

CERCLE UNIVERSEL DES AMBASSADEURS DE LA PAIX
FRANCE / SUISSE



POEMES ET TEXTES « NON VIOLENCE 30 01 2026 » BON
PARTAGE !

MAGISTER AMÉRICA BEATRÍZ POLANCO DÍAZ *
ARGENTINA

LA ESPERANZA

“La esperanza es el hilo de oro que debe tejerse en cada experiencia de la vida” autor desconocido.

En algún momento sentí que en el jardín florido de mi alma, mi luz quería apagarse. ¿Por qué mi luz estaba tenue y por qué quería apagarse? Entonces busqué y encontré la fuerza interior que siempre me motivó y me impulsó a seguir adelante con una actitud optimista. Entré en la inmensidad del oleaje de mis sueños, en el mar de mi amada patria con brillante energía y poco a poco recuperé la autoconfianza y la seguridad de mis emociones más íntimas.

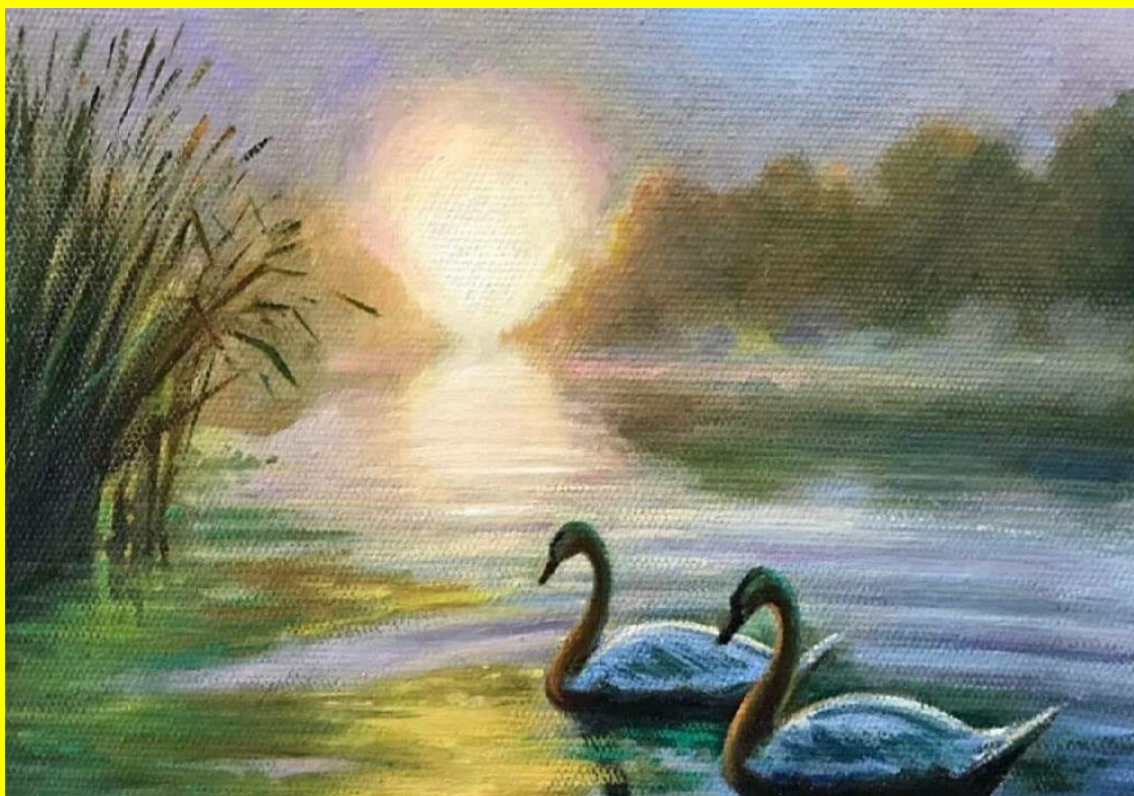
Pude encontrar la ESPERANZA que me recibió con su esencia espiritual que brota eternamente en el corazón humano. Vino a mi fuerte llamado con una emoción vívida porque la ESPERANZA es un valor humano sutilmente poderoso. De inmediato me elevó llevándome de la mano a creer nuevamente y me conectó con inmensas posibilidades y con la fuerza de las respuestas positivas.

La ESPERANZA me mantiene viva y desde ese amanecer sentí la esperanza de un presente y un futuro más iluminado. Llena de alegría, visualicé a la distancia las flores bellas de mi jardín primaveral, cerré mis ojos llorosos de emoción y los imaginé plenos de vida, belleza y claridad.

La ESPERANZA, mi Esperanza, va unida a la ilusión y a mis sueños incompletos todavía. De inmediato me encontré caminando con más fuerza en la recuperación de mi luz, en el espíritu y en la fé. Al redescubrir mi esencia de fé, empecé a transitar con mayor seguridad por el camino de mi vida con confianza, con una razón para reír más y cientos de motivos para ser más feliz poseyendo más claridad y serenidad y con el corazón completamente abierto de amor y paz.

Entonces pensé que las cosas de la vida se nos dan en forma gratuita. El amor, los abrazos, las sonrisas, la familia, los amigos y los buenos recuerdos son gratuitos.

Sentada en este hermoso parque contemplo los pequeños lagos con algunas aves que ya están preparando sus alas para volar a otros climas



cálidos donde podrán seguir viviendo y volando felices donde ya empieza la transformación de los árboles y plantas.

En este hermoso e indescriptible otoño me he prometido pensar siempre que con la fé y la esperanza todo es possible, no hay nada imposible y conscientemente pronunciar más palabras que edifiquen y den vida.

MAÎTRE AMERICA BEATRIZ POLANCO DÍAZ, ARGENTINE

ESPOIR

« L'espoir est le fil d'Or qui doit être tissé dans chaque expérience de la vie. » Auteur inconnu.

À un moment donné, j'ai senti que dans le jardin fleuri de mon âme, ma lumière voulait s'éteindre. Pourquoi ma lumière faiblissait-elle, et pourquoi voulait-elle s'éteindre? Alors, j'ai cherché et trouvé la force intérieure qui m'a toujours motivée et propulsée vers l'avant avec optimisme. Je me suis lancée dans l'immensité des vagues de mes rêves, la mer de ma patrie bien-aimée, avec une énergie rayonnante, et peu à peu, j'ai retrouvé confiance en moi et la sérénité de mes émotions les plus intimes.

J'ai pu trouver l'ESPOIR, qui m'a accueillie avec son essence spirituelle jaillissant éternellement du cœur humain. Il a répondu à mon appel pressant avec une émotion intense, car l'ESPOIR est une valeur humaine d'une puissance subtile. Il m'a immédiatement relevée, me guidant vers la foi à nouveau et me connectant à d'immenses possibilités et à la force des réponses positives.

L'espoir me maintient en vie, et dès cette aube, j'ai ressenti l'espoir d'un présent et d'un avenir plus radieux. Emplie de joie, j'ai visualisé au loin les magnifiques fleurs de mon jardin printanier, j'ai fermé les yeux embués de larmes et je les ai imaginées pleines de vie, de beauté et de clarté.

L'espoir, mon espoir, est lié à mes rêves et à mes aspirations encore inachevées. J'ai aussitôt retrouvé une force nouvelle dans le cheminement de ma vie, retrouvant ma lumière intérieure, mon esprit et ma foi. En redécouvrant l'essence même de ma foi, j'ai commencé à avancer avec plus d'assurance sur le chemin de ma vie, avec une raison de rire davantage et mille raisons d'être plus heureuse, plus sereine et plus claire d'esprit, le cœur pleinement ouvert à l'amour et à la paix.

Alors j'ai pensé que les choses de la vie nous sont données gratuitement.

L'amour, les câlins, les sourires, la famille, les amis et les beaux souvenirs sont gratuits.

Assise dans ce magnifique parc, je contemple les petits lacs où certains oiseaux préparent déjà leur vol migratoire vers des climats plus chauds, où ils pourront continuer à vivre et à voler en toute liberté, tandis que la transformation des arbres et des plantes commence déjà.

En cet automne si beau et indescriptible, je me suis promis de toujours me souvenir qu'avec foi et espoir, tout est possible, rien n'est impossible, et de prononcer consciemment des paroles qui édifient et donnent vie.

MASTER, AMERICA BEATRIZ POLANCO DÍAZ, ARGENTINA

HOPE “

Hope is the golden thread that must be woven into every experience of life."

Author unknown.

At one point, I felt that in the blossoming garden of my soul, my light was about to go out. Why was my light dimming, and why did it want to be extinguished? So, I searched for and found the inner strength that has always motivated me and propelled me forward with optimism. I launched myself into the vast waves of my dreams, the sea of my beloved homeland, with radiant energy, and little by little, I regained confidence in myself and serenity in my deepest emotions.

I was able to find HOPE, which welcomed me with its spiritual essence, eternally springing from the human heart. He answered my urgent call with intense emotion, for HOPE is a human value of subtle power. He immediately lifted me up, guiding me back to faith and connecting me to immense possibilities and the strength of positive responses. Hope keeps me alive, and from this dawn, I felt the hope of a brighter present and future. Filled with joy, I visualized the magnificent flowers of my spring garden in the distance, closed my tear-filled eyes, and imagined them full of life, beauty, and clarity.

Hope, my hope, is linked to my dreams and aspirations, still unfulfilled. I immediately found renewed strength on my life's journey, rediscovering my inner light, my spirit, and my faith. Rediscovering the very essence of my faith, I began to move forward with greater confidence on my life's path, with more reason to laugh and a thousand reasons to be happier, more serene, and clearer-minded, my heart fully open to love and peace. Then I thought that the things in life are given to us freely. Love, hugs, smiles, family, friends, and beautiful memories are free. Sitting in this magnificent park, I gaze at the small lakes where some birds are already preparing their migratory flight to warmer climates, where they can continue to live and fly freely, while the transformation of the trees and plants is already beginning. In this beautiful and indescribable autumn, I promised myself to always remember that with faith and hope, all things are possible, nothing is impossible, and to consciously speak words that uplift and give life.

Mestra, América Beatriz Polanco Díaz, Argentina ESPERANÇA “

A esperança é o fio de ouro que deve ser tecido em cada experiência da vida.” Autor desconhecido.

Em certo momento, senti que, no jardim florido da minha alma, minha luz estava prestes a se apagar. Por que minha luz estava diminuindo e por que queria se extinguir? Então, busquei e encontrei a força interior que sempre me motivou e me impulsionou com otimismo. Lancei-me nas vastas ondas dos meus sonhos, no mar da minha amada pátria, com energia radiante, e, pouco a pouco, recuperei a confiança em mim mesma e a serenidade nas minhas emoções mais profundas.

Consegui encontrar a ESPERANÇA, que me acolheu com sua essência espiritual, brotando eternamente do coração humano. Ela respondeu ao meu chamado urgente com intensa emoção, pois a ESPERANÇA é um valor humano de poder sutil. Ela me ergueu imediatamente, guiando-me de volta à fé e conectando-me a imensas possibilidades e à força das respostas positivas.

A esperança me mantém viva, e desde esse amanhecer, senti a esperança de um presente e um futuro mais brilhantes. Cheia de alegria, visualizei as magníficas flores do meu jardim primaveril ao longe, fechei meus olhos marejados de lágrimas e as imaginei cheias de vida, beleza e clareza. A esperança, minha esperança, está ligada aos meus sonhos e aspirações, ainda não realizados. Imediatamente encontrei forças renovadas na jornada da minha vida, redescobrimo minha luz interior, meu espírito e minha fé. Redescobrimo a própria essência da minha fé, comecei a seguir em frente com mais confiança no meu caminho, com mais motivos para rir e mil razões para ser mais feliz, mais serena e com a mente mais clara, meu coração totalmente aberto ao amor e à paz. Então pensei que as coisas da vida nos são dadas gratuitamente. Amor, abraços, sorrisos, família, amigos e belas lembranças são gratuitos. Sentada neste magnífico parque, contemplo os pequenos lagos onde algumas aves já se preparam para sua migração rumo a climas mais quentes, onde poderão continuar a viver e voar livremente, enquanto a transformação das árvores e plantas já começa. Neste belo e indescritível outono, prometi a mim mesma lembrar-me sempre de que, com fé e esperança, tudo é possível, nada é impossível, e proferir conscientemente palavras que inspirem e deem vida.

Мастер, Америка Беатрис Поланко Диас, Аргентина НАДЕЖДА

*«Надежда — это золотая нить, которая должна пронизывать каждый жизненный опыт». Автор неизвестен. **

В какой-то момент я почувствовала, что в цветущем саду моей души мой свет вот-вот погаснет. Почему мой свет тускнел и почему он хотел погаснуть? Поэтому я искала и нашла внутреннюю силу, которая всегда мотивировала меня и двигала вперед с оптимизмом. Я бросилась в бескрайние волны своих снов, в море моей любимой родины, с лучезарной энергией, и постепенно обрела уверенность в себе и спокойствие в самых глубоких своих эмоциях.

Мне удалось найти НАДЕЖДУ, которая встретила меня своей духовной сущностью, вечно исходящей из человеческого сердца. Она ответила на мой настойчивый зов сильными эмоциями, ибо НАДЕЖДА — это человеческая ценность, обладающая тонкой силой. Он тотчас же поднял меня, вернув к вере и открыв передо мной безграничные возможности и силу позитивных откликов.

Надежда поддерживает во мне жизнь, и с этого рассвета я почувствовала надежду на светлое настоящее и будущее. Наполненная радостью, я представила себе великолепные цветы моего весеннего сада вдалеке, закрыла заплаканные глаза и вообразила их полными жизни, красоты и ясности. Надежда, моя надежда, связана с моими мечтами и стремлениями, которые до сих пор не сбылись. Я сразу же обрела новые силы на своем жизненном пути, заново открыв свой внутренний свет, свой дух и свою веру.

Заново открыв саму суть своей веры, я начала двигаться вперед с большей уверенностью по своему жизненному пути, с большим количеством поводов для смеха и тысяч причин быть счастливее, спокойнее и яснее мыслить, с сердцем, полностью открытым для любви и мира. Тогда я подумала, что все в жизни дается нам бесплатно. Любовь, объятия, улыбки, семья, друзья и прекрасные воспоминания – все это бесплатно.

Сидя в этом великолепном парке, я смотрю на небольшие озера, где некоторые птицы уже готовятся к перелету в более теплые края, где они смогут продолжать жить и летать свободно, в то время как деревья и растения уже начинают преображаться. В эту прекрасную и неописуемую осень я пообещала себе всегда помнить, что с верой и надеждой все возможно, нет ничего невозможного, и сознательно произносить слова, которые воодушевляют и дарят жизнь.

.....