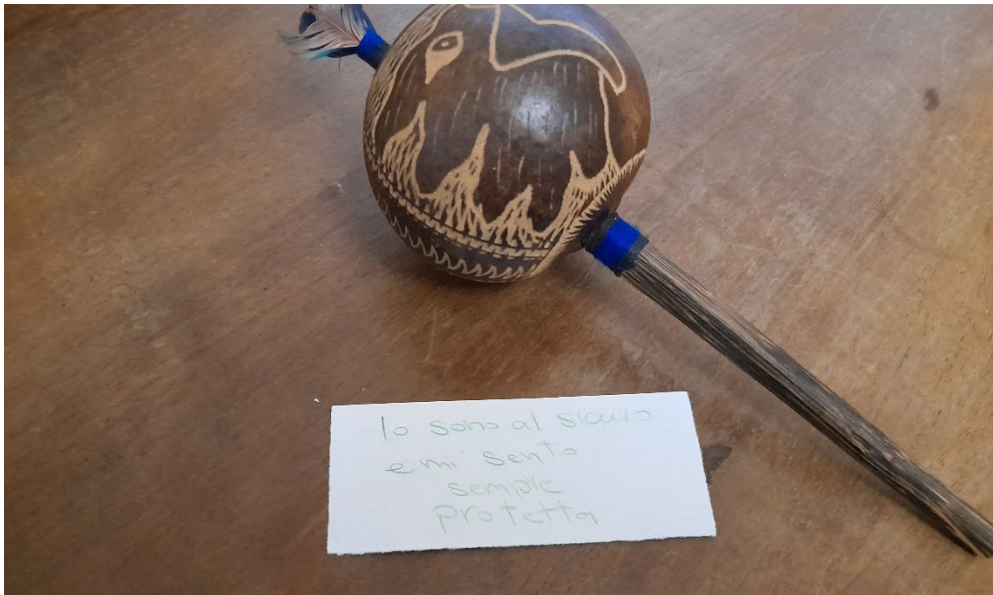


Parliamo di cambiamenti



ciao! siamo già alla quarta settimana, e mi sembra che queste 3 settimane siano passate in un soffio, e nello stesso tempo siano "successes" un sacco di cose"!

La nostra VITA! Unica, difficile, dolorosa, fantastica, piena di sofferenze ed allo stesso tempo meravigliosa. E' qua davanti a noi, i momenti passati non torneranno ma ci possono servire; il presente è QUA per viverlo appieno con tutta l'intensità e presenza di cui siamo capaci, il futuro è dove tende la nostra Anima.

Sogniamo, respiriamo, soffriamo e amiamo...tutto perchè questa dura meravigliosa vita la amiamo e sappiamo che può essere magica....



Il focus di questa settimana è "il cambiamento". Come vivi i cambiamenti? Che cambiamenti hai avuto nella tua vita? Che cambiamenti vorresti? Ricordati che puoi sempre scrivere qualcosa sul tuo diario



L'affermazione per questa settimana è "Io sono al sicuro e mi sento sempre protetta"



L'attività che può sostenerti per questa settimana ed in realtà per il tuo futuro è la creazione di un Sacchetto Medicina. L'idea del Sacchetto è di creare un piccolo sacchettino, dargli l'intenzione per cui tu gli chiedi aiuto, e poi mettere dentro piccoli oggetti che terranno quell'energia di supporto per te. Gli oggetti possono essere cristalli, piccole pietre, petali secchi, piccole conchiglie, lavanda, qualsiasi cosa senti che ti possa dare forza. Puoi tenere questo Sacchettino nella tua borsa, vicino al tuo cuscino, tenerlo quando mediti, rivolgerti a lui quando ne hai bisogno, metterlo sul tuo altare. E' il contenitore della tua intenzione ed il collegamento ad energie e spirito di aiuto e guarigione.



Namaste