



EN RESA GENOM SEX HELIGA OMRÅDEN

Dagbok för det heliga feminina

hon var aldrig förlorad, bara tyst

VÄLKOMMEN

Återvänd till henne

kvinnan under rollerna och brädskan

Det finns en version av dig som lever under att göra-listorna och förväntningarna. Hon är intuitiv, cyklisk, kreativ och värdefull utan att behöva bevisa någonting. De flesta av oss fick aldrig lära oss att lyssna på henne.

Den här dagboken färdas genom sex heliga områden: intuition, förkroppsligande, cykler, kreativitet, mottagande och självkänsla. Varje område öppnar med en reflektion att läsa långsamt, följd av dagbokssidor som går på djupet.

Det finns ingen ordning och ingen deadline. Öppna kapitlet som kallar på dig. Vissa områden besöker du en gång. Andra blir ett hem.

hon har väntat, tålmodigt

OMRÅDE 01 AV 06

Intuition

rösten som viskar innan tanken talar

Din intuition är inte magi. Den är summan av allt din kropp uppfattar innan tanken hinner förklara det. Sammandragningen när något är fel. Lättheten när något är rätt. Kvinnor lär sig att tysta den rösten med artighet och logik. Det här kapitlet är där du övar på att lita på den igen.