

## ELS GRÀFICS ELEMENTALS O.D.A.

### Observa, Adona't i Actua per Créixer i Lliurar

**Solament la reflexió des d'una observació atenta** de les nostres potencialitats i/o febleses, ens aportarà adonar-nos, per així i des del compromís, com passem a l'acció decidida de canvi o millora personal a la recerca de la nostra millor versió o somni esperat.

Les fitxes contenen informació interrelacionada **entre els valors, els elements i les seves predeterminacions astrològiques**, que ens permeten interpretar unes estratègies de reacció o determinació de canvi.

En la reflexió elemental que proposem, és clau el sentiment personal associat, per així escollir o prioritzar algunes de les accions o estratègies proposades. Recordem que **és un procés de autocoaching i aquí ets tu i només tu**, qui determina la proposta o estratègia de canvi i el seu pla d'acció.

**Cinc són els elements a tenir en compte: Èter, Aigua, Aire, Foc i Terra.**

### L'ÈTER, LA SUSTENTACIÓ O REFERENT, COLOR NEGRE

És l'element que conté i sosté als altres, com a element subtil i el tenim com a referència i garantia d'equilibri de les parts. El considerarem neutre i el més subtil en el plànol energètic. **És el camp on es donen totes les infinites possibilitats.**

#### LA CONFIANÇA EN L'ÈTER.

**L'èter es vincula amb el valor principal, la confiança**, recorda que amb la confiança no es juga, ella és imprescindible en la interrelació amb nosaltres mateixos i en la relació amb els altres i el món.

**La confiança en un mateix és clau en l'impuls vital**, en el no donar mai res per perdut, la confiança no es juga o consolida solament de tant en tant, implica un compromís diari i constant. **Pot viure's i interpretar-se cap a un/a mateix i cap als altres.**

Recorda que la confiança, **puja per l'escala i baixa per la finestra**. En referència al fet que costa aconseguir-la i es perd fàcilment.

**En relació amb els altres i el món**, recorda que la confiança influeix directament en la cohesió, la cooperació, la motivació i els resultats rebuts, personals i/o dels equips o grups.

## **La Confiança ens permet:**

- Crear i alimentar relacions estables.
- Simplifica les complicacions i redueix l'esforç que suposen les relacions amb dubtes.
- Ens aporta més temps doncs amb ella tot es torna més fluït i àgil, si és forta i estable, podem prescindir de controls.
- La confiança amb un mateix és el motor de tot projecte o iniciativa.
- La confiança activa la perseverança i el no donar res per perdut.
- Assenta i enforteix el treball en equip.
- Lidera als grups o equips des de la confiança cap a un mateix i cap als altres.
- Quanta més confiança, menys normes fan falta.
- Ens aporta convenciment, atreviment i fe en nosaltres.

## **Cal evitar les desconfiances doncs ens afebleixen i limiten, cal anar amb compte amb:**

- La resignació i l'escepticisme doncs trenquen la nostra solidesa.
- La indiscreció, les xafarderies, els dubtes i la impaciència.
- Saber destriar a qui li lliurem la nostra confiança.
- Conservar-la doncs assentar-la és cosa de temps i paciència.
- La cooperació, els valors compartits i el consens mantenen la confiança.

Un valor associat al sosteniment de la confiança és **la paciència**, recorda que pacientment i confiant arribaràs a l'objectiu desitjat. **Ser pacient és ser confiat.**

Els enemics de la confiança **són la resignació, el conformisme i l'escepticisme**, doncs ens trenquen o afebleixen la perseverança i la resistència.

Pel reforç de la confiança ens vindrà **bé ser benvolents, transparents i estar en alineament i coherència** entre els valors personals i de l'equip o grup amb el qual ens relacionem.

**La confiança mai sobra**, no et preocupis ja que mai tens massa confiança encara que pugui semblar que si som massa confiats, s'aprofitaran de nosaltres.

**El lliurament gratuït i sincer** cap als altres de la nostra confiança, també **ens informa de qui se la mereix**, cal iniciar sempre una relació des de la confiança i el temps i les accions i intencions dels altres, la posaran en la **justa mesura**.

**La desconfiança** ja sigui personal i/o cap als altres, comporta sempre un esforç suplementari que es reflecteix en una necessitat de major control, més vigilància i major fiscalització en les relacions i processos, amb el que comporta més complicacions i **sobretot necessita més temps**.

**La generació de la confiança és una construcció multidimensional on intervenen 5 factors:**

- **La sinceritat**, la sinceritat és transparència i coherència entre pensament i paraula. La mentida i l'engany generen desconfiança. Hem de mostrar-nos com som, amb franquesa.
- **L'experiència**, encara que no tinguis títols, l'acumulació de saber fer, de la prova i error, de l'acció continuada, això ens aporta confiança en les nostres accions i pensaments. Practica i repeteix, i et superaràs.
- **La integritat personal**, coherent amb el pensament, la paraula i l'acció, com a identitat ferma, única i conscient. Actua conscientment i veuràs.
- **L'atreviment i la fe** en tu mateix són potenciadores que t'activen per llançar-te a noves experiències o reptes per seguir aprenent i creixent. Recorda que l'error ens ensenya el que no cal fer o per on no hem d'anar.
- **La fraternitat**. Ens vincula i acostava als altres i al món des de la compassió, l'altruisme, l'empatia, la cooperació, el lliurament i l'amor universal.

**La desconfiança alimenta la maquinària pesada  
i la confiança ens alleugereix i simplifica.**

## **ELS ALTRES ELEMENTS I ELS SEUS VALORS.**

**1.- AIRE, ELS VALORS RELACIONALS, COLOR BLAU**

**2.- L'AIGUA, ELS VALORS EMOCIONALS, COLOR VERD:**

**3.- LA TERRA, ELS VALORS D'ASSENTAMENT, COLOR MARRÓ**

**4.- EL FOC, ELS VALORS DIRECIONALS, COLOR VERMELL.**

**LES INTERRELACIONS AMB ELS ELEMENTS I LES SEVES PREDETERMINACIONS  
ASTROLÒGIQUES LES VEUREM EN LES FITXES ODA**

**Niklas Luhman**, sociòleg alemany, defineix la confiança com el millor  
“**Mecanisme de reducció de la complexitat**”.

**Vaclav Havel**, relacionava la paciència i la confiança i deia:  
**Les coses tenen el seu ritme i no poden accelerar-se.  
La confiança implica adherir-se a l'art de la creació.**

## GRÀFICS ELEMENTALS ODA

**L'AIRE** - Ens proveeix de creativitat, relacions, somnis, il·lusions. Ens permet expandir-nos i recollir-nos.

**Són els valors que** em vinculen de mi cap a fora, els quals tenen a veure amb la meva interrelació amb el món.

**Especials per:** Crear, comunicar, relacionar-se, atrevir-se a sortir de la zona de confort, obrir-se al canvi, netejar records i penes, expandir-se i recollir-se, il·lusionar-se i somiar.

**Relacionats en positiu:** Amb l'expansió, l'atreviment, la creativitat, el canvi, per somiar, per filosofar i conversar, la llibertat i el volar. Ser viatgers, visionaris, adaptables, polifacètics, diplomàtics, aventurers. Preval l'honestedat, la fidelitat, l'artístic, l'humanitari, el sisè sentit i l'espiritual, filòsofs, reflexius, cercadors i idealistes.

### Relacionats en negatiu:

**Per falta:** Ens infravalorem i introvertim, no ens atrevim a res nou, ens limitem a noves oportunitats i nous amics. Podem ser tossuts, minuciosos, confusos, amb falta d'imaginació, seriosos, insatisfets, tancats, quadrats, cap quadrats, limitats i malpensats.

**Per excés:** Il·lusió descontrolada, lliurats i dependents dels altres, condicionats per la imatge i el què diran. Podem ser dispersos, inquietos, tibants, impacients, despreocupats i sentir-nos reclam sexual. Tot m'és igual, abandonats i desordenats.

### CORRECCIONS:

**Per incentivar l'Aire necessitem:** Deixar terra amb atreviment per sortir de la zona de confort, des de la fe en un mateix i en el somni, el convenciment que arribaràs i l'enfocament que ens aporta la il·lusió i l'entusiasme (el Foc com a motor del canvi).

**Per aquietar l'aire necessitem:** Tocar Terra, fixar els somnis i il·lusions, concretar-los, prioritzar metes amb avaluacions, compartir-los i contrastar-los amb els altres, amb els peus a terra i pas a pas.

**L'AIGUA** - Ens proveeix de connexió, informació, flexibilitat i compassió. Ella guarda el nostre saber i les nostres emocions.

**Són els valors que:** Estan relacionats amb el meu creixement personal i espiritual. Em connecten amb mi mateix i em fan sentir bé. D'ells depèn en gran part la nostra estabilitat emocional. L'aigua és l'element que ens configura en un 75%

**Especials per:** Relacionar-nos amb amics, parella, família, sentir-se bé, connectar amb el món interior, millorar les relacions tibants, suavitzar conflictes, no complicar-se la vida, viure sense friccions. On guardem el nostre mestratge i talents.

**Relacionats en positiu amb:** L'empatia, l'afectivitat, el sentir, el fluir amb el que està succeint, la fraternitat amb el món i els que ens envolten, la relació amb el teu món interior, la consciència i estabilitat emocional, la cintura, la flexibilitat, les habilitats i sabers, i la capacitat d'adaptació. El ser cooperadors, modestos, sensibles, artistes, bons socis, intuïtius, meditadors, equitatius, humanitaris, universals, amb talent obert, disposats i generosos.

**Relacionats en negatiu:**

**Per falta:** Amaguem les emocions, passem de tot i de tots, no ens cuidem, ens tornem irascibles, xoquem amb tot. Podem ser tímids, reservats, solitaris, possessius, introvertits, secs, insulsos, porucs i callats. Esperant sempre.

**Per excès:** Lliurats, altruistes, extrovertits, no fem el que cal fer, ens preocupem per tot i no arribem a cap part, ens superen les emocions i sovint perdem el control. Podem ser dispersos, impacients i molt sensibles. Aguantem i ho guardem tot malgrat tot, ressentiments, penes i fracassos, malts rotllos.

**CORRECCIONS:**

**Per incentivar l'Aigua necessitem:** Enamorar-nos de la vida i de nosaltres mateixos, estar atents als senyals del cos i la vida, observar-nos, adonar-nos del que necessitem. Atents i lliurats als altres i als somnis. Viure apassionadament.

**Per aquietar l'Aigua necessitem:** Regar la terra i una llavor, aportar tot el que sabem a una causa, i/o airejar-nos, el compartir, xerrar, aclarir i relacionar-nos, el dir el que cal dir en oportunitat lloc i temps.

**LA TERRA** - Ens proveeix de seguretat, pragmatisme, estabilitat i concreció. El nostre seient de vida

**Són els valors que:** Ens sostenen en la vida, ens permeten tocar amb els peus en el terra. Ens connecten amb el dia a dia i amb la realitat. Els que ens estableixen, ens ordenen i fixen en l'àmbit personal i en el professional.

**Especials per:** Construir i cultivar, gestionar i organitzar projectes, ordenar, prioritzar, sentir-se segurs i confiats, per protegir i protegir-nos, perseverar, resistir, caminar fermes i convençuts, tenir-ho clar. Fixar i ordenar la nostra vida.

**Relacionats en positiu:** Amb els nostres fonaments, la capacitat de sostenir, de protegir, de defensar el territori i/o el ramat, estar arrelat, sòlid, ferm amb assertivitat positiva. El ser honests, amb fidelitat, responsables, segurs de nosaltres mateixos, perfeccionistes, organitzadors, negociants, amb seguidors, experts de vida.

**Relacionats en negatiu:**

**Per falta:** Perduts i insegurs, no ens valorem suficient (ni en el treball ni en la vida), no ens apreciem ni ens volém a nosaltres mateixos, inestables i amb dubtes. Podem ser o estar, insatisfets, inquietes, tibants, despreocupats, pressuposem sempre el negatiu, depenents.

**Per sobra:** Solament jo i jo ho sé tot, les meves coses i el meu món o zona de confort, insolidaris, distants i freds, insatisfets amb el que fem, curts de percepció, limitats i quadrats amb el nostre. Podem ser obstinats, testaruts, possessius, gelosos de lo nostre, autoexigentes, minuciosos, impacients, materialistes, perfeccionistes a l'extrem i sentir-nos sovint estressats. Mai tenim la culpa.

**CORRECCIONS:**

**Per incentivar la terra necessitem:** Baixar dels núvols i tocar amb els peus a terra, raonar i concretar les il·lusions i passar-les a projectes, pas a pas. Comprometre'ns i amb enfocament clar per aconseguir-ho, actuar, gaudir-ho i créixer.

**Per suavitzar la terra necessitem:** Atreviment per provar coses diferents, incorporar aigua i fluir, fer noves relacions i ajudar als altres sense esperar res a canvi. Enfocar-nos i moure'ns amb humilitat i compassió amorosa. Sense presses i des de l'aigua, sense fregar ni xocar, suaument i fluint per aconseguir el que volem. Empatia i fraternitat.

**EL FOC** - Ens proveeix d'intenció, direcció i impuls de vida. L'enfocament i determinació de vida.

**Són els valors que:** Determinen el nostre impuls de vida, el com gestionem la nostra intenció, el focus i la determinació cap a l'objectiu per aconseguir-ho, gaudir-ho i créixer. D'ells depèn la nostra motivació i passió de vida.

**Especials per:** Dirigir persones, emprendre qualsevol acció, impulsar projectes i propostes amb passió, arribar a lo desitjat, trencar motlles, l'actitud de convenciment, no tenir dubtes, tenir-ho clar, per a líders d'equips o per liderar un canvi de vida.

**Relacionats en positiu:** El lideratge, la iniciativa, la creativitat, la independència, l'autosuficiència, el coratge, la determinació, la comunicació, l'entusiasme, amb enfocament clar, l'acció, el desafiament, l'impuls vital, el desig, la passió, el fet d'encendre's, la confiança en un mateix, la claredat del guia, creadors, artistes, amb talent, persistents i organitzadors.

**Relacionats en negatiu:**

**Per falta:** No sabem a on anar, ens quedem al marge, sense acció i iniciativa, ningú ens té en compte, ni ens escolten, anem a remolc dels altres i la nostra opinió no conta. Podem ser introvertits, apàtics, poc constants i dispersos. Dependents i a remolc dels altres, sense ganes.

**Per excès:** El nostre ego creix, podem passar-nos i molestar als altres. Ens creiem súper importants i no valorem als altres, sovint xoquem amb el mur de la realitat, ens costa fer amics i els perdem ràpid. Podem ser egocèntrics, individualistes, agressius, impulsius, presumptuosos, exagerats, extrovertits al límit, gelosos, xulos, possessius i impacients.

**CORRECCIONS:**

**Per incentivar el Foc necessitem:** Un somni, un perquè, una il·lusió que ens motivi, activar des de l'aire amb entusiasme, per caminar fermes i segurs, gràcies a la terra, convençuts que ho aconseguirem, per gaudir-ho amb passió, aprenent de l'error i creixent alhora.

**Per suavitzar el Foc necessitem:** Sembrar una llavor, un somni a Terra i regar amb Aigua, coneixements per alimentar-la i treure-li profit, conreant-ho amb amor compassiu. Ens va bé també reflexionar i observar, per actuar des del lliurament, la compassió i amb serenitat. Incorporar el respecte i el perdó sincer.