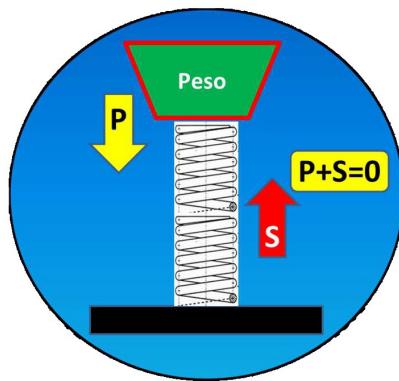


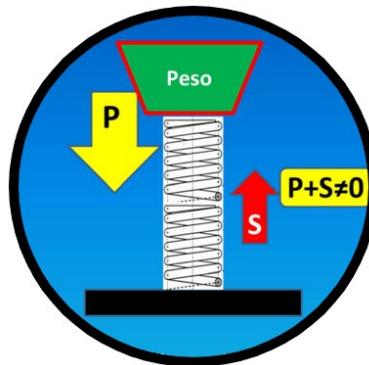
ATTIVAZIONE (A)

Questo asse determina quanta forza impieghiamo nel preparaci ad agire agli eventi e alle situazioni che viviamo.

Essere in modalità **Attivazione** significa che riesco ad utilizzare in modo ideale la mia energia quando mi predispongo immediatamente al massimo delle mie forze e ne rimodulo l'intensità in un secondo momento, dopo avere compreso le effettive esigenze energetiche che la situazione richiede. Quando mi capita un evento improvviso, attivo immediatamente le mie forze al 100%; se poi l'evento richiede solo il 50% di forza, ne rimodulo la tensione muscolare ed emotiva.



Allarme: se non riconosco che l'evento richiede una forza minore, mantengo un esubero di energia che si manifesta sotto forma di "esplosione".



Disinnesco dell'Allarme:

E' importante non trattenere quello che per me è importante esprimere e fare nel momento stesso in cui ne sento la necessità; trattenermi significa accumulare tensione che poi non sarò più in grado di contenere e quando la libererò sarà necessariamente con una forza eccessiva rispetto alla situazione contingente.