Sifuna ukuziva njani namhlanje?

"Grounding" kusinceda ukudibanisa indlela esivakalelwa ngayo kwizenzo zethu nakwindlela esiziphatha ngayo, ukuze senze okungaphezulu koko kusenza sizive sikhuselekile, sisempilweni, siqhagamshelene nabanye, kwaye somelele!

Cinga ngendlela ofuna ukuziva ngayo, emva koko cinga ngento onokuyenza ukunceda ukuba uziva ngaloo ndlela.

Ndifuna ukuziva ndi:	Ndiza ku:
• Kukhuselekile	• Ndicele uncedo xa ndiziva ndinexhala
•	•
•	•
•	•
•	•
•	•
•	•
•	•
•	•
•	•
•	•
•	•
•	•