

LABERINT DE L'ÀNIMA

ANNA LLENAS



LABERINT
de l'ànima
ANNA LENAS

Copyright dels textos: © Anna Llenas, 2016
Copyright de les il·lustracions: © Anna Llenas, 2016
www.annallenas.com

Copyright d'aquesta edició: © Grup Editorial 62, s.l.u., 2015
Fanbooks, Avinguda Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona
www.fanbooks.cat

Primera edició: febrer del 2016
ISBN: 978-84-16297-69-6
Dipòsit legal: B.222-2016
Imprès a Espanya - *Printed in Spain*

Queda rigorosament prohibida sense autorització escrita de l'editor qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra, que serà sotmesa a les sancions establertes per la llei. Podeu adreçar-vos a Cedro (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necessiteu fotocopiar o escanejar algun fragment d'aquesta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47). Tots els drets reservats.

LABERINT de l'ànima

L'ànima s'expressa en imatges, i les imatges ens transmeten emocions, sentiments, estats interns. Alguns d'ells són amables, lluminosos i, d'altres, ben obscurs. N'hi ha que t'omplen d'ànim i energia, i d'altres que, no saps com, te'n treuen.

Aquest llibre et convida a retrobar-te amb cadascun d'aquests estats de l'ànima en un viatge cap a tu mateix.

Aquí només en trobaràs alguns, però n'hi ha molts més, perquè el camí de l'ànima no té fi; sempre hi haurà matisos, emocions i estats nous per sentir i descobrir. Com en un laberint, hi ha girs i obstacles, passatges clars i carrerons sense sortida, però amb la teva intuïció podràs anar trobant el camí. El resultat de tot plegat serà un coneixement més bo i profund de tu mateix. Gaudeix del viatge!





alegria

L'alegria és una emoció agradable i optimista.
És una energia lluminosa que t'activa l'ànim i les
ganes de fer coses.

Et fa sentir il·lusió, curiositat, desig de viure i de compartir-ho tot
amb els altres. Quan et sents alegre emets tan bones vibracions
que tothom vol estar a prop teu.





salgo a
reencuen
o por si
diate
aventuro
...





dubte

Què faig? Cap a on vaig? Quin camí trio? I quin descarto?

El dubte et fa debatre entre diverses possibilitats, pensaments i sentiments contraposats. Quan dubtes, un sentiment d'incertesa t'obliga a parar-te i a no avançar en el camí fins a veure-hi més clar. Buscar informació, reflexionar, contrastar... t'ajudaran a triar l'opció encertada. Si no resols el dubte, la situació pot paraitzar-te i estancar-te...

Dubtar és normal. Ens costa molt decidir, ja que escollir una opció sol implicar renunciar a d'altres.







arrelament

Sentir-se arrelat és sentir que pertany a algun lloc. L'arrelament et dóna fermesa i identitat, i et proporciona alhora una base sòlida on poder construir, assentar pensaments i desitjos i emprendre accions, de manera que aquests s'agafin a terra i no se'ls endugui el vent. Crea una mena de lligam o vincle que et fa sentir segur.

De vegades, però, si aquesta sensació pesa massa, pots arribar a notar-te oprimat i amb ganes de voler escapar i ser lliure. Per contra, una sensació de no-arrelament enlloc pot dur-te a una absurditat vital que t'acabarà passant factura.