



Corsi on Line di Erba Sacra

Con file audio MP3
delle meditazioni

IL POTERE DEGLI ANGELI

Docente: Lisa Sapora

LEZIONE 1 – Gli Angeli e il Ben-Essere

Programma completo:

- Lezione 1 – Gli Angeli e il Ben-Essere
- Lezione 2: Gli Angeli e introduzione al concetto di Energia
- Lezione 3: I segnali degli Angeli
- Lezione 4: Creare l'ambiente adatto per interagire con gli Angeli
- Lezione 5: La Meditazione
- Lezione 6: I Corpi sottili, i Chakra e gli Angeli
- Lezione 7: Gli Angeli e la scrittura del Ben-Essere
- Lezione 8: Noi, il Cosmo e gli Arcangeli
- Lezione 9: Un anno con gli Angeli



Questo corso è riconosciuto come credito didattico
nella formazione specialistica di
OPERA, Accademia Italiana di Formazione Olistica
www.accademiaopera.it

GLI ANGELI E IL BEN-ESSERE

Perché un corso sugli Angeli
Esperienza personale
Obiettivi del corso
Presentazione programma
Il Ben-essere
Le credenze



“La coppia” di Ursula Riccardi

Ciao, mi chiamo Lisa Sapora e sono un Angel Coach.... svolgo questa professione da 5 anni e ho già avuto modo di organizzare moltissimi corsi dal vivo sugli Angeli incontrando tante persone e raccogliendo numerose testimonianze.

Posso dire tranquillamente che tutte le persone che seguono le istruzioni, con volontà e gioia, riescono facilmente a interagire con questi spiriti di luce e trarne beneficio.

Perché un corso sugli Angeli

Da quando vivo la mia vita con gli Angeli tante cose sono cambiate, prima di tutto in me stessa.

Ho sempre avuto un buon senso dell'umorismo e un approccio ottimista alla vita, ma come tutti ho anche fatto molti errori. Spesso, dando la colpa alla società, ai genitori, agli amici, ai colleghi di lavoro, alla città in cui vivo, ho proiettato ciò che non funzionava della mia vita "fuori di me".

Quante volte abbiamo incolpato l'Italia, la politica, la scuola, il partner, per i nostri insuccessi? In un modo o nell'altro qualcuno deve avere torto! Così è più facile.

Però, da quando ho intrapreso il mio percorso spirituale ho capito che tutto dipende da me, da ciò che penso, dalle emozioni che provo, dalle azioni che scelgo, dall'ambiente che frequento.

Tutto quello che sono e che vivo è frutto di una mia decisione e quindi è una mia Responsabilità.

Difficile? Facile? Dipende. È un esercizio giornaliero.

E se finalmente avessimo la grande opportunità di parlare con noi stessi, decidere cosa fare senza sensi di colpa, senza costrizioni, pensare con la propria testa e ascoltare il proprio cuore, semplicemente seguendo ciò che ci fa stare bene, che genera gioia, felicità, pace interiore.

Non sarebbe fantastico?

Certo non può accadere in un week end, o con una telefonata, o leggendo semplicemente un libro.

C'è molto lavoro da fare. Per iniziare è necessario individuare il punto di partenza e decidere l'obiettivo che si vuole raggiungere per capire il percorso da intraprendere. E' un lavoro che possiamo fare insieme con l'aiuto degli Angeli!

Perché proprio gli Angeli?

*"Vivere una vita senza conoscere gli Angeli è come avere una bella auto senza carburante"
Gli angeli sono stati il mio carburante, mi hanno aiutato a muovermi, ad andare avanti, ad uscire dalla zona di comfort, a vivere le mie passioni, le mie emozioni, a sognare, ad amare, a divertirmi, ad essere felice!*

Gli angeli esistono, sia se ci si crede oppure no, e se si chiede il loro aiuto saranno felicissimi di intervenire, è la loro missione quella di aiutare a vivere una vita più facile e felice.

E allora cosa aspettiamo a farli entrare nella nostra vita?

Il loro intervento è gratuito, non ci viene chiesto nulla in cambio, l'unica cosa che si deve rispettare è che la richiesta sia per il proprio massimo bene e per il bene delle persone coinvolte. Semplice, tutto qua!

Questo corso sarà un viaggio vero e proprio, dove conosceremo meglio noi stessi e i nostri desideri più profondi. Si impareranno a fare le domande e a comprendere i segnali con cui gli angeli comunicano.

Sarà divertente perché le risposte arrivano in molti modi diversi, gli angeli hanno molta fantasia e soprattutto amano giocare.

E tu, che hai deciso di partecipare a questo corso, inizierai a vivere con leggerezza e soprattutto non ti sentirai più solo, gli angeli saranno sempre al tuo fianco e potrai percepire la loro energia.

Questo è solo l'inizio della tua esperienza con gli angeli, ma procediamo per gradi. Un passo alla volta.

Buon corso,

con amore

Lisa



Esperienza personale con gli Angeli

“Ciao sono Lisa ho 44 anni e sono un Angel Coach”.

Quando mi presento così le persone rimangono stupite, interdette, sbalordite... L'espressione del viso tradisce subito il loro primo pensiero: *“Ma esiste una professione simile? cosa significa?”*

Anche per me è stata una rivelazione, non conoscevo questa figura professionale e non immaginavo che sarebbe diventata la mia meravigliosa **passione** (non riesco a chiamarlo lavoro perché quando sono immersa in un trattamento personale o in un workshop non sento la fatica e lo sforzo... io mi ricarico!)

Ma vediamo come è iniziata la mia avventura con gli Angeli.

Ho iniziato a lavorare molto presto perché ho sempre desiderato essere indipendente.

A 16 anni durante le vacanze estive lavavo le auto in un distributore di benzina insieme a mia sorella e a un'amica. Mi sono sempre divertita, con qualsiasi lavoro, ed ho sempre deciso autonomamente cosa fare. Da 20 a 40 anni ho fatto l'agente di commercio cambiando più volte le aziende e i prodotti da trattare, sempre in giro per l'Italia, sempre alla ricerca di nuovi clienti, sempre pressata dai fatturati da raggiungere! Ho frequentato numerosi corsi di vendita, di pnl, di motivazione, da Anthony Robbins, Roberto Re a Roy Martina, ho letto libri di Kiyosaki, libri sulla legge dell'attrazione e sul pensiero positivo e tutto funzionava alla grande.

A 38 anni sono diventata mamma di Alessandro e già in gravidanza ho iniziato a voler cambiare il mio stile di vita perché le mie abitudini, così come il mio lavoro, non erano più in **armonia** con la mia persona: non avevo più intenzione di stare fuori casa tutto il giorno per rincorrere i fatturati aziendali! Ero diventata una mamma ed ero felicissima di crescere il mio bambino, tanto desiderato da me e Luca, il mio compagno.

In gravidanza ho iniziato a leggere libri sulla medicina naturale e mi sono appassionata alla ricerca psicosomatica dei disturbi fisici. Cercavo qualcosa per aiutare le persone a stare bene in modo naturale e allo stesso tempo avere più consapevolezza sul significato di salute e benessere.

Mi sono avvicinata alla Naturopatia e a una scuola triennale che però non mi convinceva fino in fondo, così ho chiesto consiglio al mio omeopata, anche psicoterapeuta, e lui mi

disse: *“Cara Lisa in Italia la Naturopatia non è ancora molto riconosciuta, avresti dovuto prima fare medicina e poi specializzarti in Naturopatia ma se fino ad oggi che hai 39 anni non hai avuto il desiderio di fare medicina secondo me dovrai fare altro, chiedi e mettiti in ascolto vedrai che ti arriverà la cosa giusta da fare”*.

Ho seguito il consiglio e sono rimasta in **ascolto**, sicura che sarebbe arrivata la mia opportunità!

Ho poi trascorso le giornate tra il lavoro, la casa, Alessandro e la lettura cercando **ispirazione...**

Un giorno mia zia Annamaria (sorella di mia mamma) mi portò uno scatolone di libri dicendomi: *“Sto traslocando, io li ho letti tutti. Forse possono esserti utili, sono tutti libri spirituali e magici.”*

Lei, la “maghetta” di famiglia, praticava yoga 30 anni fa sul tetto del fienile del nonno, quella che ci faceva fare i riti con la luna piena da bambini in campeggio, quella che ci parlava delle energie invisibili...grazie a lei mi sono avvicinata a questo mondo in modo semplice e **ironico** e anche in famiglia, con mia mamma e mia sorella, è sempre stato normale parlare di argomenti un po' fuori dagli schemi.

Ricordo che sistemai i libri nel mio studio, e poi ne scelsi uno da leggere che mi ispirava più degli altri *“Messaggeri di luce: come includere gli Angeli nella tua vita”*.

Sono stata sin da subito rapita da questo testo e ho iniziato a leggerlo e sottolinearlo: è un libro tra il serio e il divertente, proprio come me, con una notevole dose di humor.

E così ho iniziato a creare un appuntamento fisso a cui non potevo assolutamente rinunciare! Ogni giorno mi ritagliavo due ore, creavo l'ambiente adatto, accendevo la mia candelina e il mio incenso alla rosa o al gelsomino e iniziavo a entrare in contatto con questi esseri di luce invisibili che trovano sempre il modo di mettersi in contatto con chi chiede il loro aiuto.

Era un'emozione incredibile, una sensazione unica che però non riuscivo a spiegare, non puoi uscire di casa e dire che hai trovato il modo di dialogare con gli Angeli! Anche chi ti conosce pensa che hai dei problemi... persino mia mamma, alla quale avevo accennato qualcosina, era seriamente preoccupata.

Io invece stavo benissimo, sentivo crescere giorno dopo giorno la mia energia, mi sentivo una privilegiata, un senso di pace e **tranquillità** ha iniziato ad aleggiare nell'aria della mia casa, un'esperienza meravigliosa che auguro di provare a ciascuno di voi!

Mi sono subito fidata e affidata e ho cominciato a fare gli esercizi che trovavo man mano che continuavo a leggere. Era divertente, quando si ha la fortuna e la volontà di iniziare un percorso spirituale, è importante rimanere con i piedi per terra, non prendersi troppo sul serio e imparare a giocare.

Sì, proprio così, impariamo a divertirci, a ridere, gli Angeli vogliono la nostra felicità, dobbiamo capire che il lavoro con loro è in realtà il **gioco**, e se si desidera attirarli nella propria vita si deve imparare a riconoscere i segni di questo loro gioco, che ne indicano la presenza.

Uno dei significati di gioco è "movimento libero"; il gioco non costringe e non tiene sotto controllo nessuno. È anche un mezzo di comunicazione fra specie diverse: per esempio fra gli uomini e i delfini, i cani e i gatti, a anche fra gli angeli e gli umani.

Ho iniziato a giocare con gli angeli e loro comunicavano con me attraverso "segnali": piume, monetine, cuori, numeri, scritte ovunque, nei posti più impensati che però attiravano la mia attenzione.

Li percepivo sempre con me e io, felicissima di sentire la loro presenza, sapevo di essere sulla strada giusta.

È stato bellissimo, in poco tempo ho iniziato a comunicare anche con il mio Angelo Custode, gli ho dato un nome e da quel momento lo leggevo ovunque. Lui cercava di rassicurarmi che non era una mia illusione, che era sempre accanto a me. Gli ho scritto delle lettere in cui chiedevo di essere illuminata sul percorso successivo e così è stato.

Grazie alla Fede grazie alla quale confidavo che i miei Angeli avevano compreso il mio messaggio, ho deciso di chiudere la Partita Iva come mediatore creditizio. **È importante ricordare sempre che se non chiudiamo con il vecchio non arriva il nuovo!** Questo è stato un messaggio chiaro, per me e molte altre persone con cui ho avuto l'onore di relazionarmi, è una questione di energia, di intenzione: se disperdo energia su altro non mi concentro sul mio progetto.

Credevo che qualcosa sarebbe accaduto e dai libri sugli Angeli sono passata a quelli sugli Esseni, la lettura dell'aura e le tecniche delle terapie Essene, sono rimasta molto colpita da questi testi. Sopra ogni cosa, volevo diventare un **"canale"** per aiutare me stessa e gli altri a stare bene, a vivere serenamente e a trovare il proprio scopo di vita.

Nel 2014, conobbi una persona fantastica che mi rivelò, durante una lettura dell'Aura, che sopra il mio chakra corona, dove si trovano informazioni sulla **missione** della nostra vita, avevo un Triangolo con la scritta Olistico.

"Cosa significa questo per te?" mi chiese.

"Non ne ho la minima idea" risposi con sincerità.

"È come se dovessi creare una cosa tutta tua e la dovrai diffondere".

Sono uscita da quella sala con un'emozione unica, ma non sapevo proprio da dove partire. C'era mia mamma fuori che mi aspettava, così le dico per sdrammatizzare: *"Mamma diventerò un guru e avrò dei discepoli"*. Immaginate la faccia di mia mamma già alquanto preoccupata perché passavo mattinate chiusa in casa con gli Angeli! Era Maggio. Da quel momento in poi tutto si è velocizzato, ad agosto sempre su internet trovai una scuola per diventare "Operatore Olistico": ecco la parola che avevo sul chakra corona ed ecco che tornano gli angeli dal momento che la specializzazione era **"Angel Coach"**.

Mai avrei pensato che esistesse una scuola simile e soprattutto mai avrei pensato che a 41 anni mi sarei rimessa a studiare...

È stata un'esperienza unica che mi ha fatto conoscere profondamente chi sono e perché sono qua.

Sono stati 2 anni di lavoro profondo su me stessa, grazie al quale ho scoperto i miei doni, ho lavorato sulla liberazione del senso di colpa, sulla rigidità, sull'accettazione; un esercizio intenso, a volte difficile, che mi ha aiutato a tirare fuori le mie paure e le mie ferite che dovevano essere guarite.

È stato un percorso durante il quale ho iniziato ad aprire il mio **cuore**, attraverso il perdono e l'accettazione sono riuscita ad essere più **compassionevole**, ad amare me stessa e a riconoscere l'amore negli altri.

Fare l'Angel Coach significa proprio questo: aiutare le persone a scoprire i propri doni e le proprie qualità, lavorare sull'autostima, affrontare la paura, la rabbia, l'insicurezza, tutte le

emozioni che ci impediscono di essere ciò che siamo realmente e non ci fanno vivere la realtà che desideriamo.

Attraverso gli Angeli e le loro energie ho ideato a mia volta dei piccoli corsi, oltre a trattamenti personali, per fare i primi passi con gli Angeli. Un percorso per aiutare le persone a essere più SICURE, FELICI, LIBERE di esprimersi e di seguire il proprio sentire, a essere persone CHE SI AMANO E CHE SANNO AMARE.

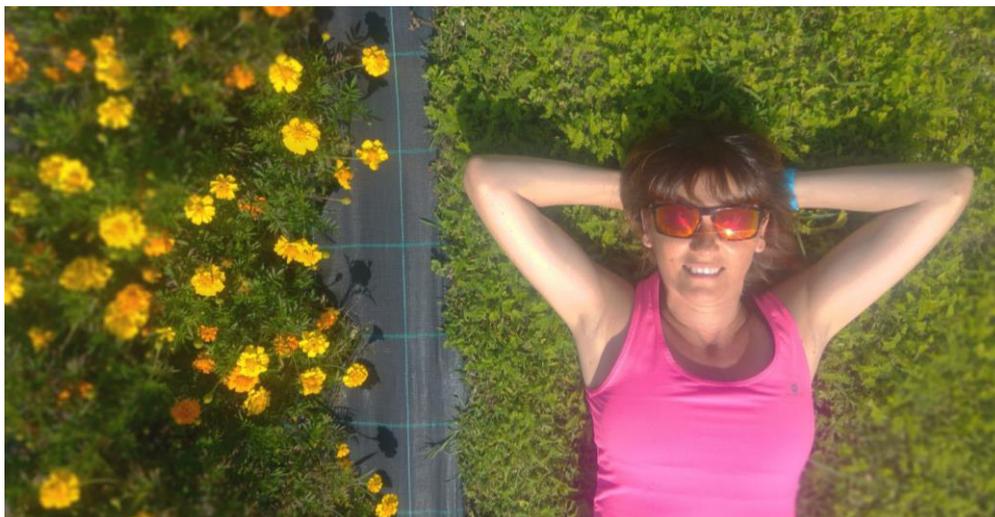
Questa è la mia **missione**, questa è la mia **vita**!

Orgogliosa del compito che mi è stato affidato e che ho scoperto nella parte più profonda di me, ringrazio con tutto il cuore gli Angeli e tutte le persone che hanno contribuito al mio percorso, mia mamma e mio papà, mio figlio Alessandro e il mio compagno Luca!

Grazie grazie grazie

Vi auguro di incontrare il vostro Angelo Custode e se non ci riuscite... vi aiuterò io!

Con amore e gratitudine, Lisa



Obiettivi del corso

Questo corso ti aiuterà a comprendere **chi sono gli Angeli**, come si **manifestano**, quali sono i **segnali** che ci inviano e **come utilizzare la loro energia nella vita di tutti i giorni**. Perché gli Angeli sono stati creati per renderci la vita più facile e felice e **tutti noi abbiamo la possibilità di interagire con loro**.

Imparerai a **chiedere** il loro aiuto, a **scrivere un diario Angelico**, a **invocare** l'Angelo giusto per ogni situazione, il tutto con leggerezza e divertimento.

Le **meditazioni** in formato audio presenti nel corso ti aiuteranno a spegnere la parte razionale e ad entrare in uno stato di rilassamento profondo che ti permetterà di vedere, percepire, sentire le energie del tuo corpo fisico, del tuo corpo energetico e della tua anima. Sarà un processo graduale, senza aspettativa, rispettando i tuoi tempi riuscirai prima di tutto a percepire il tuo **corpo fisico** e a comprendere i messaggi che costantemente ti invia per raggiungere uno stato di benessere completo.

Con i tuoi ritmi inizierai ad interagire con il tuo **corpo energetico** e con la meditazione sui chakra armonizzerai tutte le parti prive di energia tornando a vibrare con l'universo, portando nella tua vita l'abbondanza, la gioia e la leggerezza che meriti.

Grazie a questa purificazione profonda verrà alla luce il tuo dono, il canale con cui ti metterai al servizio per il benessere dell'**anima**. Sarà una bellissima esperienza scoprire la tua missione, ti sentirai appagato e felice di essere te stesso.

Se sei un **operatore olistico** o un **counselor** ti sarà molto utile utilizzare l'energia degli Angeli:

- 1- Ti aiuteranno a "vedere" la situazione da un'altra prospettiva
- 2- Ti indicheranno la via più adatta per il benessere della persona che stai trattando
- 3- Scoprirai qual è il tuo dono ed imparerai ad utilizzarlo
- 4- Attraverso il channeling potrai canalizzare il messaggio giusto al momento giusto

PROGRAMMA DEL CORSO

LEZIONE 1 “GLI ANGELI E IL BEN-ESSERE”

- Perché un corso sugli Angeli.
- Esperienza personale.
- Obiettivi del corso.
- Presentazione programma.
- Il Ben-essere.
- Le credenze.

LEZIONE 2 “GLI ANGELI E INTRODUZIONE AL CONCETTO DI ENERGIA”

- Meditazione guidata ‘INIZIO A MEDITARE’ (anche in file MP3)
- Corpo Anima Spirito.
- Il corpo fisico.
- La mente.
- Noi siamo energia.
- Il punto di vista scientifico.
- La percezione dell’energia nella vita quotidiana.
- Gli Angeli.
- Chi sono gli angeli.
- Quando nascono gli angeli nella storia.
- Alcune riflessioni importanti.
- Il radicamento.
- Meditazione guidata “RADICAMENTO” (anche in formato MP3)

LEZIONE 3 “I SEGNALI DEGLI ANGELI”

- I segnali degli angeli.
- Come possiamo metterci in comunicazione con loro e chiedere aiuto.
- Le richieste: due cose importanti da sapere.
- I segnali.
- I numeri degli Angeli.
- L’importanza della parola e del pensiero creante.
- Diventare consapevole del proprio potere personale.

LEZIONE 4 “CREARE L’AMBIENTE ADATTO PER INTERAGIRE CON GLI ANGELI”

- Creare un ambiente ad alta frequenza energetica.
- L’ambiente adatto per interagire con gli angeli.
- Il libero Arbitrio e la dualità: bene/male.
- La missione
- I doni.
- Vivere a cuor leggero.
- Il perdono.
- L’angelo custode
- Meditazione guidata “INCONTRO IL MIO ANGELO CUSTODE” in formato MP3

LEZIONE 5 “LA MEDITAZIONE”

- La meditazione.
- Le tecniche.
- Meditare nella vita di tutti i giorni: esercizi.
- Meditare con gli angeli.

LEZIONE 6 “I CORPI SOTTILI, I CHAKRA E GLI ANGELI”

- Corpi sottili: eterico, astrale, mentale, causale.
- Il prana.
- Respirazione a narici alternate.
- Il bindu.
- Meditazione guidata “ASCOLTO IL MIO CORPO” in formato MP3
- Il sistema dei Chakra.
- Gli Angeli e i Chakra.
- Meditazione guidata “ARMONIZZAZIONE DEI CHAKRA CON GLI ARCANGELI” in formato MP3

LEZIONE 7 “GLI ANGELI E LA SCRITTURA DEL BEN-ESSERE”

- Il processo di auto osservazione.
- La scrittura del benessere.
- Diario Angelico.

- Diario Magico.
- Diario della Gratitudine.
- Diario dei Sogni.
- Diario organizzativo giornaliero.
- La ruota della vita.
- Il tempo.
- Quaderno dei Desideri.

LEZIONE 8 “NOI, IL COSMO E GLI ARCANGELI”

- La Geometria Sacra
- La Numerologia Sacra
- 12 il numero dell’universo
- L’Arcangelo Michele
- I 12 Arcangeli
- I Mandala
- Meditazione guidata “SUPERO LA PAURA CON L’ARCANGELO MICHELE” in formato MP3

LEZIONE 9 “UN ANNO CON GLI ANGELI”

- Il Rito
- Riti giornalieri
- Meditazione guidata “Meditazione della mattina” (anche in formato MP3)
- Meditazione guidata “Meditazione della sera” (anche in formato MP3)
- Riti Settimanali
- Riti Mensili
- “LABORATORIO CON GLI ANGELI”
- Riti Stagionali
- “WEEK ENERGETICO”
- Riti Annuali
- “VIAGGIO MAGICO”
- Routine
- Epilogo
- Appendice
- Meditazione “VIAGGIO NELL’ARTE”

Per credere agli Angeli, bisogna essere credenti?

Per prima cosa bisogna stabilire cosa si intende per essere credenti.

Credere in Dio? In qualcosa di soprannaturale?

Credere è una parola latina che vuol dire: prestar fede, affidarsi.

Non è un concetto religioso, è molto più esteso e riguarda qualcosa di interiore.

È necessario non cadere in un errore comune: confondere la spiritualità con la religione.

Cerchiamo di fare un po' di chiarezza.

Religione: è l'insieme di credenze e di riti che coinvolgono una comunità e sono rivolti a una particolare divinità.

Spiritualità: a grandi linee, è tutto ciò che riguarda lo spirito.

Nella seconda lezione parleremo dello spirito, al momento diciamo che la spiritualità va di pari passo con l'idea che esista 'qualcosa' oltre la materia, qualcosa di non tangibile ma estremamente importante. E, soprattutto, quel qualcosa oltre a essere fuori di noi, è dentro di noi.

Quindi è necessario essere religiosi per essere spirituali? No. La spiritualità e la religione sono due cose nettamente diverse.

È possibile essere religiosi senza essere spirituali? Purtroppo sì. La religione, come dato storico, sono nate fortemente connesse all'idea dello spirito. Con il passare del tempo, questo concetto si è perso per molti – non per tutti, non facciamo di tutta l'erba un fascio! – . A volte la religione è diventata apparenza, snocciolamento di formule senza criterio, fanatismo. Ma non è questa la sede per affrontare questo argomento. Teniamo conto che ciascuno, religioso o no, ha il suo cammino personale.

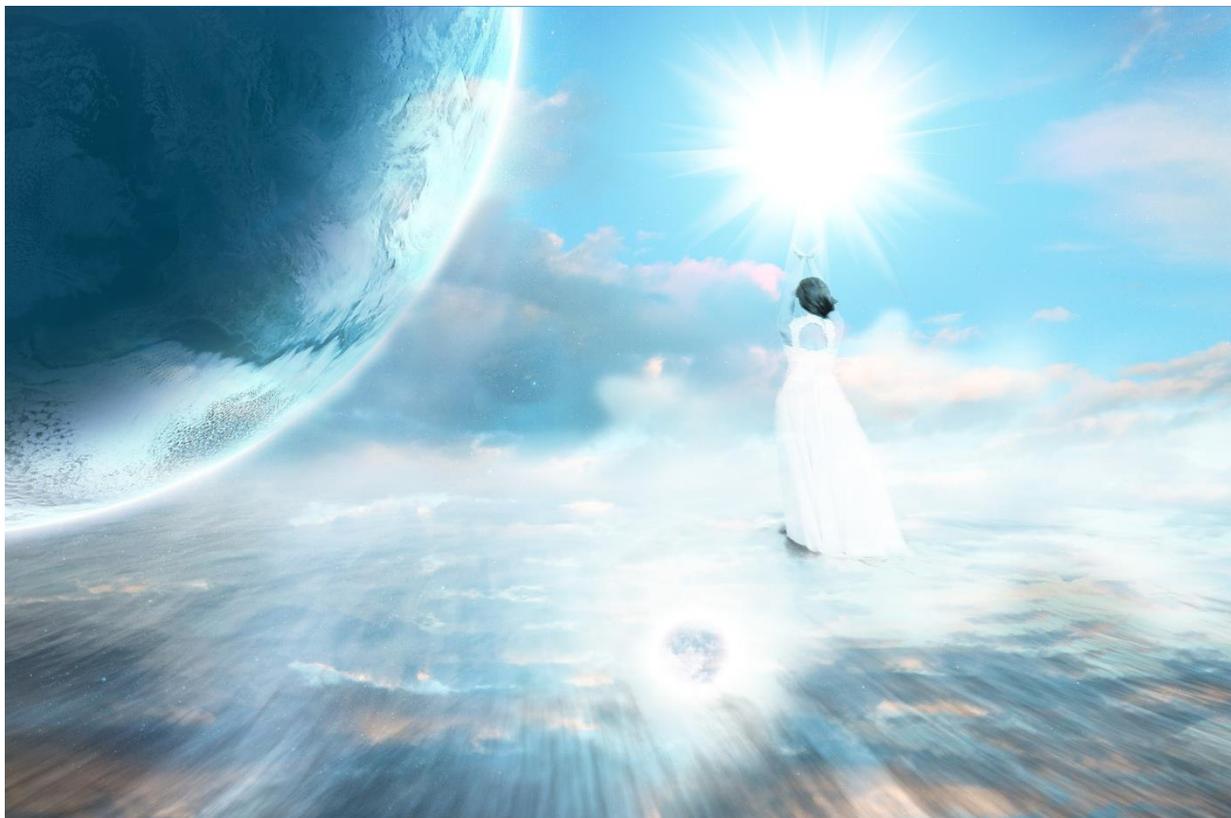
È possibile seguire questo percorso senza essere religiosi? Assolutamente sì. E senza essere spirituali? Qui la risposta è più complessa, diciamo che inizialmente sì, è un itinerario che può essere intrapreso da tutti anche se, chi lo riterrà idoneo alla sua vita, alla fine un po' spiritualità (e a volte anche un bel po') l'acquisirà in modo naturale.

Quindi qual è l'unico requisito necessario? È necessario credere in 'qualcosa', qualcosa che va oltre la materia, oltre il corpo.

Ognuno ha la propria idea a proposito (e attenzione: sono tutte corrette). Se credete che esista un'entità che si può chiamare Dio, bene, se credete in un potere superiore, bene di

nuovo. Mente universale, Tao, Sorgente, Fonte, coscienza universale sono termini ugualmente efficaci.

Non è importante che nome diamo all'energia dell'universo, alla forza vitale, alla fonte d'amore puro. L'importante è credere che esiste qualcosa oltre la semplice materia.



Poiché abbiamo utilizzato il verbo credere, introduciamo qui il concetto di credenza.

Che cos'è una CREDENZA?

Una credenza è una convinzione di qualcun altro che ti viene trasmessa, ma non c'è prova che sia reale, soprattutto reale per te.

Un conto è credere un conto è sapere, conoscere.

Quanti dei tuoi pensieri, delle tue convinzioni e delle tue certezze in realtà sono credenze che ti sono state tramandate dai genitori, dai nonni, dagli insegnanti e non hanno in realtà fondamento?

Credi davvero che dopo mangiato non si può fare il bagno?

O che dopo le castagne non si può bere l'acqua?

Che bere succo di limone faccia dimagrire?

Che bere latte faccia venire il latte? (ne ho conosciute personalmente di neo-mamme che bevevano tanto latte per incrementare il latte nell'allattamento)

Che mangiare cioccolato non faccia dormire?

Che stare vicino ad una persona con la febbre inevitabilmente ti farà stare male?

Che buttarsi in acqua fredda rigeneri il corpo?

Che una giornata al sole ti ricarichi di energia? ...

Sai qual è la cosa impressionante?

Qualsiasi cosa tu creda si realizza, perché il tuo pensiero crea, quindi anche se una credenza non ha fondamento scientifico attiverà il processo di creazione e produrrà il risultato che ti aspetti.

Esistono credenze limitanti e credenze fortificanti.

Sarebbe utile fare un lavoro su quelle limitanti se vuoi aprirti a qualcosa di nuovo, altrimenti come dice un proverbio:

“se continui a fare le stesse cose come pensi di ottenere risultati diversi?”

Bene con gli Angeli si può!

Inizia a mettere in pratica tutti i suggerimenti che troverai sul corso, a fare le meditazioni e a chiedere, vedrai tutto arriva, piano piano, non forzare!



E ora, dopo questa doverosa osservazione, capendo cosa intendiamo con il verbo credere, torniamo alla domanda principale:

per credere agli Angeli, bisogna essere credenti?

La risposta è molto semplice: non importa essere credenti o scettici, in senso religioso, gli Angeli riescono a vedere la nostra luce interiore e ascoltano tutti coloro che si rivolgono a loro con cuore puro e spirito sincero.

D'altra parte, la nostra vita terrena è un'esperienza e quello che abbiamo fatto fino a ora è la cosa più giusta e la cosa migliore che potevamo fare. Quindi liberiamoci dal senso di colpa, dal giudizio e cerchiamo di capire il perché abbiamo fatto una determinata scelta oppure perché ci sia accaduta una situazione spiacevole. Dietro ogni cosa si cela un insegnamento o una prova da superare!

Se chiediamo ai nostri amici alati di aiutarci a comprendere perché ci troviamo in una determinata situazione Loro saranno felici di aiutarci, la cosa importante è imparare a capire i Loro messaggi e ascoltare il nostro cuore.

Solo in questo modo potremo finalmente BEN –ESSERE.

BEN – ESSERE



Che cosa significa BENESSERE?

Dal vocabolario: star bene, esistere bene. Termine che specifica gli aspetti, le caratteristiche, la qualità della vita di ciascun individuo e dell'ambiente.

IL BENESSERE ECONOMICO

Una volta si parlava di "benessere economico" ossia della possibilità di soddisfare necessità e desideri in gran parte materiali.

Vivere dignitosamente, possedere una casa, soddisfare i propri bisogni primari, provvedere alle difficoltà.

A volte però il benessere economico non basta, infatti, se hai del denaro ma vivi in un ambiente inquinato, inteso come ambiente naturale, amicizie, ambiente lavorativo, la salute fisica risulta compromessa, la qualità della vita orribile e NON c'è benessere.

IL BENESSERE RELAZIONALE

Benessere percepito quando esiste un Rapporto Umano autentico, quando si è accolti e riconosciuti, quando si è chiamati per nome e si è persone con la propria UNICITA' e le proprie POTENZIALITA'.

IL BENESSERE FISICO

Significa prendersi cura di sé stessi attraverso:

- Una regolare attività fisica
- Un'alimentazione sana
- Rigenerarsi spesso nella natura

IL BENESSERE MENTALE

Sviluppare una mentalità POSITIVA, prendere in mano la propria vita ed entrare nel proprio potere.

In ogni circostanza domandiamoci: cosa posso fare per risolvere, per andare avanti?

Esercizi CONTINUI, biglietti, scritte "NON SO COME MA SO CHE"

Sviluppare l'abitudine ad uscire dalla zona di comfort, vedere da un'altra prospettiva e agire.

IL BENESSERE SPIRITUALE

Rimanere sempre con i piedi per terra, ben radicati!

La nostra realizzazione è qui sulla terra.

Lo Spirito sta bene quando DONA! Scoprire quindi i propri DONI è fondamentale per stare bene e lavorare con PASSIONE, ottenere riconoscimento e benessere economico.

Impariamo ad ONORARE NOI STESSI e a TRARRE BENESSERE dalle nostre azioni e dal nostro lavoro.

Ben-Essere. È questo che, in fondo, ogni persona cerca iniziando un percorso di conoscenza e consapevolezza.

E se questo cammino si porta avanti con costanza e buona volontà, partendo da cose semplici - ma profonde -, si riuscirà a sentirsi parte di qualcosa di straordinario e a dividerlo con gli altri creando insieme qualcosa di meraviglioso che possa davvero dare un valore aggiunto alla propria esistenza.

Tenendo presente che ogni traguardo che si raggiunge, in realtà, è solo un nuovo punto di partenza.

Il cammino di conoscenza e risveglio viene determinato solo da noi.

Che cos'è un cammino di conoscenza e risveglio?

È un percorso di conoscenza interiore e di vera e propria trasformazione.

È un percorso di acquisizione di CONSAPEVOLEZZA, di discernimento nel fare scelte consapevoli.

È, in primo luogo, una SCELTA. Spesso tra cosa è giusto e cosa è semplice.

È un RISVEGLIO da questa vita in cui sembriamo addormentati: assenti a noi stessi.

È un cammino in cui luci e ombre si mescolano e si confondono – è un viaggio dentro noi ed è un viaggio straordinario.



E ora... al lavoro, c'è molta strada da percorrere!

Inizieremo la seconda lezione facendo pratica con la prima **meditazione** (se non hai mai meditato, non preoccuparti, approfondiremo l'argomento nella lezione 5). Ti aiuterà a stare nel momento presente, a spegnere la parte razionale e a iniziare a sentire le emozioni che vivono dentro di te.

La meditazione è anche in formato audio così potrai ascoltarla ogni volta che hai la necessità di rilassarti, tornare nel qui e ora e goderti il momento presente.

In poco più di 15 minuti troverai uno stato di calma e di pace interiore, buon rilassamento!