



28 giorni DI TRASFORMAZIONE con i mandala

*Così come in natura il ciclo della Luna si compie
in 28 giorni, nello stesso tempo, attraverso i
mandala, una porta si chiude e un'altra si apre*

Di cosa si tratta









Il percorso con i mandala è un viaggio profondo e molto speciale di riconnessione con ogni parte di sé

Se la vita quotidiana ti porta a perdere di vista il tuo centro, i mandala, colorati in modo costante, ti aiutano a ritrovarlo

Nei mandala il tuo inconscio si esprime liberamente e con il lavoro adeguato, puoi rimettere in asse le tue dinamiche interiori

Nel cerchio del mandala ogni volta coloriamo un simbolo personale, che rispecchia chi siamo in quel momento

È per te se vuoi

-  Calmare la mente e gestire le tue emozioni
-  Trovare uno spazio interiore completamente tuo, nel quale accedere ogni volta che lo vorrai
-  Ritrovare il senso del *qui e ora*, indispensabile per intraprendere qualsiasi cambiamento
-  Raddrizzare la *rotta* e muoverti nella direzione del cambiamento
-  Superare un momento di stallo, di indecisione
-  Comprendere al di là della ragione, quali aspetti della tua vita bloccano la tua piena realizzazione
-  Attivare l'energia giusta per ottenere ciò che ti sta a cuore
-  Ricongiungerti con le tue radici, senza le quali, non è possibile volare

Perché 28 giorni

La durata del percorso è pari a **28 giorni** di lavoro insieme, seguendo il ritmo dell'andamento lunare.

Il ritmo della Luna è lento e profondo, stimola all'introspezione e all'ascolto del corpo, dei muscoli, dei tendini, degli organi, che vivono spesso rattrappiti e impossibilitati ad esprimersi.

Durante ogni fase lunare, vengono stimolati i nostri stati emotivi, a cui spesso non diamo reale ascolto. Siamo poco abituati a farlo, come se non volessimo davvero sapere il loro significato più recondito.

Da sempre ho un'attrazione per il numero 28. In diverse tradizioni e culture, ha molteplici significati riconducibili all'affermazione, alla fiducia e alla prosperità.

È un numero portatore di pienezza e stabilità. Incoraggia prospettive ottimistiche e la manifestazione di nuovi inizi all'orizzonte, non a caso la somma delle cifre di cui si compone, porta al numero 1.

Come si svolge

Saremo in contatto
quotidiano, per tutta la
durata del percorso

1 VOLTA ALLA
SETTIMANA
riceverai nuovi
mandala

UN PASSO ALLA VOLTA
Ti accompagnerò, a
guardarti dentro, per
riconoscere i tuoi stati
interni, la tua energia e
la tua parte più vera

OGNI GIORNO
riceverai:

- il mio feedback
- l'affermazione del giorno
- un esercizio di consapevolezza

Tu devi solo:

- procurarti una scatola di colori ben assortiti
- contattare tutta la tua voglia di metterti in gioco

Conosci i mandala?

Mandala in sanscrito significa cerchio e centro: c'è un centro e un contorno che cerca di abbracciare il tutto, è il simbolo della totalità e dell'infinito

In tutte le culture del mondo dalle origini dell'umanità, i mandala rappresentano una forma di meditazione e un modo per entrare in contatto con la nostra parte più pura, la nostra vera essenza

Se nello specchio vedi riflessa la tua immagine, nel mandala vedi riflessa la tua immagine interiore. Come simbolo personale rispecchia perfettamente chi sei in un dato momento

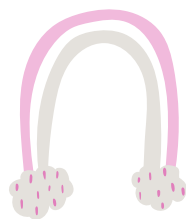
I mandala spesso rivelano le ombre silenziose e persistenti di qualcosa che non abbiamo ancora voluto o potuto realizzare, per la nostra evoluzione interiore

Raffaella

Da più di 20 anni tengo corsi e conferenze per privati e aziende in tutta Italia. Le persone con cui lavoro mi considerano una persona propositiva e positiva, che esprime grande passione in ciò che fa.

Come Coach ho creato un approccio unico dove applico lo sviluppo del potenziale umano secondo le neuroscienze, con insegnamenti più legati alla mia ricerca spirituale volta a trovare la gioia e la pace in tutte le cose.

Sono profondamente convinta che la vita sia un viaggio di evoluzione per esprimere chi siamo veramente e portare in azione i nostri talenti unici. Condizione indispensabile per raggiungere la nostra piena realizzazione e vivere in qualsiasi ambito, la vita che vogliamo.



Contattami subito

percorsi@raffaellatosatti.com