

S'aimer

Pratique spirituelle numéro 1



- Résultat : se sentir digne, s'accepter, se connecter à l'amour ;
- Direction : Nord ;
- Cycle solaire : solstice d'hiver, 22 décembre ;
- Cycle lunaire : nouvelle lune ;
- Cycle du jour : minuit ;
- Stade : commencement ;
- Centrage énergétique : s'intérioriser, avoir une vision.

Points clés

- Question à se poser : est-ce que je m'aime en ce moment ?
- En cherchant l'amour à l'extérieur, nous dépendons des autres pour nous aimer, ce qui revient à construire sur des sables mouvants ;
- Vous êtes la source de votre propre amour. N'attendez pas de recevoir pour donner, donner de l'amour dès que vous pouvez, il vous reviendra plus fort ;
- Lorsque vous vous déconnecté de la source, soyez bienveillant avec vous-même, ne comptez pas, ne vous critiquez pas, ne vous mettez pas la pression. Respirez et recentrez vous.