

looking at things
from another
point of view!



Ciao a tutti e Bentrovati in questo mese di Ottobre!

... le parole "Inversione Energetica" vi ricordano qualcosa? Molti sapranno di cosa stiamo parlando, altri un po' meno e altri ancora per nulla ...

per questo il "seme" che introdurremo dopo l'Equinozio d'Autunno con freedomYoga è l'EFT e ... come sempre "Siate Curiosi!"

"Quante volte la paura, in tutte le sue poliedriche manifestazioni (scarsa autostima, rabbia, senso di colpa, paura del giudizio, arroganza, invidia, paura di fallire, solitudine, tristezza, avidità, etc.), esige per i suoi altari un tributo dei nostri beni più preziosi, libertà e felicità? Quante idee e progetti non vengono nutriti per paura di sbagliare? Quanto tempo della nostra vita offriamo alle emozioni negative, come individui e, di conseguenza, come società? Provate a porvi questa domanda: se ci fossero meno paura, rabbia, senso di colpa, risentimento, giudizio, avidità, auto-svalutazione, come sarebbe il mondo? Come sarebbe il mio mondo?" (...)



Esiste un libro "Il Codice del Benessere" di Andrea Fredi all'interno c'è " ... un *Filo di Arianna* che ci potrà condurre verso l'uscita del labirinto delle Emozioni Negative: che decidiate di seguirlo o meno, sappiate che il filo comunque esiste ed è lì anche per voi, a disposizione. Arianna suggerisce anche di mettere in pratica ciò che imparate, poiché è solo l'azione che rende maestri e vivifica la teoria, facendo la differenza".

"Per ottenere il massimo da questo testo, il consiglio è di mettere alla porta le vostre attuali convinzioni in modo temporaneo ma deciso, così da essere il più possibile aperti alle idee contenute. State tranquilli, le vostre credenze saranno ad aspettarvi alla fine del libro (in realtà molte di esse, devote *pasionarie* dello *status quo*, cercheranno di convincervi a smettere di leggere già dal primo capitolo), pronte ad attaccarsi a voi come un creditore inviperito. (...)

"Non è necessario che vi inviti a dubitare di quello che vado affermando, già lo farete da soli. Vi chiedo di affidare l'idea che vi farete su questo libro alle *Vostre Personali Esperienze* di ciò che viene qui di seguito presentato, evitando per quanto possibile di dare un giudizio prima di aver sperimentato il metodo; a mio avviso, solo provando s'impara.



Nove anni fa mia madre mi ha regalato, per il mio compleanno, un Corso di Primo Livello Reiki al quale mi sono avvicinato con molto scetticismo. La mia spiccata razionalità ha cozzato contro i risultati che ho personalmente sperimentato, mentre la lista di ciò che consideravo impossibile si è accorciata sensibilmente. Da allora ho coltivato vari interessi nel mondo delle Medicine Alternative e Complementari negli USA sono venuto a contatto con EFT, ed è stato subito amore. Lo scopo di questo libro è di rendere questo futuro più vicino e raggiungibile. Non posso che manifestare la mia gratitudine a Gary Craig, l'inventore di EFT, per la generosità e l'intento che animano la sua opera di diffusione di una tecnica che può fare la differenza nella vita di tante persone. La mia intenzione è di condividere EFT con il Paese che amo, l'Italia (..) Andrea Fredi".

Fonti: dalla prefazione del libro "Il Codice del Benessere" di Andrea Fredi. Se la lettura vi ha reso curiosi potrete scaricarlo direttamente dal sito www.eft-italia.it, a presto!

Infine "Ayus Kar" e buona lunga vita a tutti da Letizia



Invia questo messaggio a persone che ritieni possano essere interessate.

Se desideri condividere informazioni per la crescita personale invia suggerimenti a info@freedomyoga.it.

Se vuoi essere rimosso dalla mailing list, manda un messaggio vuoto a info@freedomyoga.it con oggetto

RIMUOVI seguito dall'indirizzo e-mail da rimuovere.