

Semaine ③ Syntonisation

*« Mon Dieu, mon Tout, ma Lumière,
tu es toute tendresse pour moi »*

Mes actions

J'écris ou je dessine dans le mandala :

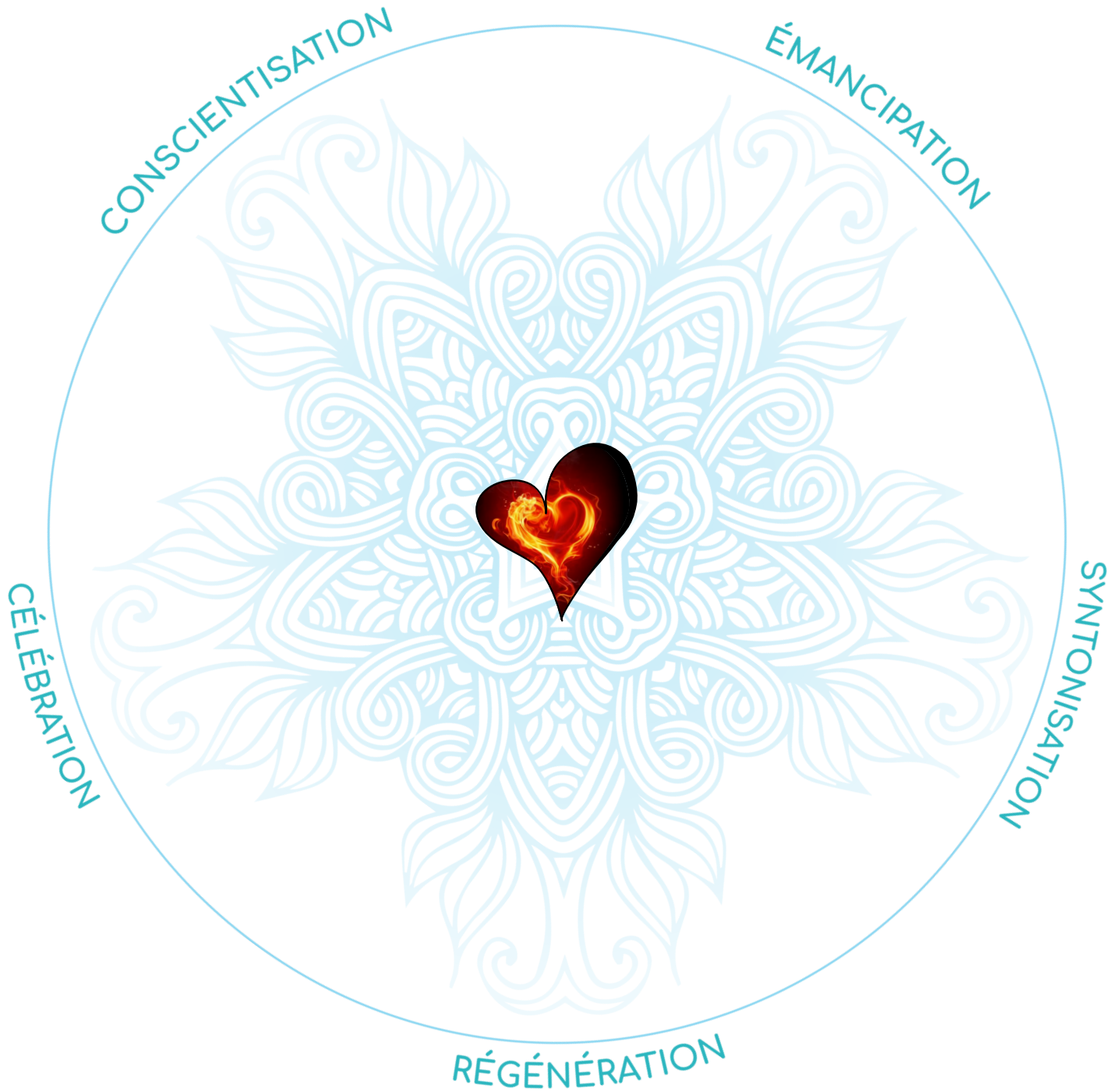
- ▶ À travers cette méditation, qu'est-ce que je syntonise de nouveau par rapport à la tendresse? Quels mots? Quels sons? Quelles images? Quelles couleurs? Quelles sensations?
- ▶ Qu'est-ce qui se révèle dans ma Part Féminine et dans ma Part Masculine?
- ▶ Lorsque je regarde mes deux mains qui se rapprochent, qu'est-ce que je sens? Qu'est-ce que je vis?



Expérience spirituelle

La Tendresse dans l'environnement relationnel par le dépassement de soi

Semaine ③ Syntonisation



Semaine ③ Syntonisation

Prière pour syntoniser la Tendresse du Divin

DIEU, DIVIN, TU ES TOUTE TENDRESSE POUR MOI
DANS LE SECRET DE TON ÉTERNITÉ,
TU VEILLES SUR CHAQUE JOUR DE MA VIE,
TU CONNAIS MES FORCES ET MES PEURS,
TU CHÉRIS TOUT CE QUE JE SUIS, QUE JE SOIS OU NON À MON
MEILLEUR

DIEU, DIVIN, TU ES TOUTE TENDRESSE POUR MOI
DANS L'IMMENSITÉ DE TON AMOUR,
TU CÉLÈBRES MON CHEMINEMENT ICI-BAS,
TU ACCUEILLES MES BEAUTÉS ET MES IMPERFECTIONS,
TU MARCHES À MES CÔTÉS, PAS À PAS, RESPECTANT MON
RYTHME ET MES SAISONS.

DIEU, DIVIN, TU ES TOUTE TENDRESSE POUR MOI
DANS LE SILENCE DE TA GRANDEUR,
TU M'ENSEIGNES À AIMER AU FIL DE MES RELATIONS,
TU ME GUIDES DANS TOUTES MES NUITS
TU M'APPRENDS LE SENS DU MOT "PARDON", DONNANT À MON
COEUR UNE DIMENSION INFINIE.

DIEU, DIVIN, TU ES TOUTE TENDRESSE POUR MOI...

ET POUR CELA

JE TE DIS

MERCI...

