



## ברוכה הבאה לאתגר REWILD

7 ימים לעורך את האישה הפראית, החושנית והתשוקתית שאת!!



אני כל כך מתרגשת שאת כאן וממש מודה לך על הזכות ללוות אותך במסע המרגש לגילוי וחיבור לאישה הפראית שבתוכך. אנחנו הולכות להתעורר לחיים ביחד השבוע! מוכנה?? אז בואי נתחיל.

### הנה תרגיל הכנה ג'וסי לאתגר:

כדי להתחיל להכיר את האישה הפראית שבתוכך, מי היא ומה היא רוצה, שאלי את עצמך את השאלות הבאות:

1. האם יש משהו שאני ממש רוצה אבל לא מעיזה לעשות?
2. האם יש משהו שאני מתביישת לבקש/לבטא ?
3. האם יש משהו שאני ממש רוצה בחיי אבל ויתרתי עליו כי החלטתי שאין סיכוי / זה לא ריאלי / אני לא מספיק טובה כדי ליצור את זה?
4. האם יש אישה שאת מקנאה בה? בדקי: למה אני מקנאה? מה היא מעיזה / מצליחה בו שאני לא מצליחה או לא מאמינה שאני יכולה לעשות / להצליח בו?

התשובות ל-4 השאלות האלה יעזרו לך למצוא את החלקים המודחקים בתוכך, אלה שאת לא מבטאת עד הסוף. החלקים האוטנטיים והפראיים, תשוקות הלב האמיתיות שלך. זהו שלב שיכול להכאיב אבל הוא חשוב, אל תדלגי עליו! מוזמנת לשתף בקבוצה מה עלה לך מהתרגיל. ו...נדבר על זה לעומק באתגר כמובן!!



אם עוד לא הצטרפת לקבוצת הפייסבוק שלנו, הנה הלינק -  
<https://www.facebook.com/groups/wildchallenge>

כדי לקבל עידכונים, הטבות והודעות, הצטרפי אל קבוצת הוואטסאפ השקטה שלנו:  
<https://chat.whatsapp.com/IRALOahSEB27ljb02vD09E>

לחיי האישה הפראית החושנית והתשוקתית שאת!  
אפרת