

Ton âme te parle...

4 septembre

Respire, respire...

Viens te déposer dans cet espace où tout est calme et apaisant. Ne cherche rien, n'attends rien. Ferme les yeux et reste avec moi en silence. Juste toi et moi, sans aucun projet ni souci.

Respire, respire...

Je veux que tu ressenties ma présence au plus profond de toi, que tu entendes ma voix. Celle qui n'a aucun jugement. Celle qui t'encourage à t'aventurer vers de nouvelles habitudes, de nouvelles attitudes. Celles qui ne te privent de rien et qui t'invitent à goûter à tout sans jamais en dépendre.

Respire, respire...

Lorsque tu pratiques cette rencontre avec toi, tu me permets de prendre un peu plus d'espace dans ton corps, dans ta vie, dans ton quotidien. Tes gestes deviendront sacrés par ma présence pour que tu ne sois plus cet être humain qui réagit par la peur. Celle de perdre ce confort et cette certitude que tu croyais pouvoir empêcher les malheurs de t'atteindre. Tu t'es cru à l'abri alors que tu as aussi fermé la porte à ma présence qui crée, qui invente, qui innove ta vie pour que tu puisses goûter aux plaisirs de l'inconnu, des imprévus qui parfois peuvent t'apporter bien plus de jouissance que ton petit confort que tu crois être protecteur.

Laisse-moi prendre le gouvernail de ta vie afin que tu ne manques jamais de rien et que tu ne te sentes plus seul. À mes côtés tu peux juste profiter du courant de la vie dans sa juste valeur. Je veux te faire écouter cette vie dans ton corps que parfois tu ignores en exigeant la perfection et en le forçant à être ce qu'il n'est pas et ne sera jamais. Je ferai remonter des peines, des souffrances que tu croyais avoir réglées pour que tu découvres que dessous ces passages se cachaient aussi de grandes leçons de sagesse, de paix et aussi de gratitude de ma part pour avoir accepté d'être mon intermédiaire.

Comme la vague, laisse tes regrets et tes déceptions et repars alléger de ces mémoires. Je m'occupe de les transmuter pour qu'ils n'alourdissent plus ta vie.

Observe aujourd'hui le miracle que tu produis simplement en respirant ma présence bienveillante.

