



# **Pratica di visualizzazione del pozzo**

*Fearless Donne in Evoluzione*

gennaio 2025

[silvia.chierchini@donnefearless.com](mailto:silvia.chierchini@donnefearless.com)



✨ Benvenuta a questa esperienza di visualizzazione guidata, un momento dedicato a te stessa, per esplorare e liberare il tuo mondo interiore. ✨

Oggi ci concentreremo sull'arte di lasciare andare: le emozioni, i pensieri e le energie che non ci servono più. Spesso, infatti, portiamo dietro pesi e fardelli che ci impediscono di vivere pienamente e di esprimere il nostro vero io.

In questo viaggio ti inviterò a chiudere gli occhi e a respirare profondamente; ad immaginare di creare uno spazio dentro di te, un luogo sereno e accogliente, dove potrai lasciare andare tutto ciò che non ti serve più. Con ogni respiro, sentirai il peso che si solleva, mentre ti liberi di ciò che ti trattiene.

Prenditi un momento per riconoscere ciò che desideri lasciare andare. Sii gentile con te stessa e permettili di sentire.

Ricordate che questo è un lungo processo di trasformazione, un'opportunità per fare spazio a nuove esperienze, emozioni e possibilità.

Sei pronta? Iniziamo insieme questo viaggio di liberazione e rinascita.

gennaio 2025

1

[silvia.chierchini@donnefearless.com](mailto:silvia.chierchini@donnefearless.com)

