



## *Accademia Olistica Albero della Vita*

Via G. Minarini, 8 S. Lazzaro di Savena (BO)  
iscritta a SIAF Italia ai sensi L. 04/2013 (SC 159/14)  
[www.accademiaolisticalberodellavita.it](http://www.accademiaolisticalberodellavita.it)  
email: [scuolaolisticalberodellavita@gmail.com](mailto:scuolaolisticalberodellavita@gmail.com)

# **METODO LIGHT & SOLVE™**



**Ideatrice e insegnante del Metodo: Maria Cristina Saporì**

**Il Percorso si svolge in Via F. Betti, 6 S. Lazzaro di Savena (BO)**

Programma del laboratorio esperienziale:

- Conoscere il proprio inconscio per capire cosa c'è alla base della disarmonia emotiva e fisica
- Cos'è l'autosabotaggio
- Perché mettiamo in atto auto-sabotaggi
- Individuare i propri sistemi di autosabotaggio
- Cosa sono le strategie di difesa
- Quali sono gli effetti dell'autosabotaggio
- Cosa fare per non aprire la strada agli autosabotaggi
- Chi è il Giudice Interiore
- Come trasformare il proprio Giudice Interiore in un alleato
- Chi è il Critico Interiore
- Ma quando comincia a parlare il nostro Giudice Interiore
- Come addolcire il nostro Giudice Interiore
- Cosa sono i Campi Morfogenetici
- Campi Morfogenetici e Coscienza Collettiva
- Come i nostri pensieri, parole e azioni influenzano il Campo Morfogenetico
- Reticoli e nodi karmici
- E' possibile sciogliere i nodi karmici?
- Metodo Light & Solve: comprendere come portare Luce e Risoluzione a un problema
- Diventare un Foglio Bianco per iniziare a lavorare su di sé con maggior chiarezza
- Modalità di intervento secondo il Metodo Light & Solve
- Procedimento delle Ciotole di Luce: capire come si utilizzano e che valore assumono nel Campo Morfogenetico
- Difficoltà che si possono incontrare durante le sedute del Metodo Light & Solve
- Esercitazioni e pratica in aula
- Tecniche di centratura e ascolto interiore
- Metodi di indagine per comprendere come mente-corpo ed emozioni interagiscono favorendo l'esordio di disagio e malessere
- Metodo Light & Solve: un nuovo metodo efficace per affrontare i momenti difficili
- Come guidare il cliente verso la comprensione delle possibili cause delle disarmonie che si stanno vivendo
- Esercitazioni e pratica in aula

Domande e risposte sui casi trattati in aula

-Valutazione delle essenze floreali, dei rimedi naturali e delle tecniche Vibrazionali da utilizzare per il sostegno del proprio cliente dopo un seduta di Metodo Light & Solve

-Studio di casi particolari legati a credenze limitanti e a accentuazione dell'emotività del cliente: comprendere come fare per riportare equilibrio

-Esercitazioni in aula

-Domande e risposte