

# 3 Anneaux de croissance

Mots clés: valeurs, principes, leçons de vie.

Alors que le Bosquet nous offre la sécurité dont nous avons besoin pour retirer nos atours, nous pouvons nous pencher sur notre évolution, et nous assurer qu'elle est saine. Chacun des anneaux correspond à une expérience, à une leçon de vie, à une valeur ou un principe qui constituent notre ligne de conduite.

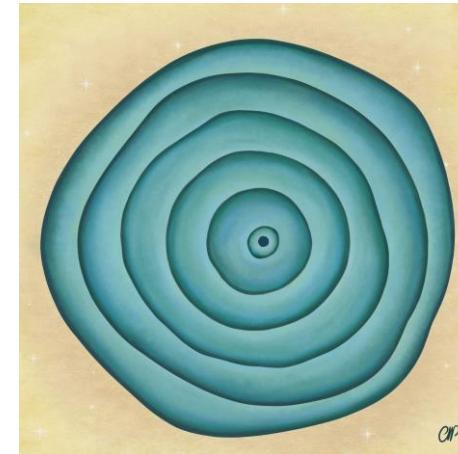
Nous pouvons entamer notre exploration par ce qui est le plus important pour nous, ou par la dernière expérience que nous avons intégrée. Nous commençons simplement par ce qui nous vient à l'esprit en premier.

Afin d'évoluer sainement, nous avons besoin de nous assurer que chaque anneau est dense, qu'il passe par les étapes de découverte, expérience, acceptation et intégration. Une fois que nous avons assimilé une nouvelle leçon, expérience ou philosophie, nous pouvons l'ajouter à notre cœur, à notre noyau, et la laisser interagir avec celles qui l'ont précédée.

Certains d'entre nous auront une évolution harmonieuse, avec des anneaux de même taille, d'autres ajouteront plusieurs anneaux en peu de temps, puis laisseront leur progression suivre son cours avant qu'un autre se présente. Et enfin certains auront peu d'anneaux, mais ces derniers correspondront à des changements de vie importants.

Notre noyau est unique et il raconte notre histoire. Afin de nous assurer qu'il est sain, nous devons éviter de juger nos expériences. Chacune nous a apporté quelque chose, a ajouté quelque chose à la personne que nous devenions, et a contribué à construire celui ou celle que nous sommes aujourd'hui. Nous devons les honorer comme un cadeau précieux, une fondation solide à partir de laquelle nous nous sommes élancés.

Une fois que nous nous sommes assurés que nous avons intégré chaque leçon, expérience, valeur ou principe, nous pouvons prendre un peu de temps pour profiter de la sensation d'être celui ou celle que nous sommes. Nous nous sommes réapproprié notre histoire.



Chaque instant de notre vie peut devenir un anneau de croissance que nous ajoutons à notre noyau personnel. Nous devons nous assurer d'apprendre ce que nous sommes sensés apprendre afin d'avoir une fondation solide sur laquelle nous pouvons nous construire.

Observons notre noyau, ce qui nous a construit jusqu'ici, et réalisons combien notre chemin a été unique et enrichissant. En ne jugeant pas ce que nous avons vécu, nous pouvons l'examiner avec un esprit ouvert et une vision claire. Nous sommes alors capables de l'accueillir comme une parcelle de notre histoire, comme quelque chose de constructif, comme quelque chose de valeur.

Il est temps de nous réapproprier notre histoire, de nous assurer d'intégrer chaque aspect de notre vie afin de nous épanouir sur des fondations solides.

Nous devons nous assurer que nos anneaux de croissance sont sains en les examinant, en vérifiant qu'ils s'articulent les uns avec les autres, en nous les remémorant avec douceur.

Ils sont nos valeurs fondamentales, nos principes, les leçons que nous avons intégrées. Ils sont ce qui a fait de nous ce que nous sommes.

Apprêtons-nous à en ajouter de nouveaux alors que nous reprenons la route de notre chemin de vie.