

In questo momento di grande disagio collettivo, dove i media ci bombardano di messaggi terroristici e dove la nostra anima bambina percepisce la paura, nei momenti che ognuno di noi vive quotidianamente, nei processi individuali, di dinamiche familiari, di morti e malattie parentali e non, e ancora la nostra anima risente e vive la paura, ecco che conoscere e utilizzare una tecnica di respiro consapevole può essere la differenza.

TRANSFORMATIONAL BREATH, tecnica di respiro consapevole circolare e connesso, processo di autoguarigione e trasformazione, ci aiuta ad integrare le emozioni che stiamo vivendo e che abbiamo vissuto, innalzando, ossia portando ad un livello più alto, in modo permanente, la bassa energia causata da queste emozioni che ci condizionano, mettendoci nella condizione di affrontare qualsiasi cosa in modo totalmente diverso.

La depressione, la stanchezza, gli attacchi di panico, l'ansia, lo stress, la mancanza di sonno, le problematiche digestive, di intestino e quant'altro ognuno di noi manifesta nei momenti di difficoltà, saranno facilmente risolvibili e controllabili utilizzando quotidianamente il respiro.

Il messaggio che voglio portare alle persone che posso incontrare sul mio sentiero di vita, è che tutto può cambiare, tutto anche le cose peggiori possono assumere toni e colori differenti. Noi tutti siamo figli di Dio e dell'Universo come meglio credete e proprio per questa ragione siamo su questa terra ora, per stare nel nostro ruolo, per svolgere il nostro compito, per imparare dagli eventi, dalle esperienze, dalle persone che incontriamo.

Tutto ciò che ci serve sapere è che, è necessario imparare a guardare, a vedere, a sentire in ogni parola, in ogni gesto, in ogni circostanza cosa la vita ci vuole dire.

Sono messaggi importanti che ci possono dare l'opportunità di salire i gradini della scala della nostra evoluzione.

