



REDEFINA-SE E RECREIE O QUE DESEJAR

O que o faz hesitar e não avançar?

AS LIMITAÇÕES QUE CADA UM IMPÕE A SI MESMO SÃO O MAIOR ENTRAVE À POSSIBILIDADE DA SUA MANIFESTAÇÃO PLENA... E QUEM NÃO SENTE QUE A VIDA MERECE SER VIVIDA NO SEU MELHOR EXPOENTE E QUE TEM DIREITO À FELICIDADE? ENTÃO, PORQUE NOS LIMITAMOS E VEDAMOS O ACESSO À PLENITUDE, QUE É AFINAL O PROPÓSITO DA NOSSA ALMA?!

Cada ser humano é, na sua própria especificidade, como que uma partícula do grande Todo infinito, incorporando na sua essência um potencial ilimitado gerador de inúmeras possibilidades passíveis de realização. Carrega consigo, no seu ADN, todas as extraordinárias propriedades da

fonte original como um tesouro escondido, ao qual desconhece como aceder; assim, nem consegue definir-se como essência, nem sabe como manifestar na sua vida, de forma prática, os fantásticos atributos que lhe são inerentes.

Ao reproduzir de forma automática normas e padrões sociais, de acordo com o paradigma “por aqui todos fazem assim”, está a manifestar-se a incapacidade de abrir a porta ao mundo para infinitas possibilidades, disponíveis para cada um de nós.

Ora, fazer uma nova associação (mesmo que apenas através de um novo pensamento) é mudar uma realidade e criar outra. Precisamos de compreender que temos, em relação a nós mesmos, concepções ilusórias e fragmentadas, muita pré-programação nefasta. Quando nos despojamos destes falsos conceitos, podemos recriar-nos como quisermos – livres de autolimitações (como não ser capaz, não ser merecedor, etc.), pois nada, mesmo nada, nos está vedado.

REFORMULAR NOVAS REALIDADES

Já demonstrámos que somos capazes de treinar o corpo para uma alta *performance* ou a mente para padrões de “excelência” antes inimagináveis, tentando desenvolver as nossas melhores capacidades ocultas. Mas tal como se treina o corpo e a mente

racional e cognitiva, pode igualmente treinar-se competências associadas à inteligência espiritual e emocional, desenvolvendo a consciência de si próprio e reformulando crenças e paradigmas para criar novas realidades. A capacidade de reformular novas realidades está ao alcance de todos (segundo o contributo das descobertas científicas sobre a neuroplasticidade cerebral e a inteligência emocional), o que abre portas a um campo de infinitas possibilidades para cada ser humano.

Essa capacidade não se adquire de forma normalizada em nenhum sistema estruturado de formação de competências, nem está sujeita a qualquer sistema de avaliação ou prémio. Mais do que aprender a ter, mostrar ou fazer – trata-se de “aprender a Ser”. Apenas “ser” de novo quem realmente se é, disposto a deixar para trás o que não serve em matéria de autolimitações.

O que o faz recuar, hesitar, ripostar, atacar ou persistir em padrões que apenas comprovam conduzi-lo ao fracasso, dor ou sofrimento? Simplesmente, o desconhecimento de quem se é e do que se é capaz de recriar, pelo que aprender a autodescobrir-se e a amar-se, plasmando-se na própria essência individual e coletiva, é verdadeiramente “vital” no rumo da plenitude individual.

Quando estivermos dispostos – em qualquer momento ou condição – a posicionarmo-nos num ponto “zero”, poderemos redefinir-nos

e recriar o que quer que seja. Se esse propósito assentar no Amor (não o passional incendiado e cego, mas o que se manifesta em paz, harmonia e abundância) tudo é possível. Basta estar “pronto”. Pronto para largar, sem medo, o que já não serve (incluindo a própria ilusão), para avançar, mesmo que titubeante de início, para as metas superiores da própria existência, rumo à sua plenitude.

Descodificar e reprogramar em si mesmo crenças limitadoras, aumentar a confiança e o poder pessoal, e redescobrir-se com base no amor são alguns dos temas a abordar no Retiro de maio, na Arrábida. 7



ISABEL GONÇALVES

MCSH - Life & Family Coach

Formadora e Terapeuta Transpessoal
(Cursos “Amo-me, Curo a Minha Vida e Conquisto os meus Sonhos” seg. Método Heal your Life® de Louise Hay e Meditação e Mindfulness Vivencial)
www.harmonizando.com | 964480280

PUB

Workshop de transformação e desenvolvimento pessoal (em regime de retiro residencial)

25-27 Maio 2018

YMCA - PARQUE NATURAL
DA ARRÁBIDA

Heal Your Life 

Orientação: Isabel Gonçalves, MCSH
Hay Teacher ♥ Life & Family Coach

“AMO-ME, CURO A MINHA VIDA E
CONQUISTO OS MEUS SONHOS –
RUMO À MINHA PLENITUDE”

(Inspirado no Método Heal Your Life® de Louise Hay)

PROGRAMA: Aprender a – descodificar e reprogramar crenças limitadoras, aumentar confiança e poder pessoal, ouvir as mensagens do corpo, transformar e melhorar relacionamentos e padrões familiares, concretizar projetos pessoais... (re)descobrir-se!

www.harmonizando.com

964 480 280 | harmonizando@gmail.com