

# Agir par élan

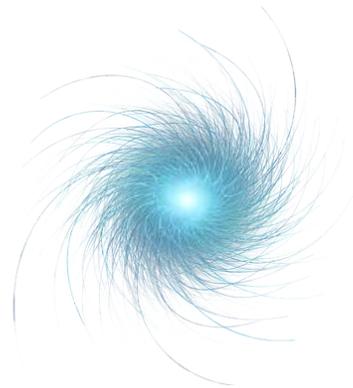
JACINTHE THÉRIAULT-FORTIER

---

## AGIR

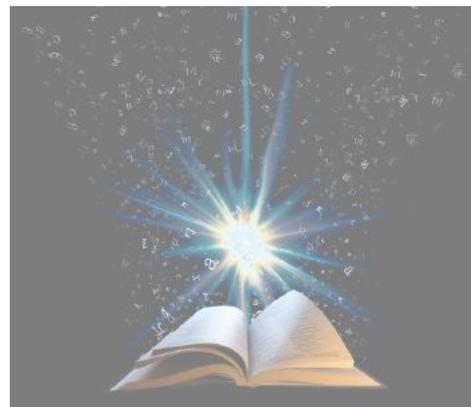
*Vivre c'est agir*

C'est choisir, à chaque instant, d'utiliser son énergie dans un sens ou un autre ! Même « ne rien faire » est un choix, le choix d'agir en immobilisant son énergie !



Alors, cette énergie qui m'habite, qui m'est précieuse puisque limitée, j'ai envie de choisir en pleine conscience ce que j'en fais. Ne plus agir par rébellion ou par soumission, mais bien parce que ça a du sens pour moi, que c'est cohérent et en lien avec mes valeurs.

C'est en mettant en lumière les croyances, souvent inconscientes, qui orientent mes choix que je pourrai les dépoussiérer. Ce faisant, elles seront transformées ou deviendront caduques tout simplement !



# Agir par élan

JACINTHE THÉRIAULT-FORTIER

---

## PAR ÉLAN

*Dans un mouvement de vie !*

Quand j'ai réellement l'élan d'agir, rien ne m'arrête, les difficultés ne sont que des étapes à franchir qui m'amènent à faire encore mieux, à me dépasser.



L'expression de cet élan de vie n'est pas toujours tonitruante ! Parfois, il est subtil et il faut s'y attarder pour le reconnaître et ressentir la direction qu'il m'indique. Et même, parfois, la voie qu'il m'indique n'est pas la plus facile ou la plus confortable !

C'est dans le silence et la contemplation que ces mouvements intérieurs, cette énergie subtile, pourra se faire entendre. Quand le doute s'installe, qu'il y a du tiraillement, c'est en s'arrêtant, en se posant, qu'on arrive à y voir plus clair et à retrouver le chemin qui se dessine.

