
La magie d'un moment...

La semaine passée, je me suis réveillée avec une gratitude intérieure pour la vie. J'adore l'hiver, j'adore la neige. J'avais mon laissez-passer pour la Station du Mont Orford, mais cette année je ne m'étais pas donné le temps de m'y rendre. J'ai donc profité de cette belle neige pour faire ma première sortie de ski alpin. Je me sentais coupable car j'avais tellement de chose à faire.

Quelle belle décision d'avoir choisi le plaisir ! De m'être choisie ! Les paysages étaient magnifiques ! Je descendais les pentes et je m'émerveillais devant cette vue panoramique, devant cette neige cristallisée dans les sapins et les arbres. Je me sentais libre. Je vivais au moment présent. Quelle journée incroyable ! Je sentais que j'étais en contact avec ma petite fille intérieure, mes yeux brillaient et je me sentais heureuse.



Vous permettez-vous ces moments magiques ou laissez-vous la routine de tous les jours prendre tout votre temps ? Selon moi, dans la vie, il existe deux choses : les choix et les conséquences. Vous décidez de prendre une route différente et cela vous fait découvrir un petit restaurant ; vous choisissez d'aller à l'épicerie et vous rencontrez une amie à qui vous pensiez ; vous allez à la bibliothèque et le livre que l'on vous a conseillé est sur la tablette devant vous. Voyez-vous les choix sont suivis de conséquences qu'il faut accepter et assumer.

La semaine passée, je me suis donc donnée cette permission en suivant ma joie intérieure. Cette semaine, j'assume mon choix. Je reprends le temps que « supposément » j'aurais dû mettre dans mon entreprise. Vous savez quoi ? Je me sens plus en forme, mon esprit est plus clair car je me suis permise une journée équilibrée entre le plaisir et le travail. La magie de la vie se retrouve dans ces petits moments d'émerveillement.

Le printemps arrive, permettez-vous de vous choisir et de poser des actions en lien avec ce qui donne un sens à votre vie. Vous serez surpris « des petits miracles » qui surgiront sur votre chemin. Prenez le temps de profiter de la magie de la vie !

Que ferez-vous pour vous choisir ce printemps ?



Ginette Gauthier, M.Ed.
Andragogue spécialisée en créativité
et développement de carrière
CreaViva
819-342-8535
CreaViva.ca

En collaboration avec Sonia Dupont – mars 2017