

IL EST TEMPS DE RETROUVER TA SÉCURITÉ INTÉRIEURE



Prouve-toi que tu peux arriver à réaliser les souhaits qui te sont chers en faisant les choses pas à pas (tout prend du temps et c'est normal)



Donne-toi les moyens de te préparer pour te réaliser, d'évoluer, d'essayer et aussi d'échouer car c'est comme cela que tu vas te renforcer et apprendre comment tu fonctionnes et comment fonctionne le monde qui tourne autour de toi.



Accepte le renoncement puisque c'est lui qui te permet de te départir des choix (choisir c'est avancer, c'est ne pas faire du surplace)



Ancre-toi le plus souvent possible (via des méditations, des marches dans la forêt, des soins, en prenant le temps de respirer ou d'être avec un animal...) L'ancrage te permettra une certaine clarté d'esprit et une construction de ta sécurité intérieure



Accepte la responsabilité de ton bonheur et de ton évolution (c'est toi qui décide de voir la teinture des événements qui jalonnent ton chemin de vie (positivement ou négativement))



Félicite-toi à chaque avancée et apporte-toi le temps du soin (prends du temps pour faire des choses que tu aimes, la relations avec toi-même se construit au même titre qu'une relation avec un autre être)