DIARIO DI LUNA NUOVA

ESPLORAZIONE PROFONDA DI SE'

IL MIO STATO D'ANIMO
QUALE EMOZIONE PROFONDA STA CHIEDENDO DI ESSERE ASCOLTATA SENZA GIUDIZIO?

ISPIRAZIONE
QUALI TEMI, SIMBOLI O INTUIZIONI STANNO EMERGENDO DAL MIO INCONSCIO IN QUESTO PERIODO?

IL MIO PROPOSITO / LA MIA INTENZIONE
QUAL È L'INTENZIONE PROFONDA CHE DESIDERO COLTIVARE IN QUESTO CICLO LUNARE? COSA SCELGO DI FAR RINASCERE DENTRO DI ME?

AFFERMAZIONI PER IL SÉ
QUALE AFFERMAZIONE MI SOSTIENE NEL LASCIAR ANDARE IL VECCHIO E NELL'ABBRACCIARE IL CAMBIAMENTO?

IL SÉ ESTERIORE

ATTIVITA' QUOTIDIANA
QUALE PRATICA CORPOREA O RITUALE FISICO MI AIUTA A RIMANERE PRESENTE?

MOMENTO CHIAVE DELLA GIORNATA
QUAL È STATO IL MOMENTO DI MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA ?

OBIETTIVI
- ◯
- ◯
- ◯
- ◯

AZIONI CONCRETE
- ◯
- ◯
- ◯
- ◯

PASSATO
QUALE VECCHIO SCHEMA, LEGAME ACCETTO DI FAR MORIRE SIMBOLICAMENTE?

PRESENTE
QUALE SPAZIO DECIDO DI COLTIVARE NELLA MIA VITA

FUTURO
VERSO QUALE VERSIONE PIÙ AUTENTICA DI ME STO ORIENTANDO I MIEI PASSI?