

Méthode E.S.P.È.R.E.® – Thèmes d'application

Relation à l'Autre

GRANDIR

par Isa Luna.

Sous le soleil de mon plus bel été,
je me sens belle comme jamais je ne l'ai été.
J'ai préféré tourner la page sur mes douleurs d'hier,
admirer l'arc en ciel et respirer le bon air.

Sur la base de **relations Espérentisistes***,
j'ai pris le parti d'une vision très optimiste
pour devenir libre et maître de mon destin
et faire jaillir mes richesses comme mon propre butin.

Être pleinement conscient des événements,
permet de rompre le cycle stérile des enchaînements
en restituant le mal qui nous vient du passé
et en construisant l'avenir pour mieux se dépasser.

Il faut apprendre à se faire respecter.
En aucun cas ne laisser l'autre nous étiqueter.
Se positionner et parfois oser refuser,
faire des demandes claires sans tenter de ruser.

Vient le temps du *"Donner"* dans la générosité,
sans calcul, dans l'abondance et la gratuité,
puis celui du *"Recevoir"* sans culpabilité,
amplifié par la magie et la créativité.

Il est important d'être bienveillant et à l'écoute de ses besoins,
de s'aimer soi-même, et ses désirs en prendre soin,
pour aimer l'autre, sans chercher à réparer ou combler,
mais au contraire, découvrir la joie d'aimer sans trembler.

Toute relation doit être par essence vivante.
Il faut la nourrir et apporter de nous le meilleur,
de l'autre, accueillir tout ce qui est beau et vient du cœur
et faire de chaque rencontre une chapelle ardente.

Tout un chacun, pour grandir, doit vivre dans l'instant présent,
être centré, libérer de l'énergie, ici et maintenant,
dire **"MERCI À LA VIE"** et ne plus courir après le bonheur en vain
et **préserver un lien avec l'Univers, le Merveilleux et le Divin.**

* *allusion à la Méthode E.S.P.È.R.E.® proposée par Jacques Salomé.*