

Décembre 2010



Geneviève LAFLEUR

Résolutions du nouvel an : Non merci!



J'ai toujours été répugnée et dignement écoeurée par ce pseudo titre d'œuvre de charité envers soi: « RÉSOLUTION DU NOUVEL AN ! ÇA Y'EST, JE ME PRENDS EN CHARGE! » Plus question de remettre à plus tard, quoi de mieux qu'une année débutante pour « Changez de vie »! N'est ce pas d'ailleurs le titre d'un super livre d'une super auteure Québécoise? « Sortez du moule et... »

« Je vais perdre ces 10 kilos en trop » « Arrêter de fumer et, comble du malheur, perdre aussi ces 10 kilos en trop. » « Cesser de me plaindre à mon chum de ces 10 kilos en trop. » « Avoir une meilleure attitude face à la vie et être reconnaissante de toutes ses merveilles (même mes rondeurs). » « Changer de job » « Partir mon entreprise » « Voyager » « Commencer à... Cesser de... Ne plus... Il faut (oups il faut) que ...»

Tous ces absolus, interdits, obligations, restrictions et cie...

Non, je n'y ai jamais cru. Surtout pas en périodes festives. Je me suis d'ailleurs toujours dit que :

1. Les cadeaux, c'est tout au long de l'année et au gré du moment que j'ai envie de les offrir, et surtout pas lors de périodes turbulentes imposées par la société de consommation dans laquelle nous pa-tageons;
2. Donc, les dites résolutions, elles sont aussi festives que tous ces jours de l'année qui composent mon calendrier personnel, et le vôtre, il va de soi.

Alors pourquoi attendre le 1^{er} de l'an nouveau pour se décider à...

- Quand j'ai décidé de partir mon entreprise, c'était un mois de septembre...
- Quand j'ai décidé d'écrire mon 1^{er} livre, c'était un 17 février...
- Quand j'ai décidé de laisser Raoul, cet homme non adéquat pour moi, c'était un mois de mai là où les bourgeons éclataient!
- Quand j'ai décidé de faire un 5 km du marathon de Montréal, c'était un mois de mai. Quand j'ai décidé de faire le 10 km de ce même évènement, c'était un mois de juillet, et quand j'ai décidé de faire le 21,1 km, le demi-marathon de Montréal, évènement du 5 septembre 2010, c'était le 31 août 2010 (dernière journée de rabais pour les inscriptions...).
- ET quand j'ai décidé de dire OUI à... c'était au mois de décembre.



Décembre 2010



Geneviève LAFLEUR

Avec le recul, aucune grande décision ne s'est prise, dans ma vie, un mois de janvier. Mois, pour moi, de repos, de creux et de douce quiétude avant un renouveau mijotant...

Je me souviens ces années où je m'entraînais encore dans les gyms. Comme à l'habitude, depuis des mois, plutôt des années, ma routine d'entraînement continuait. Lundi soir, MA machine m'attendait sans délai d'attente. Je la chevauchais comme une monture fidèle et digne de confiance. Trente minutes d'accompagnement complice, notre rendez vous tri-hebdomadaire respecté. Et voilà qu'un soir hasardeux, selon mes souvenirs, cette fidèle accompagnatrice qui avait l'habitude de me tendre la main sans tarder se faisait galoper par un intrus d'une troupe inconnue!

« Ah? » pensais-je. « Ah! Janvier! » Tentant des montures alternatives sans succès car toutes aussi empruntées par de foutus chevaliers inexpérimentés, je me recroquevillai vers mes poids libres, sachant ces chevaliers sous le tintement de l'achèvement de leur liberté. Tic toc, tic toc... Dring! Période probatoire terminée, retour à vos anciens schèmes ... Janvier tirant à sa fin... Comme de raison, la voie fût des plus ouverte peu avant le début du plus court mois de l'année...

Pourquoi se tarer de se faire vivre un échec? Pourquoi s'obliger à réaliser un but parce que la période est dite propice? Moi, je préfère établir une liste d'objectifs, de rêves et de buts à réaliser dans ma vie. Ensuite, décider lequel j'attaque MAINTENANT! Et parfois, une fois ce désir sorti de notre cerveau, la vie nous offre l'opportunité de le vivre, presque comme par magie... Je dis presque comme parce que je ne crois pas en la magie pure et simple qui manifeste nos désirs! Non, le fait de l'extirper de notre sphère mentale est déjà une action tangible qui guide nos pas vers sa réalisation.

THÉMATIQUE

Depuis quelques années, j'opte pour une alternative beaucoup plus, disons, stimulante et exaltante! UNE THÉMATIQUE ANNUELLE! Elle me donne l'opportunité de la vibrer pendant 12 mois, 52 semaines, 365 jours, 8760 heures, 276255360000 secondes... Elle se vit naturellement, au gré des saisons, au fil du temps et des événements. Elle revient me titiller quand je semble oublier son existence : « Eh! Tu as oublié que nous faisons route ensemble cette année? Allez, secoue-toi et continue ton chemin sans omettre ma présence! »

L'an passé, c'était LIBERTÉ. Pas la liberté de faire car tous un chacun autour de moi sait que cela, je l'ai toujours fait! Paris la semaine prochaine? Pourquoi pas?! Les Bahamas dans 3 jours, j'arrive! La mer de Maine en road trip seule... ouais! 14 cordes de bois empilées devant ta maison et à corder avant les frissons d'hiver? GO! Un livre à publier alors que, selon la croyance populaire il est IMPOSSIBLE d'être publiée au Québec? What the... (désolée, je suis bilingue). Trois mois d'entraînement seulement pour un demi-marathon? Ouais, et puis?

Non, c'était plutôt la liberté d'ÊTRE, de dire, d'agir selon les plus profonds aspects de mon être, de mon âme. La liberté que mes actions auraient d'être en concordance avec les plus infimes particules de ma personnalité. La liberté de faire, dire, être, selon l'inspiration du moment, et surtout, selon mon GUTS! Bref, vivre en concordance entre ce que je pense, ce que je ressens et ce que je fais. Après une rétrospective de mon année 2010, mission accomplie, puis-je affirmer!



Décembre 2010



Geneviève LAFLEUR

Une thématique annuelle, c'est un genre de direction que nous donnons à l'année qui s'en vient. C'est une forme de promesse intime qui dictera toutes nos actions, souvent à notre insu. C'est un cri souvent profond qui émerge de soi et qui dit : « Ceci ou rien d'autre pour moi cette année! » Une forme de cadeau « À moi de moi ». Un passage obligé que nous savons que nous devons emprunter afin de se transcender et se rapprocher encore un peu plus de qui l'on est véritablement. Voilà ce qu'est une thématique annuelle.

Quelle sera la vôtre pour 2011? Avez-vous commencé à y penser? Voici des exemples de thèmes inspirants : *Découverte, Liberté, Émerveillement, Affirmation, Amour, Respect, Intention, Musique, Méditation, Sérénité, Débuts, Lâcher prise, Pardon, Acceptation, Pouvoir, Abondance, Émergence, Acceptation de soi, Estime de soi, Équilibre, Action, Rêve, Être, Famille, Présent, ...*

Je vous suggère de déterminer intuitivement votre thématique, celle qui vous vient, spontanément à l'esprit. Celle qui vous fait vibrer et vous remplit le cœur de joie. Pas celle qu'il FAUXDRAIT que vous choisissiez. Ensuite, écrivez tous les qualificatifs qu'elle vous inspire, ce qu'elle représente pour vous. Faites de ces écrits votre lecture de chevet tous les soirs et matins de l'année à venir.

La mienne, cette année, sera plus reposante. J'ai l'habitude d'alterner entre la sagesse et la folie des tourbillons de la vie alors HOURRA pour la sagesse! (ou est-ce l'année de folie???) Pour 2011, je choisis :

ENCHANTEMENT

Je me sens détendue et ouverte à chaque fois que je dis ce mot... *Enchantement*... Comme une forêt remplie de trésors à découvrir, à explorer, à expérimenter, à savourer... Apprécier le partage de mes dons, de mes passions, de mes connaissances... Être reconnaissante de toutes les merveilles quotidiennes qui jalonnent mes pas. Goûter les fruits de mes semences. Aimer et être aimé, donner et recevoir, sourire à la vie... Surtout, continuer de croquer dans la vie avec mes yeux, oui, mais surtout, avec mon cœur d'enfant. Celui là qui me guide vers la réception de mes plus beaux cadeaux, ceux que la vie m'offre quotidiennement par la spontanéité de la nature, par vos sourires, vos témoignages de gratitude, les pas que vous osez faire par désir de vous rapprocher encore un peu plus de VOUS. Ces cadeaux me remplissent sincèrement de joie et de vibrations des plus énigmatiques, encore aujourd'hui.

Pour 2011 mon souhait est que votre thématique vous emplisse de joie, certes, mais surtout qu'elle vous guide vers le plein potentiel qui ne demande qu'à émerger de ce trésor qui vous appartient. Ce trésor si accessible mais que peu de gens osent ouvrir et laisser briller au grand jour. Ce trésor unique et accessible à tous que l'on nomme : Stéphanie, Nancy, Isabelle, Nathalie, Louis, Patrick, Annie, Patricia, Dominic, Vickie, Patrice, Martin, Mélanie, Caroline, Nadine, Simon, Chantal, Élise, Judith, Sophie, Christine, Édith, Ginette, Nicolas, Michael, Érika....

Que 2011 vous rapproche encore plus de l'être vibrant que vous êtes! Plein d'amour je vous offre et mes vœux de santé, de joie, de plénitude et de saines folies n'attendent seulement que vous les développiez! Je vous souhaite de « *Sortir de votre zone de confort et d'oser de nouvelles routes vous permettant les plus belles découvertes.* »

