

## Les valeurs

Le prix du carburant ne cesse d'augmenter.

Malgré le cours élevé de l'essence, nous continuons d'en acheter car notre voiture en a besoin pour avancer, sinon elle tombe en panne.

Et vous de quoi avez-vous besoin pour avancer ?

Quel est votre carburant ?

Le savez-vous ?

Pendant ces vacances, je vous invite à vous arrêter, à sortir du flux et à trouver les réponses à ces quelques questions.

Qu'est-ce qui me fait persévérer ?

Qu'est-ce qui me fait me lever le matin ?

Pour quoi ou pour quelle(s) cause(s) suis-je capable de me mobiliser, me passionner ?

De quoi dépend ma motivation ?

Qu'est-ce qui est le plus important pour moi ?

En répondant à ces questions vous (re)visiterez et (re)mettrez le doigt sur vos valeurs. Une des définitions du mot valeur dans le Petit Robert est : « ce qui est vrai, beau, bien selon un jugement personnel plus ou moins en rapport avec celui de la société... »

Vos valeurs sont votre énergie de vie.

Vos valeurs façonnent l'orientation et la destination de votre vie.

Vos valeurs donnent sens aux expériences de votre parcours.

Vos valeurs vous permettent de trouver l'énergie de réaliser des actions, d'atteindre des objectifs pour avancer dans votre développement.

Si vos valeurs ne sont pas nourries, vous souffrez ; vous êtes en manque de carburant et vous tombez en panne.

Je vous propose pendant vos vacances de prendre du temps pour revisiter vos valeurs, les reconnaître, les hiérarchiser et penser aux actions (peut-être des nouvelles) qui les nourriraient.

A mon avis c'est cela une vie réussie : mettre au centre de sa vie, ses compétences, ses talents, ses ressources pour ainsi servir ses valeurs tous les jours et à n'importe quel prix... Même si parfois il est élevé.

Selon vous, quelle valeur a une vie réussie ?

« la vie est Sybelle », coach professionnelle certifiée.

[www.lavieestsybelle.ch](http://www.lavieestsybelle.ch)