

◆ RICARICA MENTALE ◆

# Checklist

## Segnali dell'Universo

---

*42 segnali da riconoscere nella tua vita quotidiana — organizzati per categoria.  
Spunta quelli che stai già ricevendo.*

Come usarla: leggi ogni segnale con attenzione · spunta quelli vissuti nell'ultimo mese · conta  
i ✓ per categoria · leggi l'interpretazione in fondo

## ■ NUMERI & SINCRONICITÀ

- Vedi spesso ore speculari: 11:11, 22:22, 03:03...
- Incontri ripetutamente lo stesso numero in giorni diversi
- Il totale di un acquisto o un numero casuale ti colpisce
- Date significative ricorrono in modo insolito
- Numeri legati a persone care riappaiono quando pensi a loro
- Vedi sequenze come 111, 222, 333, 444 più volte a settimana
- Il numero della tua nascita o nome ha un pattern ricorrente

## ■ SOGNI & INTUZIONI

- Hai avuto un sogno vivido che ricordi nei dettagli
- Hai sognato una persona e l'hai incontrata o sentita il giorno dopo
- Un sogno ti ha dato una risposta a qualcosa che ti tormentava
- Hai avuto una sensazione forte su qualcosa — e si è avverata
- Hai 'saputo' qualcosa prima che accadesse, senza logica apparente
- Un pensiero improvviso ti ha cambiato una decisione
- Ti sei svegliato con un'emozione intensa senza ricordare il sogno

## ■ NATURA & ANIMALI

- Un animale si è avvicinato a te in modo insolito
- Hai visto più volte lo stesso tipo di uccello o animale
- Un fenomeno naturale ti ha colpito in un momento emotivo
- Hai trovato una piuma, una pietra o un oggetto in un posto inatteso
- Il cielo, la luce o il tempo atmosferico ha cambiato il tuo umore significativamente
- Un fiore o una pianta è sbocciato in modo o momento inaspettato

## ■ PERSONE & PAROLE

- Qualcuno ti ha detto esattamente la cosa di cui avevi bisogno
- Hai incontrato una persona 'per caso' in un momento preciso
- Una canzone in radio aveva un testo che sembrava scritto per te
- Hai letto una frase in un libro aperto a caso — e ti ha colpito
- Una conversazione hai deviato verso un argomento che ti tormentava
- Ti sei ricordato di qualcuno e poco dopo quella persona si è fatta viva
- Le parole di uno sconosciuto ti hanno dato una risposta che cercavi

## ■ CORPO & SENSAZIONI FISICHE

- Hai sentito un brivido durante una conversazione o un pensiero
- Il tuo stomaco ti ha 'avvisato' di qualcosa — e aveva ragione
- Hai sentito un calore o una pressione al petto senza causa fisica
- Ti sei sentito stranamente energico o esausto senza motivo
- Le tue mani hanno formiche o calore quando tocchi certi oggetti o persone
- Hai avuto mal di testa in certi ambienti o con certe persone
- Piangi senza sapere perché, di fronte a musica, un paesaggio, un'opera d'arte

## ■ OGGETTI & TECNOLOGIA

- Un dispositivo si è spento o riaccessi in un momento significativo
- Le luci hanno tremolato o cambiato intensità
- Un oggetto si è rotto proprio quando stavi attraversando un cambiamento
- Hai trovato un oggetto perso da tempo in un momento preciso
- La tecnologia ha smesso di funzionare con una certa persona vicino
- Un'immagine o un video 'perfetto' è apparso nella tua bacheca nel momento giusto

# LEGGI IL TUO RISULTATO

---

## 0 – 8 ✓ — Stai iniziando

I segnali ci sono — non sei ancora allenato a vederli. Questo è il momento perfetto per aprire gli occhi. Inizia il Diario del Risveglio Spirituale: 21 giorni cambiano la percezione.

## 9 – 20 ✓ — Stai risvegliandoti

Ricevi segnali con regolarità ma tendi ancora a razionalizzarli. La tua intuizione è attiva — devi imparare a fidarti di quello che senti prima ancora di capirlo.

## 21 – 35 ✓ — Sei in sintonia

L'universo comunica con te in modo costante. Sei pronto per il passo successivo: non solo vedere i segnali, ma rispondere ad essi con azioni concrete.

## 36 – 42 ✓ — Sei un canale aperto

La tua sensibilità è un dono raro. Il tuo compito ora è imparare a proteggere la tua energia e a usare questa capacità in modo consapevole — non subirla.

---

*"I segnali non vanno cercati. Vanno riconosciuti. C'è differenza."*

*Ricarica Mentale · Bonus allegato a: Il Diario del Risveglio Spirituale*