

Tenha Tempo Livre
Sharon Taphorn



Tire um tempo para si mesmo.
importante honrar os seus ciclos e
emoes e se vocesteve 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 estaes do ano. Veja a beleza a cada novo dia.
Ter um **tempo** para se honrar, uma parte importante de sua evoluo. 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 prtica **espiritual**. Sua recompensa ser uma nova vis e idas, rejuvenescimento e equilbrio.
Afirmao: **Eu me honro a cada dia.**
Vocternamente amado e apoiado, sempre,
Os Anjos
Fonte da matia: **Luz de Gaia**