

# Le jour où je me suis aimé pour vrai



« **Le jour où je me suis aimé pour vrai**, j'ai compris qu'en toutes circonstances, j'étais à la bonne place, au bon moment. Et, alors, j'ai pu me relaxer. Aujourd'hui je sais que ça s'appelle... Estime de soi.

**Le jour où je me suis aimé pour vrai**, j'ai pu percevoir que mon anxiété et ma souffrance émotionnelle, n'étaient rien d'autre qu'un signal quand je vais contre mes convictions.

Aujourd'hui je sais que ça s'appelle... Authenticité.

**Le jour où je me suis aimé pour vrai**, j'ai cessé de vouloir une vie différente et j'ai commencé à voir que tout ce qui m'arrive, contribue à ma croissance personnelle.

Aujourd'hui je sais que ça s'appelle... Maturité.

**Le jour où je me suis aimé 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 ça s'appelle... Respect.

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

**Le jour où je me suis aimé 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 ça me plaît et à mon rythme. Aujourd'hui je sais que ça s'appelle... Simplicité.

**Le jour où je me suis aimé pour vrai**, j'ai cessé de chercher d'avoir toujours raison, et me suis rendu compte de toutes les fois où je me suis trompé. Aujourd'hui j'ai découvert... Humilité. Aujourd'hui je vis au présent, là où toute la vie se passe. Aujourd'hui je vis une seule journée à la fois. Et ça s'appelle... Plénitude.

**Le jour où je me suis aimé 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 est... Savoir vivre.

Nous ne devons pas avoir peur de nous confronter...

... Du chaos naissent les étoiles.

Texte attribué à Charlie Chaplin, qui l'aurait lu *le jour* de ses 70 ans, mais qui, en fait, aurait été écrit ou été repris par Kim McKillen.

Mis en ligne par Laurence Gangloff