



## Graines de mercis à arroser avec amour !

Enfant, j'ai appris à dire merci pour être la petite fille polie. Un jour, le merci s'est conjugué avec 'MAIS c'est rien' ou encore 'MAIS c'est normal'... et si j'entendais 'tu es géniale', il m'arrivait de tourner la tête. Lors d'une invitation à la Biodanza, j'ai pris conscience, à la coulée abondante de mes larmes, que j'avais à apprendre à recevoir, à dire merci avec un point derrière. Je choisis enfin de remplir ma petite banque d'amour dont je n'avais pas reçu le mode d'emploi.

Puis, j'ai osé me dire merci d'être qui je suis. J'ai pu alors regarder derrière moi et dire merci à mes parents pour ce qu'ils ont pu m'offrir au mieux. Je fis de même pour les patrons, les enseignants... et bien plus, au rythme de ce pour quoi j'étais prête. J'ai encore transformé un drame en histoire de vie. Aujourd'hui, je dis MERCI en posant délicatement mes mains sur mon cœur pour y glisser les précieux cadeaux.

Tant de façons pour dire merci, chaque jour, pour les petits moments de bonheur simple comme ce rayon de soleil sur un champ de phacélies. La Nature, un chemin de retour à soi, à son essence... une haute école de la vie qui m'a guidée à me reconnecter à ce qui me passionne : aider l'humain à découvrir son infinie richesse, le marron, la châtaigne au-delà de sa bogue. Je suis passée du parcours du combattant à l'art de surfer sur la vague de la vie. Profonde gratitude.

Remercier la vie pour les synchronicités mais aussi pour les expériences inconfortables après en avoir décodé le message, c'est accéder à un espace plus grand, à plus de silence, une saveur douce et chaude, une énergie qui libère pour laisser place aux trésors enfuis : la magie de la gratitude dans toute sa puissance. Une prescription incontournable dans le kit de l'essentiel du mieux vivre ensemble ?

Et si, cette fin d'année était une opportunité de semer de nouvelles graines de mercis sincères en regardant 2018 dans son rétroviseur ? Un véritable tremplin vers une année 2019 plus légère.

Gratitude pour ce moment d'écriture.