

# La PACE del CUORE

**una pratica per ritrovare pace ed armonia in noi**



Questa pratica è stata creata piano piano, a partire dal 1996, prendendo spunti ed indicazioni da diversi orientamenti spirituali e da tecniche dell'Oriente e dell'Occidente, antiche e moderne.

Questa è una pratica, unica ed originale che contribuisce a risolvere il Bisogno dell'uomo moderno di vivere la Relazione con se stesso e con gli altri, in pace ed in equilibrio.

Lo Scopo si raggiunge coordinando quattro strumenti fisici che abbiamo già: i **Polmoni**, il **Cuore**, la **Colonna vertebrale** e la **Mente**, unendo le rispettive quattro attività: il **Respiro** in sintonia con il **Battito cardiaco**, accompagnato da una **Camminata**, e mormorando le **Parole** di una frase esortativa o di una Preghiera.

La Pace del Cuore è una pratica da fare senza sforzo, quando uno se la sente di fare ed è "personalizzata": ciascuno potrà utilizzare tutti o alcuni dei quattro strumenti fisici, in base ai propri Bisogni del momento, fino al punto di raggiungere l'Obiettivo di farsi guidare nelle scelte quotidiane.

La pratica è **efficace** e spesso **risolutiva** di disagi e sofferenze a livello fisico ed emotivo.

Con ***La Pace del Cuore*** si attiva un senso di distacco, e si può così osservare ciò che siamo e ciò che ci accade, limitando così quel coinvolgimento emotivo e quei condizionamenti ambientali, che ci portano a vivere situazioni di confusione.

Con ***La Pace del Cuore***, e con il supporto della Numerologia vedica, si vanno ad esaltare i talenti dati a ciascuno di noi, e si dà luce alle proprie zone "ombra", che interferiscono e distorcono il processo individuale di crescita. Forse il cosiddetto percorso spirituale è proprio questo: rivolgere l'attenzione al vedere, ascoltare, accogliere tutto quello che ci è dato e tutto quello che è dato agli "altri".

***La Pace del Cuore***, utilizzando elementi fisici e materiali (i quattro organi del corpo), è un ulteriore contributo per sostenerci e per indirizzarci nell'individuale percorso spirituale.

*("L'Anima, che per le persone comuni è la vetta della spiritualità, per le persone spirituali è quasi carne")*

La Pace del Cuore può essere insegnata anche on-line, via Zoom o Skype (durata: circa quattro ore).

\*\*\*\*\*

*Oltre all'insegnamento online, c'è un'altra possibilità per apprendere la pratica e per ricordarsela.*

*L'apprendimento e gli "utilizzi" della pratica sono esposti in un **Video professionale** (durata un'ora).*

*Il Video farà da supporto ad un **Manuale tascabile**.*

*Chi fosse interessato a questa possibilità :*

1) *Mi scrive una email con il proprio indirizzo postale (con il CAP). Io spedirò per posta il MANUALE TASCABILE della Pace del Cuore.*

2) *Una volta ricevuto il Manuale, invierò, via email, il Link del VIDEO professionale che permette la migliore comprensione del Manuale.*

*Con il Link, spedirò gli estremi di una carta postapay: il Video professionale ed il Manuale non sono né gratis, né a prezzo fisso, ma sono ad Offerta Libera (anche anonima): ciascuno darà in base a quanto sente di aver ricevuto !*

3) *Successivamente, chi vuole può far parte di un canale privato in Telegram, dove inserisco brevi video di approfondimento su alcuni temi.*

\*\*\*\*\*

Sarò sempre a disposizione di chi fa esperienza della pratica, per chiarimenti, confronti, sostegni.

Per saperne di più, ci sono informazioni in  
**[www.numerologiavedica.it](http://www.numerologiavedica.it)**