

# Comment allez-vous orienter votre vie pour lui donner un sens ?

Réussir sa vie de Stephan Kaenel

## Donnez un sens à votre vie

Pour donner un sens à sa vie, il n'y a qu'un moyen : définir un but. Car comme le bateau qui part en mer, vous avez besoin de définir le cap, la direction dans laquelle vous désirez aller.

Mais avant cela, les seules questions que vous devriez vous poser à l'instant où vous lisez ces lignes sont celles-ci :

« Avez-vous obtenu et obtenez vous tout ce que vous désirez ? »

« Êtes-vous sur le chemin qui vous permet de réaliser vos rêves ? »

« Avez-vous défini précisément le sens que vous comptiez donner à votre vie ? »

Vous désirez choisir un but, mais vous ne savez pas comment vous y prendre ? La difficulté est souvent de savoir par quoi commencer.

Voici en trois étapes qui vous permettront d'y arriver :

### 1 Observez !

Amusez-vous à poser cette question à vos amis ou aux membres de votre famille

« Quel est ton but dans la vie ? »

Vous serez surpris de constater que nombreux sont ceux qui ne se sont jamais posé la question.

Observez la vie des personnes qui n'ont pas de but précis. La vie est magnifique, car elle nous offre chaque jour l'opportunité d'observer les résultats du comportement de chacun.

Mais pour pouvoir profiter de ce cadeau, vous devez rester dans un état de conscience différent de celui que vous pouvez être habituellement.

En effet, vous l'aurez certainement déjà constaté, nous vivons tous la plupart du temps sur un mode de pensée « automatique ». Dans ce mode, nous nous rendons plus compte de ce à quoi nous pensons, nous agissons par automatisme.

Ce n'est en soi pas dramatique, ni négatif et parfaitement naturel, car c'est ainsi qu'on arrive à lasser nos chaussures le matin sans avoir à y réfléchir et sans à avoir à réapprendre à chaque fois à le faire.

Toute la difficulté résulte dans la capacité de sortir de cet état de conscience pour aller dans celui où vous vous concentrez sur l'observation du monde qui vous entoure.

Attention, nous parlons bien là d'observer et non de juger l'environnement extérieur. La limite entre les deux est très mince et peut être franchie très rapidement, toujours en raison de nos habitudes de penser.

Pour parvenir à se sortir de l'état de conscience automatique pour aller dans celui de l'observation, vous possédez un guide interne absolument génial : **vos ressenti**

Si je ne devais vous donner qu'un conseil, ce serait celui-ci : A chaque fois que vous vous sentez pas trop bien, stoppez tout, arrêtez ce que vous êtes en train de faire, observez ce qui se passe autour de vous, essayez de mémoriser ce qui s'est passé durant les dernières minutes, souriez ou riez un bon coup, puis observez à nouveau ce qui se passe.

A cet instant, vous aurez peut-être la capacité de relativiser ce qui vient d'arriver et, de ce fait, de vous sentir déjà un peu mieux.

Si cela vous intéresse, une méthode plus complète est à votre disposition, en cliquant sur le lien ci-dessous : <http://www.apprendre-pour-reussir.com/lecon/1>

## **2 Prenez conscience !**

En observant votre entourage, vous aurez tendance à penser que chacun a la vie qu'il mérite, en fonction de ses actes passés.

L'important est que vous puissiez prendre conscience que chacun a le choix de changer cela. Ce n'est pas parce qu'une personne a commis des erreurs, qu'elle ne peut plus orienter sa vie dans une direction plus bénéfique pour elle.

D'ailleurs, c'est bien pour cela que nous commettons des erreurs. Pour prendre conscience que nos actes ne sont encore en adéquation avec notre but ultime et que nous devons corriger le tir si nous désirons obtenir un résultat différent.

Il est inutile que vous vous fixiez un but, si vous imaginez ne pas avoir pouvoir changer quelque chose dans votre vie pour y arriver.

Seule cette prise de conscience vous permettra de changer votre angle de vue.

## **3 Agissez au lieu de subir**

Pourquoi est-ce si important de trouver un ou plusieurs buts ?

Parce que si vous ne savez pas ce que vous voulez réellement faire de votre vie, d'autres vont se charger de choisir à votre place.

Qui sont ces personnes qui peuvent bien faire cela ?

### **Ces personnes, ce sont tout d'abord vos parents :**

Les parents sont persuadés qu'ils savent mieux que personne ce qui est bon pour leurs enfants et ce qui ne l'est pas, et c'est parfaitement naturel.

La tâche d'éducation n'est pas toujours simple pour eux, car entre les principes de base que nous ont appris nos propres parents, et ceux qui nous ont été imposés par la société, nous avons là des outils qui ne sont pas toujours faciles à utiliser.

La façon la plus efficace devrait être de partir des compétences de l'enfant pour l'amener à choisir sa voie et non lui imposer celle qu'on pense être la meilleure pour lui.

Mais la peur est là, elle nous guette et elle est prête à intervenir si le doute vient s'insérer dans notre esprit.

Si votre enfant désire devenir humoriste ou artiste dans un cirque ou encore chanteur... et non médecin, avocat ou directeur de banque comme vous l'auriez souhaité, comment allez-vous réagir ?

Que lui direz-vous s'il vous annonce qu'il préfère faire le tour du monde et vivre une expérience inédite dans un village en Afrique au lieu de terminer ses études ?

Et vous, êtes-vous en train de vivre la vie que vos parents auraient souhaité vivre ou vivez-vous celle dont vous avez toujours rêvé ?

Là sont les véritables questions.

### **Ces personnes, ce sont ensuite vos professeurs**

Que vous ont dit vos professeurs lorsque vous deviez choisir une voie ? Avez-vous suivi leurs conseils ? Qu'en savent-ils de ce que vous désirez réellement faire de votre vie, tout à l'intérieur de vous-même ? Vous ont-ils seulement posé la question ?

Ce n'est peut-être pas leur rôle, car l'école sert surtout à donner de bonnes bases aux enfants pour bien les préparer à la vie active. Lire, écrire, calculer, combien d'être humain n'ont pas encore aujourd'hui cette chance de pouvoir acquérir ces connaissances ?

Mais ensuite, notre enseignement est-il si parfait ?

Si c'est le cas, pourquoi autant de gens sont déprimés, malades et malheureux ? N'est-ce pas à l'école déjà que l'on devrait préparer au mieux nos enfants à apprendre à être heureux, ici et maintenant ?

## **Ces personnes, ce sont également vos employeurs**

Vous avez terminé vos études, vous avez trouvé un travail. Si c'est le cas, vous êtes déjà une personne privilégiée sur cette planète, car nombreux sont ceux aujourd'hui qui n'ont pas ou plus de travail et vous devriez donc vous estimer heureux.

Vraiment ?

Combien d'entre vous se lèvent le matin sans entrain, sans joie, avec de l'amertume au cœur en se disant que ce boulot n'est pas celui que vous auriez aimé faire, mais que malheureusement, vous n'avez pas vraiment eu le choix ?

Vraiment ?

En réalité, si vous êtes dans cette situation, c'est peut-être parce que vous êtes en train de réaliser le but (ou le rêve) de quelqu'un d'autre, tout simplement.

Pourquoi se fixer des buts est si important ?

La réponse devient évidente, au vu de ce qui précède :

**“C'EST IMPORTANT DE VOUS FIXER DES BUTS, CAR AINSI VOUS VOUS DONNEZ LA CHANCE DE RÉALISER VOS RÊVES ET NON CEUX DES AUTRES”**

Vous pouvez bien entendu décider et préférer utiliser votre temps à réaliser les rêves des autres, c'est votre responsabilité et vous êtes parfaitement libre.

Si c'est le cas, vous ne devriez bien entendu plus vous plaindre de votre sort, puisque c'est votre choix, fait de manière toute à fait consciente.

Avez-vous envie de réaliser vos rêves ?

Votre avenir vous appartient et ne tient parfois qu'à une décision, celle de prendre votre vie en main.

La bonne nouvelle à tout cela, c'est que vous pouvez changer votre vie, quand vous le voulez, comme vous le voulez, et sans effort particulier.

La mauvaise nouvelle pour ceux qui ne font rien, c'est que tant que vous pensez être une victime de ce monde, vous resterez une victime et n'aurez droit à rien de plus.

Ni Dieu, ni personne ne vous viendra en aide, à moins que vous ne le demandiez, bien évidemment. Mais pour recevoir, il faut ouvrir son cœur aux réponses qui se trouvent déjà en vous. Car votre cas ne sera cependant pas désespéré, car il y a tout de même une personne qui peut vous aider et tout faire changer. Cette personne, c'est vous !

Demandez-vous de l'aide et celle-ci viendra. Vous serez néanmoins surpris de quelle manière.