

58 Masha



Sorcière des matriochnikas Matryoshka witch

Masha a le pouvoir de nous faire visualiser les différentes versions de soi passées et nous faire comprendre que différentes versions de nous se réaliseront encore dans le futur. Ainsi, rien ne sert de s'inquiéter pour le futur qui ne concerne pas notre version actuelle. Par exemple, rien ne sert de s'inquiéter de sa mort propre qui concernera uniquement la dernière version de soi qui aura eu d'autres expériences de vie, d'autres ressources. Il est possible de confier le dossier de sa fin de vie à une vieille personne qui n'existe pas encore pour se consacrer à son présent.

Masha has the power to make us visualize the different past versions of ourselves and help us understand that different versions of us will continue to be realized in the future. Thus, there is no need to worry about the future that does not concern our current version. For example, there is no need to worry about one's own death, which will only concern the last version of oneself, a version that will have had different life experiences and different resources. It is possible to entrust the file of one's end-of-life to an old person who does not yet exist in order to dedicate oneself to the present.

Comment faire / Tips

- Lorsqu'une situation future nous angoisse, on peut commencer par se dire que la version de nous qui devra y faire face, pourrait être une version différente, en possession de ressources, d'informations nouvelles.
 - Nous pouvons ensuite prendre le temps d'imaginer ce que nous, aujourd'hui, pouvons faire pour soutenir cette future version de soi et lui apporter de quoi faire face à cette situation plus sereinement.
- (Lien avec [la carte 51 Gaby](#) : nourrir la future vieille version de soi.

- *When a future situation causes us anxiety, we can start by telling ourselves that the version of us who will have to face it might be a different version, possessing new resources and information.*
- *We can then take the time to imagine what we, today, can do to support this future version of ourselves and provide them with what they need to face that situation more calmly. (Link with card 51 Gaby: nourishing the future older version of oneself.*

Pour approfondir / To learn more

À VENIR
SOON