



DIA 31 - FIM DOS CICLOS

Chame como quiser: fechar ciclos, fechar portas, encerrar capítulos... o importante é fechá-los e seguir em frente.

Vou te sugerir um exercício que vai te ajudar a pôr um ponto final em algumas coisas que têm te prejudicado.

Imagine um grande balão, nele você "sopra" todas as suas angústias, medos, dores, raivas, frustrações, decepções, tristezas, lembranças e situações que de alguma forma ainda te fazem sofrer.

Agora, você amarra esse balão... imagine você soltando o balão, ele começa a subir e se afastar e levar tudo de ruim para bem longe e para sempre... veja ele subindo até sumir.

Deixe-o ir enquanto olha para o céu até perdê-lo de vista, sorrindo e sentindo muita paz.

Liberte-se.

Se não traz alegria para sua vida... Solte.

Se não te faz feliz... Solte.

Se permanece ao seu lado, mas não acrescenta nada de bom... Solte!

Beijos. Te desejo um incrível 2022.