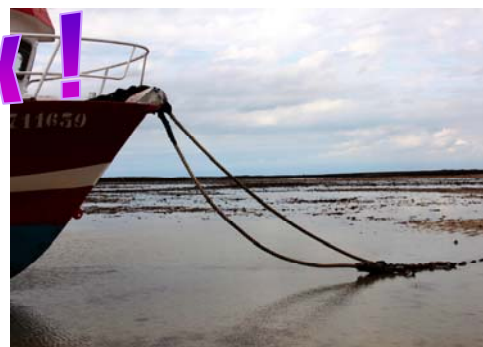


Edito janvier 2016

Meilleurs vœux!

Nous les avons souvent reçus ces derniers jours, de proches et de moins proches. Nous les avons offerts, du fond du cœur ou légèrement,

*A mon tour de vous souhaiter une année 2016
douce, sereine, joyeuse... Aussi ajustée que possible
à vos espoirs à et vos souhaits, légers et profonds !*



Peut-être est-ce l'occasion de prendre un temps et de nous questionner sur ce que nous voulons vraiment, sur nos engagements pour cette année? Nous savons déjà que certains seront lâchés ou ajustés en cours d'année. Et, les choix faits en conscience et confrontés à la réalité de leur faisabilité dans notre réalité de vie, en plus de l'acceptation de l'effort nécessaire pour atteindre des objectifs réalisables, ont - sans doute - plus de chance de se construire peu à peu, pas après pas, avec constance et respect de soi.

Soyons donc pour 2016, empreints de volonté et de courage pour les traversées et les sommets à gravir, soyons indulgents envers nous-mêmes, acceptons notre vulnérabilité et nos fragilités qui parfois nous font chanceler, et... relevons-nous !

Alors quelques vœux à méditer, pour nous et pour les autres :

La santé ! Oui sans aucun doute. La meilleure possible, prenons soin de nos corps fragiles et résistants, qui nous parlent à leur façon. Et, s'il nous est donné de vivre une période douloureuse, angoissante, faisons alliance avec lui au mieux, sans nous projeter trop loin, juste dans l'escalade du chemin escarpé, avec l'espoir dans notre cœur.

L'affection, la tendresse, la présence, l'amour ...! Oui, je vous les souhaite en bouquets fleuris tout au long de l'année ! Que nos cœurs soient nourris de ces sentiments essentiels, nécessaires à notre équilibre. Trouvons les dans le regard des êtres aimés, dans le sourire d'un enfant, dans la confiance de nos amis, parfois juste avec le passant que nous croisons et qui nous offre un léger sourire en retour. Sachons donc regarder et nous émerveiller de ces découvertes ! Et, sommes-nous prêts à en accepter les contraintes? Quelle place allons-nous faire aux ajustements des besoins, des quêtes, des attentes et donc aux frustrations? Comment allons-nous aimer nos différences? Accepterons nous d'offrir l'effort et le renoncement nécessaires à la continuation du chemin ensemble, et jusqu'où cela sera-t-il juste pour chacun de nous ?

Les satisfactions sociales et professionnelles ! Oui bien sûr. Elles font partie intégrantes du sens de vie. Et, sommes-nous prêts à mobiliser notre énergie pour oser prendre les risques nécessaires à l'évolution, le changement, la construction d'un demain plus conforme à nos rêves? Nous devons intégrer dans ce parcours : Evaluation de faisabilité, confrontation au contexte, réalisme, bénéfices et frustrations... pour créer de la cohérence et non pas un espace de mésestime de soi ou de rejet des autres.

Un peu de légèreté ! Oui, nous en avons bien besoin. Un peu de rires et de plaisirs pour rendre nos quotidiens plus supportables et nourriciers. Et, pour certains, pourrions-nous nous autoriser ces moments d'abandon à ce qui est, à laisser émerger notre part libre, à montrer notre part joyeuse et riante?

La paix, la sérénité ! Un vœu que je fais pour chacun de nous, et pour le monde ! Commençons, chacun, avec notre environnement, dans la mesure du possible, avec la protection nécessaire parfois et dans la clarification des limites de chacun bien sûr. Et, malgré les désaccords, avec les conflits, le cœur peut-il dire sa tendresse et donc son chagrin ? Ou juste constater des désillusions trop profondes pour y trouver remède?

Cherchons pour tous ces vœux la cohérence juste entre qui nous sommes et ce qu'il nous est possible de créer de notre vie. **Ne nourrissons pas l'illusion du Bonheur constant.** Celui-ci ne sera fait que de moments profondément heureux, et d'autres tristes, frustrants, décevants, empreints de colères et de peurs.

Pourtant, tous ces instants heureux « ici et maintenant » colorent notre vie de joie !!!

Très belle année 2016!et à bientôt !

MC