

DOMANDE ESPLORATIVE

Questo non è un test!

Sono domande che possono aiutarvi a focalizzare alcuni aspetti del cambiamento che state vivendo e della esperienza che avete fatto con la pranoterapia in questi mesi. Possono anche aiutarvi a integrare quanto avete scritto nel vostro diario di bordo per la preparazione della relazione finale. Come vedete sono domande che riguardano voi, come persone e come operatori (e non riguardano invece la vostra esperienza durante i trattamenti).

Non è necessario rispondere alle domande! Fate quello che volete!

Siate attivi a riguardo ed agite in base al vostro sentire, se volete rispondere perché vi sembra utile, fatelo. Altrimenti non fatelo. Andrà bene lo stesso.

Alcune annotazioni importanti:

- Spazi vuoti: Se alcune domande non vi sono chiare oppure non hanno risposta, lasciatele da parte. La risposta potrebbe arrivare in un secondo momento. Il vuoto è un luogo fertile, non abbiate fretta di riempirlo.

- Tempo: prendetevi il tempo per rispondere a queste domande, non c'è una data di scadenza. Prendete anche una sola domanda ed esploratela nel vostro quotidiano, osservatevi e annotate le vostre osservazioni

- Non-giudizio: non ci sono risposte giuste o sbagliate. Annotate senza giudicare.

-Rivedere le risposte: le risposte che date possono essere provvisorie. Prendetevi la libertà di cambiare idea ed opinione rispetto a voi stessi ed a tutto il resto.

Ambiente ed elementi naturali:

Ho notato variazioni di sensibilità e ampliamento dei sensi?

Ho maggiore consapevolezza rispetto alla presenza di particolari elementi ambientali che possono essere veicolo importante del Prana?

Come è cambiata la mia relazione con lo spazio?

Come è cambiata la mia relazione con il tempo?

Come è cambiata la relazione con il regno animale?

Come è cambiata la relazione con il regno vegetale?

Come è cambiata la relazione con il regno minerale?

Relazione con il regno umano:

Come è cambiata la mia sensibilità alle emozioni altrui?

Che tipo di ruolo mi trovo ad interpretare adesso con le altre persone? È cambiato? È una condizione che mi genera dei problemi o mi crea delle insoddisfazioni? Se sì, quali?

È una condizione che amplia le mie possibilità? Se sì, in che modo?

Relazione con me stesso:

Sono capace di valutare il mio stato energetico? Di percepire nel mio sistema le variazioni di flusso del prana?

Nell'autotrattamento, che benefici ho sperimentato e che consapevolezza ho maturato?

Come è cambiata la mia consapevolezza riguardo al mio corpo e alla sua "natura"?

Come è cambiata la mia fisiologia? Digestione, sonno, tono energetico, umore

Come è cambiata la natura. l'intensità e la frequenza dei miei disagi?

Come è cambiata la tua respirazione?

Come sono cambiate le mie emozioni?

Come sono cambiati i miei pensieri?

Come si è ampliata l'idea che ho di me stesso in base alla mia esperienza con il Prana?

Cosa posso dire dei miei sogni?

E della mia immaginazione?

Che significato ho attribuito a questi cambiamenti nella mia esperienza?

Perché voglio essere un Operatore del Prana?

In un atteggiamento ricettivo verso la tua intuizione, ti invito a leggere queste domande ed a annotare la tua risposta.

Se dovessi descrivere con una sola parola la mia esperienza con la Pranoterapia sarebbe:

se dovessi descrivere la mia modalità di essere pranoterapeuta con una parola sarebbe:

se dovessi descrivere il mio talento con una parola, sarebbe:

Buona pratica. Teresa