

## Attirer à soi plus de bonheur...

par Vanessa Mielczareck,

Chacun aspire à vivre l'amour, à rencontrer la personne avec qui il partagera le meilleur de sa vie, et savoir faire durer son couple. Ce désir bien réel est enraciné au fond de notre cœur. Cependant beaucoup d'entre nous vivons plutôt de l'incompréhension, des frustrations dans les relations ou l'attente incertaine de l'âme sœur. Que se passe-t-il pour que nous l'on n'obtienne pas la relation que nous voulons ? Et parfois même, nous rencontrons l'inverse de ce que nous voulons ? À quoi jouons- nous finalement ?

Aujourd'hui, nous avons une opportunité extraordinaire de pouvoir choisir ce que nous voulons vivre dans la vie et tout spécialement dans les relations que nous tissons. Depuis une décennie les repères et schémas stéréotypés ont volé en éclats.

Cette rébellion collective a secoué nos mentalités sans pouvoir toutefois nous offrir de nouveaux modèles et paradigmes. Cela nous baigne dans une certaine liberté. Pour la rendre féconde, nous avons à créer nos nouveaux comportements, à devenir plus conscient de qui nous sommes et de ce que nous voulons vivre en couple. C'est cette conscience qui va nous faire évoluer vers notre conception du bonheur.

L'identité et les rôles des femmes et des hommes ont considérablement changé dans les sphères sociale, familiale... Pour profiter de cette opportunité nous devons nous rendre compte que nous rencontrons la personne qui correspond à notre vibration. En fait sans en être conscient, nous attirons la personne en résonance avec qui nous sommes. Celle qui est alors placée sur notre route et celle qui nous fera grandir le plus.

Un concept se répand de plus en plus, il repose sur l'idée que nous sommes porteurs à la fois du masculin et du féminin et cela quelque soit notre sexe. Ces deux énergies symboliques cohabitent en nous, mais il arrive aussi qu'elles entrent en conflit intérieurement. De cet état d'être, notre couple intérieur rejaillit dans notre réalité extérieure. En réalité dans la rencontre à l'autre, nous cherchons plus ou moins consciemment la complétude. C'est-à-dire que nous sommes attirés par une personne qui a des qualités que nous pensons ne pas avoir. À son contact nous imaginons pouvoir nous nourrir de ce qui nous semble nous manquer et vice versa. C'est ainsi que l'on peut rencontrer et vivre avec notre inverse.

Il n'y a pas de hasard, juste une organisation de l'existence qui parfois nous dépasse. À ce moment-là nous pouvons dire que la relation sert à mettre en mouvement chez nous ce que l'on voit en l'autre.



Par effet de miroir, l'autre nous montre une partie de nous à lâcher ou à exploiter.

Au-delà de l'amour, la relation nous propulse dans une dynamique d'évolution dès que l'on en prend conscience. Ce phénomène nous pouvons aussi l'appeler la projection. Cela consiste à voir, sentir et entendre chez l'autre des traits de caractère, des talents ou émotions, que l'on a refoulés intérieurement pour des raisons de censure personnelle.

Autrement dit, nous faisons porter à l'autre ce qui en fait nous appartient ou nous voyons chez l'autre ce qui nous manque le plus. Par un effet miroir, l'autre nous montre une partie de nous à lâcher ou à exploiter.

Lorsqu'une facette nous semble

en quelque sorte inacceptable et inconcevable pour notre conscient, nous avons tendance à le déplacer sur l'extérieur. Nous ne savons pas que nous projetons, nous croyons réellement voir l'autre tel qu'il est, toutefois cela ne signifie pas qu'il n'ait pas les qualités qu'on lui attribue. Si nous ne faisons pas ce travail de conscience nous avons tendance à retrouver le même genre de partenaire. C'est comme un scénario qui se répète...

Les couples qui durent vivent cette lucidité car ils sortent de la spirale dominant/dominé et en cessant de se blesser, ils créent l'espace au véritable amour.

### Hémisphères cérébraux

	Masculin Cerveau Gauche	Féminin Cerveau Droit
A développer	+ Concentration Analyse Maîtrise de soi Volonté Puissance juste Capacité d'action...	+ Intuition Créativité Sensibilité Ouverture Amour, empathie Vacuité Connaissance Inspiration Observation...
A transformer	- Résistance aux changements Manipulation Rigidité Toute puissance Insensibilité Orgueil Obstination...	- Illusion, évitement Sensiblerie excessive Paresse, laisser-aller Irresponsabilité Instabilité Désorganisation Comportement irrationnel...

Voici un schéma exposé par Annie Marquier dans « la liberté d'être » qui illustre bien nos deux polarités typiques.

### Comment attirer la relation désirée ?

- Nous devons être conscients de qui nous sommes pour éviter de rendre l'autre responsable de notre bonheur ou de nos malheurs ;
  - Nous avons à donner ce que nous voulons recevoir. Si nous voulons de la tendresse, donnons-là, si nous voulons de l'écoute, donnons-là...
  - Si la relation ne nous convient pas, c'est à nous de changer ;
  - Nous avons à ressentir profondément les qualités et les valeurs que nous voulons vivre ;
  - C'est à nous de créer la vision claire et précise de ce que nous voulons dans la relation ;
  - Ce qui nous fascine comme ce que l'on déteste chez l'autre est notre miroir ;
  - Dès que nous sommes conscients de nous-mêmes, nous avons le choix ;
  - Considérons que l'autre nous permet de faire expérience de l'amour, il ne nous appartient pas ;
  - Focalisons-nous sur ses qualités et toute sa grandeur, car c'est cela qu'il nous offrira jour après jour...
- Aujourd'hui, nous avons tous l'opportunité de créer une vie nouvelle pleine d'amour et cela n'est plus un secret ! ■

Vanessa Mielczareck, 20 ans d'expérience dans le développement personnel, coach, conférencière, écrivain et formatrice de coach intuitif professionnels avec Gilles Guyon. Chaque mois, une formation débute et vous pouvez visionner gratuitement sur le site leurs conférences, émissions de télé...

Elle est auteure de plusieurs livres dont : "Mesurez votre conscience" éd Quintessence en co-création, "Coachez votre intuition" éd du Seuil ;

Tél : 04 32 52 18 99  
ou 06 80 62 81 08

Site :

www.coachingintuition.com

Mail : lunion@wanadoo.fr



Livre "Coachez votre intuition" éditions du Seuil

