

Ton âme te parle...

21 septembre

Lorsque tu ressens la fatigue, interroge-toi : n'es-tu pas en train d'agir seul, sans inviter la présence de ton âme à tes côtés ? Accueillir cette présence dans tes actions te permet de bénéficier d'un soutien et de demeurer attentif à ta force intérieure. Comme tu prends soin d'un invité dont tu apprécies la compagnie, l'union avec ton âme forme une force indestructible. Souviens-toi : ton âme a autant besoin de toi que toi d'elle pour vivre pleinement cette expérience terrestre.

Sois la protectrice bienveillante de ton être. Soutiens-toi par la pensée et la présence attentive. Prends le temps de ressentir tes tensions et de les relâcher, en t'aidant de ta pensée et de ta respiration. Adopte un rythme lent et conscient, avance avec respect, sans précipitation ni volonté de contrôler ton environnement.

Deviens le maître de ton existence. Cesse de te raconter des histoires qui t'enferment dans un passé révolu. Tu possèdes le pouvoir de transformer ce qui ne te nourrit plus. Tu es venu sur terre pour vivre passionnément : ne te contente pas de peu. Ose rêver grand, car tout est possible à ceux qui osent !



Prends un moment aujourd'hui pour observer ce qui alourdit ta vie. Demande à ton âme comment alléger ce fardeau : elle t'aidera et te répondra. Fais confiance à la vie, elle t'a déjà prouvé plus d'une fois qu'elle pouvait surmonter les obstacles.