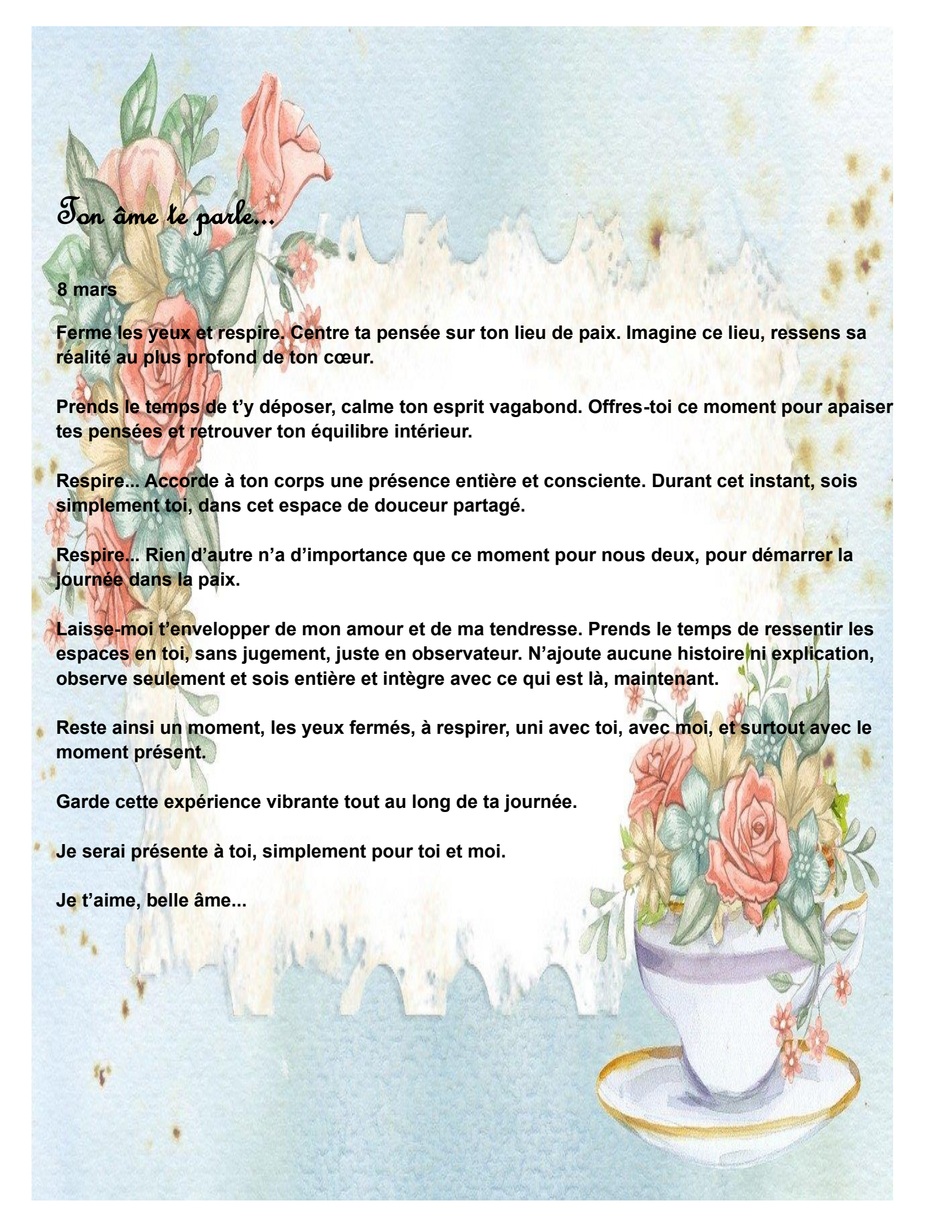




Ton âme te parle...

8 mars

Ferme les yeux et respire. Centre ta pensée sur ton lieu de paix. Imagine ce lieu, ressens sa réalité au plus profond de ton cœur.

Prends le temps de t'y déposer, calme ton esprit vagabond. Offres-toi ce moment pour apaiser tes pensées et retrouver ton équilibre intérieur.

Respire... Accorde à ton corps une présence entière et consciente. Durant cet instant, sois simplement toi, dans cet espace de douceur partagé.

Respire... Rien d'autre n'a d'importance que ce moment pour nous deux, pour démarrer la journée dans la paix.

Laisse-moi t'envelopper de mon amour et de ma tendresse. Prends le temps de ressentir les espaces en toi, sans jugement, juste en observateur. N'ajoute aucune histoire ni explication, observe seulement et sois entière et intègre avec ce qui est là, maintenant.

Reste ainsi un moment, les yeux fermés, à respirer, uni avec toi, avec moi, et surtout avec le moment présent.

Garde cette expérience vibrante tout au long de ta journée.

Je serai présente à toi, simplement pour toi et moi.

Je t'aime, belle âme...