azioni? La paura o l'amore?

Quali vibrazioni mi distolgono dal mio essere?

Ho la volontà di agire con la mia forza e con l'aiuto di Dio?

Sono disposto a pregare ad alta voce e chiedere aiuto a Dio?

Parole Chiave:

Ordine, perdono, perdono del proprio sé, guarigione, potere divino, compassione, amore, equilibrio, espansione, relazioni, pace, identificare le vulnerabilità; sentimenti collegati all'amarezza, rabbia, gelosia, risentimento, giudizio e valutazione.

Obiettivo:

Chiedo a Dio di sostenermi ed aiutarmi nel mio sviluppo, nella mia salvezza e nella realizzazione del mio compito di vita. Vivo una vita che è basata sull'amore.

Formula:

L'auto-accettazione e l'amore per se stessi promuovono compassione, un'aura positiva, un'energia guaritrice, dolcezza ed umiltà, flessibilità e vuoto che può essere riempito, se ci subordiniamo al potere divino che è in noi.

Tutto ciò che faccio con amore abita, e risuona ovunque.

Saggezza + volontà + Amore = nel mondo materiale

Esercizio:

posizione neutrale; costellazioni, costellazioni familiari, costellazioni sistemiche

La preghiera del Padre Nostro – la respirazione del cuore, la respirazione delle radici.

Il mio effetto wow esercitandomi con il gruppo ed i cavalli:

ogni parola è un movimento, fare meno vuol dire fare di più; lasciare fluire dolcemente nella vita. Un'anima che vive nell'amore divino, ha ordine attorno a se stessa e rispecchia amorevolmente fuoco, calore e luce.

5. Chakra della Gola

io comunico

Mi chiedo:

Cosa mi piace fare di più? Qual è il mio sogno nella vita?

Riconosco ed esprimo la mia stessa verità oppure non la condivido con gli altri?

Per quale ragione? Com'è la mia comunicazione?

Ho una scelta positiva di parole? Che energia risuona nelle mie parole?

Posso ascoltare attivamente? Sono libera dai pregiudizi?

Sono completamente vuota, neutra ed assolutamente presente?

Posso condividere la mia verità con gli altri? Sono in pace con me stesso e con gli altri? Parlo delle mie visioni senza fare proseliti?

Parole Chiave:

Volontá, comunicazione, ascoltare, risonanza, suono & creatività

Obiettivo:

L'intenzione da una direzione all'energia. Se i chakra inferiori sono guariti, l'intenzione agisce dal cuore e l'uomo può comunicare la propria verità. Condividere le mie visioni con gli altri rafforza le mie stesse visioni.

Esercizio:

la tecnica su tela

Il mio effetto wow esercitandomi con il gruppo ed i cavalli:

quanto più forte è la mia anima, tanto più semplice è la mia comunicazione

6. chakra della fronte

Terzo Occhio

Mi chiedo:

Io vivo secondo la mia visione, secondo i miei valori?

Percorro la mia strada in maniera auto-determinata e responsabile?

Parole Chiave:

Saggezza, forza di volontà, fiducia in se stessi, potere, forza, capacità spirituali, autocontrollo, disciplina, coscienza, consapevolezza.

Obiettivo:

riconoscere il tema centrale nella vita e vivere la propria visione; in piccoli passi realizzare grandi visioni; vere connessioni (vicinanza+distanza)

Formula:

l'ordine divino e la giusta azione = vita soddisfacente e felice

Esercizio:

Meditazione, viaggio sciamanico nel subconscio, mondo animali nell'inconscio, incontro con il proprio animale guida.

Il mio effetto wow esercitandomi con il gruppo ed i cavalli:

In ogni situazione ho ricevuto delle immagini e rafforzato la mia creatività.

7 ° Chakra corona

Consapevolezza

Parole Chiave:

Amore, Dio, autorità, padre fisico, luce divina, coscienza cosmica, Illuminazione, comprensione spirituale e realizzazione di sé.

Obiettivo:

noi siamo i governanti dei nostri pensieri e raggiungiamo la nostra presenza dell'Essere; quanto più consapevole sono, tanto più potente è la mia azione.

Argomenti con i primi clienti ed i cavalli:

Argomento rapporto genitore-figlio, definire, rispettare e mantenere il proprio spazio; dare spazio alle proprie esigenze, determinare il proprio ritmo, vivere la propria verità; rafforzare la fiducia in se stessi, il senso di responsabilità, l'autodeterminazione invece di eteronomia, scoprire e vivere la propria sessualità.

Vivere le proprie visioni, permettersi di sognare e lavorare attivamente per realizzarli; riconoscere, identificare e neutralizzare i propri dubbi, esprimere le proprie emozioni e sentimenti, creare lo spazio necessario ed impostare i limiti.

Uscire dal solito habitat, avere il coraggio e la fiducia in se stessi, intraprendere coraggiosamente nuove imprese, prendere in mano la propria vita, riconoscere e vivere i propri talenti e capacità.

Rapporto madre-figlio (cordone ombelicare), accettare la leadership e sentire la guida divina, riconoscerla ed esprimerla; parlare con Dio ad alta voce e condividere la propria verità, e la propria coscienza con gli altri; percepire le proprie dimensioni, riconoscere la propria grandezza, viverla senza sensi di colpa e vergogna.

Cercare con curiosità il nuovo, permettere, sentire e vivere proprie emozioni ed i propri sentimenti; essere leader non tramite il controllo del pensiero (ego), bensì con il cuore, l'empatia e sentimento.

Dare coraggiosamente nuova iniziativa, superare le paure, identificare vere amicizie, porgere e rispettare i limiti, vivere emozioni e sentimenti, realizzare le proprie dimensioni, riconoscere e apprezzare il coraggio; identificare ed implementare i propri desideri, bisogni, sogni e visioni nella vita. Processo redenzione dell'anima defunto,

accompagnare l'anima nell'aldilà e sciogliere il cordone ombelicale.

Rafforzare la sicurezza emotiva interiore, rilasciare il vecchio, dare addio, lavoro di lutto, nuovo inizio, riconoscere e vivere i sentimenti.

Dare fiducia alla vita, alla guida divina, ai genitori; fidarsi di se stessi, superare la paura, rispettare la vita, porre e rispettare i limiti.

Confidare nella vita, sicuri di sé, forte, decisi e sicuri; con molta pazienza, ricercare un modo fiducioso, amorevole, un linguaggio del corpo delicato e chiaro.

Determinare il proprio ritmo, permettersi le debolezze anche come genitore e dirigente, rafforzarsi interiormente.

Ignorare giudizi ed opinioni altrui, sviluppare proprie opinioni, sensazioni e sentimenti; rafforzare la propria personalità, riconoscere l'unicità di se stessi, vivere in pace con se stessi e stringersi la mano, rafforzare la fede in Dio, condurre la vita con l'aiuto di Dio.

Rilassamento, radicamento, silenzio, desiderio di morte, incontro con defunti nell'aldilà, il contatto, il lutto, consapevolmente dire addio e rilasciare; volutamente prendere la vita nelle proprie mani e vivere in modo autonomo.

Le relazioni sono molto chiare e delicate. Costellazioni di famiglia e sistemica, metodi di gestione e di leadership, coaching con cavallo per aziende oltre al coaching finanziario.

Accesso alle emozioni e sentimenti, per lutto, contatto con l'aldilà è possibile se il cuore è aperto a nuovi incontri ed i chakra inferiori sono guariti.

Statement

Vorrei che le persone hanno il coraggio e la curiosità di avvicinarsi a questi meravigliosi animali di supporto. I cavalli permettono di entrare in contatto con il proprio essere, la propria intuizione, con i propri sentimenti ed emozioni, i sogni, i desideri, i talenti e competenze.

Uno dei miei sogni é vedere tutti qui sulla terra vivere la propria vita in modo autentico circondati da persone soddisfatte, felici, grati e sani.

Un ringraziamento speciale va al mio compagno, la mia famiglia, i miei amici, che in questi ultimi anni mi ha sostenuto emotivamente e finanziariamente e si sono fidati di me. La mia anima é rafforzata e non vedo l'ora di vivere la vita futura!





25 maggio 2015