



AIR FRAIS

Votre corps a besoin de se rafraîchir, de s'oxygéner parmi les plantes, l'herbe, les fleurs et les arbres. Passez un moment dehors aujourd'hui, aussi près que possible de notre Mère Nature.

Ouvrez également les rideaux et les fenêtres de votre maison.

Les anges vous envoient cette carte parce que vous avez besoin d'air pur. Vous êtes resté trop longtemps sans sortir, votre corps et votre âme sont assoiffés d'oxygène.

Ouvrez les fenêtres pour aérer puis sortez et respirez à plein poumons.

Si vous habitez en ville, faites un saut à la campagne, dès que possible pour combler votre besoin d'air frais.

Assurez la circulation régulière d'oxygène dans la maison et au bureau en disposant des plantes vertes dans toutes les pièces.

Significations supplémentaires

- Prenez un peu d'exercice à l'extérieur.
- Exposez-vous au soleil ou accordez-vous un voyage dans un lieu ensoleillé.
- Passez plus de temps parmi les plantes et les arbres.

Renouez avec la nature.

- Apportez une bouffée d'oxygène dans une situation ou une relation qui s'essouffle.