

"PSICOLOGIA VIBROENERGETICA"
Una nuova chiave di lettura per comprendere se stessi e gli altri

INDICE

| | |
|--|-----|
| Introduzione | 7 |
| PARTE I° - UN NUOVO INDIRIZZO PSICOLOGICO | |
| Cap. 1 - Perché una nuova psicologia? | 11 |
| Cap. 2 - Origine e caratteristiche della Psicologia Vibroenergetica | 18 |
| Cap. 3 - Psicologia Vibroenergetica e altri indirizzi psicologici a confronto | 27 |
| PARTE II° - FONDAMENTI DI PSICOLOGIA VIBROENERGETICA | |
| Cap. 1 - Ricerca del Benessere psico-fisico | 39 |
| 1.1 - Normalità e Equilibrio | 67 |
| 1.2 - Importanza della Volontà | 74 |
| 1.3 - Rapporto corpo-psiche (<i>alimentazione, movimento/riposo, malattia</i>) | 80 |
| Cap. 2 - Conosci te stesso | 105 |
| 2.1 - Percezione Sensoriale e Extrasensoriale o Percezione Vibroenergetica? | 112 |
| 2.2 - Elaborazione della percezione (<i>autostima e immagini mentali</i>) | 141 |
| 2.3 - Istinto e Intuizione | 156 |
| 2.4 - Conoscere se stessi attraverso il Pensiero Vibroenergetico | 169 |
| Cap. 3 - Difendi te stesso dalle <i>Emozioni Dannose</i> | 197 |
| Cap. 4 - Libera te stesso dalle <i>Emozioni Dannose</i> | 227 |
| 4.1 - Strumenti ideologici per liberarsi dalle <i>Emozioni Dannose</i>: <i>Fantasia (manifestazione cosciente) - Sogno (manifestazione inconscia)</i> | 236 |
| 4.2 - Strumenti pratici per liberarsi dalle <i>Emozioni Dannose</i>: <i>Pianto - Riso - Canto</i> | 246 |
| PARTE III° - INTERPRETAZIONE DELLE MANIFESTAZIONI PSICHICHE IN CHIAVE VIBROENERGETICA | |
| Cap. 1 - La Chiave Vibroenergetica per aprire le porte della mente: <i>oggettivare la soggettività</i> | 281 |
| Cap. 2 - Personalità | 287 |
| 2.1 - Manifestazioni Comportamentali della Psiche | 311 |
| 2.2 - Manifestazioni Affettive della Psiche | 331 |
| Cap. 3 - I problemi della psiche | 356 |
| Cap. 4 - Analisi Psicologica Vibroenergetica - <i>per ritrovare e conservare l'Equilibrio psichico-emotivo</i> | 395 |
| APPENDICE 1 - Test "Conosci te stesso" | 421 |
| APPENDICE 2 - 3 Test per valutare il livello di depressione | 423 |
| APPENDICE 3 - "Il tuo sorriso" di Pablo Neruda | 429 |
| Bibliografia | 431 |

INTRODUZIONE

Si sa quanto sia importante vivere con serenità le situazioni conflittuali, e non solo con le persone per noi più importanti ma con tutti ... e soprattutto con sè stessi.

E anche se si sa quanto sia più produttivo modificare il proprio atteggiamento anzichè volere cercare ostinatamente di cambiare chi ci è vicino, non sempre sappiamo esattamente come fare.

La *Psicologia Vibroenergetica* si propone di offrire una linea guida semplice e pragmatica per realizzare questo cambiamento, fondamentale per poter crescere emotivamente ed essere in grado di affrontare qualsivoglia situazione si possa presentare.

Ma non si deve credere che sia un processo forzato, perchè parte sempre dal desiderio del soggetto di affrontare psicologicamente la vita nel modo migliore.

Perchè se la persona è più cosciente delle proprie emozioni, scaturite dalle relazioni con gli altri e specialmente quelle conflittuali, non continuerà a viverle con disagio ma avrà gli strumenti necessari per "leggere" la situazione sotto una nuova luce e con una diversa consapevolezza.

È importante ricordare sempre che è impossibile far cambiare agli altri il loro modo di comportarsi, nè tantomeno correggere i loro sentimenti nei nostri confronti, perchè ciascuno opera secondo il proprio Libero Arbitrio.

Però noi possiamo agire su noi stessi, cioè sulle emozioni che gli altri suscitano in noi con il loro comportamento o le loro parole, perchè anche noi disponiamo del Libero Arbitrio, e lo possiamo applicare benissimo anche alle nostre emozioni e sentimenti.

Non serve a nulla lamentarsi o "starci male" per ciò che gli altri hanno fatto o detto: questa è una soluzione di comodo, pura e semplice, per evitare di affrontare il problema di come fare per rendere migliore la propria esistenza.

Occorre operare con coraggio una revisione delle situazioni del passato per poter affrontare meglio sia quelle nel presente sia quelle che potrebbero presentarsi in futuro.

E la soluzione è fare l'*Analisi Psicologica Vibroenergetica*¹, Regola 1 del "Decalogo per interagire con l'Energia".

¹ illustrata in "*Cristalli e esseri umani. Una connessione energetica*" vol.1 del trittico "Cristalli per la vita".