

La route non-obligatoire vers l'invisibilité



Par Véronique

Le temps et l'énergie que j'ai investis à changer me sont très profitables. Les amis qui m'entourent sont d'une qualité exceptionnelle. Chacune de mes journées est teintée de magie. J'ai apprivoisé l'amour avec le détachement pour réaliser qu'il est la voie pour un plus grand amour de moi-même. Et la paix qui s'installe en moi est davantage présente parce que la vie est simple quand on se permet de la voir ainsi. Le changement est merveilleux. Il apporte son lot de baumes et de surprises, et avec lui aussi la possibilité de devenir invisible. Pour avoir frôlé l'indivisibilité, ce n'est pas une sensation plaisante. Je décourage fortement d'essayer!

J'ai appris que changer ne signifie pas de laisser aller complètement de l'ancienne moi. Ça ne signifie pas de me mouler aux goûts des autres ou aux fantasmes qu'on nourrit à mon égard. Le changement passe d'abord par moi et répond à mon besoin personnel de croissance. Un changement qui m'est profitable m'apporte plus qu'il ne m'en coûte, et m'élève énergétiquement pour ne jamais m'abaisser. La ligne est mince entre prendre conscience de ce qui est bon pour nous comme changements et le fait de ne pas en prendre conscience. Nous sommes si souvent sollicités par le regard et la critique d'autrui qu'il est facile de nous perdre. Néanmoins, il est essentiel de rester présent à soi-même, connecté avec son centre et lucide des changements qui s'opèrent en nous afin de ne pas nous perdre.

Une multitude de choses peuvent conduire à l'invisibilité. En ce qui me concerne, le trop plein de gentillesse est l'une d'elles. Comme dirait ma mère : « Trop, c'est comme pas assez », et la gentillesse n'en fait pas exception. Être gentil, ça facilite les échanges, mais à vouloir trop bâtir de ponts entre soi et les autres, on peut perdre notre propre couleur. Dans mon cas, verser trop dans la gentillesse en revient souvent à vouloir plaire à tout prix, à être en accord avec l'autre par peur de conflit ou encore à dire oui alors que je n'en ai pas forcément envie. En agissant de la sorte, j'affaibli mon centre et ne respecte plus mes limites. Avec mes limites qui deviennent poreuses et mon centre qui s'effrite, j'entre dans la confusion. Je ne sais plus ce qui me fait réellement plaisir, je ne connais plus mes priorités etangoisse face à l'avenir car je me suis oubliée, tout ça parce que j'ai baigné dans l'ombre de la gentillesse.

Faire des autres, et spécialement de mon partenaire, mon champ d'intérêt premier m'a aussi conduite vers l'invisibilité. Lorsque les gens qui m'entourent étaient heureux, je l'étais. Lorsqu'ils étaient fâchés ou tristes, j'essayais de réparer la situation ou de les réparer eux.

Je devenais absente de moi-même car je mettais ce qui me tient à cœur sur le dernier rond du poêle. J'étais invisible. Je ne respectais plus mes besoins immédiats. Il m'arrivait de me juger d'égoïste lorsque je prenais du temps pour moi. Le pire était d'accepter de changer certains aspects de moi juste pour cesser la critique d'une personne envers moi et ce sans valider avec moi-même si ce changement était dans le meilleur de mes intérêts.

Le risque de devenir invisible a comme aspects positifs de nous garder aux aguets et de constamment vérifier avec la personne la plus importante de notre vie, nous-mêmes, si les choix que nous prenons apportent du bien à notre âme et notre tête aussi bien qu'à notre corps et notre cœur.

Cet article était destinée être une petite réflexion sur ma réalité et mes défis actuels. Peut-être y trouverez-vous des pistes de réflexion pour vous-mêmes. Je vous retrouverai en 2012 avec d'autres partages. D'ici là, santé, amour et paix pour l'année à venir! Si vous êtes de ceux à faire des résolutions, faites-les pour VOUS.