



Il diario Alchemico degli stati d'animo emozionali

Ecco come vivere al meglio la tua esperienza con il Diario

*Pochi minuti di scrittura, per avere in mano un potere
magico e trasformativo nella tua vita.*

Come creare alchimia ogni giorno con Afrodite?

Ogni giorno di mattina, scrivi il tuo Diario Alchemico

seguendo questa semplice traccia:

Usa queste 8 domande come una check list dei rituali

1. Oggi mi sento... (per quale ragione?)
2. Di cosa sono più grata oggi?
3. Quale intento decido di mettere in questa giornata?
4. Quale emozione/stato d'animo desidero provare oggi?
5. Oggi decido di lasciar andare...
6. Quale sfida decido di accettare di oggi?
7. Cosa voglio fare di importante oggi per me?
8. Cosa e come posso rendere questa giornata Magica e strepitosa?

Ricorda!

Scrivi ogni giorno, evita di concentrare la scrittura solo durante il weekend,

ricordati ogni giorno di Te!

È meglio scrivere poco ogni giorno, piuttosto che fare l'abbuffata a fine settimana.

Educa la tua mente ogni giorno ad Amarti...

Sei Tu che decidi!



Giorno: / /

A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines.