

Nethqadash shmakh

"Que ton Nom soit sanctifié"

Concentre ta lumière en nous
et fais qu'elle puisse oeuvrer en nous

Utilise la vidéo pour te centrer avec moi,
puis crée ton autel, dédié à ta relation au sacré

Quelques astuces pour créer ton autel :

Prend le temps de te centrer afin de te sentir en paix et inspirée

Pose une intention

Laisse les éléments de ton autel s'inviter naturellement,
au fil des jours, de tes balades,
et de tes rencontres avec des objets etc...

Reste simple, choisis ce qui te donne de la joie et t'élève

Dépose-y des éléments vivants
(fleurs, eau infusée de pétales ou d'une intention particulière...)
que tu entretiendras avec soin

Choisis un endroit où tu pourras être au calme, seule,
dès que tu en ressentiras le besoin

*Envoies-moi une photo de ton autel à
lesjardiniersdelanouvelleterre@gmail.com
C'est une joie pour moi de cheminer avec toi !*