



## PODER DE CASA AULA 1

### ESCRITA e DESENHO

## QUEM ESTOU EU DEPOIS DE QUEM VEIO ANTES?

MATERIAL NECESSÁRIO:

caderno, caneta

folha A4, material de desenho

equipamento de som

Mantendo viva a força da meditação, vamos seguir em um exercício de aprofundamento na sua história.

Nossa relação com um trabalho é atravessada também pelas relações que vieram antes de nós. Então vamos trazer isso pra consciência para você ser ainda mais capaz de se conectar com a relação com o trabalho que VOCÊ quer ter.

**Dê play nessa playlist** e siga em um exercício de escrita em seu caderno, respondendo às perguntas abaixo:



**Assunção | conecta**



**>> Que narrativas você vem repetindo sobre si mesma no âmbito profissional  
Quais vozes se repetem, te diminuindo e te afastando da sua potência de realização e prosperidade?**

**>> Onde mora hoje sua força profissional? Quais as qualidades, crenças e padrões de comportamento que te levam mais próxima de onde gostaria de chegar?**

>>> tem mais na próxima página



**>> Quem foram as mulheres que vieram antes de você na sua ancestralidade?  
>> Como foi a relação delas com trabalho e dinheiro?**

**>> Como as narrativas e vozes internas que diminuem sua potência profissional e de prosperidade repetem ao mesmo padrão ancestral?**

**>> E como a força e luminosidade de quem veio antes de você segue presente nas suas ações?**

Respire um pouco, escute essa música que está tocando, conecte-se com o que está vivo em si por alguns momentos....

E agora pegue a folha A4 e o material de desenho.



**Você vai desenhar-se como a protagonista da própria jornada.**

.  
. .  
.

**E desenhe também todas essas mulheres da sua ancestralidade atrás de ti. Desenhe cada uma delas. Talvez você saiba seus nomes, talvez não. Mas de todo modo, sinta-as e desenhe.**

>>> tem mais na próxima página



**Perceba que elas estão torcendo por ti, ofertando seus votos, talentos e boas energias. Te permitindo largar os padrões destrutivos e se conectar com os luminosos, desejando que você siga seu caminho e prospere! Perceba o desejo delas de que você viva a SUA vida!**

.  
. .  
.

**Olhe para esse desenho e feche os olhos, escutando as vozes dessas mulheres que vibram pelo teu caminho.**

.  
. .  
.

**SINTA.**



E agora escreva:

**>> Que novas histórias você pode contar pra si mesma para te apoiar a ir além de onde você já foi até agora?**

**>> Que novas frases você pode incluir para se colocar em poderio da sua própria jornada?**