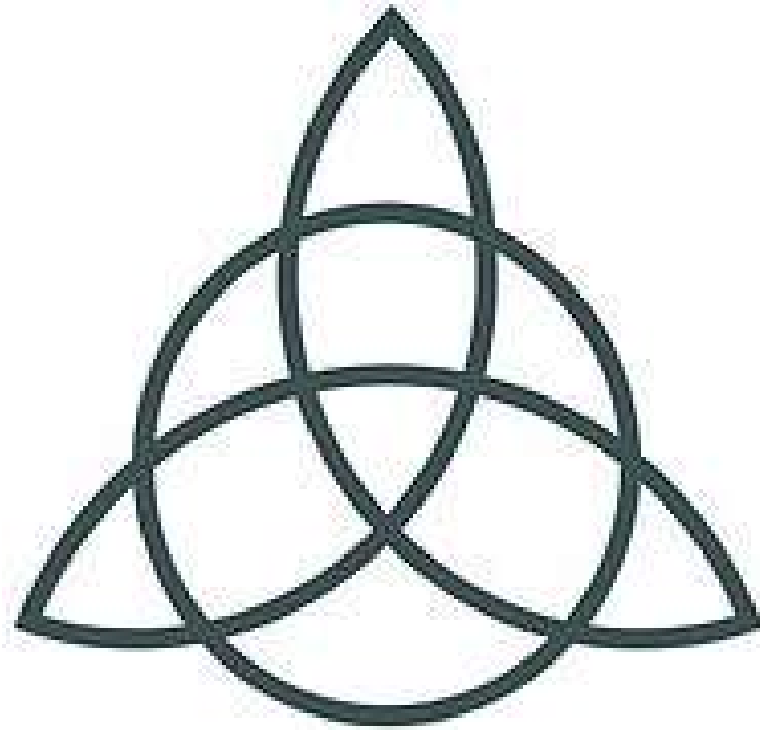


CAMBIO

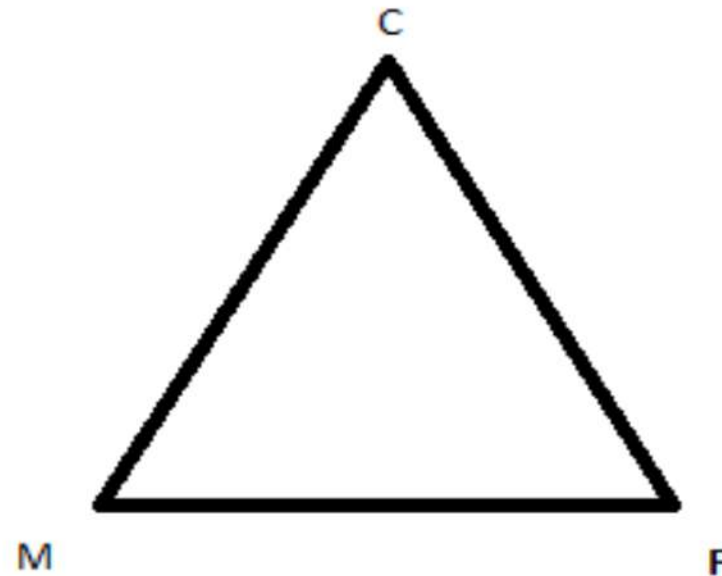
FREQUENZA

- ◉ La triade
- ◉ Zona confort
- ◉ Divina commedia
- ◉ Strumenti



Maria Stanziale-Kinesiologa Specializzata, Naturopata e Riflessologa

TRIADĒ



MENTE: con la mente lo capisco

CUORE : con il cuore lo valorizzo

FISICO : con il fisico lo faccio.

Perché è giusto, perché è piacevole, perché è bello

SPIEGAZIONE

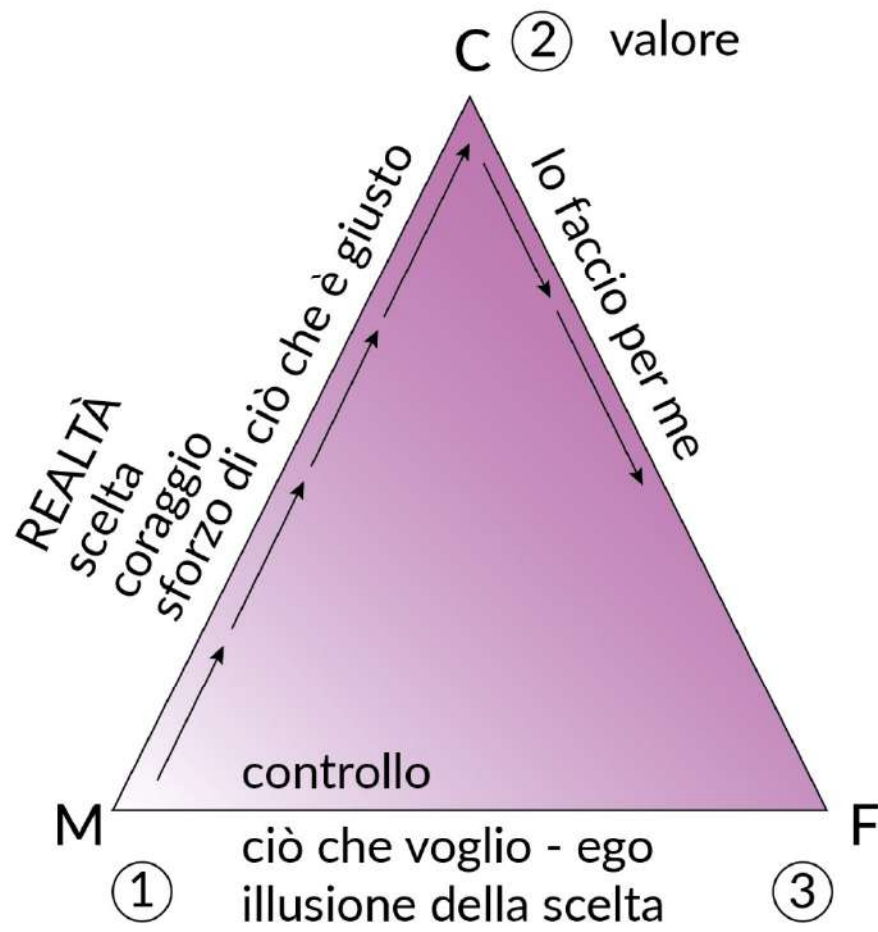
- ◉ LA TRIADE è il primo strumento che dobbiamo inserire nella nostra quotidianità, per imparare a utilizzare le nostre frequenze.
- ◉ Spesso lavoriamo solo con la mente e il fisico perché il nostro ego/controllo/paura sono più forti del valore della scelta fatta.
- ◉ La paura di cambiare, di non sentirci all'altezza, di non piacere, del giudizio ecc. (paure governate dal nostro ego) ci spingono a fare scelte completamente diverse da ciò che avremmo fatto proprio perché ci dimentichiamo del nostro valore personale, della voce della nostra identità della nostra vera scelta. Quando ciò accade non stiamo scegliendo la realtà, ma solo una grande illusione. Crediamo che sia il nostro istinto a guidarci, ma è solo il nostro ego, sorretto dalle nostre paure. Quando dobbiamo fare una scelta la prima domanda che dobbiamo porci è: faccio ciò che è giusto/volontà (CUORE) o ciò che voglio (EGO/VELLEITÀ). Spesso nella nostra consueta frequenza scegliamo ciò che vogliamo e lo facciamo istintivamente, apparentemente sembra la scelta più facile, ma in realtà questa scelta l'abbiamo subita e come spesso accade, poi arriva la sofferenza (es devo andare in palestra: non ho voglia mi creo mille giustificazioni e non vado, per tutto il tempo mi crogiolo nella mie illusioni, ma poi passato il tempo di poter andare arriva il senso di colpa/SOFFERENZA). Se invece facciamo la SFORZO di fare ciò che è GIUSTO, diamo valore alla nostra scelta e alla nostra realtà tutto ciò che arriva è GIOIA (devo andare in palestra ,non ho voglia, faccio lo sforzo e quando ho finito il mio allenamento sono felice e orgoglioso di me/GIOIA).

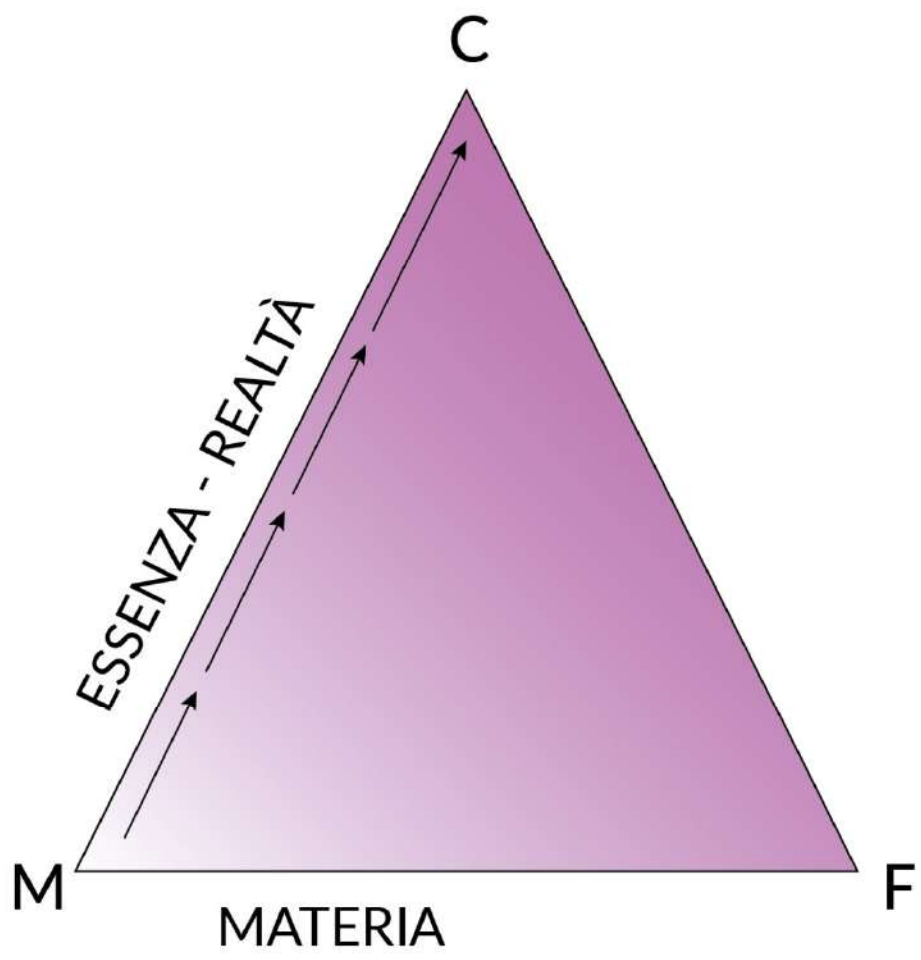
QUINDI COME UN EQUAZIONE:

- ❖ SFORZO SI', genera GIOIA
- ❖ SFORZO NO, genera SOFFERENZA

Questa equazione può essere usata in moltissimi ambiti della nostra vita : sport, rispetto dell'ambiente ,relazioni, lavoro, alimentazione ecc.

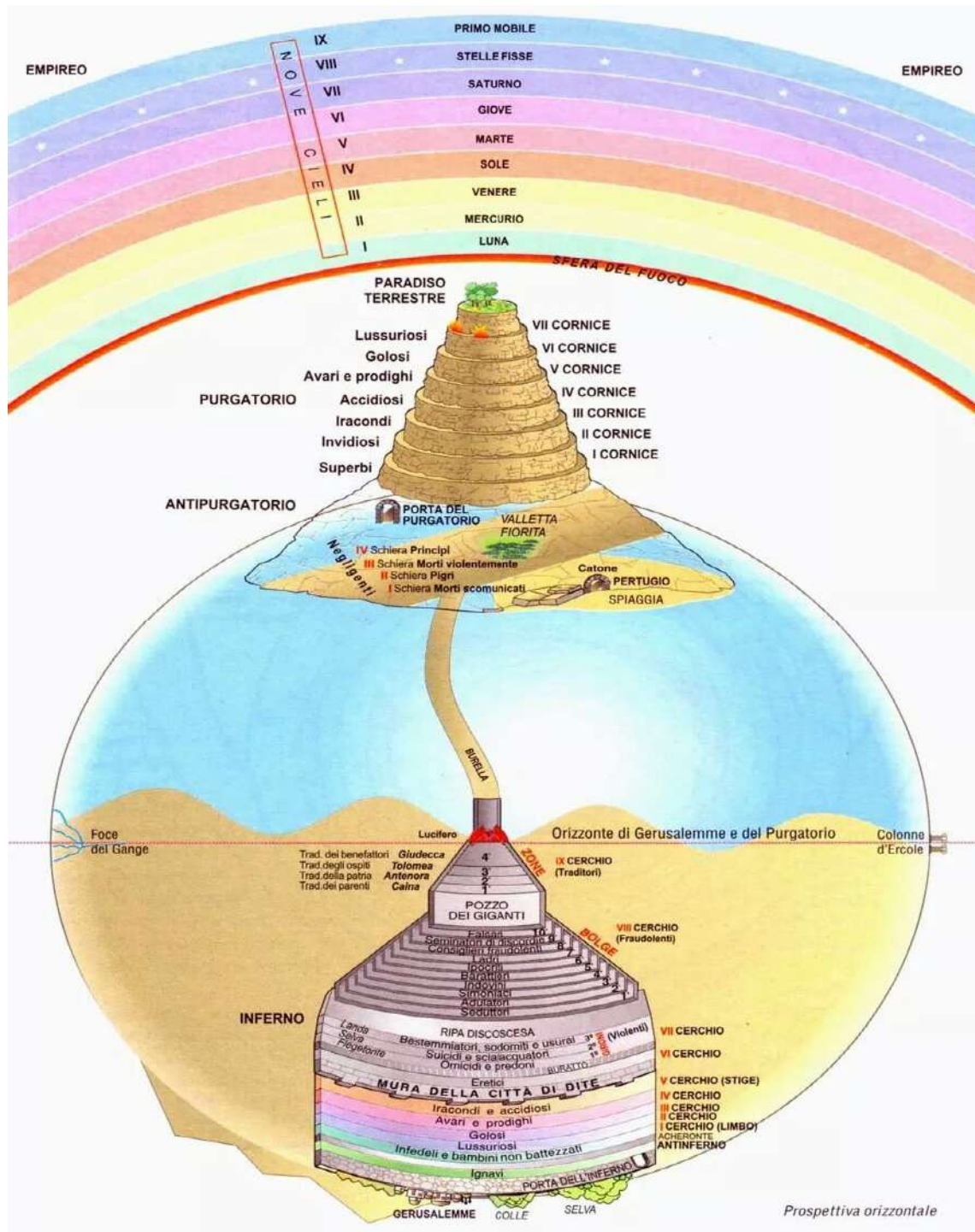






LA COMFORT ZONE





P
A
U
R
A

inferno



R
E
S
P
O
N
S
A
B
I
L
I
T
À

purgatorio



C
R
E
S
C
I
T
A

S
U
C
C
E
S
S
O

paradiso



CONFORT ZONE E DIVINA COMMEDIA

- ◉ Cosa vuol dire cambiare frequenza? Uscire dalla nostra zona di confort.
- ◉ La prima fase è superare/affrontare le nostre PAURE/INFERNO : avere il coraggio di fare cose nuove, accettare il disagio, affrontare l' inadeguatezza, il giudizio

«NON TI CURAR DI LORO MA GUARDA E PASSA»

- ◉ I demoni peggiori della nostra mente sono proprio le nostre paure, sappiamo che esistono, le osserviamo, ma non dobbiamo identificarci, perché esse sono il peggior nemico per le nostre frequenze.
- ◉ Dobbiamo fare lo sforzo di non nutrirlle, avere il coraggio di attraversare il nostro inferno, sfidare e nutrire la volontà, osservare il nostro ego, includerlo e prenderci la responsabilità di attivare il nostro cambiamento.

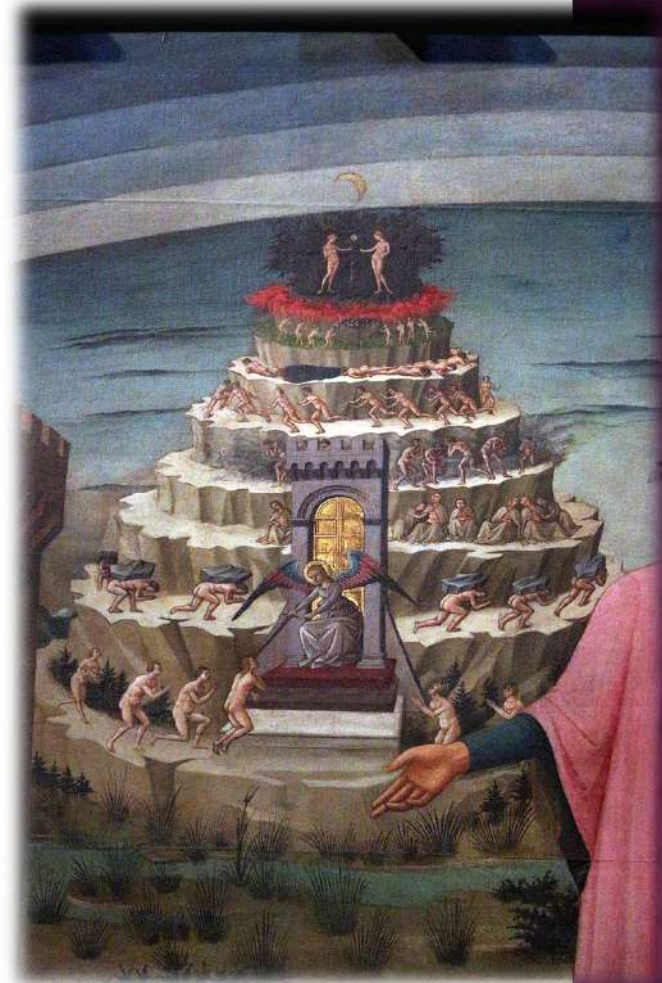
**«VIEN DIETRO A ME E LASCIA DIR LE GENTI: STA COME TORRE
FERMA, CHE NON CROLLA GIAMMAI LA CIMA PER SOFFIAR DI VENTI»**

- ◉ Questo è il momento di sviluppare la pazienza, la tenacia, la fiducia verso la strada del cambiamento che abbiamo intrapreso. Iniziamo la scalata perché quando saremo in cima il nostro cuore si aprirà e i nostri occhi potranno vedere ciò che non hanno mai visto.
- ◉ E' il momento di cercare dentro di noi la forza, il coraggio, che ci permetteranno di cambiare, sicuramente potremo cadere (paura del giudizio, di non essere accettati, di restare soli), ma sarà solo un'esperienza e non la fine della nostra corsa.
- ◉ Dovrà passare la notte buia, per poterci riconoscere nella luce di un cuore nuovo, che sa, che alla fine della scalata, ci sarà solo GIOIA pura ad attenderci.



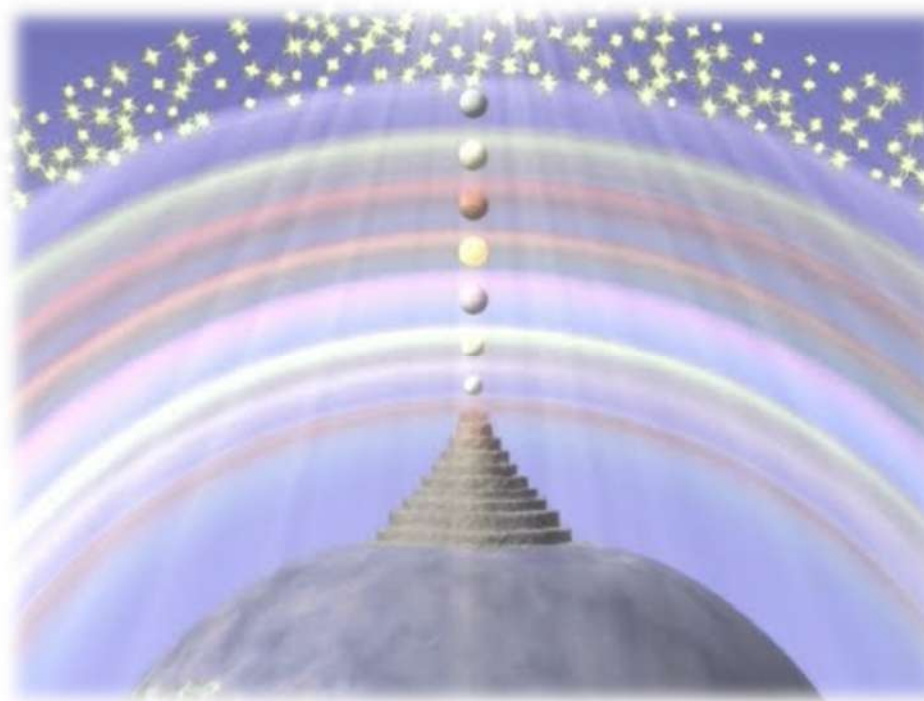
*RESPONS-ABILITA' / PURGATORIO è il momento
di cambiare*

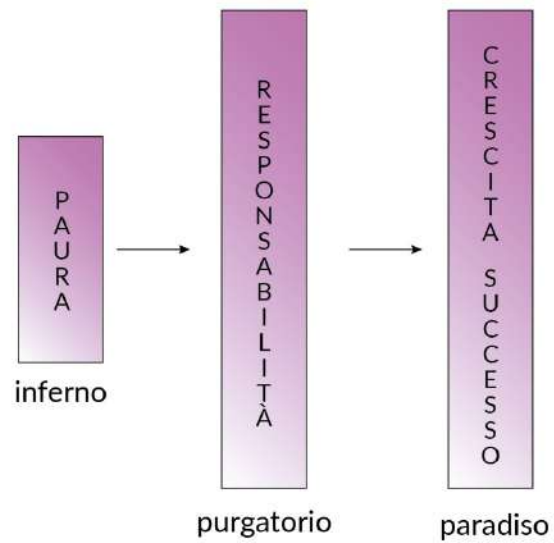
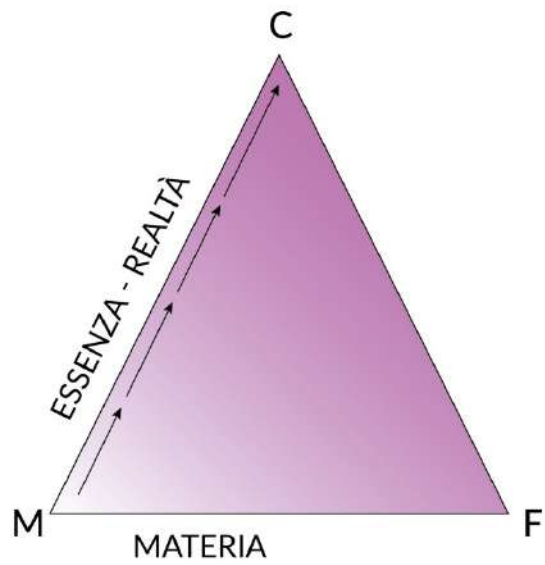
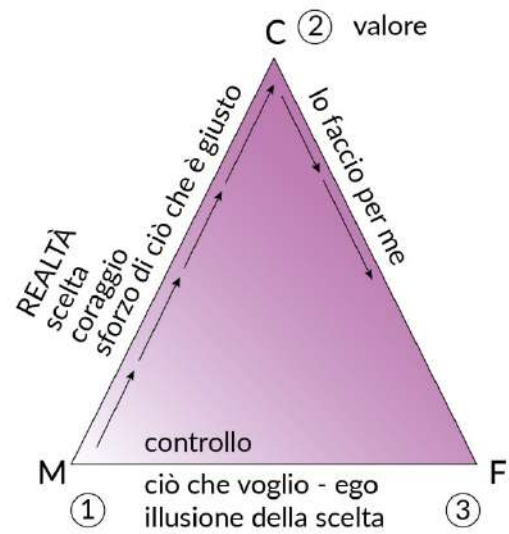
- ◉ Affrontiamo il problema
- ◉ Permettiamoci di imparare nuove abilità
- ◉ Crediamo in noi stessi
- ◉ Creiamo la nostra costanza
- ◉ Sviluppiamo la nostra volontà dando valore alla scelta che abbiamo fatto (maggiore sarà il valore che diamo alla nostra scelta e minore sarà lo sforzo).



CRESCITA - PARADISO

Eccoci siamo arrivati nella gioia e nella soddisfazione di aver raggiunto i nostri risultati, abbiamo concretizzato i nostri obiettivi, i nostri pensieri sono seguiti da un azione e nell'azione abbiamo trovato la vera REALTA', il nostro paradiso.





STRUMENTI

Nel VII secolo A.C. a riflettere in merito al suono e le sue proprietà fu il filosofo Pitagora egli pensava che il ritmo dovesse essere alla base della vita e dell'intero cosmo in un rapporto di assonanza continua. Oggi, sappiamo che lui aveva avuto una giusta intuizione.

La continua ricerca della sintonizzazione è alla base del sistema vita, ma riguarda anche l'ambiente esterno in cui l'uomo è immerso. Studiando il comportamento di due diapason messi l'uno accanto all'altro, si è visto che le vibrazioni emesse dal primo, quando vanno a colpire il secondo, creano un condizionamento tale per cui le particelle del secondo diapason tendono a vibrare alla stessa frequenza. Così accade anche nei cori di musica classica, monitorando infatti il battito cardiaco dei cantori, si è visto che questi tendono a battere ritmicamente all'unisono. Nell'uomo la ricezione, la trasmissione di stimoli avviene già dai primi giorni di vita dell'embrione, per poi proseguire per il resto dell'esistenza. È ormai noto che una bassa risonanza emotiva come anche la mancanza di empatia, siano alla base di disturbi del comportamento.

Negli anni 70 due medici, Joseph Puleo e Leonard Horowitz (autori del libro «*healing code*») riscoprirono una serie di frequenze che risuonavano con la mente ad un livello primordiale e nel corso delle loro ricerche hanno trovato un insieme di frequenze con effetti corrispondenti ciascuno delle quali è collegata alla scala di solfeggio.



- ❖ **DO: 396 HZ** trasforma il dolore in gioia, crea un rilascio di schemi emotivi, libera dall'ansia e dai sensi di colpa che spesso rappresentano uno dei principali ostacoli alla realizzazione. Favorisce il raggiungimento degli obiettivi nel modo più diretto. Ci rende consapevoli dei nostri obiettivi. È una frequenza che lavora sul piano materiale.
- ❖ **RE: 417 HZ** chiude le situazioni non compiute e avvia il cambiamento. Aiuta a lasciare andare il passato, associato alla rottura di schemi emotivi cristallizzati. Utile per sciogliere i blocchi creativi e per risvegliare potenzialità umane sollecitando la cellula e il DNA a funzionare in maniera ottimale sfruttando tutto il suo potenziale.
- ❖ **MI:528 HZ** (frequenza miracolo). Apre la persona a profonde esperienze spirituali, rigenera e armonizza il DNA. In genetica è usata per fissare il DNA e per neutralizzare possibili difetti del codice genetico ereditato. Elimina i disturbi della struttura cristallina delle molecole d'acqua nel liquido cellulare, restituendo al DNA la sua struttura originale. Questo processo di riparazione crea maggiore quantità di energia vitale, lucidità mentale, consapevolezza, risveglio e attivazione della creatività, profonda pace interiore e gioia. Può essere ascoltata prima di andare a dormire anche per cancellare le basse frequenze derivate da emozioni negative provate durante il giorno.
- ❖ **FA:639 HZ** lavora su disturbi di relazione familiari e sociali. È utilizzata per trattare problemi di relazione familiari tra partner, amici o per problemi sociali. Incoraggia la comunicazione con l'ambiente circostante creano relazioni armoniose, basate sulla comprensione, sulla tolleranza e sull'amore. Questo tono è utilizzato per lo sviluppo delle percezioni.
- ❖ **SOL: 741 HZ** lavora sull'espressione emotiva e pulizia dei condizionamenti, con nuove soluzioni. Crea un risveglio interiore. È conosciuta anche come la frequenza della pulizia perché favorisce la guarigione delle cellule con la rimozione delle tossine dalla cellula stessa. Pulisce la cellula dalle radiazioni elettromagnetiche o da altre sostanze tossiche, al fine di consentire l'apertura e la vicinanza al mondo spirituale.
- ❖ **LA: 852 HZ** ritorno all'ordine spirituale. Questo tono è associato ad una frequenza di puro amore: l'amore incondizionato. Introduce alti livelli vibrazionali, sensibilizza e apre la persona ad esperienze spirituali profonde.



Queste furono le prime sei frequenze scoperte dai due medici, alle quali seguendo sempre la legge del 3-6-9, se ne aggiunsero altre tre:

- ◉ **174 HZ** sicurezza e amore. Favorisce lo sblocco del DNA, aiuta ad alleviare il dolore fisico ed energetico, come fosse un anestetico naturale. Dona agli organi un senso di sicurezza e amore motivandoli a fare del loro meglio per tornare alla loro condizione ottimale.
- ◉ **285 HZ** connessione con la madre terra. Questa frequenza aiuta a portare equilibrio nei campi multi dimensionali di consapevolezza, accedendo attraverso la legge della verità e della saggezza. Opera su vari campi di energia: aurico, eterico, mentale che sono responsabili della purezza e perfezione degli organi umani.
- ◉ **963 HZ** ritorno all'uno. Questa frequenza mi permette di sperimentare la vostra vera natura, cui tutto è collegato. Riporta qualsiasi sistema al suo stato originale. Consente una sorta di «illuminazione cellulare», trasformando la cellula ad un livello superiore.

Quindi sia riproducendo il tono e meditando, ascoltando musica in scala, si può sperimentare il cambiamento attraverso queste frequenze.



Un esempio molto antico è rappresentato dai **canti gregoriani**, che usano una scala molto simile. Infatti essi sono stati acclamati come uno strumento di successo per il lavoro di trance e riconosciuti come calmanti e rasserenanti da molti specialisti del settore e devono il loro successo proprio a queste frequenze. C'è sempre stato qualcosa di mistico presente nel mondo del suono, ma non siamo mai stati del tutto in grado di identificare con precisione di cosa si trattasse. Per secoli mistici e sciamani hanno usato certi toni per influenzare e promuovere un cambiamento positivo nelle loro persone, negli ultimi 100 anni , i nostri scienziati, hanno cominciato (con passo leggero) a seguire i loro precursori e hanno scoperto che la frequenza 432 HZ (frequenza che lavora sul cuore) era quella più usata, poi nell' era moderna è stata spostata a 440 (frequenza che lavora sul controllo della mente e sull' ego da qui le vostre conclusioni).



PROCEDURA DI UTILIZZO DELLE FREQUENZE-TEST DELLA TRIADE

Quello che da cambio indicatore (C.I.) indica il blocco del processo educativo in cui si trova il cliente

- ❖ Mettere in circuito e testare il tipo di frequenza da usare. Ascoltare la frequenza per circa 1 minuti. Rifare il test e vedere se il muscolo si è riequilibrato. Se così non fosse vedere se occorre un altro tipo di frequenza.
- ❖ Quando la triade è in equilibrio testare la parte della confort zone:

A PAURA

B RESPONSABILITÀ

C SUCCESSO

- ❖ Vedere se c'è uno dei **5 tratti negativi principali del carattere** che lo supporta: orgoglio, menzogna, avidità, veemenza, controllo o i **10 tratti negativi secondari**: volontà di dominare, egocentrismo, testardaggine, pigrizia, inefficienza, erranza (vagabondo), volubilità (lunatico), senso di inferiorità, dipendenza e ingenuità.
- ❖ Dove c'è il C.I. testare la frequenza di correzione con ASE/TFO (vedere se usare anche qualche modo).
- ❖ Rifare il test (paura, responsabilità, successo): se il muscolo è ON abbiamo finito, se è OFF testare altre frequenze associate a colori o frase del traguardo.
- ❖ Come lavoro a casa fare ascoltare per circa 15 minuti al giorno la frequenza prioritaria per un periodo da 6 a 8 settimane.

Buon cambiamento!



CONCLUSIONE

Cambiamo la nostra frequenza, spostiamo l'attenzione dalla materia e dall'ego. Alziamo l'asticella e puntiamo verso il cuore (il più grande motore dell'universo). Permettiamoci di osservare le nostre paure, sviluppiamo il coraggio di sfidarle e prendiamoci la responsabilità di gestire le conseguenze delle nostre nuove scelte. Facciamolo per noi, rompiamo gli schemi e esploreremo la nostra vera realtà.

Smettiamo di Fare e inizieremo ad Essere!

Il nostro paradiso.

