



# *Soul Clearing*

CREATING SPACE FOR LIGHTNESS



# CUPRINS

Bun venit

Duminica I - Ești cea care te privește

Duminica II - Ești cea care Îndrăznește

Duminica III - Ești cea care se deschide Vieții

Duminica IV - Ești cea care duce Povestea mai departe

[www.firdepoveste.ro](http://www.firdepoveste.ro)



Te invit într-o călătorie specială de 4 duminici, inspirată din practica „**Advent of the Sun**”, moment de reflecție, eliberare și reconectare cu tine însăți, cu intenția de a crea mai mult spațiu pentru lumină, claritate și ușurință în viața ta.

Advent – Sosirea – e anticiparea unui moment de lumină și speranță având la bază o Așteptare Activă și o Pregătire Interioară.

Fiind o practică individuală, ai libertatea să parcurgi materialele în ritmul tău, fără presiune.

 CE AI NEVOIE?

 Un jurnal sau foi de hârtie pentru notițe.

 Un loc liniștit în care să te simți confortabil.

 Dorința de a-ți oferi timp pentru tine.

 INTENȚIA ACESTEI CĂLĂTORII CREATIVE:

 O minte mai ușoară: Eliberarea de tipare vechi de gândire și de aglomerația mentală.

 Un suflet mai deschis: Deschiderea către noi posibilități, relații și oportunități.

 O energie reînnoită: O stare de vitalitate, bucurie și claritate după ce renunți la ceea ce nu îți mai servește.





*Soul Clearing*

## EȘTI CEA CARE TE PRIVEȘTE

Imaginează-ți că în această primă duminică din cele 4 aprinzi întâia lumânare specială, cea care îți permite să privești cu căldură și jucăușenie, înțelegere și admirație la tine însăși.

Iar pe parcursul acestei săptămâni ia-ți timp să te observi cu drag și curiozitate. Cine ești acum? Ce ai devenit în acest an? Ce simți greu și dificil? Ce e luminos și spațios și plin de viață în lumea ta lăuntrică?

O săptămână cu conștientizări faine!

*pe fir de poveste*





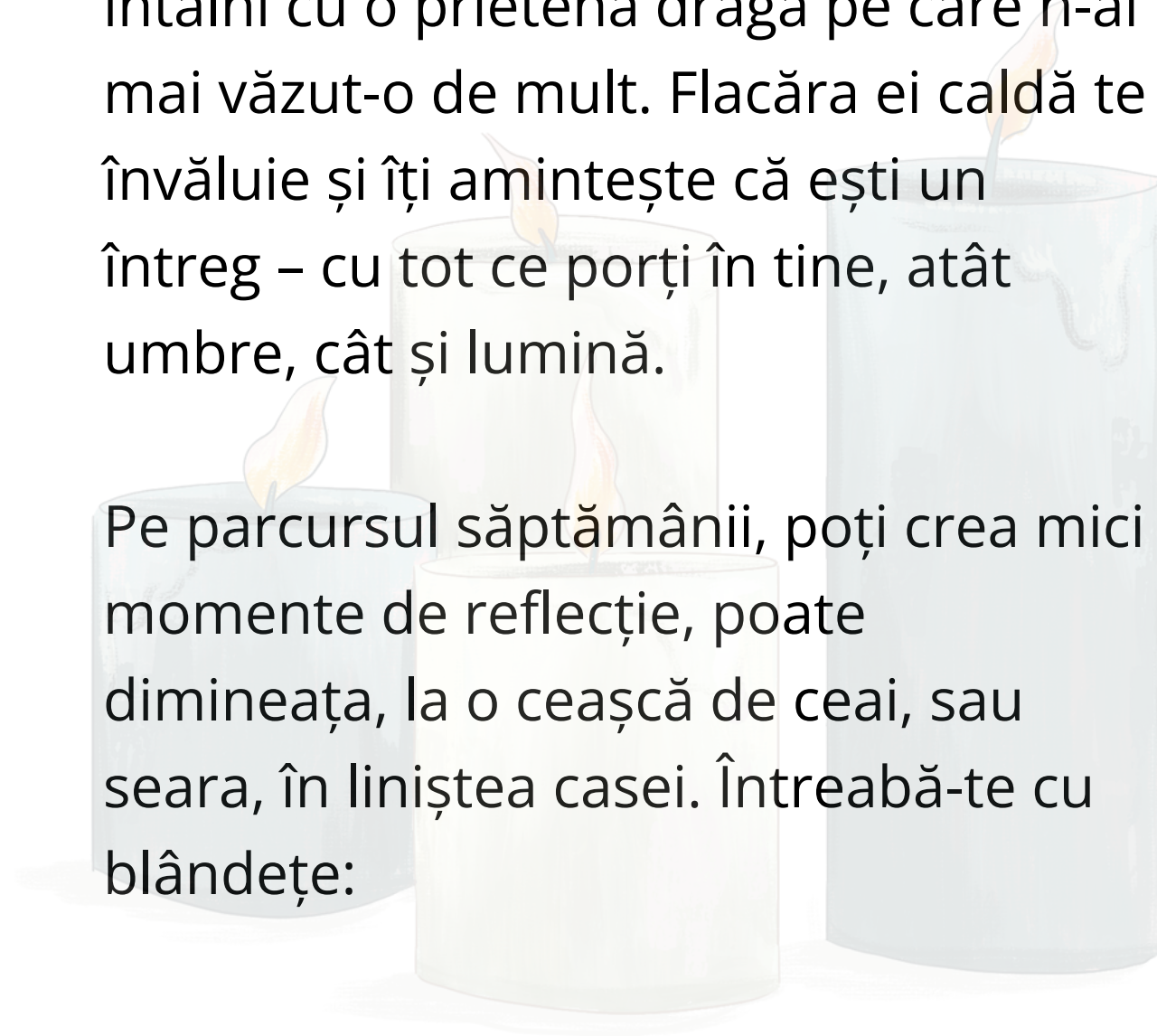
## DUMINICA I

### Ești cea care te privește

Această primă lumânare, pe care o aprinzi acum, e o invitație blândă de a te așeza cu tine însăși, ca și cum te-ai întâlni cu o prietenă dragă pe care n-ai mai văzut-o de mult. Flacăra ei caldă te învăluie și îți amintește că ești un întreg – cu tot ce porți în tine, atât umbre, cât și lumină.

Pe parcursul săptămânii, poți crea mici momente de reflecție, poate dimineața, la o ceașcă de ceai, sau seara, în liniștea casei. Întreabă-te cu blândețe:

- **Cine sunt acum?** Observă fără judecată cum ai crescut și cum te-ai schimbat. Poate există mici detalii noi – o gândire mai deschisă, un obicei abandonat, un vis care prinde contur.
- **Ce am devenit în acest an?** Recunoaște drumurile pe care le-ai parcurs, chiar dacă au fost grele. Gândește-te la lecțiile care te-au modelat, la victoriile mici și mari care te-au făcut mai puternică.
- **Ce simt greu și dificil acum?** Pune mâna pe inimă și lasă-ți greutatea să fie văzute. Acordă-le un spațiu sigur, fără presiunea de a găsi soluții imediat.
- **Ce e luminos, spațios și plin de viață în lumea mea interioară?** Descoperă ce te face să te simți liberă, conectată și vie – poate o pasiune redescoperită, un sentiment de recunoștință sau o legătură profundă cu cineva drag.







---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Încearcă să păstrezi această stare de joacă și curiozitate pe parcursul săptămânii.

În fiecare moment, lasă lumânarea să-ți amintească: te poți privi cu dragoste, așa cum ești acum. ❤️







*Soul Clearing*

## EȘTI CEA CARE ÎNDRĂZNEȘTE

Imaginează-ți că în această a doua duminică din cele 4 aprinzi a doua lumânare specială, cea care îți luminează talentele, darurile și pasiunile tale.

Iar pe parcursul acestei săptămâni ia-ți timp să observi cu ochi noi și curiozitate. Ce oportunități îți ies în cale? Ce din interiorul tău vrea să fie exprimat? Unde încrederea ta a prins rădăcini și unde este mai firavă? Ce apreciezi cel mai mult la felul tău de a fi?

O săptămână cu conștientizări faine!

*pe fir de poveste*





## DUMINICA II

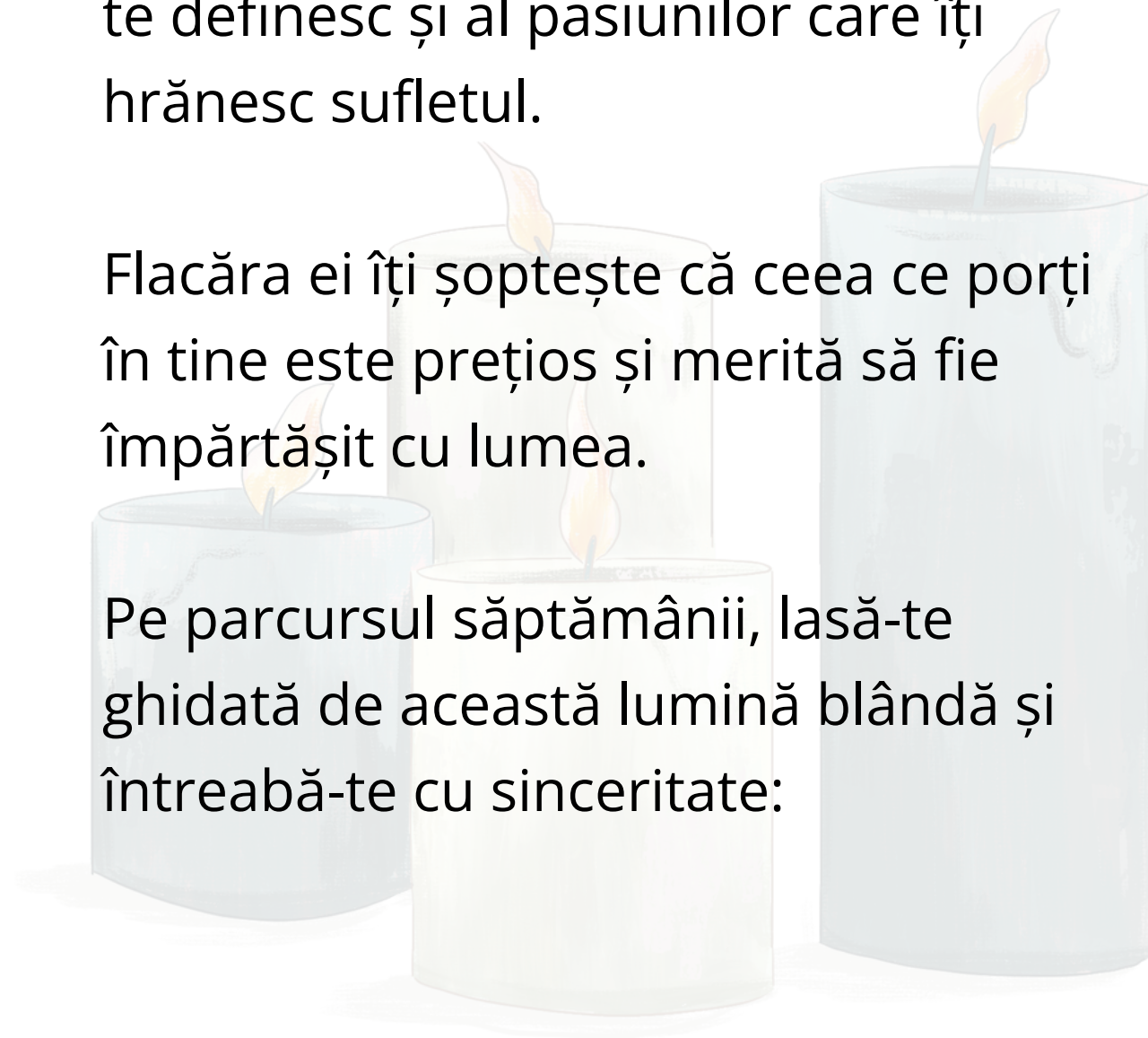
### Ești cea care Îndrăznește

Această a doua lumânare, pe care o aprinzi acum, aduce cu ea un licăr al recunoașterii – al darurilor unice care te definesc și al pasiunilor care îți hrănesc sufletul.

Flacăra ei îți șoptește că ceea ce porți în tine este prețios și merită să fie împărtășit cu lumea.

Pe parcursul săptămânii, lasă-te ghidată de această lumină blândă și întreabă-te cu sinceritate:

- **Ce oportunități îmi ies în cale?** Fii atentă la micile semne, întâmplări sau invitații care te îndeamnă să crești sau să crezi. Uneori, oportunitățile apar sub forma unor șanse neașteptate, iar alteori se nasc dintr-o idee care nu-ți dă pace.
- **Ce din interiorul meu vrea să fie exprimat?** Poate simți dorința să crezi ceva nou, să împărtășești o poveste, să încerci ceva ce te inspiră sau să-ți urmezi o chemare veche, dar uitată. Dă-ți voie să dai glas acestor impulsuri.
- **Unde încrederea mea a prins rădăcini?** Unde este mai firavă? Recunoaște momentele în care ai simțit siguranță și putere în tine. Acolo unde încrederea e încă fragilă, privește cu blândețe: ce sprijin ai nevoie pentru ca ea să crească?
- **Ce apreciez cel mai mult la felul meu de a fi?** Oferă-ți timp să te bucuri de lucrurile care te fac unică – fie că e vorba de curajul tău, de creativitatea ta, de bunătatea ta sau de umorul tău.







---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





A series of ten horizontal gold lines spanning the width of the page, providing a structured area for writing.





---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Pe măsură ce flacăra lumânării te inspiră, amintește-ți că ești cea care îndrăznește să viseze, să creeze și să fie autentică.

Aprinde-ți încrederea, pentru că lumea are nevoie de darurile tale exact așa cum sunt. 🌟







*Soul Clearing*

## EȘTI CEA CARE SE DESCHIDE VIEȚII

Imaginează-ți că în această a treia duminică din cele 4 aprinzi a treia lumânare specială, cea care te invită să te deschizi vieții cu curiozitate, vulnerabilitate și încredere.

Iar pe parcursul acestei săptămâni, lasă lumina ei să te învăluie și să te ghideze în a explora cu blândețe: Ce ți se pare că bate la ușa inimii tale, cerând să fie primit? Unde poți crea mai mult spațiu pentru bucurie și spontaneitate? Ce temeri te rețin? Unde simți că viața curge natural și ușor?

O săptămână cu conștientizări faine!

*pe fir de povește*





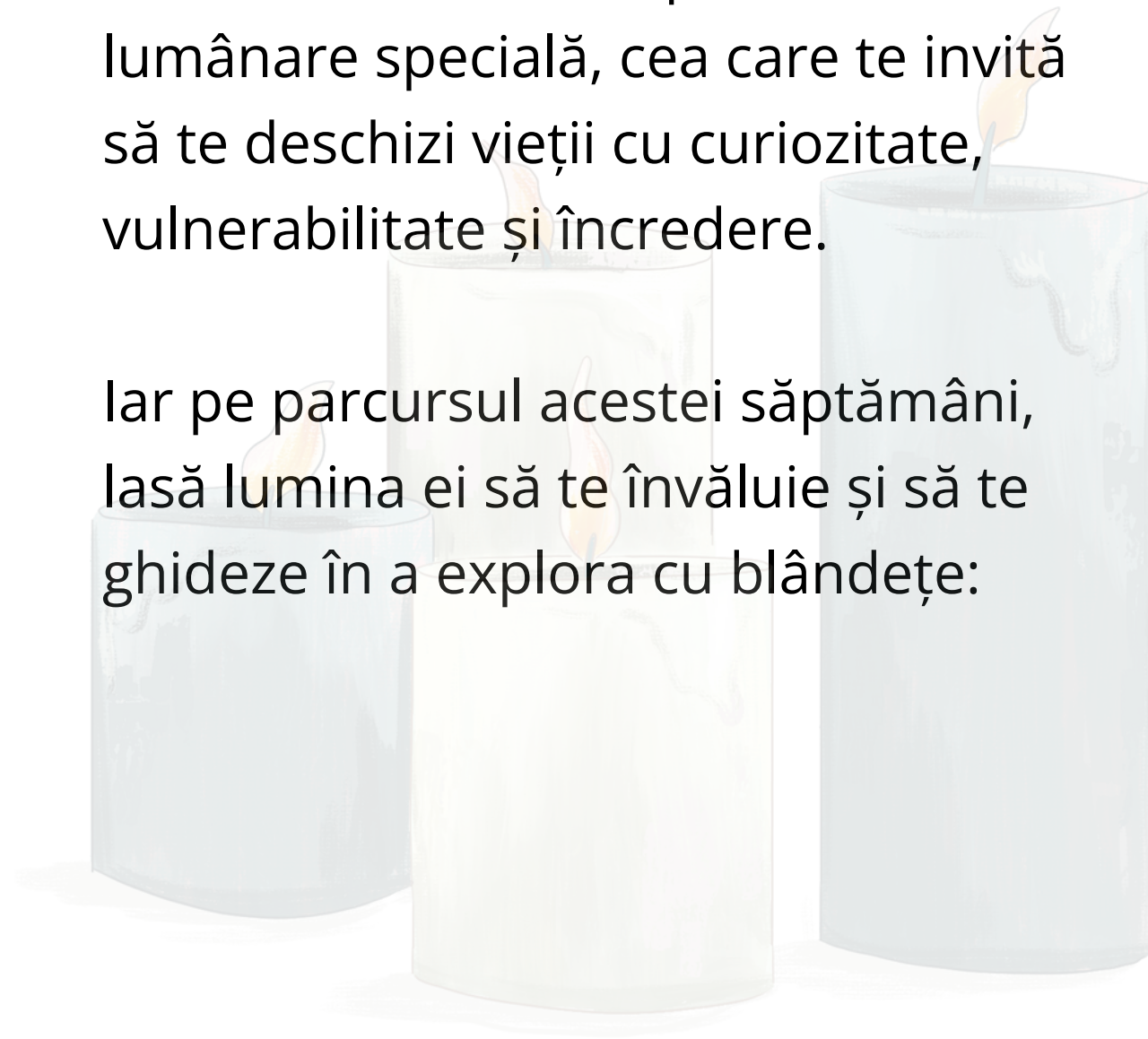
## DUMINICA III

### **Ești cea care se deschide Vieții**

Imaginează-ți că în această a treia duminică din cele 4 aprinzi a treia lumânare specială, cea care te invită să te deschizi vieții cu curiozitate, vulnerabilitate și încredere.

Iar pe parcursul acestei săptămâni, lasă lumina ei să te învăluie și să te ghideze în a explora cu blândețe:

- **Ce ți se pare că bate la ușa inimii tale, cerând să fie primit?** Poate e o emoție, o dorință sau o oportunitate pe care ai ezitat să o accepți până acum.
- **Unde poți crea mai mult spațiu pentru bucurie și spontaneitate?** Caută acele momente mici în care te poți lăsa surprinsă de frumusețea din jurul tău – o întâlnire, o conversație, o întâmplare.
- **Ce temeri te rețin și cum poți să le privești cu blândețe?** Fiecare teamă are o poveste, iar uneori, doar observarea ei poate să elibereze noi energii și perspective.
- **Unde simți că viața curge natural și ușor?** Poate fi în relațiile tale, în munca ta sau în momentele de liniște. Explorează acele locuri unde deschiderea ta față de viață a prins rădăcini.







---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





A series of ten horizontal gold lines spanning the width of the page, providing a structured area for writing.





---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Pe măsură ce săptămâna trece, amintește-ți că ești cea care se deschide vieții – cu toate darurile ei, cu tot necunoscutul și cu toate surprizele care te așteaptă.

Flacăra lumânării îți amintește că fiecare pas înainte este o sărbătoare a curajului tău. ✨







*Soul Clearing*

## EȘTI CEA CARE DUCE POVESTEA MAI DEPARTE

Imaginează-ți că în această a patra duminică din cele 4 aprinzi ultima lumânare specială, cea care îți luminează drumul și te încurajează să duci povestea mai departe – povestea ta, povestea vieții, povestea darurilor tale pentru lume.

Iar pe parcursul acestei săptămâni, lasă lumina ei să te inspire să reflectezi: Ce capitol din povestea ta simți că se încheie acum? Ce valori, experiențe sau lecții vrei să transmiți mai departe? Cum poți onora relațiile, momentele și contribuțiile care te-au adus aici? Ce poveste nouă simți că începe să prindă viață în tine?

O săptămână cu conștientizări faine!

*pe fir de poveste*





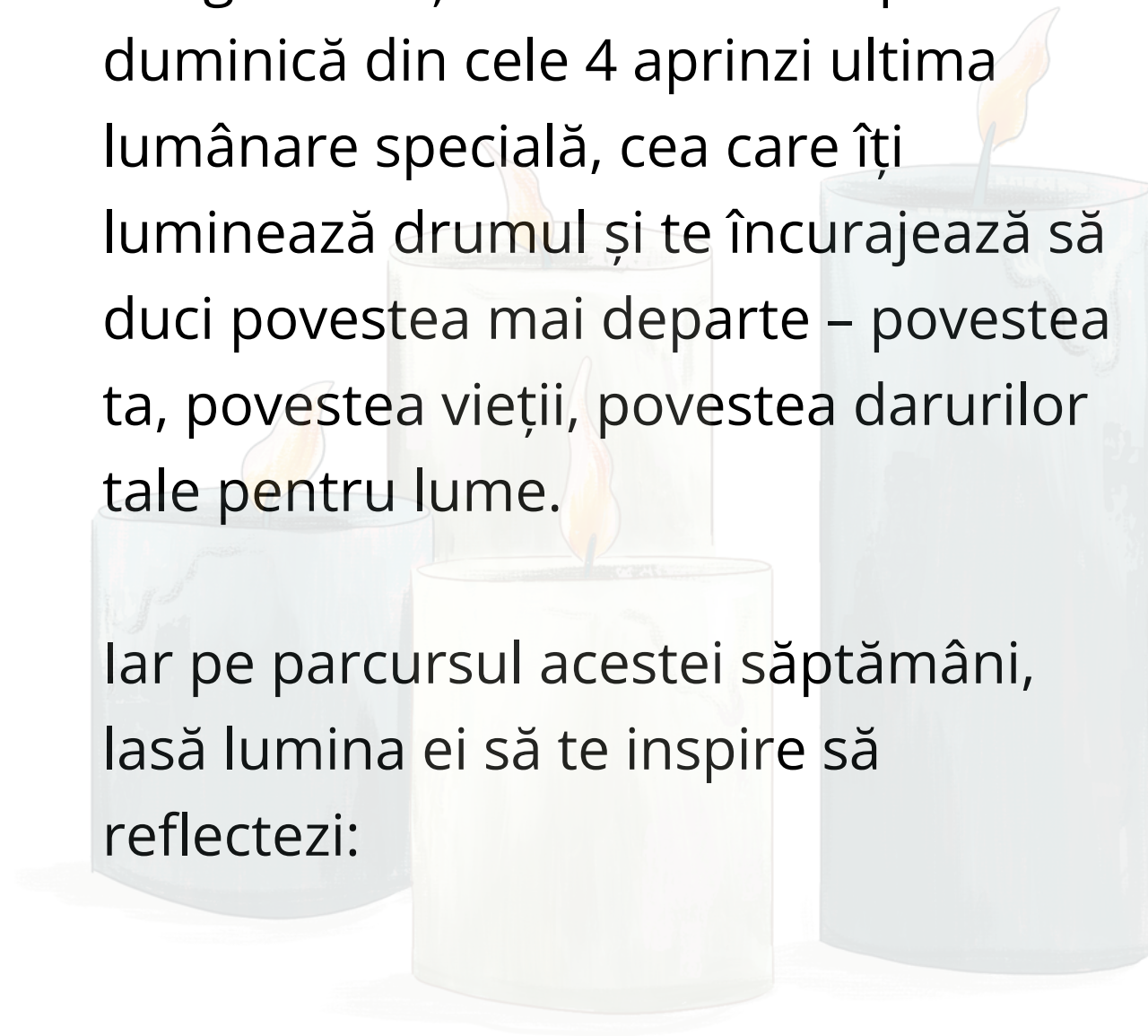
## DUMINICA IV

### **Ești cea care duce Povestea mai departe**

Imaginează-ți că în această a patra duminică din cele 4 aprinzi ultima lumânare specială, cea care îți luminează drumul și te încurajează să duci povestea mai departe – povestea ta, povestea vieții, povestea darurilor tale pentru lume.

Iar pe parcursul acestei săptămâni, lasă lumina ei să te inspire să reflectezi:

- **Ce capitol din povestea ta simți că se încheie acum?** Poate că e timpul să lași în urmă ceva ce nu-ți mai servește și să privești înainte cu speranță.
- **Ce valori, experiențe sau lecții vrei să transmiți mai departe?** Gândește-te la modul în care poți împleti firele trecutului în țesătura viitorului tău.
- **Cum poți onora relațiile, momentele și contribuțiile care te-au adus aici?** Reflectează asupra conexiunilor care au dat sens călătoriei tale.
- **Ce poveste nouă simți că începe să prindă viață în tine?** Dă-ți voie să visezi la ceea ce urmează – să simți emoția începuturilor și curajul de a crea.







---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Această lumânare simbolizează continuitatea, curajul și generozitatea ta. Ești cea care duce povestea mai departe, cu înțelepciune, cu inimă deschisă și cu dorința de a lăsa o urmă frumoasă în lume.

Lumina ei te însoțește și îți amintește că fiecare pas, fiecare alegere și fiecare cuvânt sunt parte din moștenirea pe care o lași în urma ta. 🌟







[www.firdepoveste.ro](http://www.firdepoveste.ro)