

Árvore da vida

escrito por Universo e Cultura



Texto – Blog Gato Místico.

Sente-se de maneira ereta e sinta sua energia surgindo... (pausa). Agora imagine que sua espinha é um tronco de uma árvore, e de sua base esticam-se raízes para dentro da terra para o centro da própria terra (pausa). E você pode retirar o poder da terra a cada respiração, sinta a energia desabrochando, como a seiva que surge ao tronco da árvore. E sinta o poder subindo por sua espinha. Sinta como você estivesse tornando mais vivo a cada respiração. E no alto de sua cabeça existem galhos que se movimentam para cima e para baixo para tocar a terra e sinta o poder irrompendo do topo de sua cabeça... e sinta-o movimentando através dos galhos até que novamente toquem a terra. Fazendo um círculo. Formando um círculo. Retornando às suas origens.