

Je me permets...

- **De m'exprimer ...**
c'est la clé de l'authenticité
- **De me tromper...**
c'est un signe d'humilité
- **De risquer...**
c'est un pas vers la liberté
- **De dire non...**
c'est un gage d'affirmation
- **De m'isoler...**
c'est le seuil de l'intériorité

Je me permets...

- **D'écouter ...**
c'est l'itinéraire de la vérité
- **De m'interroger...**
c'est l'éclaircie de l'incertitude
- **De dire la vérité...**
c'est le miroir de la transparence
- **De m'émouvoir...**
c'est l'ouverture à l'émerveillement
- **De pleurer...**
c'est l'éclosion de la sensibilité

Merci de m'avoir permis d'accueillir :

-
-
-
-
-

Merci de m'avoir permis de transformer :

-
-
-
-
-

www.rsg-conseils.fr

Merci de m'avoir permis de lâcher :

-
-
-
-
-

Merci pour tous
les processus de changement
à l'œuvre que je m'autorise :

-
-
-
-
-

Merci - merci - merci

Cher Univers,
Merci pour tous les Bienfaits présents dans ma vie :
Le lieu dans lequel je vis, Le toit que j'ai sur la tête.
La nourriture présente chaque jour dans mon assiette.
Pour mes vêtements, pour ma voiture ou les **moyens de locomotion** à ma disposition.
Pour mon corps et tous mes organes qui font leur travail à la perfection, ou du mieux qu'ils le peuvent, œuvrant sans même que j'ai à y penser et cela malgré ce que je peux parfois leur infliger.
Pour mes yeux qui me permettent de voir.
Pour mes oreilles qui me permettent d'entendre.
Pour mes pommons qui me permettent de respirer.
Pour mon cœur qui bat seconde après seconde.
Pour mes jambes qui me portent et qui me permettent de me déplacer et de faire tout ce que je fais chaque jour.
Pour ces personnes merveilleuses qui m'entourent, pour tous les moments de rire et de joies et de partage.
Pour mon emploi, ma place au sein de la société, dans la vie associative ou autre et pour les opportunités qui me sont offertes.
Pour l'argent qui vient vers moi.
Pour toutes les belles choses que tu m'apportes constamment et ce depuis que je suis arrivée sur cette Terre.

Le jour où je me suis aimé(e) pour vrai, j'ai commencé à percevoir l'abus dans le fait de forcer une situation ou une personne, dans le seul but d'obtenir ce que je veux, sachant très bien que ni la personne ni moi-même ne sommes prêts et que ce n'est pas le moment...
Aujourd'hui, je sais que cela s'appelle...
le Respect.

Le jour où je me suis aimé(e) pour vrai, j'ai commencé à me libérer de tout ce qui n'était pas salutaire, personnes, situations, tout ce qui baissait mon énergie.
Au début, ma raison appelait cela de l'égoïsme.
Aujourd'hui, je sais que cela s'appelle...
l'Amour propre.

Le jour où je me suis aimé(e) pour vrai, j'ai cessé d'avoir peur du temps libre et j'ai arrêté de faire de grands plans, j'ai abandonné les méga projets du futur.
Aujourd'hui, je fais ce qui est correct, ce que j'aime quand cela me plait et à mon rythme.
Aujourd'hui, je sais que cela s'appelle...
la Simplicité.

Le jour où je me suis aimé(e) pour vrai, j'ai cessé de chercher à avoir toujours raison, et je me suis rendu compte de toutes les fois où je me suis trompé.
Aujourd'hui, j'ai découvert ...
l'Humilité.

Le jour où je me suis aimé(e) pour vrai, j'ai cessé de revivre le passé et de me préoccuper de l'avenir.
Aujourd'hui, je vis au présent, là où toute la vie se passe.
Aujourd'hui, je vis une seule journée à la fois.
Et cela s'appelle...
la Plénitude.

Le jour où je me suis aimé(e) pour vrai, j'ai compris que ma tête pouvait me tromper et me décevoir.
Mais si je la mets au service de mon cœur, elle devient une alliée très précieuse !
Tout ceci, c'est...
le Savoir vivre.