

DEEP MINDFULNESS *Workbook*



LECOSEIN**MENTE**



I TRE INTENTI

semi di cambiamento

Quali sono i tuoi tre intenti per il 2024?

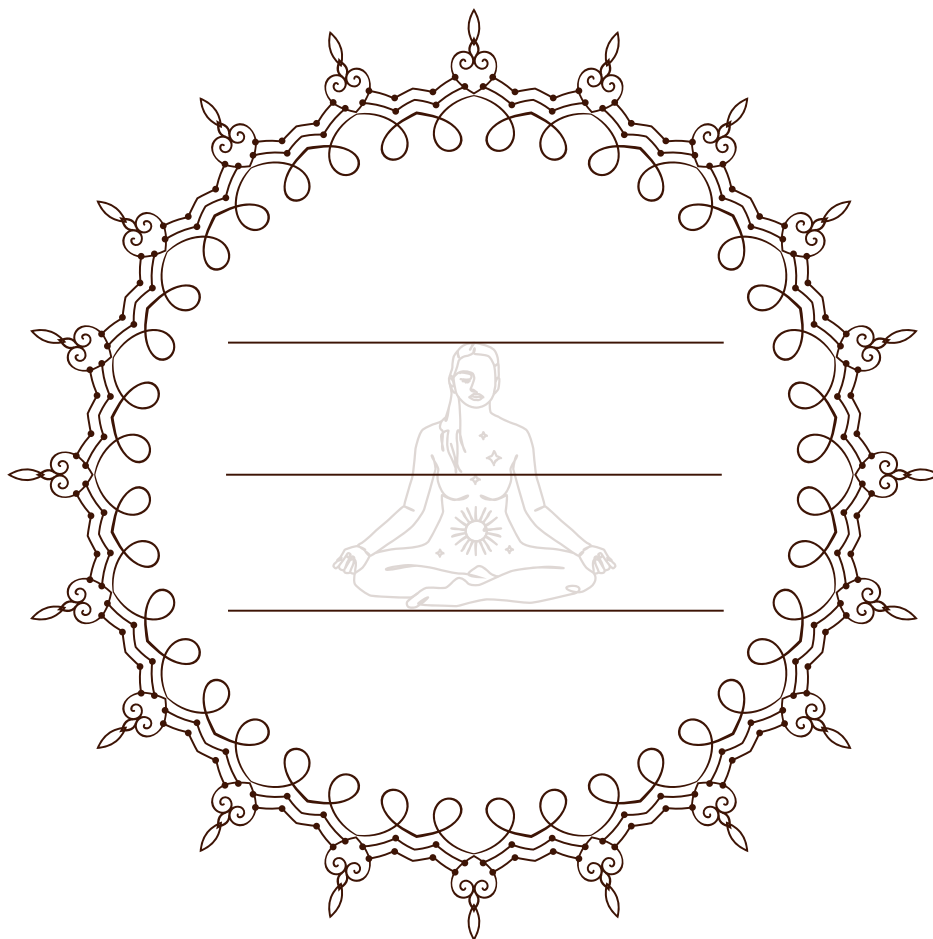
Rifletti su ciò che veramente desideri coltivare e manifestare in questo nuovo anno e cosa puoi lasciar andare per favorire il tuo cammino interiore.

Scrivi i tuoi tre intenti utilizzando la forma positiva, esprimendoli in prima persona e usando il tempo verbale al presente.

Esempio:

Coltivo la serenità interiore, ricordandomi di esprimere giorno per giorno la gratitudine per le piccole gioie.

Lascio andare la paura del giudizio esterno, abbracciando la mia autenticità senza riserve.



Con questo workbook, ottieni un accesso privilegiato alla **Masterclass Gratuita**, un'opportunità unica con Francesca, in programma per il **29 Gennaio dalle 19.30 alle 21 su Zoom**.

“La Luce della Fiducia”

Come iniziare a smettere di credere di non essere abbastanza e iniziare a dare voce e corpo alla Fiducia e alla Bellezza che sono in Te.

Meriti di vivere la tua storia.

Meriti di cantare la tua personale melodia.

Meriti di essere amate, ascoltate e accolte per quello che sei, veramente.

PER RISERVARE IL TUO POSTO E AVERE IL LINK SCRIVI A:

lecoseinmente@gmail.com



LECOSEINMENTE