

Comment se réaliser

Le terme « réalisation de soi » est couramment associé au milieu du travail, à ce que vous faites quotidiennement, à l'accomplissement du soi dans ce que vous faites. Dans l'expression « la réalisation de soi », le mot « soi » va au-delà de la référence de ce que vous faites, vous accomplissez. Le mot « soi » émane du soi psychologique. Il fait référence à votre être, à ce que vous êtes et non, strictement, à ce que vous faites.

« La réalisation de soi » englobe la totalité de l'expression de votre être. Être conscient que vous êtes sur terre pour faire plus que travailler, subvenir à vos besoins et suivre les cycles de la vie. Être conscient de votre être et de répondre à vos élans, d'affirmer ce qui est en vous. Cette prise de conscience exige beaucoup dont de sortir des patterns familiaux et sociaux et de sortir du cadre de la victime que vous entretenez inconsciemment.

La validation de « la réalisation de soi » se ressent par le sentiment de bien-être, un ressenti réel d'être ce que je suis en harmonie avec votre environnement. Surtout pas par le sentiment de défaitisme, de la fatalité de la vie et de dépendre de ce qui vous arrive et des gens autour de vous. La réalisation de soi débute par la prise en charge de soi-même, par une prise de conscience de ce qui vous habite et ne demande qu'un espace d'expression, de réalisation. Sinon, vous sentirez un sentiment d'étouffement, d'impuissance que rien ne vous appartient dans la vie.

Rick Jarow écrivait « vous devez d'abord être bien dans ce que vous êtes, avant de pouvoir être ce que vous faites. » Comment pouvez-vous vous sentir bien, heureux à faire une tâche de travail, à côtoyer des gens tout en ne répondant pas à ce que vous êtes. C'est une question de respect de vous-même, d'amour propre. Si vous êtes uniques sur cette terre, pourquoi inhiber votre unicité, vos élans d'être, ce que vous êtes.

Vous pouvez penser être la personne actuelle. Mais cette personne, répond-t-elle à des patterns, à des conditionnements bien ancrés en vous ou à trouver un moyen de survie en cherchant l'approbation, l'appréciation et même l'amour des autres? Ou vos conditions de vie, vos responsabilités vous obligent à vous oublier pour le bien des gens autour de vous? Vous vous dites, « je n'ai pas le choix ». Alors. La réalisation de soi ne s'opèrera pas dans votre vie.

C'est un processus, un cheminement vers soi qui ne s'opère pas en un clin d'œil ou à la suite d'une période de réflexion unique. Pourtant, jusqu'à votre adolescence, vous avez vécu pleinement votre réalisation. Votre famille, en grande partie, vous a laissé vous exprimer, être ce que vous étiez et ce, jusqu'au début du processus de la responsabilisation sociale. Là, le contact de la conformité, de répondre à des normes, aux attentes de vos parents, amis ont pris le dessus sur votre élan de réalisation entière, authentique, alignée sur ce que vous êtes. Si vous pouviez être en contact avec vous presque constamment plutôt que de vous préoccuper à répondre aux normes et aux gens, vous connaîtriez l'essence de la réalisation de soi.

Se réaliser pleinement caresse les éléments fondamentaux de la vie sans se soustraire à vos responsabilités organisationnels. Se réaliser est au-delà du travail, au delà de la prospérité, au-delà de la qualité relationnelle. C'est une réalisation non compartimentée, elle est un tout. Le tout est l'entité de la vie et vous faites parti du tout bien plus que de remplir différents rôles dans votre vie. Vos rôles peuvent très bien se réaliser en fonction de ce que vous êtes réellement. Les rôles ont une existence temporaire, l'être est permanent. L'être s'exprime à travers vos rôles.

Vous êtes unique, vous êtes le maître de vos décisions, vous avez le choix de vivre ou d'exister ou d'être le spectateur du défilement des jours jusqu'au dernier. Le plus beau cadeau que vous pouvez vous accorder, n'est-il pas de prendre conscience de ce que vous êtes et d'exprimer en harmonie ce que vous êtes, de vous permettre de vous réaliser pleinement en alignement avec votre être?

Yves Beaudry

www.autempspresent.ca

About the Author

Yves Beaudry est auteur, conférencier, formateur orienté sur la réalisation de soi et sur le développement d'un leadership créatif et visionnaire. Il y consacre son temps, ses énergies dans une quête permanente à la créativité de son être dans l'ici et maintenant. www.autempspresent.ca

Source: <http://www.secrets-de-comment.com> | [Formation Marketing](#) | [NetConcept, droits de revente](#)