

## **Poème regard sur le monde**

**Lorsque je regarde le monde qui m'entoure,  
Je vois une beauté infinie, une richesse inouïe,  
Des paysages majestueux, des cultures diverses,  
Et une humanité qui, malgré tout, arrive à trouver des univers.**

**Je vois des sourires sur les visages des gens,  
Des gestes d'amour, de compassion et de solidarité,  
Des actes de courage, de détermination et de résilience,  
Et une humanité qui continue d'avancer, malgré les difficultés.**

**Je vois aussi les cicatrices de la douleur et de la guerre,  
Les blessures de la haine, de l'ignorance et de l'intolérance,  
Les souffrances des plus faibles, des plus vulnérables,  
Et une humanité qui doit encore apprendre à faire preuve d'indulgence.**

**Mais malgré tout, je garde l'espoir en mon cœur,  
Et je continue de croire en la bonté de l'être humain,**

**En sa capacité à changer, à évoluer, à s'améliorer,  
Et à créer un monde plus juste, plus solidaire, plus  
sain.**

**Alors, je continue de regarder le monde avec  
bienveillance,  
De tendre la main à ceux qui en ont besoin,  
De partager mon amour, ma compassion, ma  
tolérance,  
Et de croire en un avenir meilleur, pour chaque être  
humain.**

### **Poème instantané poétique**

**Un instantané poétique,  
C'est un moment suspendu dans le temps,  
Une émotion figée dans l'instant,  
Un fragment de vie, éternel et authentique.**

**C'est un rayon de soleil qui caresse la peau,  
Une brise légère qui effleure le visage,**

**Un sourire échangé, un regard complice,  
Un instant de bonheur, simple et sans âge.**

**C'est un éclat de rire qui résonne dans l'air,  
Une larme qui coule, chargée d'émotion,  
Un soupir de soulagement, un moment de paix,  
Un instant magique, qui marque notre existence.**

**C'est un poème qui se dessine dans l'esprit,  
Une mélodie qui s'élève dans le cœur,  
Un instant de création, de rêve et de beauté,  
Un moment d'inspiration, de passion et de bonheur.**

**C'est un moment précieux, qui ne reviendra jamais,  
Un souvenir gravé dans notre mémoire,  
Un instant de vie, unique et éphémère,  
Un cadeau de l'univers, qui nous offre sa gloire.**

**Alors, prenons le temps d'apprécier ces instants,  
De les savourer, de les chérir, de les célébrer car ils  
sont la magie de notre existence. Le reflet de notre  
âme, de notre humanité.**

**Poème au fil des émotions**

**Au fil des émotions, ma vie se dessine,  
Entre les hauts et les bas, les joies et les peines,  
Je trace mon chemin, entre les ombres et les lumières,  
Et je découvre, chaque jour, de nouvelles manières.**

**Parfois, je suis heureux, léger comme une plume,  
Et je ris, je danse, je chante, je m'amuse,  
Je savoure chaque instant, comme un cadeau du ciel,  
Et je profite de la vie, avec un cœur fidèle.**

**D'autres fois, je suis triste, abattu, épuisé,  
Et je pleure, je doute, je me sens perdu,  
Je cherche un sens, une raison de continuer,  
Et je lutte, je me bats, pour ne pas sombrer.**

**Il y a des moments de colère, de frustration,  
Où je suis en colère, contre le monde, contre moi-même,  
Où je crie, je hurle, je me sens incompris,  
Et je cherche un moyen de me libérer de ce poids.**

**Et puis il y a les moments d'amour, de tendresse,  
Où je suis entouré de ceux que j'aime, de mes proches,  
Où je partage des moments de bonheur, de complicité,  
Et je me sens comblé, aimé, en paix, en sécurité.**

**Au fil des émotions, ma vie se dessine,  
Et j'apprends, je grandis, je m'épanouis,  
Je découvre de nouvelles facettes de moi-même,**

**Et je deviens, chaque jour, un peu plus moi-même.**

## **Poème lueur d Espoir**

**Dans les moments les plus sombres,  
Quand tout semble perdu, sans espoir,  
Quand la tristesse envahit notre cœur,  
Une lueur d'espoir peut soudain apparaître.**

**Elle peut être aussi petite qu'une étincelle,  
Mais elle brille comme une étoile dans la nuit,  
Elle nous guide, elle nous réconforte,  
Et nous montre le chemin vers la lumière.**

**Elle peut prendre la forme d'un sourire,  
D'un geste de compassion, d'une main tendue,  
Elle peut venir d'un ami, d'un inconnu,  
Qui nous aide à surmonter nos peurs, nos doutes.**

**Elle peut être un rayon de soleil,  
Qui perce les nuages et illumine notre chemin,  
Elle peut être une musique, un poème,  
Qui nous transporte au-delà de nos soucis quotidiens.**

**Elle peut être la force de la nature,  
Qui nous rappelle la beauté du monde,**

**Elle peut être la confiance en nous-mêmes,  
Qui nous permet de surmonter tous les obstacles.**

**Dans les moments les plus sombres,  
Une lueur d'espoir peut nous sauver,  
Elle peut nous donner la force de continuer,  
Et nous montrer qu'il y a toujours une voie à suivre.**

### **Poème cheminement intérieur**

**Le cheminement intérieur est une quête,  
Un voyage au plus profond de notre être,  
Une exploration de nos pensées, nos émotions,  
Une découverte de qui nous sommes vraiment.**

**C'est un chemin parfois difficile à parcourir,  
Où les obstacles sont nombreux et les doutes  
présents,  
Mais c'est aussi un chemin empli de beauté,  
Où chaque étape nous amène vers la sérénité.**

**On y rencontre nos peurs les plus profondes,  
On y fait face à nos blessures et nos faiblesses,  
Mais on y découvre aussi nos forces et nos talents,**

**Et on apprend à s'aimer, à se respecter, à se pardonner.**

**Le cheminement intérieur est un chemin de transformation,  
Où l'on apprend à lâcher prise, à se libérer de nos chaînes,  
Où l'on s'ouvre à de nouvelles perspectives,  
Et où l'on se sent de plus en plus en paix avec soi-même.**

**C'est un chemin unique, propre à chacun,  
Où l'on apprend à écouter notre voix intérieure,  
Et où l'on se connecte à notre essence profonde,  
À cette part de nous qui est pure et authentique.**

**Le cheminement intérieur est un voyage qui ne finit jamais,  
Car il y a toujours de nouvelles découvertes à faire,  
De nouvelles portes à ouvrir, de nouveaux horizons à explorer,  
Et c'est cela qui le rend si riche et si merveilleux à vivre.**

**Poème couleur d automne**