

LE FERITE DELL'ANIMA COME GUARIRLE

“Salvati dalle persone tossiche e negative, hanno sempre un problema per ogni soluzione”

Tempo di lettura 2 minuti

La prima domanda che ti devi fare è: “vuoi essere consapevole delle tue reali capacità/talenti e diventare cosciente delle dinamiche che utilizzi per sabotare le azioni che ti portano al raggiungimento dei tuoi obiettivi? credo proprio di sì, sempre che desideri realizzarti nella vita professionale e relazionale

L'importanza di essere consapevoli

Diventare consapevoli significa comprendere quali ferite emozionali hanno condizionano relazioni e performance. Non ci resta che scoprire quali sono le ferite emozionali che hai avuto e trasformarle in energia propulsiva per raggiungere l'eccellenza nella vita. Cambiare la dinamica (il modo con cui sei solito fare le cose) che solitamente utilizzi, ti permetterà puoi raggiungere tutti i tuoi obiettivi.

Tutto questo significa diventare autori della vita, non attori. Significa girare la scena di un film già visto e rivisto cambiando alcuni ingredienti chiave, acquisendo la capacità di modificare il significato che dai agli eventi.

Le modalità con le quali agiscono le nostre ferite emozionali sono state studiate, codificate e la conoscenza del loro funzionamento è ora a disposizione per il miglioramento qualitativo della tua vita.

Le soluzioni che ci aiutano a vivere meglio

Le soluzioni sono opportunità, a noi riconoscerle e coglierle.

Vuoi capire esattamente perché senti quel senso di rifiuto? Vuoi capire perché non ti senti non accolto e ascoltato completamente? Desideri capire perché succede che le persone che ami ti tradiscano? o perché ti senti sminuito, non trattato per le tue reali capacità? o perché ti senti di vivere una vita profondamente ingiusta?

Le cinque ferite sono: Rifiuto. Abbandono. Umiliazione. Tradimento. Ingiustizia. Vengono cablate attraverso memorie somatiche da 9 mesi prima del concepimento dal concepimento fino a tutto il periodo dell'imprinting che termina tra i 12 e 14 anni. Tutte queste ferite, presenti nella memorie somatiche del cervello limbico vengono risvegliate da eventi che richiamano quel dolore ponendoci in una situazione di down emotivo.

La variazione neurofisiologica che si genera attiva una chiusura energetica (frustrazione, pessimismo e depressione) costruendo barriere, costituite maschere, che ci impediscono di raggiungere gioia e felicità.

Riconoscere le ferite significa entrare in contatto con il nostro bambino interiore, "curarlo emotivamente" elaborando quel dolore per essere finalmente liberi di essere noi stessi.

Amadeo Furlan