

Semaine 2 Émancipation

« S'aimer »

Voir la prière

Mes actions

J'écris ou je dessine dans le mandala :

▶ Qu'est-ce qu'être fidèle à moi?

▶ 4 aspects à considérer :



Fidèle à mes valeurs



Fidèle à mes choix

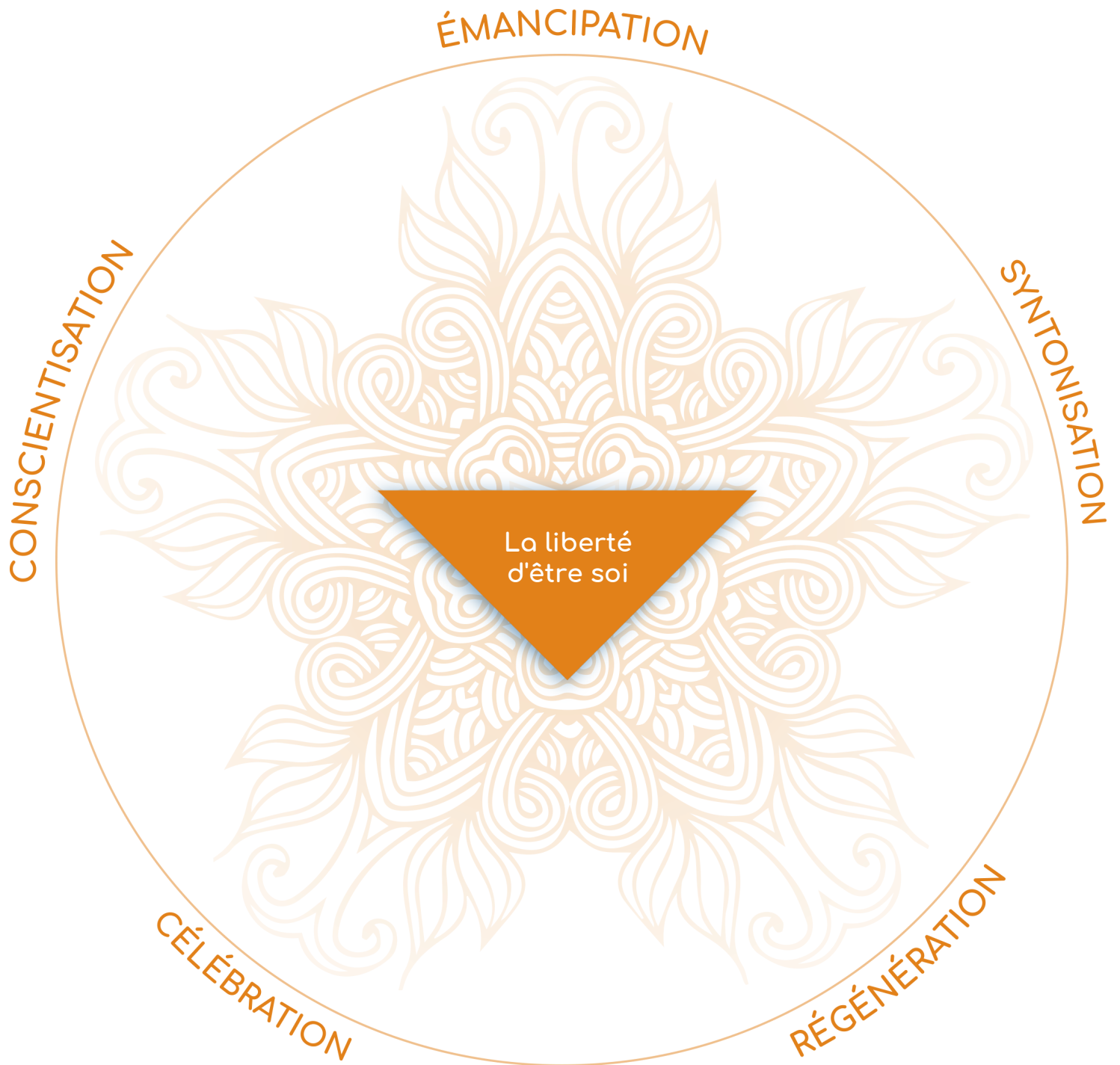


Fidèle à mon vécu



Fidèle à mes liens

Semaine 2 Émancipation



PRIÈRE S'AIMER



En ce jour, Créateur de l'univers, nous te demandons de nous aider à nous accepter tel que nous sommes.

Aide-nous à conscientiser et à accepter notre mental tel qu'il est, avec toutes nos émotions, nos espoirs et nos rêves, notre personnalité ainsi que notre façon d'être qui est unique.

Aide-nous à conscientiser et à accepter notre corps tel qu'il est, dans sa beauté et sa perfection .

Que l'amour que nous avons pour nous-mêmes soit si fort que nous chérissions notre bonheur, notre liberté et notre vie affective.

A partir de maintenant, que chacune de nos actions, réactions, pensées, émotions se synthonisent sur l'amour.

Aide-nous, Créateur, à nous émanciper et à accroître l'estime que nous avons pour nous-mêmes afin que le rêve entier de notre vie soit transformé, que l'on passe de la peur à la joie.

Libère-nous de nos propres reproches, de la culpabilité, des pensées polluantes et des autocritiques.

Que le pouvoir de l'amour de nous-mêmes soit notre lumière et nous régénère dans la vérité de qui nous sommes vraiment, au-delà de l'opinion des autres.

Que nous ayons complètement confiance en nous-mêmes pour faire les choix que nous devons faire.

Avec l'amour de nous-mêmes, nous faisons face aux responsabilités et nous pouvons résoudre les problèmes sur notre route.

Quel que soit ce que nous voulons accomplir, puissions-nous le faire par le pouvoir de l'amour de soi.

A partir d'aujourd'hui, aide-nous à nous aimer nous-mêmes de telle façon que nous puissions célébrer notre unicité dans le Tout.

Nous choisissons de vivre notre vie en étant nous-mêmes, sans faire semblant d'être quelqu'un d'autre simplement pour que les autres nous acceptent. Investi du pouvoir de nous aimer, réjouissons-nous chaque fois que nous nous regardons dans le miroir.

Sourions sans retenue de façon à faire ressortir notre beauté intérieure aussi bien qu'extérieure.

Aide-nous à ressentir un tel amour pour nous-mêmes que nous puissions toujours être heureux avec nous-mêmes.

Aujourd'hui est un nouveau départ.

Aide-nous à vivre notre vie avec le pouvoir de l'amour que nous avons pour nous-mêmes.

Aide-nous à célébrer la vie, à prendre plaisir à nos relations, à explorer la vie, à prendre des risques, à vivre intensément et à cesser de vivre dans la peur d'aimer.

Ouvrons notre cœur à ce qui est notre droit de naissance: l'AMOUR.