



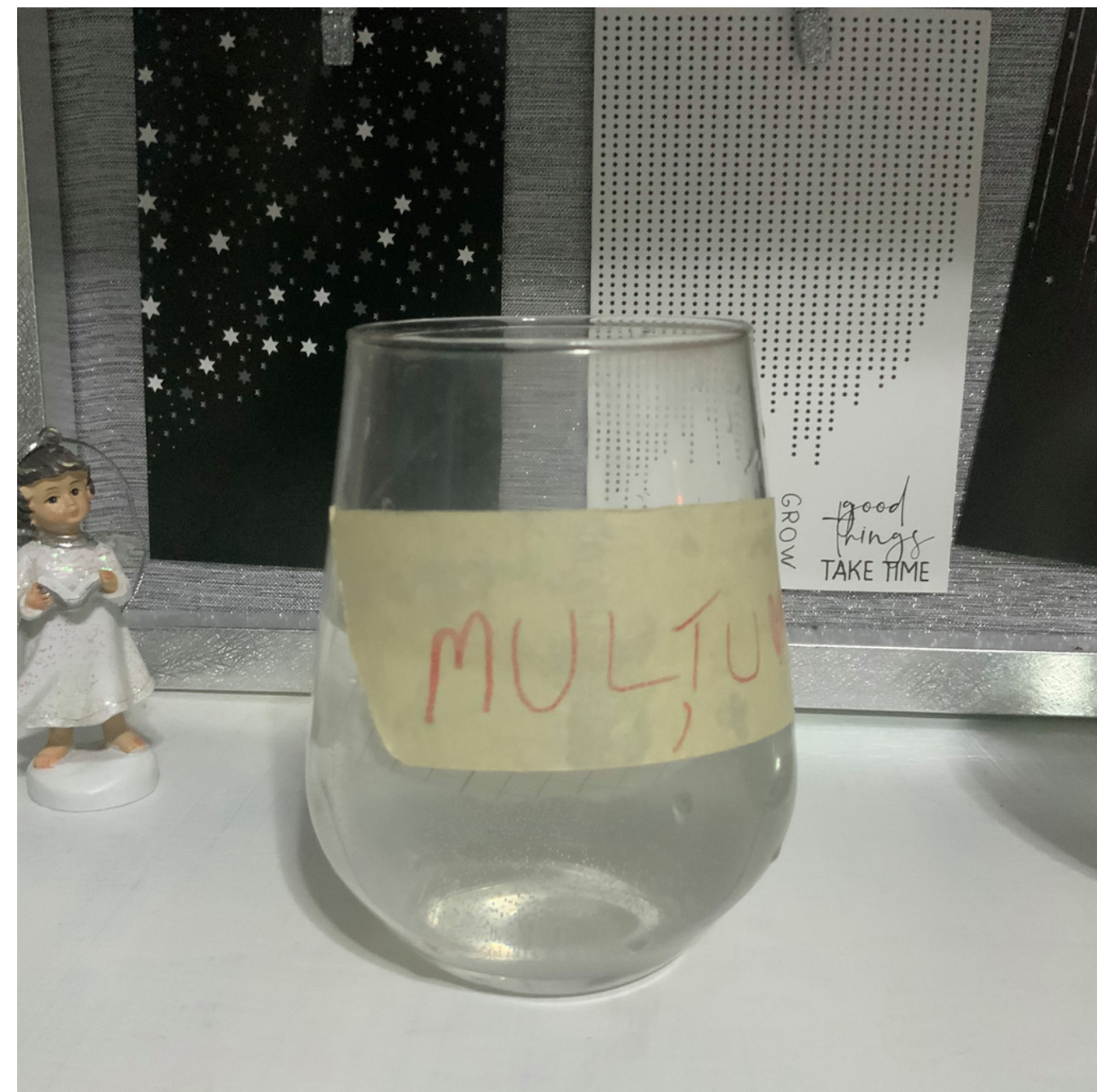
jog cu

COJOACELE

Perioada cuprinsă între 1 și 9 martie reprezintă intervalul de timp în care Dochia își împlinește destinul urcând muntele împreună cu turma sa de oi, pentru a muri înspre renaștere.

De ai și tu în tine o chemare spre nou în viața ta, te invit să ni te alături în pelerinajul Renașterii interioare.

Cum vom călători? Clar metaforic-creativ E specialitatea casei



Iată pașii sugerați:

1. Ia-ți un bol/borcan, scrie pe el sau lipește-i o etichetă cu MULȚUMESC. Uplete-l trei sfert cu apă. De vrei poți adăuga și câteva picături de ulei esențial.
2. În fiecare seară, de azi până în 8 martie, la 19:30 (sau când ți-e potrivit ție) scrie pe o bucățică mică de hârtie un "cojoc" ce până acum te-a protejat dar de care nu mai ai nevoie sau așa cum e te strânge, și e vremea potrivită să îl dai jos. Poate fi reprezentat printr-un cuvânt, o propoziție, un simbol, un mic desen, o culoare. Pune-l în borcan la dizolvat.
3. În data de 9 martie, cu recunoștință și bucurie aruncăm conținutul borcanului și ne sărbătorim curajul de a renaște.

Hai să ne împrimăverim!

Aceste practici creative îmi îmbogățesc experiența prin trăirile pe care le am și felul în care ajung să privesc lucrurile cotidiene.
Au așa un iz de poveste, de savoare.

Curioasă cum e pentru tine?





fie ca dând jos cojoacele să regăsim ce e sfânt pentru noi, ce ne înalță sufletul. Ce aduce la suprafață trăsăturile noastre luminoase.

Oare cum putem fi precum scânteiuțele de lumină în viața noastră de zi cu zi?

doar o reamintire pentru a noastră călătorie. găsește compasiune
pentru tine și cojoacele purtate starea din/cu care le dai jos
contează. poate aduce reșezare sau poate agita mai tare apele.

Reamintește-ți că renașterea interioară este un proces holistic, natural. Foarte important 1. Nu-l forța și 2. Ai grijă de tine. Disconfortul e parte din călătorie.

"I release the grip control and I soften. I am in FLOW with my dreams, my destiny and my desires. I surrender to the celestial wisdom of the cosmos, the guidance and comfort of my ancestors and the love and support of my Higher Self. I don't follow a linear path because I am too damn magical for that."

sunt curenți de energie care trec prin noi. Conștientizarea acestor curenți este primul pas spre învățarea modului în care apar experiențele noastre și de ce.

Emoțiile reflectă intenții. Prin urmare, conștientizarea emoțiilor duce la conștientizarea intențiilor. Fiecare discrepanță dintre intenția conștientă și emoțiile ce o însoțesc indică în mod direct un aspect fragmentar al sinelui ce necesită vindecare. Dacă, de exemplu, intenția ta de a te căsători îți provoacă durere în loc de bucurie, urmărirea durerii te va duce spre intențiile inconștiente. Dacă intenția ta de a avansa la locul de muncă îți provoacă durere în loc de satisfacție, urmărirea durerii te va duce la intențiile inconștiente.

Emoțiile ne pot ajuta să ne dăm seama ce cojoc e de dat jos. Observă ce în viața ta începe să meargă bine și dă jos cojocul ce nu mai e de actualitate.

Mulțumește cojocului pentru felul în care te-a protejat și apoi jos cu el. Știu... cu vremea instabilă când îți vine a-l lăsa, când l-ai mai păstra. Găsește moduri intermediare de a te susține în această perioadă de tranziție.

Fie ca tot ce e vechi să se dizolve în
apa limpede și curgătoare.
Iar de ai avut borcanul cu apă
pentru cojoacele date jos, e
vremea să-l eliberezi.

enJoy







descoperă Viața ca un fir de poveste

www.firdepoveste.ro

