

W O R K B O O K

LA LUNA DEL GRANO

Lavoriamo insieme
con le energie di
questa magica Luna!

W W W . S O N I A C A M P A N A . I T

Agosoto

Benarrivato Agosto!

Un mese spaziale in cui le energie si intensificano e la magia dell'estate raggiunge il suo top! Con il sole che splende luminoso nel cielo e la natura che esplose di vita, ci troviamo immersi in un vortice di energia vibrante e travolgente.

Agosto è un mese di opportunità, di crescita personale e di connessione con la nostra essenza più autentica. Le energie di questo mese ci invitano a celebrare i nostri successi, a coltivare i nostri sogni e a lasciarci trasportare dalla magia della vita. **È il momento di abbracciare la nostra unicità e di sperimentare nuove avventure con il cuore aperto e il sorriso sulle labbra.** Preparati ad esplorare le meraviglie che Agosto ha in serbo per noi e a lasciarti incantare dalle opportunità che si presentano lungo il cammino.

Sei pronta a vivere un mese indimenticabile? La magia dell'estate ti attende!

Sonia



ABOUT ME

Ciao sono Sonia e sono una Naturopata Druidica!

Ho coniugato il mio percorso da Naturopata con l'etica, gli ideali e le passioni che mi muovono quotidianamente.

Guidarti e fornirti strumenti per riscoprirti e scoprire il mondo che ti circonda, accompagnarti in un cammino di ripristino energetico e fisico sono i miei più grandi obiettivi. **Costruire percorsi** che come piccoli semi possano gettare le basi di una trasformazione in grado di farti germogliare e fiorire è la mia missione.

“

LA LUNA DEL GRANO *detta anche*

LUNA DELL'ORZO
LUNA DEL SEGUGIO
LUNA DELLA MIETITURA
LUNA DEI CILIEGI DOLCI
LUNA DELLO STORIONE
LUNA ALLEGRA



PAROLE CHIAVE

CELEBRAZIONE
RACCOLTO
IMPERMANENZA
CONDIVISIONE
GRATITUDINE
INTROSPEZIONE

e adesso.... lavoriamo insieme!

WORKBOOK

La Luna del Grano illumina il cielo, portando con sé un'energia dolce e curativa, che ci invita amorevolmente a lasciare andare ciò che ci pesa e a prepararci per il cambiamento che sta all'orizzonte.

In questo mese di opportunità e crescita personale, immergiamoci nella magia dell'estate, celebrando i nostri successi e coltivando i sogni che brillano come stelle nella notte.

Riflessione sulle tue semine: Prenditi un momento per riflettere sulle esperienze, le azioni e le decisioni che hai compiuto durante quest'estate. Cosa hai seminato nella tua vita in questo periodo? C'è qualcosa che ti rende particolarmente orgogliosa o che desideri coltivare ancora di più?

Rilascio e trasformazione: La Luna del Grano è un momento di rilascio e preparazione per il futuro. C'è qualcosa che senti di dover lasciar andare o liberarti? Sono presenti emozioni o pensieri che vuoi trasformare per sentirti più leggera e libera? Scrivi di questi aspetti che desideri trasformare o lasciar andare.

Sogni sotto la luna: Immagina di essere in una notte illuminata dalla Luna del Grano. Quali sogni o desideri ti appaiono chiaramente mentre la luce lunare ti avvolge? Cosa vuoi coltivare nella tua vita durante l'autunno e oltre? Fai una lista dei sogni e delle aspirazioni che desideri vedere crescere e fiorire come il grano sotto la luna!

come è andata?

A prima vista sembrava un lavoro semplice ma invece quanto è stato potente!

Per completare il nostro «lavoro» ti lascio qui un piccolo rituale che puoi utilizzare per essere ancora più in sintonia con questa Luna!



FUOCO E GHIACCIO

Ti spiffero **una pratica magica e potente che ti invita a lasciar andare ciò che non ti serve più**, liberando spazio per nuove energie e opportunità!

Accendi un fuoco sicuro all'interno di un braciere e prendi un piattino con del ghiaccio.

Osservalo, e con gentilezza e sincerità, rivolgili parole che rappresentano ciò che stai lasciando andare.

Il momento è giunto per la trasformazione.

Tieni il pezzo di ghiaccio vicino al fuoco, consentendo al calore di sciogliere le emozioni e i pensieri che hai espresso.

Visualizza le parole che si dissolvono, fondendosi con la magia del fuoco mentre il ghiaccio si scioglie completamente.

Senti la leggerezza nel tuo cuore mentre ti liberi di ciò che ti trattiene e ti apri a nuove possibilità!



grazie!

Vuoi ricevere altri contenuti gratuiti?
Iscriviti alla scintillante newsletter «Sparkle»!

MI ISCRIVO!



Continua a seguirmi su:

 @sonia.campana.naturopata

 @sonia.campana.naturopata

 www.soniacampana.it