



*'Ohana Hale Ola - La Scuola  
Aloha Mai Sagl  
presso Centro Rosso Vulcano  
Via Sirana 79  
6814 Lamone (TI) Svizzera*

## **Competenze principali:**

Agisce secondo i principi della Medicina hawaiana:

**Gli incontri** sono improntati su valori:

- empatia
- interesse
- rispetto dei valori del consultante
- rapporto di fiducia
- definizione degli obiettivi e la strategia di attuazione in collaborazione con il consultante.

**Il processo terapeutico** si basa su:

- tatto e contatto
- movimento e coordinazione
- respiro ed energia.
- Stimolazione delle forze di autoregolazione
- Transfer informativo e rielaborazione delle esperienze fisiche
- Comprensione e possibilità di trasformare la sintomatologia, elaborazione dei traumi (fisici e psichici).

**L'accompagnamento terapeutico:**

- insieme al consultante si integrano i cambiamenti ed i miglioramenti
- si forniscono i percorsi ed i mezzi di riflessione affinché la persona trovi gli strumenti adatti per rinforzare il proprio processo di guarigione
- si predispone all'ascolto attivo che possa offrire un sostegno finalizzato al consolidamento della terapia nel quotidiano
- può essere individuale (terapeuta/cliente) oppure in gruppo (Ho'Oponopono -Cerchio di Aloha), in questo caso la persona potrà confrontarsi con se stessa e con gli altri
- potrà collaborare con figure di riferimento (es. madre o padre - partner).



*'Ohana Hale Ola - La Scuola  
Aloha Mai Sagl  
presso Centro RossoVulcano  
Via Sirana 79  
6814 Lamone (TI) Svizzera*

### **Competenze di sostegno:**

Il Terapeuta sviluppa il livello personale, continuando il percorso di crescita interiore, lavorando sulla propria 'centratura' (equilibrio psico-energetico).

- ▶ approfondisce il livello professionale
- ▶ agisce nel rispetto dei valori spirituali ed etici acquisiti
- ▶ sostiene lo sviluppo e la divulgazione della Medicina hawaiana
- ▶ promuove il Ben-Essere nella società:
- ▶ sviluppa una nuova comprensione della salute.
- ▶ evidenzia l'importanza di:
  - ☑ considerare i disturbi e le malattie come disagi profondi dell'Anima
  - ☑ considerare e di trattare i disturbi e le malattie in modo olistico partendo dal presupposto di Unità (Lokahi)
  - ☑ lavorare sui processi di percezione del sé e di consapevolezza, attivando così risorse esistenti e rendendo possibile nuovi orientamenti
  - ☑ responsabilizzare le persone, in quanto costruiscono attivamente e in modo equivalente il proprio processo di guarigione e di rinforzare le loro proprie competenze.

Possiede 'Risorse interne':

- ☑ Ben-Essere
- ☑ Qualità di Vita
- ☑ Equilibrio e Centratura

Fa affidamento su 'Risorse esterne':

- ☑ sostegno dell'Associazione Hawai'i Svizzera
- ☑ sostegno dei Kumu hawaiani
- ☑ sostegno della 'Ohana.

### **Acquisisce la capacità di:**

**Resilienza** (l'etimologia deriva dal latino "resalio" iterativo di "salio", che rimanda all'idea della risalita in barca dopo che essa è stata travolta dalle onde)

cioè la capacità di resistere alle difficoltà e rimontare la china nonostante le avversità .

Indica la capacità di far fronte in maniera positiva a eventi traumatici, di riorganizzare positivamente la propria vita dinanzi alle difficoltà, di ricostruirsi restando sensibili alle opportunità positive che la vita offre, senza alienare la propria identità.



*'Ohana Hale Ola - La Scuola  
Aloha Mai Sagl  
presso Centro Rosso Vulcano  
Via Sirana 79  
6814 Lamone (TI) Svizzera*

**Congruenza:** essere trasparente a se stesso e anche all'altro.

**IKE:** Kuleana: la responsabilità, determino la mia Vita.

**KALA:** imparo a conoscere i miei Limiti, i miei Pensieri, le mie Convinzioni, il mio itinerario. Essi guidano il mio operato. Posso lasciare e cambiare Credenze e Convinzioni. Proteggersi significa Chiudersi. Nessuna crescita è possibile. Aprirsi, Al contrario, favorisce la crescita.

**MAKIA:** Chiarisco i miei pensieri e tengo alto il mio focus. Anche i miei pensieri sono energia più forte è il mio Focus, più riesco ad ottenere, dirigo l'attenzione su "dove voglio andare" e non me lo scordo mai.

**MANAWA :**

solo io posso cambiare la mia vita, non devo apprendere ma ricordare, tutto e' già' dentro di me; credo nelle mie potenzialità per vivere i miei talenti. Non sono gli Altri, ma solo Io.

**MANA:** imparo a conoscere i miei Pensieri, le mie Convinzioni, il mio itinerario. Insieme guidano il mio operato, posso lasciare e cambiare Credenze e Convinzioni.

**ALOHA:**

ora e adesso posso cambiare la mia Vita, i miei Programmi, i miei Pensieri. Vivo nel Presente.

Quello che è successo vive nel Passato, il ricordo è nel Presente.

**PONO:**

ogni compito della mia Vita offre più di una soluzione. C'è sempre un'altra strada...

Sono flessibile, in pace e rafforzo la fiducia in me stesso

ho il Desiderio perché me lo merito, il Diritto perché mi spetta, la Forza perché posso farlo

*"Fai per primo le cose giuste" (Kumu Keala Ching).*