

I Principi o Regole della Capacità di Guarigione

1. l'essenza del nostro essere è l'amore.
2. la salute è prima di tutto pace interiore. Guarire significa allontanare le proprie paure.
3. dare e ricevere è la medesima cosa.
4. possiamo slegarci sia dal passato che dal futuro.
5. l'adesso è l'unico momento che esiste e ogni momento è giusto per dare.
6. possiamo imparare e ad amare noi stessi e gli altri attraverso il perdono piuttosto che attraverso il giudizio.
7. possiamo diventare dei ricercatori d'amore piuttosto che di colpe.
8. possiamo scegliere di stare in pace con noi stessi senza tener conto di ciò che accade all'esterno del nostro essere
9. siamo contemporaneamente studenti e docenti di ognuno.
10. possiamo focalizzare sull'interezza della vita piuttosto che su parti di essa.
11. dal momento che l'amore è eterno, la morte non deve impaurirci.
12. possiamo sempre essere in contatto con noi stessi o con gli altri o attraverso l'estensione dell'amore o attraverso la richiesta d'aiuto.

Linee guida per i gruppi terapeutici (Guidelines)

Le seguenti linee guida sono state sviluppate per creare serenità in seno ai gruppi. Se si pensa che una di queste regole non sia seguita, ci si senta liberi di esternarlo.

1. nel gruppo, riconosciamo l'amore attraverso l'ascolto, e lo facciamo a cuore aperto, per dare supporto reciproco; inoltre l'ascolto e la condivisione dei pensieri dev'essere fatto senza pregiudizio.
2. siamo qui per guarire. Non siamo qui per dare consigli o per cambiare convinzioni o comportamenti di alcuno. Essere accettati per quello che siamo è più facile per noi accettare gli altri.
3. la condivisione incomincia attraverso la propria esperienza. Provando ed esponendo il proprio stato emotivo, troviamo delle situazioni analoghe e comuni che ci permette di riunirsi.
4. rispettiamo noi stessi e gli altri allo stesso modo; siamo consapevoli che il cammino di ognuno è importante, non il giudizio dello stesso.
5. supportiamo e assistiamo le guida interiori di ciascuno nella ricerca delle risposte migliori.
6. i ruoli di studente e docente sono intercambiabili. Fluttuano continuamente da persona a persona senza tener conto nè dell'età nè dell'esperienze.
7. la nostra presenza verso altri è riconosciuta quando vediamo nel prossimo l'interessa del suo essere e non giudicandolo per il suo aspetto, umore e/o comportamenti.
8. siamo consapevoli che sempre la possibilità di scegliere tra pace e conflitto interiore, amore e paura.
9. le confidenze condivise nel gruppo sono importanti al fine di mantenere una certa atmosfera di sicurezza e fiducia reciproca.

Le confidenze hanno però le seguenti eccezioni: se c'è una reale minaccia per sé o per altri, o se c'è il sospetto di abusi o trascuratezze significative, siamo obbligati per legge ad informare le autorità competenti.

Se si hanno dei dubbi riguardo le linee guida, si prega di parlarne con il proprio moderatore.