

-Chère conscience, je te remercie pour la clarté et la lucidité que tu m'offres chaque jour.

-Aide-moi à garder mon esprit ouvert et attentif, et à être conscient(e) de mes pensées, de mes émotions et de mes actions.

-Donne-moi la sagesse et la force d'affronter les défis et les obstacles qui se présentent à moi, et aide-moi à voir les opportunités cachées dans les moments difficiles.

-Guide-moi vers les choix et les décisions justes et éclairées, et aide-moi à trouver la paix intérieure dans toutes les situations.

-Que ma clarté d'esprit me permette de voir au-delà des illusions et des tromperies, et de percevoir la vérité avec discernement et compréhension.

-Que je sois toujours guidé(e) par la sagesse et l'amour, et que je contribue au bien-être de tous ceux que je rencontre sur mon chemin.

-Je te remercie pour ton soutien et ta guidance, et je m'engage à rester fidèle à mes valeurs et à mes convictions.