

AS 3 PORTAS

A via da transformação

ESTE É UM DESAFIO PARA QUEM ESTÁ CANSADO DE PADRÕES REPETIDOS NA SUA VIDA. ESTES PADRÕES NÃO SÃO SATISFATÓRIOS, NEM EDIFICANTES, MAS NÃO SABEMOS COMO LIBERTÁ-LOS, DE FORMA A CRIAR UMA NOVA REALIDADE. É TAMBÉM PARA QUEM DESEJA A MUDANÇA, MAS NÃO ESTÁ SUFICIENTEMENTE MOTIVADO, SEJA PORQUE NÃO ACREDITA NAS PRÓPRIAS CAPACIDADES OU PORQUE NÃO SABE POR ONDE COMEÇAR... VENHA COMIGO!

ISABEL GONÇALVES

M.CSH. | *International Life & Family Coach*
Formadora (cursos, retiros e *workshops* de meditação e desenvolvimento pessoal e humano)
Autora do livro *Rumo à Minha Plenitude*
www.harmonizando.com | 964 480 280

Imagine que é amorosamente tomado pela mão e conduzido, suavemente e ao seu ritmo, por um corredor amplo e luminoso que parece terminar numa primeira Porta assinalada com um dístico – *Confiança*. Entraria aí? O requisito para a entrada é apenas adotar o espírito de criança que ainda existe em si e que implica despir o medo, o desânimo e a descrença, acreditando e partindo à procura de uma nova descoberta. Quando entrar viverá algumas experiências para descobrir o quanto as suas crenças e padrões de pensamento e comporta-

mento antigos, geralmente inconscientes, têm definido a sua matriz de atuação e têm constituído um magneto natural para uma série de acontecimentos que o desagradam e limitam. Depois desta experiência desejará sair dali, mas não sabe como e, sobretudo, desconhece o que poderá encontrar do outro lado da porta.

DOSE EXTRA DE MOTIVAÇÃO

É então que vislumbra uma segunda Porta, mais colorida, assinalada com um dístico – *Motivação*. Apeete-lhe entrar?

Se o fizer, encontrará nesta sala duas divisões mais pequenas: na primeira há muitos espelhos onde pode escolher manter vestido o seu traje antigo ou experimentar um novo. Muito provavelmente, compreenderá que o novo fato lhe assenta melhor, fazendo-o sentir muito mais à vontade.

Na segunda divisão, que parece uma oficina, encontrará várias ferramentas (possibilidades) à sua escolha, sendo que uma delas parece estar à sua espera... Identifique-se com ela. Será a ferramenta que, por agora, opta por utilizar no seu trajeto para o apoiar em ir mais além.





NÃO PERCA!

Em outubro realizaremos mais um Encontro vivencial que inclui as três fases do processo terapêutico: 1) Tomar consciência; 2) Motivação; 3) Compromisso. A jornada pelo corredor das 3 Portas são as etapas do Programa deste nosso *workshop* transformacional. Serão dois dias intensivos (na zona a norte de Carcavelos), que constituem um momento para parar e acreditar! Uma oportunidade para refletir e tomar consciência, mudar perspetivas, erradicar crenças limitadoras, adquirir ou fortalecer “ferramentas” de auto-empoderamento e confiança; reorientar propósitos e atitudes para maior satisfação pessoal, relacional e profissional. As anteriores edições deste evento mostram que esta é uma experiência inesquecível. Uma Porta para a transformação pessoal profunda... Nós só ajudamos a abrir portas. Compete a cada um colher os resultados dessa experiência.

e prazer –, os seus dias tornam-se mais azuis; a autoconfiança cresce e, com ela, parece que a sua “realidade” se reconfigura para novas oportunidades e até um novo sentido de existência – espiritualmente mais elevado e mais consciente, exortando a uma nova forma de se relacionar com os outros.

O que custa é sempre o primeiro passo – ser capaz de acreditar. Depois, quando se cruza a primeira porta, apetece prosseguir. À medida que se avança e se vai aprofundando o processo de consciência – das próprias limitações ilusórias e dos constrangimentos que elas criam, de quem se é na realidade e do potencial interno à espera de ser desabrochado – já não se volta atrás.

O CERTO E O ERRADO

O movimento das Portas apresenta dois sentidos: elas abrem-se e fecham-se. Cada um é livre de escolher entrar ou sair, largar ou agarrar, com a consciência de que quando viajamos e a mente se expande para outros “universos”, nunca mais voltamos ao tamanho original. Muitas vezes, as mudanças não são imediatas, mas a semente fica plantada e, no momento certo, ela germinará. Ao longo deste trajeto descobrirá dimensões da sua “realidade” (na forma de escolhas) que querará largar e outras que desejará agarrar como novas experiências. O certo e o errado são entendidos a partir de um novo ângulo – não a partir de fora, mas de dentro. Passará, naturalmente, a saber o que é “certo /errado” para si, à medida que ganha confiança pelo reforço gradual das suas conexões à fonte do amor e da sabedoria universais. **Z**

TREINAR PARA AVANÇAR

Depois, descobre uma terceira Porta – *Treino*. É a sala da prática, que requer compromisso consigo mesmo. Nesta fase sentirá que não teria saído do mesmo lugar sem confiança e motivação, e também que sem treino não é possível haver mudança, ou pelo menos não se vai muito longe. Mas este é um treino diferente – descobrirá que não necessita de transpirar, nem de lembretes para não descuidar os exercícios: eles são muito fáceis e ultra agradáveis de praticar... Tanto, aliás, que dará por si a fazê-los em qualquer circunstância do seu dia-a-dia. À medida que prossegue – com alegria

"APRENDE A TRANSFORMAR A TUA VIDA"

Um workshop HYL® em regime de Retiro (com ou sem alojamento)

...oportunidade para uma nova consciência, maior empoderamento, transformação profunda...

Carcavelos, 2 e 3 Outubro 2021



Coord: Isabel Gonçalves

Inscrições:

www.harmonizando.com

Tlm: 964480280