

# *Avviciniamoci alla nostra Anima*



E' con immenso piacere che ti accolgo in questa quinta settimana, siamo quasi a metà strada ed è ora di ri-tuffarci in profondità per andare sempre più vicini al nostro centro, alla nostra vera essenza. Per fare questo è necessario "togliere" i strati di sofferenza e dolore che non ci permettono di ascoltare la nostra Anima.

E' interessante...più entriamo dentro noi stessi, più siamo in contatto con  
l'immensità dell'Universo



L'affermazione di questa settimana è "io sono amata/o"



Il focus di questa settimana è sul riuscire a volare alto, sulle nostre situazioni, a vedere con un altro punto di vista. Riuscire ad elevarsi oltre tutto ed andare ad un altro livello di consapevolezza



Quello che ti chiedo di fare questa settimana è di usare il tuo diario e dei fogli e scrivere, disegnare, rappresentare delle situazioni di vita che ti hanno causato dolore, sofferenza. So che questo non è facile, ma vorrei che tu sapessi che nel fare questo lavoro, sei in un cerchio di persone che insieme a te stanno lavorando sulla stessa ferita, e quando tu guarisci la tua, alleggerisci il dolore di altre persone. Non sei sola/o in questo.

A fine lavoro puoi scegliere se tenere i fogli/disegni o bruciarli.

Vorrei ringraziarti per la tua forza, sono profondamente onorata di essere qua con te, con il tuo gran cuore e immenso coraggio.

grazie grazie grazie