

## Saviez-vous...

... que vous pouvez utiliser votre travail pour évoluer?

On ne choisit jamais sa profession par hasard et celle-ci peut nous aider à :

- découvrir une partie de ce que nous sommes venus apprendre dans cette vie;
- découvrir ce que nous n'avons pas accepté de nos professeurs et/ou du parent qui s'occupait de notre apprentissage scolaire lorsque nous étions jeunes;
- se connaître à travers nos collègues de travail afin d'apprendre l'amour véritable.

Prenez quelques instants pour décrire en quoi consiste votre travail. Par exemple, je décrirais mon propre travail de la façon suivante :

**créer** des ateliers; **communiquer clairement** mon enseignement; bien **écouter** pour aider les gens à trouver eux-mêmes leurs réponses; demeurer **calme et centrée** face aux différentes personnalités que je rencontre chaque jour; être et enseigner la **dimension spirituelle** tout en me permettant de bien vivre la **dimension matérielle**. Tous les mots en caractères gras font partie de mon plan de vie, de ce que j'ai à apprendre et il est naturel qu'au début ça soit difficile et que ça demande des efforts.

Ce que vous vivez au travail est la continuité de ce que vous viviez à l'école (ou à la maison) lorsque vous étiez jeunes, par rapport à votre façon d'apprendre et vos relations avec ceux qui vous enseignaient. Par exemple, peut-être qu'on se moquait de vous parce que vous étiez lents, qu'on vous imposait de tout apprendre, qu'on s'attendait à ce que vous soyez parfaits et que vous ne fassiez jamais d'erreurs. Vous revivez au travail toutes les expériences difficiles du passé que vous n'avez pas acceptées.

Le meilleur moyen pour découvrir ce qui n'est pas réglé de votre enfance est d'être alerte à toutes vos émotions, culpabilités et peurs, et de faire la technique du **MIROIR** avec la personne impliquée que vous accusez et avez de la difficulté à accepter en ce moment. Quand une personne vous fait réagir, elle devient votre miroir. Cela signifie qu'elle vous renvoie à une partie de vous que vous ne voulez pas voir, car vous la considérez comme inacceptable. Disons par exemple que vous êtes dérangée par votre patron, car vous le trouvez trop exigeant et injuste envers vous. Cela vous aide à devenir conscient que vous n'acceptez pas ces aspects de vous-même. En vérifiant avec lui ou d'autres personnes, vous comprendrez qu'eux aussi vous trouvent parfois exigeant et injuste, et cela vous aide à devenir conscient d'une partie non acceptée de vous-même jusqu'ici. En vous observant bien, vous constaterez en plus que vous êtes exigeant et injuste avec vous-même. Plus vous repoussez une partie de vous-même, plus elle devient forte avec le temps et plus vous attirez des gens qui vous reflètent cette partie, simplement pour vous aider à en devenir conscient et à l'accepter, donc à vous aimer davantage.

TOUT DANS VOTRE VIE EXISTE POUR VOUS AIDER À VOUS AIMER, VOUS ACCEPTER. Dès que vous vous donnez le droit d'être parfois exigeant et injuste, vous verrez que ce genre de comportement ne vous dérangera plus chez les autres. Voilà la grande intelligence de la création humaine.

Avec amour,

Lise Bourbeau