

Ton âme te parle...

15 janvier

Considère chaque jour comme un présent qui t'est offert. Lorsque tu abordes ta journée avec cette conscience, chacun de tes gestes, paroles ou pensées porte la marque de mon amour et de ma présence. En portant attention à tous les détails de ta vie quotidienne, tu découvriras combien il est gratifiant de donner, d'agir dans la perspective de mon amour.

Il arrivera que certaines journées soient marquées par la fatigue, la tristesse ou la colère. Ce sont précisément ces moments-là qui sont les plus importants à m'offrir. Confie-moi tes jours sombres et permets-moi de t'envelopper de mon amour, afin que tu puisses t'accueillir toi-même avec la même bienveillance. Il ne s'agit pas de s'apitoyer sur son sort, mais plutôt de demeurer à l'écoute de ses propres besoins et émotions.

Les émotions jouent le rôle de baromètre : elles signalent un manque ou un excès, t'avertissant de ne pas négliger l'essentiel. Prendre soin de soi est la première étape, avant de pouvoir offrir aux autres. Rappelle-toi souvent de cette priorité, si tu souhaites préserver un équilibre dans ta vie.

Accorde-toi des moments précieux de solitude en ma compagnie : ces moments sont l'occasion de réconcilier toutes les facettes de ta vie et de transformer ce qui ne te nourrit plus. Rappelle-toi que tout est appelé à changer, rien n'est permanent; il ne faut rien tenir pour acquis. Profite de tout ce que tu vis, sans t'attacher à rien.

Je t'aime...

