

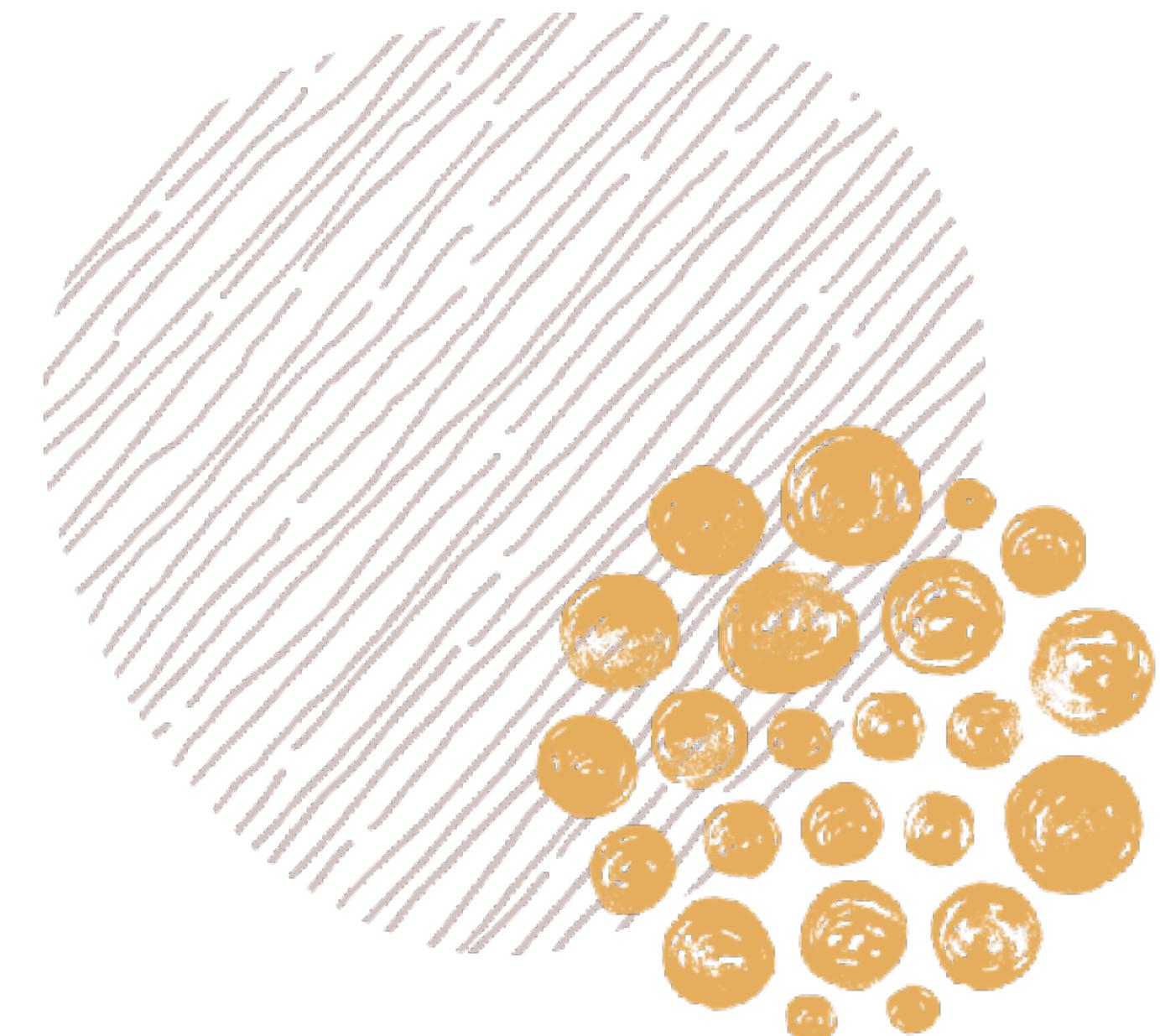
Une Ouverture à la Douceur: Ressources d'une spiritualité féminine

Semaine 1 - lettre 6

Tu fais ça si bien ... vraiment

**Je choisis d'être là.
Être une bonne compagne pour
Mes terres bien aimées
Être une bonne compagne pour
Moi-même
Être une bonne compagne pour
La vie**

Séverine Perron-Gardent



Un jour de repos, de détente, de recentrage sur soi-même. Considère cette journée comme un jour de réflexion. Puissions-nous détourner notre regard des rêves lointains et nous concentrer sur ce que nous avons aujourd'hui, avec ce que nous avons déjà entre nos mains.

Tu n'es peut-être pas là où tu voudrais que tes rêves te mènent. Tu n'as peut-être pas la maison que tu pensais avoir à ton âge. Ou tu n'as peut-être pas la vie de couple que tu imaginais à ce stade de ta vie. Tu n'es peut-être pas aussi bien établie que tout le monde l'espérait pour toi. Tu es peut-être à des kilomètres de ce que tu portes dans ton cœur. Mais il est rare que la vie se déroule comme prévu. Le chemin que nous espérons pour nous-mêmes est rarement celui que nous choisissons, en raison de toutes les variables de la vie que nous oublions de prendre en considération lorsque nous sommes seule, assise à notre fenêtre, perdue dans la beauté de nos rêves éveillés. Le fait est que, lorsque tu considères tout ce qui a fait de toi ce que tu es aujourd'hui, tu réalises que tu as déjà accompli plus que tu ne l'aurais jamais imaginé.

Fais tes expériences et vis ce que tu as à vivre, et même si cela ne correspond pas à tes rêves d'enfant, tu t'en sors très bien.

Ta maison est peut-être souvent en désordre. Et tu as peut-être souvent des journées difficiles, mais il existe encore beaucoup de raisons d'être heureuse, et il y a encore de belles choses à voir et à entendre, à savourer, car elles viennent de ta vie, de tes choix, et de personne d'autre.

Tu as créé de belles simplicités dans ta vie. Il y a des relations, des moments, des bénédictions et des biens dont tu peux te réjouir aujourd'hui.

Lorsque tu tiens la main d'un être cher, c'est une personne à laquelle tu as montré ton amour. Lorsque tu entends les rires des enfants de ta famille, tu as contribué à faire d'eux les petits êtres joyeux qu'ils sont.

Il est si facile de penser à ce qui nous manque, à nos échecs. Mais la vie suit son cours pour des raisons qui nous conviennent mieux que nous ne le pensons. Cesse d'être si dure avec toi-même et de te pousser si agressivement vers l'avant. Beaucoup de gens s'arrêtent à la fin de leur vie et considèrent cela comme une véritable réussite. Tu t'épanouis plus que tu ne le penses. Se débarrasser des comparaisons nous offre l'espace et la clarté nécessaires pour le reconnaître sincèrement.

« C'est vrai, il y a beaucoup de gens qui s'arrêtent à la fin de leur vie et définissent cela comme une vraie réussite. »

CHEMINER ENSEMBLE

Avec tendresse

Nathalie

