

КОЛЬЦОВА ИРИНА

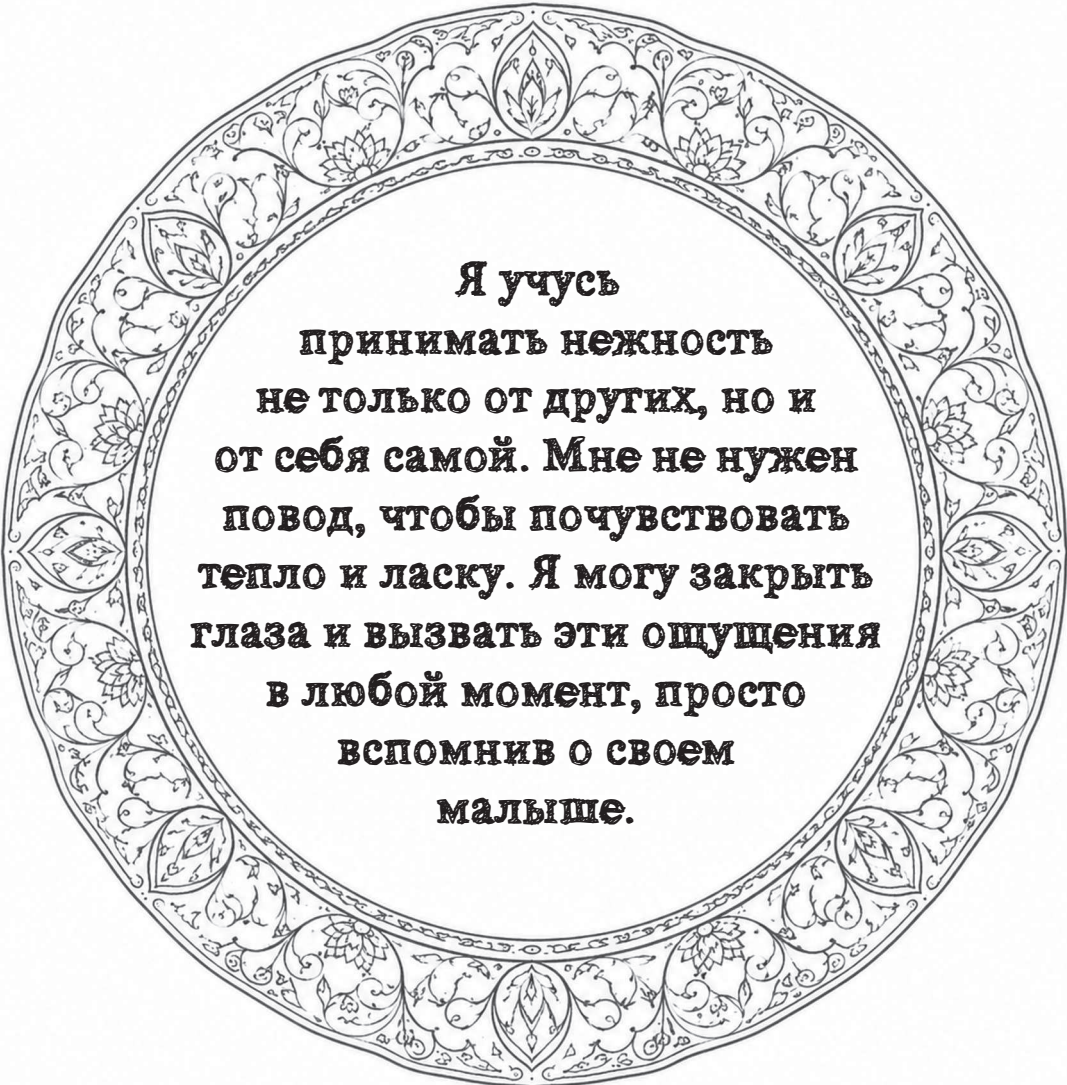


ВОЖИДАНИИ



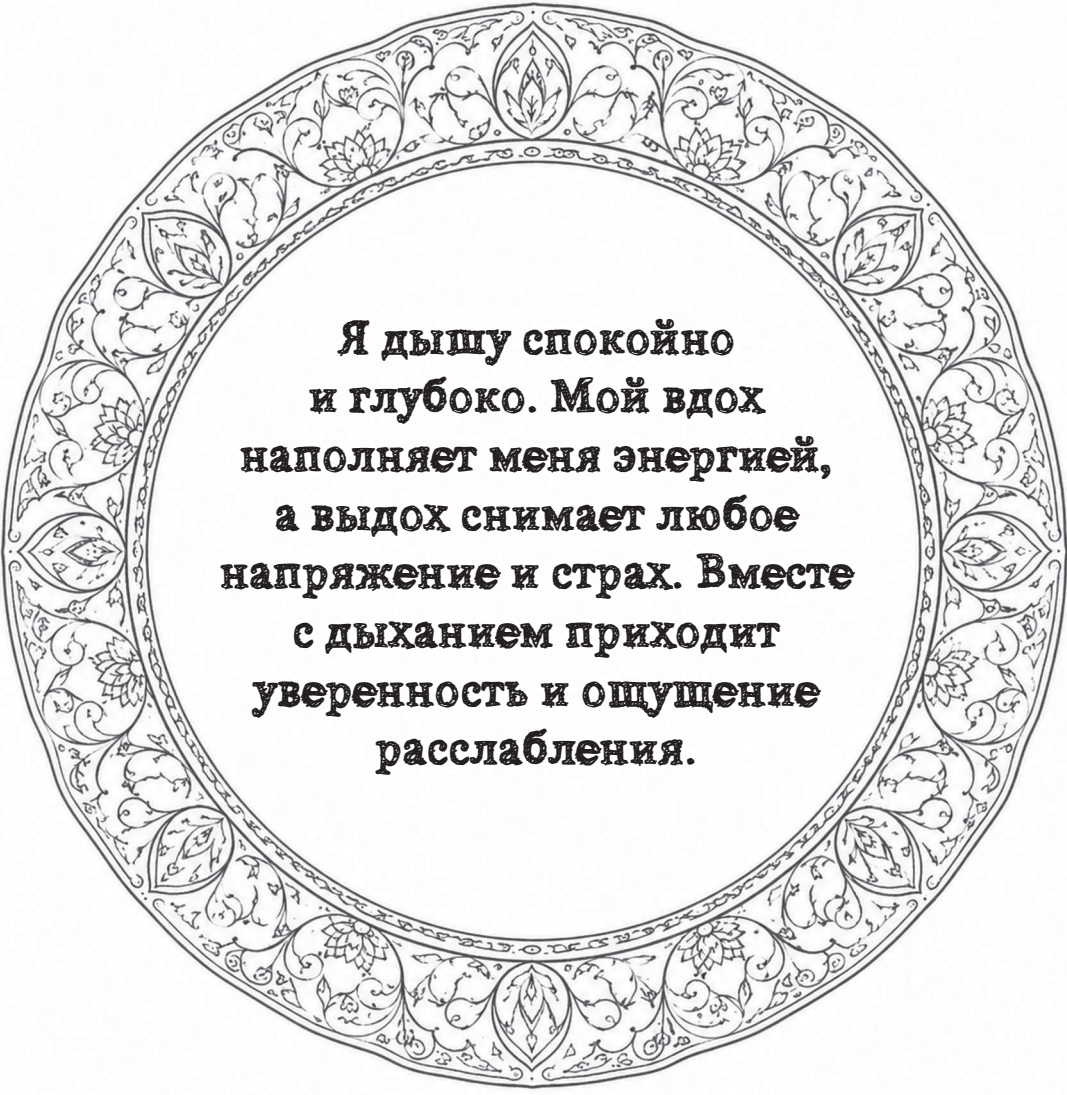
ЧУДА

Раскраска для будущих мам



**Я учусь
принимать нежность
не только от других, но и
от себя самой. Мне не нужен
повод, чтобы почувствовать
тепло и ласку. Я могу закрыть
глаза и вызвать эти ощущения
в любой момент, просто
вспомнив о своем
малыше.**





**Я дышу спокойно
и глубоко. Мой вдох
наполняет меня энергией,
а выдох снимает любое
напряжение и страх. Вместе
с дыханием приходит
уверенность и ощущение
расслабления.**

