Ton âme te parle... 24 novembre

En cette nouvelle journée, il t'est proposé de transformer chacun de tes gestes en un acte rempli de douceur et de gratitude. Prends conscience de la nature miraculeuse de ton être et fais de tes pensées des symboles de paix et d'harmonie pour ta vie. Si une pensée surgit autrement, accueille-la sans t'y attacher, simplement en l'observant avec compassion. Ne cherche pas à découvrir son origine, mais offre-lui ta présence, comme le ferait un ami à l'écoute, sans juger ni vouloir le changer.

Considère cette journée comme un moment mémorable qui s'ajoute au précieux parcours de ta vie. Vis-la pleinement et en toute conscience de la richesse qu'elle t'apporte. Respire doucement, en étant libre de tout, mais également présente à chaque instant et à tout ce qui t'entoure.

Prends le temps d'observer ta vie, tes attitudes et tes réactions de défense. Identifie celles qui ne correspondent plus à tes désirs ni à la personne que tu souhaites devenir. Accueille-les dans la paix d'une présence bienveillante et remercie-les de t'avoir permis de te choisir, tout en réalisant que leur présence n'est plus nécessaire à ton bonheur. Ne cherche pas à les transformer, car elles sont issues de tes expériences passées. Seul ton propre amour pourra modifier ces scénarios bâtis sur des peurs d'abandon, de rejet ou de différence. Aime ces espaces blessés et découvre comment ils peuvent se transformer simplement en étant reconnus et en leur offrant la place dont ils ont toujours eu besoin pour s'exprimer.



Intègre la compassion, l'amour et la paix comme nouvelles attitudes au quotidien. C'est ainsi que l'ombre de tes blessures pourra se transmuter en une lumière douce et apaisante.

Merci, belle âme, de t'offrir cette transformation.