

Défi 52 : méditations, prières, réflexions calmes

Méditez pendant 15 à 30 minutes. Concentrez vous sur votre respiration et ouvrez votre cœur.

« tout homme a sa propre vocation, son talent est sa voie. S'il la suit, les portes de l'univers s'ouvriront à lui ». Ralph Waldo Emerson