

JOUR 18

Défi du jour : Je colle une image ou je dessine.

Message de mon ange gardien

“Écoute ta petite voix intérieure”

« C’est par cette petite voix qui te parvient de l’intérieur que je me fais entendre de toi. Je peux te donner des réponses ou te proposer des gestes à accomplir grâce à elle. Il m’arrive souvent de te suggérer une direction à prendre parce que tu es perdu ou encore de te prévenir d’un danger imminent. Apprends à écouter ces messages et à leur faire confiance. »

Bien souvent, vous cherchez les réponses à l’extérieur de vous, alors qu’elles sont à l’intérieur de vous. Pas besoin de chercher la voix, de la reconnaître ou de vous demander comment cela se produit. Contentez-vous de l’écouter et d’agir en conséquence. Votre ange gardien vous donnera toujours des directives qui vous feront avancer. Loin de lui l’idée de vous plonger dans des situations négatives ou inutiles pour votre évolution.

Exercice artistique proposé :

“La Voix Intérieure en Lumière”

- Fermer les yeux et connectez-vous à votre petite voix intérieure :
- Où la ressens-tu dans ton corps ?
- Quelle couleur, forme ou lumière prend-elle ?
- Si cette voix avait une image ou un symbole, à quoi ressemblerait-elle ?

Cela peut être une lumière, une silhouette, un ange, une fleur ou un symbole abstrait.

- Matériel : Papier, toiles, pastels, aquarelle ou collages.
- Consigne : Représentez votre petite voix intérieure sous une forme intuitive.
- Cela peut être une lumière, une silhouette, un ange, une fleur ou un symbole abstrait.

Écriture intuitive :

Après l’œuvre, écrivez, dans un carnet, un dialogue avec votre petite voix pour clarifier vos intuitions.