



COME COSTRUIRE IL LIBRICINO DELLE PROVE

SCRITTO DA SARA OTTOBONI



INTRODUZIONE

CARA ESPLORATRICE SPIRITUALE,

QUESTO DOCUMENTO CHE HAI DAVANTI NON È UN SEMPLICE SUPPLEMENTO, MA UN VERO E PROPRIO **STRUMENTO INTERATTIVO**.

IL SUO OBIETTIVO È GUIDARTI LUNGO IL CAMMINO CHE HAI DECISO DI INTRAPRENDERE, PERMETTENDOTI DI PASSARE DAL CONCETTUALE AL CONCRETO, DALLA TEORIA ALLA PRATICA. È STATO PROGETTATO PER OFFRIRTI UNA GUIDA CHIARA E PRATICA CHE, SPERO, TI ACCOMPAGNERÀ IN MODO PRODUTTIVO DURANTE IL TUO VIAGGIO.

DURANTE LA GIORNATA, LA VITA CI PRESENTA INNUMEREVOLI SEGNALI. ALCUNI SONO CHIARI E DIRETTI, MENTRE ALTRI SONO PIÙ SOTTILI, QUASI ENIGMATICI. QUESTI INDIZI SPONTANEI POSSONO AVERE UN SIGNIFICATO PROFONDO SE SOLO IMPARIAMO A DECIFRARLI. E PROPRIO QUI INTERVIENE QUESTO DOCUMENTO: VUOLE **INSEGNARTI A COGLIERE E INTERPRETARE QUESTI SEGNALI**, A CAPIRE CIÒ CHE VOGLIONO COMUNICARTI.

SEI PRONTA A SFIDARE TE STESSA E A IMMERGERTI IN QUESTA ENTUSIASMANTE AVVENTURA?

CINQUE TAPPE PROCEDURA



TAPPA UNO

DOCUMENTA GLI EVENTI CREANDO
IL LIBRICINO DELLE PROVE

TAPPA DUE

ANALIZZA IL LIBRICINO DELLE PROVE

TAPPA TRE

REDIGI IL DIZIONARIO DELLE PROVE

TAPPA QUATTRO

PRENDERE NOTE SUPPLEMENTARI
SUL DIZIONARIO DELLE PROVE

TAPPA CINQUE

CONTINUA A DOCUMENTARE GLI EVENTI

PROCEDURA

TAPPA UNO

DOCUMENTA GLI EVENTI CREANDO
IL LIBRICINO DELLE PROVE

IL TUO OBIETTIVO IN QUESTO MOMENTO E' DI **COMPILARE UN ELENCO TANGIBILE** CHE INCLUDE TUTTE LE PROVE, I MOMENTI DI SINCRONICITÀ, GLI INDIZI, I MESSAGGI, LE CHIAMATE E LE PAROLE CHIAVE RICEVUTE DALLE TUE GUIDE SPIRITUALI, TRAMITE UN'ATTENTA OSSERVAZIONE PER UN PERIODO DI ALCUNI MESI.

NON APPENA RICEVI LE RISPOSTE, **DOCUMENTALE** IN MODO DETTAGLIATO. USA UN QUADERNO O UN NOTEBOOK DEDICATO PER ANNOTARE I MESSAGGI CHE RICEVI, SPECIFICANDO DATA, ORA E LUOGO IN CUI SI VERIFICA L'EVENTO. NON TRASCURARE NESSUN PARTICOLARE: OGNI DETTAGLIO POTREBBE ESSERE RILEVANTE.

LIBRICINO DELLE PROVE (ESEMPIO)

DATA	DESCRIZIONE
02/2/2022	NEL DORMIVEGLIA MATTUTINO, HO PERCEPITO UNA FORMA DI UN VISO VERDE, HO AVUTO UN FORTE CALORE AL PETTO
03/2/2022	HO NOTATO IL 1:11PM MENTRE STAVO PENSANDO ALLA GESTIONE DELLE RESPONSABILITA QUANDO LA COLLEGA SARA' IN MATERNITA
12/2/2022	NEL DORMIVEGLIA MATTUTINO, MI SONO ACCORTA DI PERCEPIRE UNA FORMA DI DONNA IN POSIZIONE DI PREGHIERA
24/2/2022	SOGNO CHE PARTORIVO DUE GEMELLI, UNA BIMBA E UN BIMBO, ERO DA SOLA IN UNA FATTORIA
1/3/2022	HO NOTATO 11:11 ERO ARRABBIATA CON LA MIA COLLEGA PER L'EMAIL INVIATA AL DIRETTORE GENERALE, DOVE DICHIARAVA ERRONEMANETE CHE ERA TUTTO SOTTO CONTROLLO
8/3/2022	SOGNO DI LAVORARE IN ORFANOTROFIO DI UN VILLAGGIO E ADOTTO DUE FRATELLINI, UNA BIMBA E UN BIMBO
15/3/2022	HO UN SOGNO IN CUI UN VECCHIO AMICO MI CHIEDE DI PRENDERMI CURA DEI SUOI FIGLI, E IL GIORNO DOPO, RICEVO NOTIZIE DI LUI DOPO ANNI DI SILENZIO.
24/3/2022	HO SENTITO MENZIONARE 4 VOLTE DURANTE LA GIORNATA IL CARTONE ANIMATO "PEPPA PIG": COLLEGA, BAMBINO SUL TRAM, PUBBLICITA ALLA RADIO DEI BISCOTTI PEPPA PIG, SU INSTAGRAM.
28/3/2022	SOGNO DI ESSERE UNA GUARITRICE IN UNA TRIBU DELL'ASIA E MI DEDICAVO PRINCIPALEMENTE ALLA GUARIGIONE DEI BIMBI
12/4/2022	ENTRANDO IN MACCHINA STANCA DOPO UNA PRESENTAZIONE DEI SERVIZI AD UN CLIENTE, HO NOTATO UNA TARGA DOVE C'ERA 111
14/4/2022	UNA BIMBA MI HA DATO UN DISEGNO, DOVE C'ERA UNA FAMIGLIA COMPOSTA DA 4 PERSONE, 2 ADULTI, 2 BAMBINI
23/4/2022	ALLA PAGINA 111 DEL ROMANZO, HO NOTATO UN VIRGOLETTATO: "DELEGA LE TUE RESPONSABILITA".

LIBRICINO DELLE PROVE

[illegible]

PROCEDURA

TAPPA DUE

ANALIZZA IL LIBRICINO DELLE PROVE

IL TUO OBIETTIVO IN QUESTO MOMENTO E' DI **REPERIRE TUTTE LE RIPEZIONI, SIMILITURINE O CONCOMITANZE** ALL'INTERNO DEL TUO LIBRICINO DELLE PROVE.

PER ASSICURARTI DI FARLO VELOCEMENTE, USA I PENNARELLI COLORATI PER EVIDENZIARE RIPETIZIONI DI SIMBOLI, EVENTI O MESSAGGI. QUESTE COSTITUIRANNO IL FILO CONDUTTORE COLORATO, AIUTANDOTI A ORGANIZZARE E CAPIRE MEGLIO LE TUE ESPERIENZE SPIRITUALI.

RICORDA, QUESTO PROCESSO RICHIEDE PAZIENZA, CURIOSITÀ E DEDIZIONE.

LIBRICINO DELLE PROVE (ESEMPIO)

DATA	DESCRIZIONE
02/2/2022	NEL DORMIVEGLIA MATTUTINO, HO PERCEPITO UNA FORMA DI UN VISO VERDE DI DONNA, HO AVUTO UN FORTE CALORE AL PETTO
03/2/2022	HO NOTATO IL 1:11PM MENTRE STAVO PENSANDO ALLA GESTIONE DELLE RESPONSABILITA QUANDO LA COLLEGA SARA' IN MATERNITA
12/2/2022	NEL DORMIVEGLIA MATTUTINO, MI SONO ACCORTA DI PERCEPIRE UNA FORMA DI DONNA IN POSIZIONE DI PREGHIERA
24/2/2022	SOGNO CHE PARTORIVO DUE GEMELLI, UNA BIMBA E UN BIMBO, ERO DA SOLA IN UNA FATTORIA
1/3/2022	HO NOTATO 11:11 ERO ARRABBIATA CON LA MIA COLLEGA PER L'EMAIL INVIATA AL DIRETTORE GENERALE, DOVE DICHIARAVA ERRONEMANETE CHE ERA TUTTO SOTTO CONTROLLO
8/3/2022	SOGNO DI LAVORARE IN ORFANOTROFIO DI UN VILLAGGIO E ADOTTO DUE FRATELLINI, UNA BIMBA E UN BIMBO
15/3/2022	HO UN SOGNO IN CUI UN VECCHIO AMICO MI CHIEDE DI PRENDERMI CURA DEI SUOI FIGLI, E IL GIORNO DOPO, RICEVO NOTIZIE DI LUI DOPO ANNI DI SILENZIO.
24/3/2022	HO SENTITO MENZIONARE 4 VOLTE DURANTE LA GIORNATA IL CARTONE ANIMATO "PEPPA PIG": COLLEGA, BAMBINO SUL TRAM, PUBBLICITA ALLA RADIO DEI BISCOTTI PEPPA PIG, SU INSTAGRAM.
28/3/2022	SOGNO DI ESSERE UNA GUARITRICE IN UNA TRIBU DELL'ASIA E MI DEDICAVO PRINCIPALMENTE ALLA GUARIGIONE DEI BIMBI
12/4/2022	ENTRANDO IN MACCHINA STANCA DOPO UNA PRESENTAZIONE DEI SERVIZI AD UN CLIENTE, HO NOTATO UNA TARGA DOVE C'ERA 111
14/4/2022	UNA BIMBA MI HA DATO UN DISEGNO, DOVE C'ERA UNA FAMIGLIA COMPOSTA DA 4 PERSONE, 2 ADULTI, 2 BAMBINI
23/4/2022	ALLA PAGINA 111 DEL ROMANZO, HO NOTATO UN VIRGOLETTATO: "DELEGA LE TUE RESPONSABILITA".

PROCEDURA

TAPPA TRE

REDIGI IL TUO DIZIONARIO SPIRITUALE

IL LIBRICINO DELLE PROVE NON MI PERMETTE SOLO DI DOCUMENTARE E DI REPERIRE LE RIPETIZIONI DEI SEGNI, EVENTI, SIMBOLI.

FA MOLTO DI PIÙ!

TI PERMETTE DI IDENTIFICARE IL SIGNIFICATO CHE UN DETERMINATO SIMBOLO, INDIZIO O SEGNO **HA PER TE**.

ORA TOCCA A TE COSTRUIRE IL TUO DIZIONARIO SPIRITUALE BASANDOTI SUL QUESTO ESEMPIO.

Dizionario spirituale

INDIZIO	SIGNIFICATO
111	Il numero 111 e varianti come 11:11 sono presenti in diverse situazioni (pagina del libro, targa, orario). 11 ha un significato prevalentemente LAVORATIVO, legato a responsabilità e a lavoro: delegare responsabilità, gestione di situazioni lavorative (email al direttore, sostituzione durante la maternità della collega), presentazione dei servizi a un cliente.
Bambini	I bambini emergono come un tema ricorrente in vari contesti: dalla rappresentazione familiare nei disegni, ai riferimenti nei sogni, passando per temi come la gravidanza, l'adozione e persino il cartone animato "Peppa Pig". Questa presenza suggerisce un significato profondamente materno, alludendo alla crescita familiare, all'intensificarsi delle responsabilità e all'adattamento a nuove dinamiche all'interno della famiglia

Dizionario spirituale

[illegible]

PROCEDURA

TAPPA QUATTRO

PRENDERE NOTE SUPPLEMENTARI
SUL DIZIONARIO DELLE PROVE

PRENDI NOTE AGGIUNTIVE SUL DIZIONARIO DELLE PROVE.

DURANTE LA RILETTURA, POTRESTI INDIVIDUARE ANALOGIE TRA IL
TUO FUNZIONAMENTO E LA COMUNICAZIONE CON LE GUIDE.
ANNOTA LE TUE OSSERVAZIONI NELLA SEZIONE 'NOTE'

NOTE

LO **STATO DI DORMIVEGLIA E IL SOGNO** SONO CRUCIALI PER RICA-
VARE INFORMAZIONI. MONITORARLI È ESSENZIALE, DATO
CHE CINQUE SITUAZIONI VI SONO DIRETTAMENTE LEGATE

DA UN PUNTO DI **VISTA SPIRITUALE**, LE GUIDE SFRUTTANO INTENSAMENTE QUESTA CAPACITÀ SIA DI GIORNO CHE DI NOTTE. È IMPORTANTE PRESTARVI ATTENZIONE IN FUTURO

PROCEDURA

TAPPA CINQUE

CONTINUA A DOCUMENTARE GLI EVENTI

RICORDATI CHE **NON CI SI FERMA QUI.**

SI CONTINUA AD ALIMENTARE LIBRICINO DELLE PROVE PER
AMPLIARE IL DIZIONARIO E CONVALIDARE LE INFORMAZIONI
INCLUSE GIÀ NEL DIZIONARIO.

BUON LAVORO!

IN PIÙ

LISTA DI RISORSE

WWW.SARAOTTOBONI.COM

IL SITO È UN PUNTO DI RIFERIMENTO PER CHI CERCA APPROFONDIMENTI NEL CAMPO DELLA SPIRITUALITÀ. VASTA GAMMA DI RISORSE E INFORMAZIONI SUPPLEMENTARI. NAVIGA E SCOPRI DI PIÙ.



VIAGGIO ALLA SCOPERTA DELLA SPIRITUALITÀ

TI INVITO AD ASCOLTARE IL MIO PODCAST SULLA SPIRITUALITÀ, DISPONIBILE GRATUITAMENTE SULLE PRINCIPALI PIATTAFORME AUDIO. UN VIAGGIO SONORO PER APPROFONDIRE TEMI E RIFLESSIONI SPIRITUALI.



INSTAGRAM @SARAOTTOBONI

SEGUIMI SUL MIO PROFILO INSTAGRAM: OGNI GIORNO CONDIVIDO SUGGERIMENTI PRATICI PER COMUNICARE CON LE GUIDE E RISPONDERÒ ALLE TUE DOMANDE E DUBBI.

