

The page is decorated with stylized floral motifs in orange and blue. In the top-left and bottom-left corners, there are branches with orange leaves and blue teardrop-shaped accents. In the top-right and bottom-right corners, there are similar branches with orange leaves and blue teardrop-shaped accents. The central text is written in a blue, cursive font.

*Back to
Body,
Breath.*

www.barbaraspagnolo.com

- *Mi piace aiutare le persone ad andare dritte al punto.*
- *Credo nella resilienza umana, nell'innata capacità dell'uomo di guarire, di stare bene.*
- *Credo nelle qualità riparatrici della natura e nella potenza del respiro come atto di congiunzione tra anima e terra. (Sì, lo so è un po' poetica, ma se lo sperimenti e anche molto concreta)*
- *Gli occhi vivi di chi ricontatta la voglia di mettersi in gioco sono il mio carburante.*
- *Mi piace fare il tifo per quella parte di te che non si accontenta, che vuole di più, che cerca, che vuole vivere e non sopravvivere.*
- *Sono una forte sostenitrice del motto "volere è potere". Anche quando ti senti completamente vittima di un evento puoi sempre decidere chi essere e come comportarti.*
- *Credo che superare un trauma voglia dire imparare a vivere la propria vita invece di voler continuare a riparare qualcosa che appartiene al passato.*
- *Credo che ognuno di noi nasca con una missione e che fino a quando non troviamo il nostro posto nel mondo la nostra anima continuerà a gridare.*
- *Non credo che prima di stare bene in coppia bisogna saper stare da soli. Siamo esseri sociali, relazionali: abbiamo bisogno degli altri per evolverci e per superare i nostri limiti.*
- *Credo nella generosità della vita: ci mette di fronte alle lezioni che abbiamo bisogno di imparare e lo fa fino a quando non le abbiamo apprese.*
- *Mi piace accompagnare e sostenere le persone nell'azione di completare ciò che è rimasto in sospeso, mi piace aiutarle a ricominciare.*