



Aquesta tècnica t'ajudarà a saber si t'estan mentint

[inicentrareport] **Algun cop has tingut la sensació que la teva parella t'està mentint?** És una sensació molt desagradable, ja que la base d'una relació és la confiança i l'honestedat. **No és fàcil creure que la persona que més estimes sigui capaç de traïr-te** i per això molts cops reprimeixes la teva intuïció. El teu subconscient et diu que no seràs capaç de superar-ho i ignores els senyals.

Però has d'acabar amb això i afrontar la realitat. El primer que has de fer és **preguntar-te com seguiràs endavant si les teves sospites són certes**. Si tens clar això, et serà molt més fàcil fer front a la situació, ja que el teu subconscient tindrà la seguretat que sobreviuràs.

Dona't el temps que necessitis abans de saber la veritat. Quan estiguis llest/a, **escriu la pregunta en què has estat rumiant. No busquis cap solució, només pregunta i observa quines intuïcions apareixen**. Segueix-los la pista per arribar fins al fons de la qüestió. Contempla-les sense prejudicis. Això és especialment productiu mentre dorms, ja que les teves proteccions estan baixes i és més probable que experimentis el que realment està captant la teva intuïció.

Per tant, **fes l'exercici d'escriure la pregunta just abans d'anar a dormir i deixa que la teva ment treballi en els somnis**. Observa en què o en qui et despertes pensant, sense jutjar. Es tracta de disposar de totes les peces necessàries perquè la intuïció treballi sense barreres. Pren notes, però no les sobre interpretis. **La veritat es revelarà quan estiguis llest/a per veure-la, sense forçar res**.

[facentrareport]