



Détente visualisation de Noël



**Par la fenêtre, de gros flocons de neige
virevoltent et tombent du ciel**



**Dans le chalet avec ta famille,
Tu es bien installé dans un divan confortable
Sous des couvertures épaisses
Et une montagne de coussins**



**Imagine le foyer devant toi
Le manteau de sa cheminée en grosses pierres
Et le sapin joliment décoré tout juste à côté
Le feu crépite et les flammes t'hypnotisent
Tu sens la douce chaleur**



**Qui vient chatouiller tes pieds et tes jambes
Tu te sens bien, calme, serein**



Sur la petite table du salon

**Il y a une pile de livres pour enfants déposée
Et le jeu de société que tu préfères est installé
Prêt à ce que tu viennes y jouer
Une invitation pour la soirée**

Venant de la cuisine

**Tu entends des rires
Et les voix de ceux que tu aimes
Ferme les yeux et imagine ces personnes
Tu respires des odeurs agréables
Le parfum sucré des biscuits en pain d'épices,
de la bûche de Noël chocolatée
Tout le monde s'anime
Un festin de Noël appétissant se prépare autour du fourneau
Tu vas bientôt te régaler**

Après ce souper en bonne compagnie

**Les estomacs sont bien remplis
Il est temps d'aller enfiler tes pantoufles et ton pyjama**

Dehors, la neige continue de tomber

**La lune brille dans le ciel
L'ambiance est feutrée, l'éclairage bleuté**

Demain, ce sera une journée à déballer des cadeaux

**À jouer dans la neige
À boire du chocolat chaud
Et à créer des souvenirs précieux**

par Audrey de Montigny

