

La note du mois de **MARS ...**

La Newsletter de l'Arbre de Vies... l'Esprit Papillon !



STÉPHANIE COUTOUX

Sophrologue
Architecte d'idées
créatives & Colorées

contact@arbredevies.fr
06 27 79 24 59

www.arbredevies.fr

La Lettre non envoyée...

ÉCRIT PAR STEPHANIE COUTOUX



La lettre non envoyée : est une technique très utile pour se libérer de nos ruminations ou de nos regrets.

Elle contient toutes les choses que nous aurions pu ou nous aurions voulu - dire à quelqu'un mais que, pour une raison ou une autre, nous n'avons pas dites !



L'Arbre de Vies... L'Esprit Papillon !