

Semaine ② Émancipation

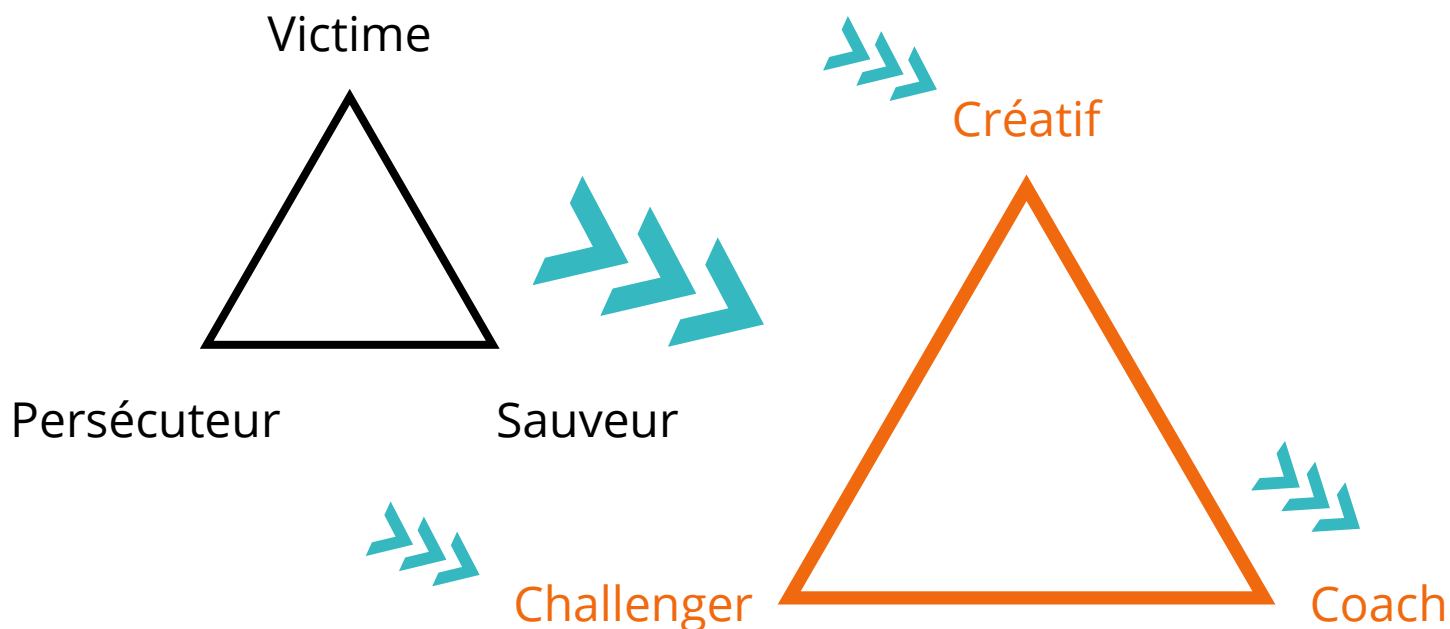
Mon Dieu donne-moi la sérénité d'accepter toutes les choses que je ne peux changer, donne-moi le courage de changer les choses que je peux changer et la sagesse d'en connaître la différence.

-- Marc-Aurèle

Mes actions

J'écris ou je dessine dans le mandala :

- ▶ L'émancipation des perceptions, des mémoires en moi provenant du rôle "Persécuteur"
- ▶ L'émancipation des perceptions, des mémoires en moi provenant du rôle "Victime" en moi
- ▶ L'émancipation des perceptions, des mémoires en moi provenant du rôle "Sauveur"



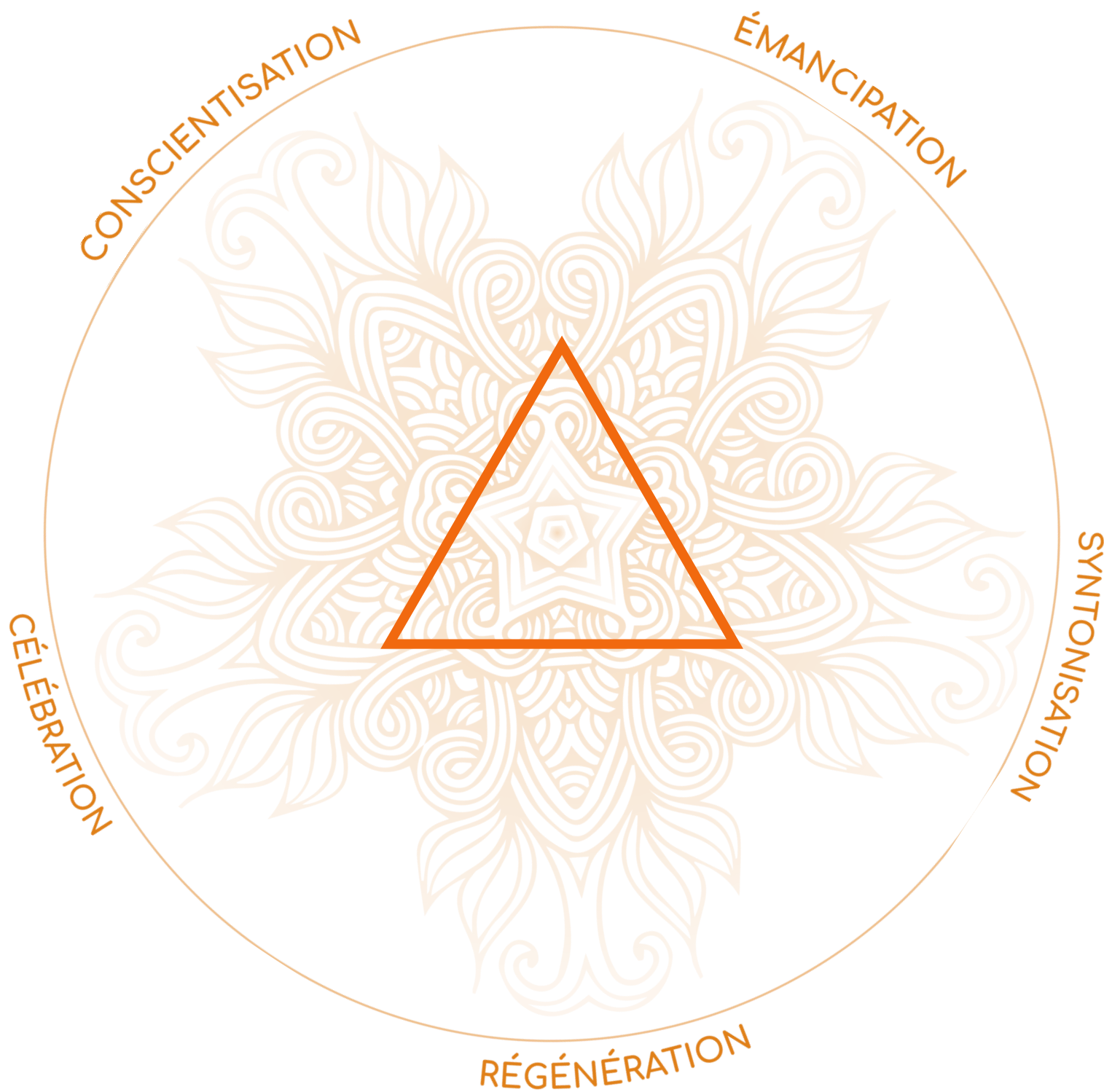
Expérience spirituelle

La loi de cause à effet dans les tendances commerciales

Semaine 2 Émancipation

Mon Dieu donne-moi la sérénité d'accepter toutes les choses que je ne peux changer, donne-moi le courage de changer les choses que je peux changer et la sagesse d'en connaître la différence.

- Marc-Aurèle



Semaine 2 Émancipation

Prière de Marc-Aurèle

Si, dans ta vie, un jour tu devais pleurer,
Te sentant bien seul, loin de ceux que tu as aimés.
Dis toi bien qu'il y aura toujours quelqu'un qui te montrera le droit chemin.
Écoute ces mots, car moi qui te les dis, je n'ai pas toujours été ce que je suis.
J'ai connu bien des pleurs, des paniques, et des misères,
Alors récite avec moi cette prière.

Mon Dieu donne-moi la sérénité, d'accepter toutes les choses que je ne peux changer.
Donne-moi le courage de changer les choses que je peux, et la sagesse d'en connaître la différence.

Tu devras aussi te prendre en main,
Si tu veux changer ton destin,
Laisse de côté les choses qui te détruisent,
Tu auras alors de belles surprises.

Pour toi, chaque jour deviendra ensoleillé,
Ton coeur s'ouvrira à l'amour.
Ne vis qu'un jour à la fois si tu veux en profiter,
Et tu seras heureux pour toujours.

Mon Dieu donne-moi la sérénité, d'accepter toutes les choses que je ne peux changer.
Donne-moi le courage de changer les choses que je peux, et la sagesse d'en connaître la différence.

Quand ma patience est à bout, aide-moi à la retrouver.
Apprends-moi à faire face aux difficultés avec calme et sérénité.
Lorsque, je suis à court de réponses vives et d'explications intelligentes,
Permetts que cesse le flot de questions, au moins pendant un court moment.

Mon Dieu donne-moi la sérénité, d'accepter toutes les choses que je ne peux changer.
Donne-moi le courage de changer les choses que je peux, et la sagesse d'en connaître la différence.

Et quand j'ai l'impression que les journées sont trop brèves
pour que je puisse accomplir toutes les tâches qui m'attendent,
Fais au moins que je trouve le temps de faire le plus important,
le temps d'écouter, le temps d'aimer et le temps de rire aussi.

Mon Dieu donne-moi la sérénité, d'accepter toutes les choses que je ne peux changer.
Donne-moi le courage de changer les choses que je peux, et la sagesse d'en connaître la différence.