

## Créer sa vie

16-02-2010

Dernière mise à jour : 16-02-2010

### Perte de repères ?

Dans un univers en perpétuelle transformation où toutes les balises philosophiques, culturelles, politiques et religieuses s'effacent, nous constatons que le passage d'une société de l'interdit à une société de performance, augmente l'exigence et provoque un stress. La personne devenue individu a de la difficulté à trouver ses repères et se trouve déconnectée de son moi intime et de ses facultés inhérentes.

Triste constat, car, dans ce monde en constante évolution, la qualité et la créativité sont devenues indispensables à la survie de l'individu et à son équilibre. Il est désormais vital de saisir les situations et les gens rapidement, de bien savoir se centrer avant d'agir, de poser le geste juste et efficace.

### Sommes-nous malades ?

Il peut nous arriver de ressentir de la dispersion et d'éprouver le besoin de nous recentrer. L'angoisse ou l'anxiété, peut devenir excessive et nous entraîner à des comportements compulsifs difficiles à juguler. Sommes-nous pour autant malades et sujets à une thérapie ? Devons-nous avoir recours à des barbituriques ou des antidépresseurs ? La réponse est non.

Arrêtons-nous un instant. Dans un excès d'angoisse, d'anxiété et de stress, il ne s'agit pas de guérir. Il s'agit plutôt de trouver des repères synchrones avec sa nature profonde, de dépasser des obstacles, d'optimiser son potentiel, de donner de nouvelles pulsions à sa vie et à ses affaires, de retrouver sa créativité. C'est là que le Neuro-Coaching trouve toute son efficacité : en induisant certains processus automatiques par d'autres mieux adaptés.

À la lumière de ce qui précède, je vous repose la question : êtes-vous sujet à une thérapie parce que vous pensez avoir des blessures du passé à guérir, des résidus de mémoires non assimilées, ou souhaitez-vous donner un nouvel élan et un sens à votre vie personnelle et professionnelle ? Créer votre vie ?

### Sommes-nous des clones ?

C'est évident, la majorité du monde recherche, d'abord et avant tout, une plus grande sécurité matérielle. Faute de mieux, nous orientons notre vie en fonction de ce que nous pensons être conforme aux idées reçues de la société. Mais, devant le vide ou l'insatisfaction, nous ne tardons pas à ressentir un sentiment d'impuissance à trouver la réponse à nos questions.

Pourtant, intuitivement, nous savons qu'il est essentiel de découvrir et développer nos dons naturels, de satisfaire nos désirs les plus profonds et ce, sans se laisser neutraliser par les influences extérieures. L'opinion et le jugement d'autrui sont basés sur ce que nous projetons et ce reflet est souvent loin de correspondre à notre vraie personnalité ou de répondre à nos véritables aspirations.

### Nous avons la réponse

À l'intérieur de nous-mêmes, nous détenons toutes les réponses à ses questions mais, consciemment ou non, nous avons maintenu ces réponses enfouies et elles ont fini par être inhibées par les multiples contraintes extérieures subies dans notre quotidien.

Chacun de nous aspire à trouver ce que nous pensons être le bonheur, chacun ayant de celui-ci sa propre conception. Pour y parvenir il nous faut d'abord se mettre en phase avec cette intuition qui constitue le moteur de notre créativité. L'imagination créative peut être étouffée ou, tout au contraire, libérée et stimulée. Le choix nous appartient.

Prenons l'exemple de quatre artistes peintres devant leur chevalet :

- Le premier, recopie l'œuvre des autres et n'utilise pas son inspiration personnelle. Se contentant d'être un technicien, il n'a d'artiste que le nom.
- Le second, peint en fonction d'un intérêt strictement mercantile, limitant son inspiration à ce qu'il est susceptible de vendre. Les tableaux qu'il produit ne dégagent aucune vibration, il est condamné à l'anonymat.
- Le troisième peintre commence instinctivement ses tableaux en tentant de livrer son message mais les modifie en cours de route pour répondre aux exigences de la clientèle ou aux tendances de la mode, processus au cours duquel il étouffe son inspiration. Ses tableaux transpirant l'incertitude, notre instinct nous dicte de ne pas s'y arrêter.

- Le quatrième, entièrement inspiré par le message qui l'habite, ne se préoccupe pas du résultat final. Il reste totalement présent à la joie profonde qu'il éprouve pendant la création de son &oeil;uvre et nous livre un tableau chargé de vibrations aussi originales qu'intenses. Authentique et profond, ce peintre est Maître de son &OEil;uvre.

À l'instar des trois premiers peintres, est-il préférable d'essayer de " réussir dans la vie " ou, comme le quatrième, être Maître de son &OEil;uvre et ainsi «réussir SA VIE » ? N'en doutez pas, la différence repose sur le précieux sentiment d'estime de soi que chacun d'entre nous devrait éprouver.

© Guy Hauray, 17 février 2010