

Le jour où je me suis aimé pour de 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 salubre,
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 mégaprojets du futur.
Aujourd'hui je fais ce qui est correct, ce que j'aime,
Quand ça me plait 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 à toujours avoir raison, et 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 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 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.
Aujourd'hui je sais que ça s'appelle...

La Vie!

Poème de Kim Mc Millen,
Lu par **Charlie Chaplin (1959)***

* Charlie Chaplin aurait récité ce poème lors de son 70^{ième} anniversaire, le 16 avril 1959, écrit à l'origine par Kim McMillen. Même s'il n'en est pas l'auteur, il en reste néanmoins celui qui l'a fait découvrir au grand public, s'appropriant en son cœur des paroles qui chantaient sa propre Mélodie intérieure de toute une Vie.