

SCOPRI IL TUO DONO: GUIDA ALLA CONSAPEVOLEZZA DI SÉ

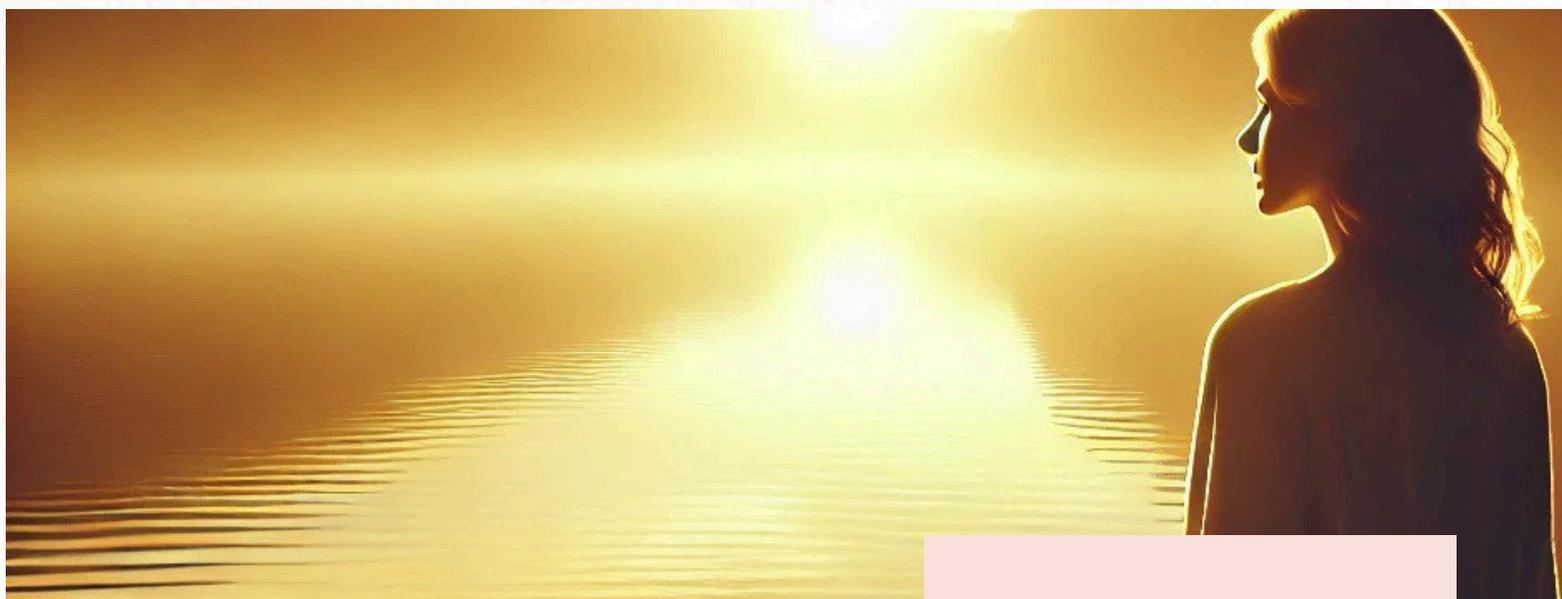
Un viaggio alla scoperta delle qualità uniche che ti rendono speciale. Riconosci il tuo dono e impara a valorizzarlo nella tua vita quotidiana..

DI MARIANGELA CARTA



Introduzione

COME IDENTIFICARE E
VIVERE IL TUO DONO.



Ognuno di noi possiede un **dono unico**, una **qualità innata** che lo distingue e che, se riconosciuta, può arricchire la sua vita e quella degli altri.

Spesso, però, questi **doni** rimangono nascosti o sottovalutati perché ci appaiono così **naturali** da non considerarli **speciali**.

Questa guida ti aiuterà a capire cosa sia un **dono**, come riconoscerlo e viverlo pienamente.

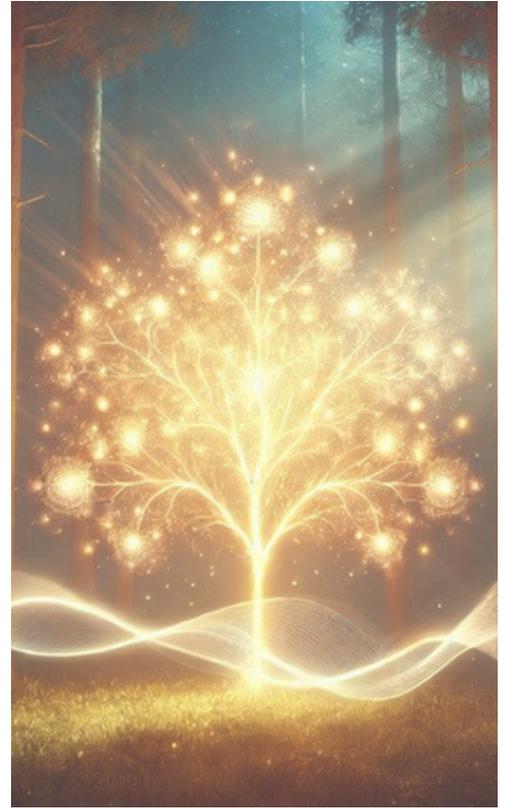
I tuoi doni
sono la
chiave per
una vita più
autentica e
appagante.

Caratteristiche

DI UN DONO

Ogni dono ha caratteristiche uniche che lo rendono speciale:

- **Innato** - Non si apprende, ma fa parte di noi fin dalla nascita. **Spontaneo** - Si manifesta senza sforzi particolari, come un'energia naturale. **Unico** -
- Ogni persona ha doni diversi, che la rendono speciale e irripetibile.
- **Trasformativo** - Può avere un impatto positivo su di noi e sugli altri. **Non**
- **sempre riconoscibile subito** - Spesso lo diamo per scontato perché ci sembra naturale.. **Autenticità** - Un
- dono è qualcosa di vero e profondo, che fa parte della nostra essenza.
- **Flusso** - Si manifesta in modo naturale e senza sforzo, come un'energia che scorre liberamente.



Quando riconosci ciò che ti rende speciale, puoi esprimerlo con naturalezza e arricchire la tua vita e quella degli altri. Non sottovalutare ciò che per te è spontaneo: proprio lì si nasconde il tuo dono.

ESEMPI DI DONI

I doni possono manifestarsi in molte forme, ecco alcuni esempi:

Doni di Percezione e Intuizione

- ***Intuito***: Percepire oltre le apparenze.
- ***Sensibilità***: Percepire emozioni che altri non notano.
- ***Saggezza interiore***: Intuizioni profonde sulla vita.

Doni di Connessione e Supporto

- ***Empatia***: Sentire e comprendere le emozioni altrui.
- ***Ascolto***: Comprendere senza giudicare.
- ***Energia rassicurante***: Trasmettere pace e sicurezza.

Doni di Creatività e Ispirazione

- ***Creatività***: Esprimere idee in modo originale.
- ***Ispirazione***: Motivare gli altri con parole e azioni.
- ***Visione positiva***: Vedere il lato positivo nelle difficoltà.

Doni di Adattabilità e Generosità

- ***Adattabilità***: Affrontare i cambiamenti con serenità.
- ***Generosità***: Dare senza aspettarsi nulla.
- ***Gioia contagiosa***: Portare leggerezza e positività.



Domande per riconoscere

IL TUO DONO

Per aiutarti a identificare il tuo dono, rispondi a queste domande. Ti consiglio di prenderti il tempo per riflettere con calma e scrivere le tue risposte:

1

Qual è la qualità che gli altri apprezzano di più in me?

.....

.....

.....

2

Cosa mi viene naturale e spontaneo, senza che io ci pensi troppo?

.....

.....

.....

3

In quali momenti mi sento davvero in armonia con me stessa?

.....

.....

.....

4

Cosa mi rende felice quando lo condivido con gli altri?

.....

.....

.....

5

C'è qualcosa che faccio con facilità e che per altri sembra difficile?

.....

.....

.....

6

Quali attività ti fanno sentire più in sintonia con te stessa?

.....

.....

.....

Ecco altre domande che ti aiuteranno a scoprire i tuoi doni.
Ogni risposta ti guiderà verso una maggiore consapevolezza

Quando ricevi complimenti,
quali sono i più **ricorrenti**?

Cosa fai senza sforzo, ma che
per gli altri sembra
straordinario?

Se potessi **dedicarti** a qualcosa
senza preoccuparti del **risultato**,
cosa **scegliresti** di fare?

In che tipo di ambienti ti senti
più **energica e ispirata**?

Cosa facevi con **gioia** da
bambina senza che nessuno te lo
insegnasse?

In quali situazioni gli altri
vengono spontaneamente
a chiedermi **aiuto** o
consiglio?

Quale attività ti fa perdere
la cognizione del tempo
perché mi **coinvolge**
completamente?

Quali momenti della mia vita
mi hanno fatto sentire più
autentica e realizzata?

CONCLUSIONE E SUGGERIMENTI PRATICI

Scoprire il proprio dono è un viaggio di consapevolezza. Una volta riconosciuto, puoi coltivarlo e utilizzarlo per migliorare la tua vita e quella delle persone intorno a te. Ecco alcuni suggerimenti pratici:

Accetta e valorizza le tue qualità, senza minimizzarle.



Sperimenta! Metti in pratica il tuo dono nella quotidianità e osserva come ti fa sentire.



Condividi il tuo dono con gli altri: spesso il suo vero valore emerge quando lo mettiamo a servizio del mondo.



CHI SONO

Sono Mariangela, una Life & Health Coach certificata, tarologa e Intuitive Coach.

La mia passione per il benessere olistico si estende anche allo studio dei Registri Akashici, delle Leggi Universali e all'uso di strumenti intuitivi per la crescita personale.



Ho trasformato le difficoltà in opportunità e il mio obiettivo è guidare le persone verso un benessere completo, che integri mente, corpo e spirito. Attraverso l'ascolto empatico, il coaching olistico e pratiche esoteriche e spirituali, offro strumenti pratici e consigli per affrontare le sfide quotidiane e migliorare la propria salute mentale e fisica.

Il mio motto è: "***Trasformare le difficoltà in opportunità***". Sono qui per aiutarti a intraprendere un percorso di consapevolezza, crescita e benessere.

HAI BISOGNO DI
AIUTO?

✉ Email: info@mariangelacarta.it

🌐 Blog: <https://tr.ee/euCgMu>

📺 YouTube: <https://tr.ee/aptRub>

Sono qui per accompagnarti nel tuo percorso di crescita e benessere! 💖