

**Tenha Tempo Livre**  
**Sharon Taphorn**



**Tire um tempo para si mesmo.**  
**importante honrar os seus ciclos e**  
**emoes** e se voc**esteve** se sentindo um pouco oprimido, **o momento** perfeito para fazer uma pausa em sua vida.

**Ainda que seja** apenas por uns momentos. **Dum passeio** no parque e observe os sinais da **primavera** ou do **outono** surgindo a sua volta.  
Cada dia muda, assim como as esta**es** do ano. Veja a beleza a cada novo dia.  
Ter um **tempo** para se honrar, **uma parte importante** de sua evolu**o**. Para ser **til** aos outros, **importante** que todas as suas reservas estejam cheias.  
Passe um dia em um SPA, **v nadar**, fa **uma caminhada**, ou aquilo que lhe traga alegria e felicidade: reserve algum tempo para isto hoje.  
E fa **disto** uma parte regular de sua pr**ica** **espiritual**. Sua recompensa ser **uma nova vis** e id**as**, rejuvenescimento e equil**rio**.  
Afirma**o**: **Eu me honro** a cada dia.  
Voc**ternamente amado** e apoiado, sempre,  
**Os Anjos**  
Fonte da mat**ia**: **Luz de Gaia**