

Se non comprendiamo questa legge, **passiamo la vita a lottare contro il nostro stesso Inverso, senza renderci conto che il conflitto è inevitabile.**

Ma se impariamo a riconoscere e integrare queste due forze, possiamo **ridurre il turbamento e trovare un equilibrio tra ciò che vogliamo e ciò che possiamo concretamente ottenere.**

Ecco alcuni passi pratici per lavorare su questa dinamica:

1. Identifica il tuo Inverso

- Qual è il tuo più grande desiderio?
- Quale paura, convinzione o esperienza passata potrebbe contrastarlo?
- Osserva i tuoi comportamenti: ci sono situazioni ripetitive che sembrano sabotarti?

2. Accetta il Conflitto tra Verso e Inverso

- Invece di combattere l'Inverso, accoglilo come una parte di te.
- Non puoi eliminarlo, ma puoi **ridurre la distanza tra ciò che vuoi e ciò che il tuo Inconscio accetta.**

3. Allinea il tuo Verso e il tuo Inverso attraverso il linguaggio non verbale

- Il tuo corpo riflette sempre il tuo stato interiore.
- Se dici di volere qualcosa ma il non verbale esprime paura o insicurezza, il tuo Inconscio lo percepisce e agirà di conseguenza.