

Il est temps de prendre le temps

Il est temps de ralentir, de mettre sur pause

Il est temps de s'autoriser à s'écouter sans se juger

En cette année 2020 notre monde a changé de physionomie brutalement, nos invisibles libertés quotidiennes sont devenues des privilèges encadrés, nos projets, nos rêves se sont fondus dans le flou.

L'« autre » est devenu danger, nos besoins essentiels ont été décrétés et normalisés, la réalité tangible de la fragilité de nos vies a imprégné nos consciences.

Nous réagissons tous comme nous le pouvons en faisant notre possible pour absorber l'impact.

Certains éprouveront toutes sortes de symptômes psychologiques et physiques, Peur, Doute, Interrogations, Pressions, Anxiété, Stress, Fatigue, Dépression, Dérèglement de l'humeur, Anarchie alimentaire, Douleurs, Perturbation du sommeil ...

Notre ancien monde s'effrite et le nouveau n'est pas encore visible, cette période peut être très difficile à vivre, aucune faiblesse à le constater !

Alors, c'est avec une profonde sincérité que j'adresse à tous ceux qui me liront pour cette année 2021 mes vœux de renouveau.

Ce qui fait l'homme, c'est sa grande faculté d'adaptation - Socrate



Cécile Bonnet

Praticienne en Hypnose Causale®

cbonnet.hypnotherapeute@mailo.com

77 av Albert Caillou,
Chelles, 77500, Ile-de-France, France

+33 0756871413

cecilebonnet-hypnotherapeute.fr