

Buon Anno carissimi, eccoci nel 2016! Grazie all'energia di Capricorno, detto il grande saggio, siamo entrati in un'introspezione dove ci si chiede cosa si ha realizzato nell'anno passato. Passaggio legato alla trasformazione e con essa, se si è in un periodo difficile, tante paure! Rimuginando sull'anno passato, porta a galla; paranoie, senso di frustrazione, molta paura, per non parlare dell'estremo giudizio (molto spesso negativo e per nulla costruttivo) nei nostri confronti. Senza renderci conto sono emozioni molto antiche che trasciniamo fin dall'infanzia inglobate nella nostra struttura fisica e nel nostro essere più profondo.

Fortunatamente dopo la pioggia arriva sempre il sole. Dando spazio alla voglia di scoprire e di essere liberi, insieme alla voglia di giustizia ed alla fratellanza, legati all'Acquario. In questi mesi si riprendono in mano gli ideali, obbiettivi mancati e quelli nuovi. Preparandole con Amore, queste mete saranno sicuramente raggiungibili entro fine 2016. Altrimenti se il nostro Genitore interiore prende il sopravvento e pretende da noi stessi obbiettivi troppo grandi si ricadrà nel Bambino interiore creando; senso di fallimento, frustrazione, paura, inadeguatezza ed infine depressione.

Siate quindi obbiettivi, prendetevi cura del vostro essere! Una volta definito l'obbiettivo chiedetevi se è realistico. Se non lo è modificalo! Ed Amatevi!

Grazie alle straordinarie onde energetiche che hanno baciato il 2015, in questo nuovo anno ci si aspetta dall'umanità un grosso cambiamento.

Preservate la vostra struttura, ginocchia, ossa, denti, articolazioni e pelle (Capricorno). Gambe e caviglie (Acquario) perché è attraverso queste parti che inizierete a muovere i primi passi verso il vostro Sé interiore. Ci viene chiesto di essere onesti, lasciare alle spalle persone e situazioni che non ci permettono di spiccare il volo. I rapporti saranno mirati a chi ci fa star bene e rende la nostra vita ricca di crescita. Ci viene chiesto di rallentare il passo e percepire il nostro essere, la nostra voce interiore. Meditazioni, Yoga, Danza, Disegno, Musica sono arti che ci permettono d'esprimere il nostro potenziale e lasciare libera la nostra anima.

Consiglio per iniziare bene l'anno:

Prendete un foglio di carta bianco, scrivete la sintesi delle esperienze importanti dell'anno appena terminato con profonda amorevolezza. Ringraziate l'universo di tutto ciò che avete avuto l'opportunità di vivere, poiché è grazie ad esse che siete così oggi. Poi prendete un fiammifero e bruciate il foglio respirando a fondo e confidando in tutto ciò che di meraviglioso vi aspetta. Scegliete infine tre intenti, scriveteli su un foglio bianco, iniziando con la frase: "grazie di avermi fatto raggiungere il mio obiettivo di..." e nascondetelo fino alla fine del prossimo anno. Apritevi al raccogliere i frutti. Il 31 dicembre 2016 rilegetelo e ripetete.

Ecco una miscela di fiori di Bach utili in questo passaggio.

- Walnut: Fiore della protezione. Ci aiuta a proseguire nel nostro cammino senza perderci per strada. Ci aiuta ad affrontare i cambiamenti. Dona anche costanza e protezione dalle influenze esterne.
- Rock Wather: L'armonia interiore è fondamentale. Questo fiore apre la strada alla voglia di vivere, alla flessibilità e malleabilità dell'acqua. Ci aiuta a riconoscere le nostre necessità.
- Aspen: Fiore del coraggio, ci aiuta a presagire positivo, dona pace interiore, sicurezza e desiderio di avventura aprendoci a nuove esperienze
- Rock Rose: Calma anche nelle situazioni di emergenza. Ci aiuta ad affrontare le situazioni che spesso ci bloccano. Regalandoci grandissimo coraggio.
- Larch: Fiducia in noi stessi, nelle nostre capacità! Il potenziale è chiaramente percepito. IO VALGO!
- White Chestnut: Parola d'ordine? PACE MENTALE! Questo fiore ci aiuta a trovare un'equilibrata calma interiore, lucidità. Mettendo sotto controllo i pensieri.
- Chestnut Bud: Fiore legato all'evoluzione. Come scrisse Bach "Questo fiore aiuta a trarre il pieno vantaggio dalle esperienze di ogni giorno e a vedere se stessi e i propri errori con gli occhi degli altri". Permettendoci di evolverci e fare progressi nella vita

Potrete scegliere di usare tutti i fiori nello stesso preparato o quelli che vi appartengono di più.

Andranno assunti 4 gocce almeno 4 volte al giorno. Chi è incostante può mettere 16 gocce in una bottiglia d'acqua e berla durante la giornata. Disponibili in farmacia o presso di noi a San Bernardino.

Che questo nuovo anno vi possa sorridere e trasformare Tanja Gees Naturopata