



# LES VISAGES DE SA PASSION

Par Lyse Méreineau

**Vivre avec passion, vivre intensément et être passionné pour ce que l'on fait. Voilà une invitation qui met la barre haute dans nos vies déjà bien remplies.**

Mais elles sont remplies de quoi au juste nos vies ? Nous sommes trop souvent pris par les il-faut-que, les je-devrais et les je-n'ai-pas-le-choix-parce-que... et nous nous perdons de vue dans le tourbillon de nos activités. À force de se sentir prisonnier de notre vie, nous n'osons plus aller dans la direction de ce qui nous correspond vraiment et finissons par croire que nous n'avons de passion pour rien et la flamme en nous s'éteint petit à petit. Rallumer cette flamme c'est faire le choix de la vie, de la joie et de l'expression de son essence.

Mais qu'est-ce qui me passionne vraiment ? Chercher à reconnaître ses différentes passions, c'est poser les premiers jalons pour reconnecter avec ce qui nous fait vibrer. Les passions concernent différents champs d'intérêts qui nous animent. Toutes ne nous font pas vibrer au même degré d'intensité, mais toutes nous prédisposent à la joie, au bien-être et à donner le meilleur de soi. Plus nous les intégrons à notre vie, plus nous créons un équilibre en nous et autour de nous. Mais vient un moment où elles ne suffisent pas à donner un sens à notre vie, nous recherchons alors quelque chose de plus profond, de plus significatif et c'est là qu'entre en jeu la passion essentielle. Pour moi, la passion est du domaine de l'âme. Et la passion essentielle est un appel de l'âme à manifester son essence. Elle est la trame de fond de nos passions et de tout ce qui nous anime. La passion essentielle se révèle à nous. Alors que nous choisissons nos passions, la passion essentielle, elle, nous choisit. Elle est très rarement explicite d'entrée de jeu. Mon expérience m'a appris qu'il fallait l'appivoiser en s'engageant dans le voyage vers son cœur.

**La passion essentielle est un appel de l'âme à manifester son essence.**

## LES VISAGES DE LA PASSION ESSENTIELLE

À quoi peut ressembler une passion essentielle ?

- Une valeur qui sous-tend toute notre vie comme celle de promouvoir la justice, la dignité, l'authenticité ou encore l'harmonie dans les relations. La passion essentielle mue par une valeur mène parfois à se consacrer à une cause.
- Une activité qui nous passionne et qui habite notre être, notre vie et notre temps et qui, lorsque nous la pratiquons, nous nourrit et nous fait grandir. Cette forme la plus courante et la plus évidente s'exprime dans toutes sortes de domaines.
- Un talent ou un don qui en s'exprimant nous comble de bonheur. Ce peut être un talent pour l'écoute, pour communiquer, pour stimuler les autres à donner le meilleur d'eux-mêmes, un don pour la guérison. On peut avoir une passion pour la musique sans pour autant avoir de talent pour celle-ci. La musique devient passion essentielle lorsque s'exprime un talent et que la personne devient même un canal pour la musique.
- Un idéal qui nous pousse à créer et à contribuer comme celui d'avoir la pulsion de rendre meilleur, de créer de la richesse, de développer la conscience ou de créer de la beauté.



### **APPRIVOISER LA PASSION ESSENTIELLE**

Reconnaître sa passion essentielle peut prendre un certain temps. Nous vous proposons ici deux chemins pour y arriver :

#### **EN TROUVANT LE FIL CONDUCTEUR DE SES PASSIONS.**

Identifiez d'abord ce qui vous passionne le plus. Ensuite regardez ce qui est à l'essence même de chacune de vos passions en tentant de cerner qu'est-ce qui dans cette passion vous anime et vous motive vraiment. Regardez ensuite le thème qui les unit. Pour certains ce sera tout ce qui concerne l'humain, pour d'autres ce sera la communication ou la relation. Après avoir trouvé votre thème central, réfléchissez à l'action que vous faites dans ce domaine. Cherchez-vous par exemple à harmoniser, guérir, concrétiser, unir, créer. Puis interrogez-vous sur votre aspiration, sur le sens profond de cette action. En allant au cœur de vos passions, votre passion essentielle a des chances d'émerger.

### **EN OBSERVANT LES MOMENTS-CLÉS DE SA VIE**

Il y a des moments dans la vie où nous ressentons un appel pour quelque chose. Certains sont appelés à enseigner, d'autres à bâtir quelque chose, d'autres encore à orienter. Entendez-vous parfois les chuchotements intérieurs vous murmurer depuis longtemps un appel que vous ignorez? À quoi vous sentez-vous appelé? Il y a des moments-clés dans notre vie où ces appels peuvent être plus présents. Autour de 18 ans, 36 ans, 54 ans et dans une fenêtre de plus ou moins deux ans, il y a des signes qui nous indiquent ce à quoi nous sommes appelés. Amusez-vous à regarder ces périodes où vous avez ressenti une attirance irrésistible pour faire quelque chose qui vous correspond dans votre essence.

Une fois reconnue, la passion essentielle peut offrir une direction consciente à notre vie. Celle-ci devient plus simple et plus centrée sur ce qui est en intégrité avec qui nous sommes. Bon cheminement vers votre passion essentielle.