

Comment donner un sens à sa vie ?

Une vie privée de sens est une vie sans perspectives, sans espoir et sans intérêt. À partir du moment où vous vous demandez pourquoi vous vivez, il est temps de redonner du sens à votre vie. Pour y parvenir, vous devez définir votre nouveau projet de vie et tout mettre en œuvre pour l'accomplir.

Article par Katy Gawelik - Édité par Wikio

Demandez-vous si votre vie a un sens ?

Posez-vous quelques instants et demandez-vous si votre vie a un sens.

La réponse sera facile pour ceux qui sont désespérés, déprimés, abattus, immobiles ou repliés sur eux-mêmes. Dans ce cas précis, il est évident que la vie de ces personnes n'a pas de sens ; elles ne savent pas où aller.

À partir du moment où vous vous posez souvent la question suivante :

- Pour quoi je vis ?

- À quoi bon vivre ?,

cela signifie que votre vie manque de sens.

Il ne vous reste plus qu'à trouver un sens à votre vie pour vous sentir mieux et être heureux.

Cherchez un sens à donner à votre vie

Chercher un sens à sa vie est une démarche profondément personnelle. Chacun attribue son propre sens à sa vie, selon sa personnalité, son caractère ou son entourage.

Analysez votre personnalité, fouillez au plus profond de vous-même pour savoir quels sont vos désirs et vos envies. Cherchez ce qui vous rend heureux, ce qui vous permettra de dire :

- Enfin, ma vie a un sens.

Cela peut couvrir plusieurs choses : trouver l'amour, écrire, s'occuper de ses enfants, de sa famille, s'épanouir dans sa vie d'homme ou de femme, militer, réussir sa vie professionnelle, gagner beaucoup d'argent, partager, apprendre, etc.

Le choix est vaste ; à vous de faire le bon.

En déterminant le sens de la vie, on sait dans quelle direction aller.

Mettez en œuvre votre nouveau projet de vie

En donnant un sens à sa vie, vous agirez et vous mettrez tout en œuvre pour accomplir votre projet de vie. Vous allez de l'avant et vous faites les choses. Votre vie est bien remplie. Vous vous sentez utile.

Ce projet de vie est une source de motivation et d'investissement personnel au quotidien. Il vous aidera à vous dépasser.

Prenez le contrôle de votre vie

Donner un sens à sa vie, c'est prendre le contrôle de celle-ci. Chacun de vos gestes, de vos attitudes auront désormais un sens. Vous ne perdrez pas de temps inutile à vous lamenter sur votre sort, à vous poser des tas de questions, à déprimer. Vous saurez quoi faire et comment agir. Vous prendrez pleinement conscience de l'importance de votre vie.

En donnant un sens à votre vie, vous vous donnez une raison de vivre et vous vivez réellement et intensément chaque instant comme le plus beau et le plus important.