Ton âme te parle... 20 novembre

Il arrive que certaines journées semblent tourner au vinaigre. Tu as alors l'impression que tout ce que tu fais ou dis passe inaperçu, que tes gestes manquent de sens. Ce sentiment de maladresse, ce besoin de te défendre ou encore ce doute qui t'envahit font partie intégrante de ton parcours. Ce sont des expériences qui, même si elles paraissent difficiles, constituent des étapes importantes de ton apprentissage. Pour accéder à la paix, il faut parfois traverser la disharmonie et accepter de vivre le chaos. Ces moments t'invitent à choisir consciemment l'état d'esprit que tu veux nourrir, afin de retrouver ton propre équilibre.

Peu importe la tournure que prend la journée, il demeure toujours possible de se reconnecter à ton centre de paix et de calme, à condition d'en avoir fait une habitude. Prendre ce temps en début de journée te permet de prendre du recul lorsque surviennent des situations ou des rencontres qui ne résonnent pas avec tes valeurs. Avec le temps, tu apprends que chaque événement, chaque personne croisée a un but précis : il y a toujours une leçon à en tirer. Ces interactions sont autant d'occasions de réaliser que tout est interrelié et que chacun, à sa manière, te ramène à tes propres choix et valeurs. Chacun a le droit d'exprimer ses besoins à sa façon, même si cela diffère de la tienne.



Lorsque tu éprouves des difficultés à te recentrer ou à prendre du recul, il peut s'avérer bénéfique de t'accorder un moment de solitude. Prendre une pause physique, s'éloigner temporairement, permet de demander à ton âme de t'éclairer, de dissiper la confusion et de t'ouvrir à la réalité. Ce recul transforme ton regard et tes perceptions, te libérant de la réaction face à la différence. Il devient alors inutile de gaspiller ton énergie à convaincre l'autre ou à imposer ton point de vue. Mieux vaut consacrer ce temps à ton âme, qui t'aide à voir les deux côtés de la médaille. Tu comprends alors que, fondamentalement, tout le monde aspire à la même chose : être compris, reconnu, respecté, tout en respectant l'autre.

Toutes ces rencontres et ces apprentissages s'inscrivent dans un vaste plan où tu joues le rôle de l'amour et de la bienveillance. Aujourd'hui, l'invitation est de te centrer pleinement dans ce rôle, jusqu'à ce qu'il devienne un état naturel, car c'est ce que tu es réellement. Il s'agit d'explorer ces différents rôles avec légèreté, sans te prendre trop au sérieux. Ton âme agit comme metteur en scène, guidant et soutenant ton chemin vers un scénario porteur de bonheur. La trame de ta vie reste souple et il t'appartient de la transformer selon tes choix et tes désirs profonds.