



the beat of
A NEW CYCLE



Draga mea,

Imaginează-ți o mică celulă, ce se contractă spontan pentru prima oară. ...de acolo au pornit bătăile inimii noastre ce ne însoțesc apoi o viață.

Cum ar fi dacă în viața ta de zi cu zi ai simți pulsul noului? O bătaie abia percepută la început, dar care mai apoi se răspândește încet și sigur?

Un puls care îți armonizează acțiunile și se asigură că există suficientă forță astfel încât să te îngrijești de tot ce e important pentru tine, îngrijindu-te în același timp și de tine?



INSPIRAȚIE
DIN VIAȚA DINAINTE DE
nastere

PULSAȚIA

O1 Imaginează-ți o celulă, mică precum o sămânță de mac, ce, din nemișcare, dintr-o dată se contractă... și-și începe pulsația.

PROPAGAREA

O2 Da, a început firav, haotic, însă pulsația i se propagă, celule de același fel molipsindu-se una de la alta.

COERENȚA

O3 Odată cu dezvoltarea sistemului nervos, pulsația celulelor capătă ritmicitate și coerență.

ÎNTREGUL

O4 Inima este primul organ ce se formează, iar bătaia ei neîncetată va distribui hrană întregului embrion asigurând dezvoltarea tuturor organelor vitale.



THAT'S THE BEAT OF A NEW CYCLE

are you ready for it?



PASUL I

simte pulsatia

Poate veni de la un cuvânt, o expresie, o melodie, un simbol, o imagine, o culoare, un gest...

Ceva aparent infim, dar cumva, te prinde.

O recunoști deoarece corpul îi va răspunde, la fel cum știe să răspundă când aude numele tău.

E pe fază. E atent. E prezent.



PASUL 2

observa-i propagarea

Odată ce ai dat de începutul firului, mergi pe el.

Observă ce se pune în mișcare.

Ce sincronități îți ies în cale.

Nu interveni. Nu încerca să înțelegi.

Lasă fenomenul să se întâmple natural.

Doar fii prezentă. Fii pe fază!



PASUL 3

coerenta

Colecționează indiciile în felul tău.

Fă fotografii la ce îți captează privirea,
notează, desenează, ascultă muzica pe repeat.
Meditază. Dansează. Pune întrebări.
Iscodește.

Poate vei putea cuprinde în cuvinte. Poate va
fi o senzație aparte în corp ce te va atenționa.

Expune-te vibrației noului indiferent de ce
faci. Așa va deveni tot mai palpabilă în tine și
prin ceea ce te înconjoară.



PASUL 4

intregul

Ține-te de fir, intră în ritm incluzând tot ce e important în viața ta.

Creează sincron și sinergie.

Fii curioasă de tot ceea ce experimentezi

- prin ceea ce ești,
- prin ceea ce ți se întâmplă,
- prin ceea ce crezi.



PASUL 5

îndrăznește

La început e posibil să nu îți fie la îndemână, mintea să nu știe concret ce să facă.

AI ÎNCREDERE.

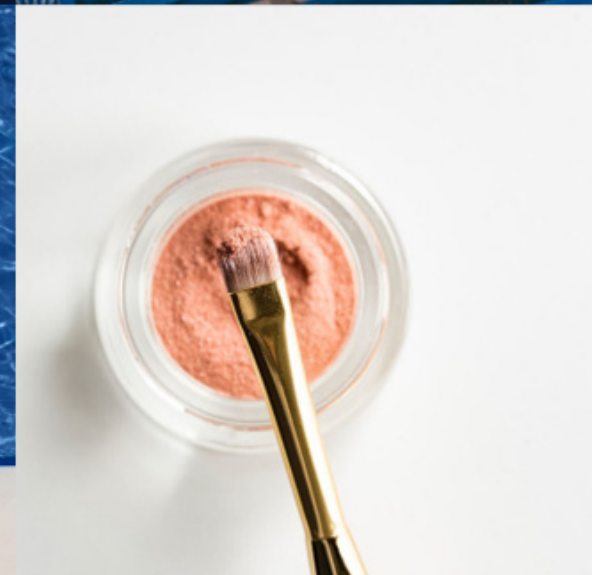
Fiecare zi devine magică atunci când ce e în tine și în jurul tău te ghidează, te informează.

Îndrăznește să simți, să asculți, să vezi, să te bucuri de tine.

Noi, femeile, suntem
ființe creatoare, **dăm**
viață, prin viața
noastră, fie că vorbim
de o nouă ființă, un
proiect, o dorință sau un
nou stil de viață.



ORGANIC
RHYTHMIC
growth





Inspirația pentru acest minighid a pornit de la un video de pe youtube pe care l-am văzut acum ceva ani: "Life before Birth". Mi-a rămas de atunci în minte importanța inimii în dezvoltarea embrionului.

Și m-am întrebat, cum ar fi dacă ar fi O INIMĂ, UN PULS care dă tonul și susține dezvoltarea în noul ciclu de creștere, care include tot ce e vital în viața noastră?

Te invit ca pornind de la această metaforă să îți faci propria explorare. Cum poți să creezi organic noul în viața ta?

Curioasa ce vei afla?



descoperă Viața ca un fir de poveste

www.firdepoveste.ro

