



Onze façons de dire...

Je t'aime !

Comment montrer à vos proches qu'ils comptent pour vous
Voici quelques idées pour vous mettre sur la voie...

1. Dites-le leur avec des mots.

« Je t'aime » : rien de tel que ces trois mots pour leur faire savoir que vous les aimez.

Alors, dites-les souvent.

2. Dites-leur pourquoi vous les aimez.

Pourquoi cette personne est-elle importante à vos yeux ?

N'ayez pas peur de lui dire, et de façon précise.

À la moindre occasion, faites-lui savoir que vous l'admirez, ou que vous l'appréciez.

3. Prenez le temps de les aimer.

Passer du temps avec quelqu'un, c'est comme lui dire : « *Tu es plus important pour moi que toutes les autres choses que je pourrais faire en ce moment.* »

4. N'attendez pas l'occasion idéale.

Bien souvent, des petits cadeaux-surprises ou des souvenirs partagés sauront mieux manifester votre amour que de gros cadeaux d'anniversaire ou de Noël. Et chaque jour présente des tas d'opportunités.

5. Faites preuve de constance.

Lorsque tout va bien, le fait d'exprimer votre amour fera que les choses iront encore mieux. Et si ça va mal, l'amour pourra tout changer.

6. Montrez-leur de l'affection.

Serrez-vous dans les bras l'un de l'autre. N'ayez pas peur de vous toucher.

La science a prouvé que le toucher est bénéfique, tant sur le plan physique que mental et émotionnel.

7. Soyez disposé à rendre service.

Efforcez-vous de rendre service, ou de faire plus que votre part. Montrez-vous prévenant.

C'est dire : « *Je m'intéresse à ton bonheur* », et « *je veux que tu aies une bonne journée.* »

8. Écoutez-les avec votre cœur.

Faites l'effort de découvrir qui est vraiment l'autre personne, pour la comprendre, au lieu de supposer que vous la connaissez déjà.

9. Montrez-leur du respect

Les relations saines sont bâties sur l'admiration et le respect mutuels. Recherchez les occasions de montrer à ceux que vous aimez que vous croyez en eux.

10. Mettez-les en premier.

Le fait de donner la priorité aux besoins et aux désirs de vos proches montre que leur bien-être et leur bonheur sont plus importants pour vous que les vôtres.

11. Baissez votre garde.

Il est souvent humiliant de s'ouvrir aux autres et d'accepter d'être vus par eux tels que vous êtes, mais c'est le prix à payer si vous recherchez l'unité de cœur et d'esprit.

Traduction de l'anglais : Berniris

Vous retrouverez ce texte et beaucoup d'autres, ainsi que plein de diaporamas, sur le site : <http://www.lebongrain.com>