



Bonjour à tous,

Dans les vitrines, sur les marchés de Noël, sur Internet, au rayon chocolats des magasins, nous avons tous vu les calendriers de l'Avent, et sans doute même en avons-nous acheté pour nos enfants ou pour nous afin de patienter jusqu'à Noël.

Comme je suis fan de Noël et que j'ai gardé une partie de mon cœur d'enfant, j'ai adoré le cadeau que ma fille aînée m'a fait lors de notre dernière promenade en ville: un calendrier riche en couleurs avec des petites portes qui s'ouvrent non seulement sur des sachets de délicieuses infusions aux plantes avec des épices mais, plus encore, derrière chaque sachet se trouve une petite phrase à méditer, à accueillir et qui peut nous inspirer.

C'est ce que j'ai envie de partager avec vous .

Pour ce premier jour, la pensée inspirante est : « Be proud of what you are »,



***Soyez fiers de ce que vous êtes.***

Être fier de soi, de tout ce qui nous constitue, âme corps et esprit, nous permet d'apprécier avec gratitude le chemin parcouru, en nous déconditionnant de ce qu'on nous a dit sur nous ou au sujet de nos expériences. Soyons fiers de nous, de nos accomplissements, l'école de la Terre n'est pas facile et nous sommes là, courageux et persévérants, pour apprendre et enrichir encore le Grand Livre des expériences humaines. Nous le faisons tous et le le faisons de notre mieux !

Beau premier jour de l'Avent à tous !

Michka