

Indice

- 7 Prefazione *di Giovanna Garbuio*

RISOGNARE LA REALTÀ

- 13 Introduzione
- 15 Il sogno della Coscienza
 Il Sogno di Dio, 15
 Autocoscienza che vuole conoscersi, 16
 L'illusione dello spazio, 19
 L'illusione del tempo, 19
- 21 Io creo il mio mondo
 Io creo il mio mondo, 21
 Non esiste nulla là fuori, 22
 L'illusione della dualità e della relazione causa/effetto, 23
 Imparare a conoscersi per seguire la via felice, 29
- 33 La virtualità modificabile
 La realtà del sogno, 33
 La prigionia, 36
 Meccanismi schiavizzanti, 40
 Il Corpo di dolore, 41
 Il silenzio interiore, 43

- Tre esercizi pratici, semplici e potenti per allenare il silenzio, 45*
- 49 Il riscatto dell'individuo
Dalla fisica classica alla fisica quantistica, 49
Il Ritorno al sentire, 54
- 63 Io sono. Io mi assumo la responsabilità
Proprio oggi io sono, 63
Io sono responsabile al 100%, 64
Reti neurali e potere creativo, 70
- 75 Sciamanismo Huna
La «Via dell'Avventura», 75
Cos'è uno sciamano Huna, 77
Lo sciamano nel mondo occidentale di oggi, 79
Origini dello Sciamanismo Huna, 79
- 85 La visione Huna. Il sapere segreto dei Kahuna
La conoscenza nascosta degli Huna, 85
I sette principi degli sciamani Huna, 86
I sette talenti degli sciamani Huna, 91
Le sette basi della guarigione Huna, 94
I sette elementi dell'individuo, 95
I nostri tre Sé: Ku, Lono e Kane, 97
- 105 DynaHeart
Riprogrammare l'inconscio in modo semplice ed efficace, 105
Quattro Elementi Dinamici - La pratica della potente tecnica DynaHeart, 106
Schema sintetico dell'esecuzione della tecnica DynaHeart, 107
DynaHeart - Quattro Elementi Dinamici in dettaglio, 108

- La scala di intensità, 113*
Il cambiamento passa attraverso le parole, 113
Una formula per il benessere e la distensione generale, 115
Utilizzo delle immagini simboliche, 116
Come funzionano i Quattro Elementi Dinamici?, 118
La teoria dello stress secondo gli Huna, 118
La teoria della stratificazione della tensione, 121
A cosa serve la tecnica DynaHeart?, 121
Frequentare un seminario, 123
- 125 Ho'Oponopono
Ho'Oponopono in sintesi, 125
Dal dubbio all'esperienza, 127
Cenni storici su Ho'Oponopono, 128
Ricorda di non dimenticare, 133
Le fondamenta di Ho'Oponopono, 134
Prendere distanza dal passato, 135
La disciplina e i principi di base di Ho'Oponopono, 136
Come funziona Ho'Oponopono: ripulire, ripulire, ripulire, 136
L'Amore della Divina Presenza, 139
Il mantra Ho'Oponopono: l'ordine delle quattro frasi, 140
Significati del mantra Ho'Oponopono, 141
Ho'Oponopono nella pratica quotidiana, 143
- 147 La coscienza integrata con il TCTDF
Uno strumento potentissimo di Corrado Malanga: il Triade Color Test Dinamico Flash, 147
Guida all'esecuzione pratica del Triade Color Test Dinamico Flash, 151
- 155 Un mondo nuovo
Oltre il passato, nella presenza dell'Amore, 155

*La pratica dell'ascolto e della comunicazione
non-giudicante, 159
Scelgo di vivere l'Amore, 161*

- 163 Riferimenti bibliografici
- 165 Riferimenti filmografici
- 165 Riferimenti internet