

Alla ricerca della nostra forza



Ciao cara Anima

siamo alla settimana numero 9, e spero davvero che questo viaggio inizi ad avere senso per te. Alcune cose ti saranno chiare, altre emergeranno e le vedrai col tempo.

In questa settimana iniziamo a sentire dentro il nostro corpo la nostra verità, chi siamo, iniziamo ad essere centrati.

A volte questo non è facile, perchè il nostro essere può risultare scomodo ad altri, o ne abbiamo paura noi stessi.

E' molto facile "uscire" dalla nostra centratura, poichè i condizionamenti sono molti. Ma più ne siamo consapevoli e più processiamo tutto quello che abbiamo intorno al nostre essere noi stessi, più riusciremo a rimanere nel nostro centro, e da lì a splendere e manifestare la vita "vera" che vorremmo.



L'affermazione di questa settimana è " Io so come e quando essere presente nel mio corpo"



Il focus di questa settimana è di iniziare a pensare a quali sono le tue forze, qual'è il messaggio che vuoi portare al mondo? Com'è per te l'idea di "essere forte, brillare, ottenere le cose che il tuo cuore desidera?"



L'attività di questa settimana prevede l'uso del tuo diario, dove ti chiedo di scrivere tutte le cose di cui "vorresti darti il permesso" di poter fare, ottenere, essere, avere.... Vedi quello che emergi e riflettici un pò...

Buona ricerca