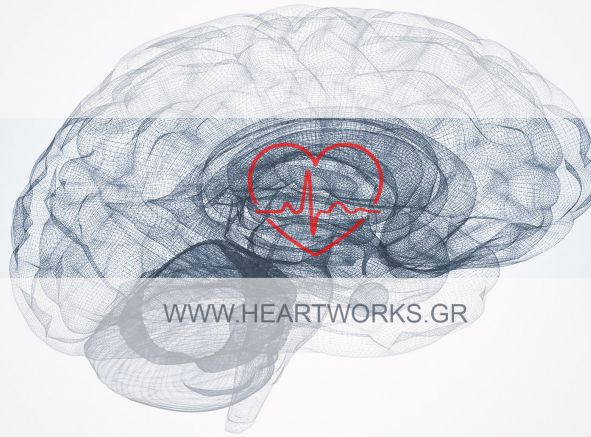


Η εμπειρία της Καρδιάς



Η δύναμη της νοημοσύνης της καρδιάς αλλάζει τον τρόπο που σκεφτόμαστε και αισθανόμαστε, τον τρόπο που βλέπουμε τον κόσμο, τον τρόπο που σχετιζόμαστε με αυτόν και τους άλλους.

Η νοημοσύνη της καρδιάς είναι το κλειδί με το οποίο ανοίγουμε τις πόρτες της νέας συνειδητότητας που για αιώνες προετοίμαζε την άφιξη μας.

Κεφάλαιο Ένα – η ώρα της καρδιάς

Σύνοψη κεφαλαίου

Ο κόσμος μας βιώνει σημαντικές και γρήγορες αλλαγές. Αρκετές φορές είναι δύσκολο να ακολουθήσουμε και συχνά νοιώθουμε εξαντλημένοι προσπαθώντας να ανταποκριθούμε.

Όλο και περισσότεροι συνάνθρωποι νοιώθουν μόνοι, αποκομμένοι από τον εαυτό τους και τους άλλους. Αν αισθάνεσαι κάτι από όλο αυτό, να ξέρεις ότι δεν είσαι μόνος. Αρκετοί άνθρωποι από όλα τα φάσματα της κοινωνίας, σε όλο τον

πλανήτη αισθάνονται μια τάση για θετική αλλαγή μέσα τους αλλά και στον κόσμο.

Μία από τις πιο σημαντικές ανακαλύψεις της νέας εποχής είναι κάτι που παρόλο πάντα ήταν μπροστά μας, το αγνοούσαμε... η δύναμη της καρδιάς μας. Παράλληλα με το φαινομενικό χάος αναδύει η συνειδητότητα της καρδιάς μας, η 'νοημοσύνη της καρδιάς'.

Η έμπνευσή μας

'Οι πραγματικές δυνατότητες της καρδιάς και η πραγματική νοημοσύνη που διαθέτει, δεν έχουν ακόμη ανακαλυφθεί και κατανοηθεί στο πλήρες μέγεθός της.'

'Ακριβώς όπως η ανακάλυψη του ηλεκτρισμού άλλαξε τον εξωτερικό μας κόσμο, η δύναμη και η νοημοσύνη της καρδιάς μας μπορεί να μεταμορφώσει την εσωτερική μας πραγματικότητα.'

Howard Martin
συγγραφέας και στέλεχος του Ινστιτούτου HeartMath

BE You[®] ARCHITECT

1.1