

ÊTRE ACTEUR DE L'ANNÉE QUI DÉMARRE

Alors que nous démarrons une nouvelle année, « relire » l'année écoulée peut nous aider à mettre toutes les chances de notre côté dans la construction de notre vie : il s'agit en particulier de repérer ce qui nous a aidé et ce qui a été obstacle pour nous.

- Au cours de l'année écoulée, qu'est ce qui a été pour moi source de bonheur, de progression, m'a donné le sentiment d'avancer dans la construction de ma vie ? Me rappeler aussi ce que j'ai vu de beau chez les autres, et les belles choses dont j'ai été capable.



Je peux passer en revue les différents domaines de ma vie : amis, famille, relation amoureuse, études, travail, engagements divers, loisirs, etc...

Et comment m'ancrer dans l'année à venir dans ces expériences, et poursuivre en ce sens ?

(pour les croyants : je peux aussi remercier Dieu pour ces bonnes choses vécues qui font « grandir la vie en moi »)

- Au contraire, au cours de l'année écoulée, qu'est ce qui a été difficile à vivre pour moi ? Qu'est-ce que qui ne m'a pas fait du bien, m'a fait du mal même ? m'a donné l'impression de régresser ?



Et comment éviter désormais ces difficultés ? ou comment apprendre à vivre avec ces difficultés si je n'ai pas de pouvoir sur elles ?

(pour les croyants : je peux aussi demander de l'aide à Dieu, le courage, la force dont j'aurai besoin cette année)

Quelles pistes cette réflexion m'ouvre-t-elle, pour être toujours plus acteur de ma vie ?