

Le Découragement

Point Karaté :

Même si je suis à nouveau découragée et que j'en ai marre,
j'accepte ce que je vis aujourd'hui

Même si ce découragement affecte mes humeurs et mon énergie,
je m'accepte et m'aime totalement et profondément dans ce que
je vis

Dessus Tête	Voici à nouveau le grand découragement
Coin Sourcil	Je le reconnais pour l'avoir vécu souvent
Coin Oeil	Il m'accapare sans que je veuille de lui
Sous Oeil	Je n'ai ni énergie, ni volonté qui luit
Sous Nez	Je pleure ou je me plains ou râle à qui mieux mieux
Sous Bouche	Je procrastine ou ne fais rien pour aller mieux
Clavicule	Je reste dans ma peine en toute vanité
Sous Bras	Je savoure ma poisse et veux la dorloter
Sous Sein	J'ai un coup de mou, je me dois de l'honorer

Dessus Tête	Mais je sais déjà qu'il n'est que de passage
Coin Sourcil	Que le temps viendra du retour du courage
Coin Oeil	Si je profitais de ces moments moroses
Sous Oeil	Pour m'occuper de moi et m'offrir une pause
Sous Nez	Le temps de libérer tous les attachements
Sous Bouche	Qui font durer en moi ce découragement
Clavicule	Le temps de restaurer en toute conscience
Sous Bras	L'énergie bienfaisante de la confiance
Sous Sein	Pour retrouver mon quotidien revigoré

@ Françoise Delvaux

- pour le symposium EFT 2016 -