

10 RISVEGLI

DAY 2- PACE INTERIORE

Giorno _____

Ora _____

CITAZIONE DI OGGI

“La meditazione non è fuga, è abitare con dolcezza la propria inquietudine finché si trasforma in quiete.”

Chandra Livia Candiani

COSA DONA PACE?

-
-
-
-

SONO GRATA/O PER...

RIFLESSIONI...

.....

.....