



SÉRIE GRATUITA ALMYA

A Carta de Fogo

Queime o Passado. Renasça das Cinzas.



"Se você quer renascer, precisa destruir tudo o que te mantém presa ao que foi."

Esta é a sua primeira prova de fogo. Nada novo nasce enquanto você ainda segura os destroços do passado. Se você quer um recomeço real, precisa primeiro queimar tudo aquilo que não pode mais te acompanhar.

A "Carta de Fogo" é um ato simbólico e poderoso. Aqui, você escreverá tudo o que precisa morrer dentro de você: pessoas, crenças, dores, padrões e histórias que você ainda repete para si mesma.

⚡ Este é o seu momento de cortar tudo o que te prende. Sem meio-termo. Sem apego. Sem hesitação.

PASSO 1: ESCREVA A SUA CARTA



Pegue um papel e escreva tudo o que precisa morrer. Escreva sem medo, sem filtro, sem pena.

01

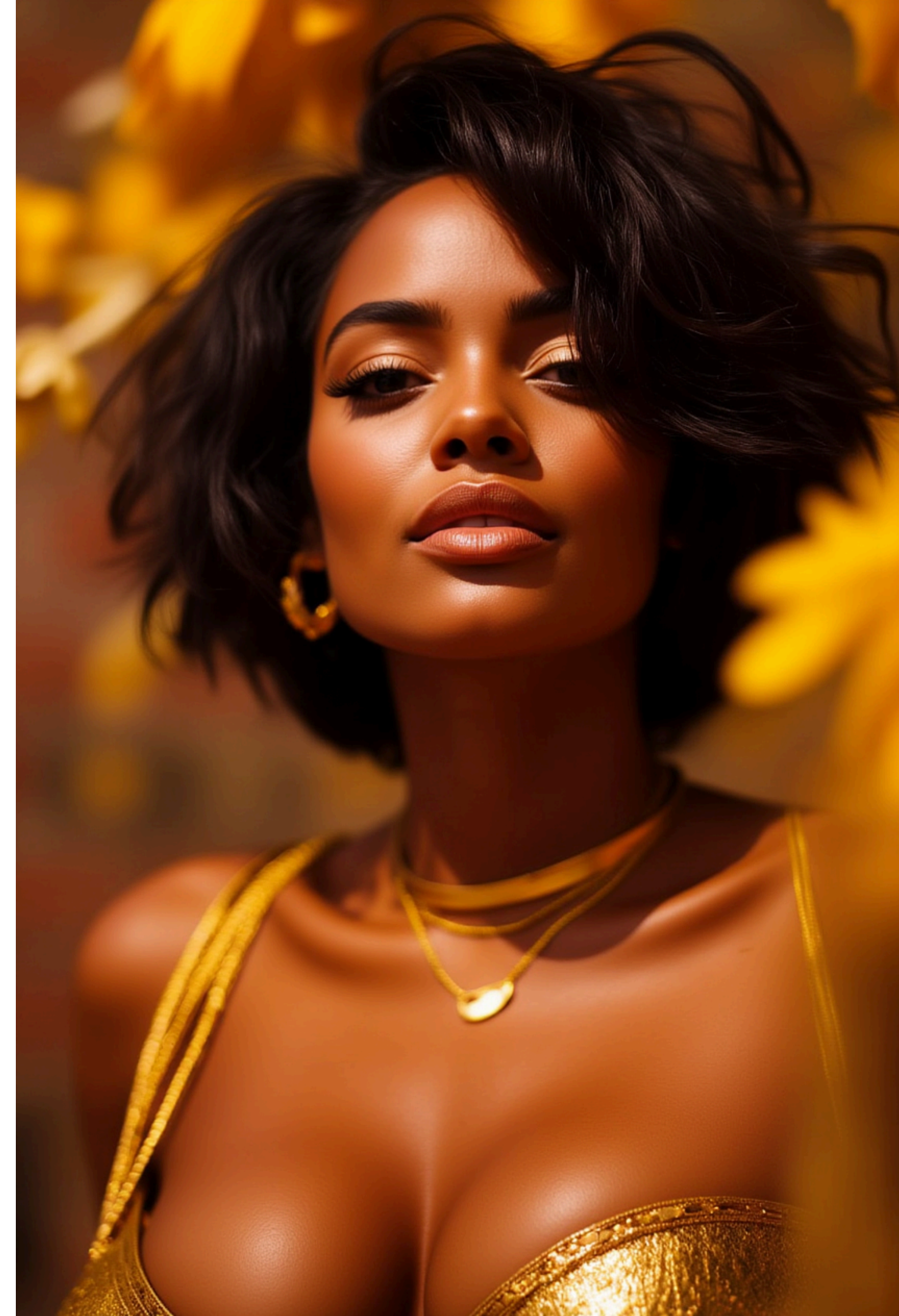


O que colocar na carta?

- Pessoas que você precisa esquecer.
- Sentimentos que te consomem.
- Medos que te paralisam.
- Crenças que te limitam.
- Histórias antigas que você continua repetindo.
- Dores que você ainda alimenta.

Exemplo de frases que você pode usar na sua carta:

- "Eu libero a culpa que carrego. Ela não me pertence mais."
- "Eu não sou mais a pessoa que aceita menos do que merece."
- "Eu queimo tudo o que me prende. Agora sou livre."





PASSO 2

PASSO 2:

LEIA EM VOZ ALTA

Depois de escrever, leia a carta para si mesma, em voz alta. Sinta cada palavra. Encare cada verdade. Você precisa sentir o peso do que está cortando.

Se não doer, você não foi honesta o suficiente.

Se precisar, reescreva e aprofunde ainda mais. Este é o momento de tirar tudo para fora.

PASSO 3: QUEIME SEM OLHAR PARA TRÁS



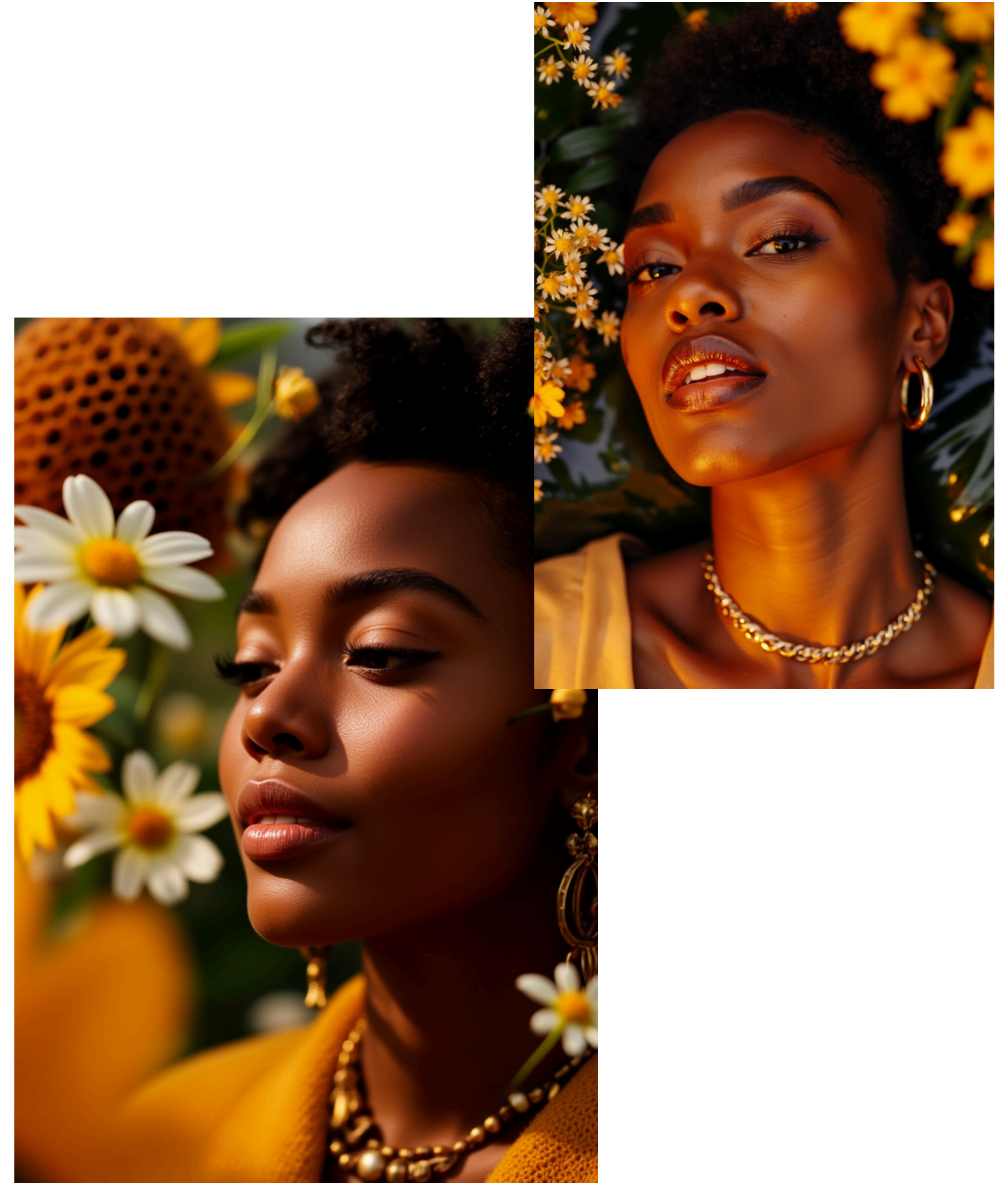
Agora, é a hora final. Pegue a carta e queime.

Escolha um local seguro (fogueira, pia, recipiente de metal).

- ◆ Veja as chamas consumindo tudo. Sinta o peso se dissolvendo.
- ◆ Observe as cinzas. O que estava escrito ali acabou.

Você não olha para trás. Você não busca mais aquilo. Acabou.

"O que queimou, não volta. O que morreu, não me pertence mais. Eu sigo em frente, sem olhar para trás."





JURAMENTO FINAL: SELANDO O PROCESSO

Agora, faça um compromisso com você mesma. Leia estas palavras e as guarde dentro de si:

"Eu aceito minha queda. Não temo a destruição. O que precisa morrer, morrerá. Eu sou fogo, não cinzas."

Agora você está livre.

No próximo episódio, você aprenderá a encarar o vazio deixado pelo que queimou. E a preenchê-lo com poder absoluto.

ebook gratuito

almya!

QUEIME O PASSADO. RENASÇA DAS
CINZAS.

