

Diario

2



Conosci la tua storia? Parli mai con la tua bambina
interiore?

**La maggior parte delle persone
conosce il nome dei propri
nonni e forse bisnonni.
D'altronde la conoscenza dei
propri antenati richiede
impegno**

La ricerca



Conoscere i nomi anche solo lungo una linea di sangue di sette generazioni significa conoscere 254 antenati e i rispettivi nomi. Questa è una benedizione

La ricerca



**Ricorda che qualsiasi sforzo tu
faccia per comprendere e
conoscere i tuoi antenati,
risveglia il rapporto
consapevole con questi. Vedrai
nel tuo passato illuminata da un
falò e non da una candela.**

La ricerca





Avvia la ricerca

1

Parla con i saggi della tua famiglia, nonni e zii.

2

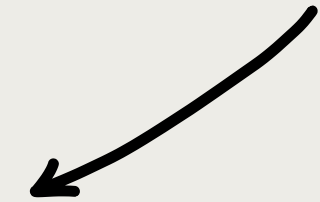
Fai ricerche d'archivio.

3

Fai un test del DNA: ti racconterà di alcune delle tue provenienze biologiche

4

Lavora con i registri Akashici



Parla con la tua bambina interiore

Lo hai mai fatto?

Dedicati 15 minuti. Se hai necessità trova qualche foto di quando eri bambina. Entra in connessione con la foto e con la te bambina. Usa i cinque sensi. Ricordati come vedevi il mondo. Ricordati come sentivi il mondo. Ricordati come interagivi con il mondo.



Parla con la tua bambina interiore

Lo hai mai fatto?

Ricordati come assaggiavi il mondo e lo toccavi. Le tue speranze. Le tue paure. Bene ora parla a quella bambina. Visualizzati mentre lo fai: lei piccola, tu adulta. Chiedile come sta e dille che tutto andrà bene. Che tu la proteggerai sempre. Chiedile di mostrarti la sua ferita sacra. Forse consisterà in un vero e proprio taglio.



Parla con la tua bambina interiore

Lo hai mai fatto?

Un ginocchio sbucciato? Un dito tagliato? Un gomito dolorante? Un livido? Una guancia gonfia per uno schiaffo? Dai un bacio a quella ferita, dille che la prenderai tu in carico, e passandole la mano sulla parte dolente cancella il taglio, la sbucciatura, l'arrossamento o il livido.



Parla con la tua bambina interiore

Lo hai mai fatto?

Mostrale che ora la ferita si trova sul tuo corpo, e che tu presto la lascerai andare perché da quella ferita non scorre più dolore ma gioia e possibilità. Quella ferita è diventata d'oro, sacra. E' un tuo tratto distintivo, è un tuo talento, è il tuo super potere. Abbracciala, salutala, promettile che tornerai.



Parla con la tua bambina interiore

Lo hai mai fatto?

Fallo per davvero. Farà bene a te e
farà bene a lei. Cambiando il tuo
passato, cambierai il tuo futuro.

Puoi anche disegnare con una matita
per il trucco, la ferita sacra laddove si
trovava nel corpo di te bambina. E' il
tuo talento, è il tuo miracolo.



**Annota ogni tua sensazione,
ogni tuo pensiero nel tuo diario.**

Il diario



Grazie!

Buon lavoro e buone
riflessioni

