



Oasis: Votre Rythme

Vos cycles de vie peuvent se voir comme la suite naturelle des saisons mais aussi comme le tour complet d'une horloge



Comme le tronc de l'arbre, votre corps se fortifie et se libère de douleurs à travers les prises de conscience que vous faites

La naissance et la petite enfance, de 0 à 3 ans, vous voit positionner dans l'hiver avec sa grande connection avec la mère-terre. C'est la saison de l'élément terre, qui représente pour l'humain la matière, dont le corps physique, et la source de toute création, mais aussi le lien de sécurité et d'abondance. Saison d'introspection et de grande communication avec le Divin en nous. Nous arrivons de l'au-delà et prenons place sur terre, tout y est. C'est aussi l'endroit où les bases de notre humanité se mettent en place. Notre position, notre relation aux autres, les fondements de l'être que nous sommes, ici, sur terre. Ici se trouvent souvent les racines des blessures, ou des perceptions de soi, dont nous prendront toute une vie à bien saisir et à guérir. C'est aussi l'endroit des souvenirs

les mieux enfouis de notre être. Pour faire un retour vers l'hiver et la grande connaissance de soi, il faut vivre sa vie en passant par les étapes naturelles.

L'enfance se vit comme le **printemps**. Nous sommes remplis d'énergie nouvelle, d'un éveil à la vie où notre conscience découvre le monde tel qu'il nous est présenté par la famille, les amis, notre communauté, notre société. Le printemps, c'est la saison reliée à l'élément air. C'est le souffle divin, la respiration qui nous donne la vie. C'est aussi l'élément relié à notre système de pensée, notre intellect, notre logique et notre perception. C'est au cours de notre printemps que nous installons encore plus en nous les pensées, les idées et les valeurs véhiculées par notre écosystème, de la cellule familiale à la société toute entière.

L'adolescence se place sous le signe de l'**été**. Une saison qui inclut aussi la période de notre jeune vie adulte. Il y a rarement moment de la vie où l'essence de notre énergie brute est aussi présente. L'immaturité, couplée à la soif d'être "grand", nous pousse à poser des gestes sans réfléchir, dans la confiance que tout ira bien. C'est la saison de la fougue et de la passion. Elle est reliée à l'élément feu. Un feu qui nous réchauffe, nous dynamise. C'est l'élément de notre énergie, de notre pouvoir créatif, notre besoin de mouvement. C'est au cours de notre été que nous sommes confrontés à l'objection de notre entourage face à nos désirs et nos visions changeantes de la vie. C'est une période qui peut nous voir s'émanciper vis à vis du cadre qui nous est inculqué.

La vie adulte est notre période d'**automne**. C'est une période de travail mais aussi de récolte. Maintenant moins sous le signe de la fougue, plus expérimenté, plus aguerri, nous prenons place. Il y a recherche d'équilibre et d'abondance par le fait même. C'est la saison reliée à l'élément eau. L'eau qui représente le sang qui coule dans nos veines, ce sang qui passe par notre cœur afin d'être purifié et de nous nourrir à nouveau. L'élément eau est associé aux émotions, aux sentiments, aux relations. Comme le travail du sang, la période adulte nous voit faire un travail de nettoyage de nos émotions. Nous puisons dans les profondeurs des eaux pour en faire ressortir des trésors, des souvenirs et des blessures douloureuses qui, une fois guéries, nous donneront des ailes. Plus sage, plus patient, nous savons faire la part des choses, Nous pouvons reconnaître les blessures des autres et choisir de les déposer, pour ne plus les porter tel un fardeau qui n'est pas nécessaire. Nous sommes de plus en plus le gardien de la connaissance de l'être que nous sommes. Nous

Nous cheminons dans et avec le temps, tout doucement. Nous nous préparons ainsi à boucler la boucle de cette incarnation.

Dans ce grand tour de l'horloge, il y a de puissantes leçons à puiser. Par contre, comme l'arbre que vous êtes, vous devez fortifier vos racines avant de toucher le ciel de vos multiples branches. L'équilibre se met en place graduellement. Comme le tronc de l'arbre, votre corps se fortifie et se libère de douleurs à travers les prises de conscience que vous faites. Et celles-ci arrivent toujours à point. Il y a une sagesse infinie dans votre propre rythme de guérison. C'est une cadence parfaite, un pas vers l'avant, deux vers l'arrière, un retour au centre, et ça continue. Une danse sans fin mais qui se fait dans l'harmonie et l'allégresse.

Exercice écrit

Je vous propose un exercice à faire afin de vous redécouvrir tout au long de vos saisons. Vous pouvez prendre le temps qu'il faut pour remplir la grille. Je vous suggère même de le faire sur plusieurs jours. Il serait aussi intéressant de voir si les réponses qui vous viennent changent après les méditations guidées faites dans le cadre de cette thématique.

C'est un exercice à refaire annuellement pour suivre votre rythme de croissance et de guérison. De nouvelles façons de voir vos saisons feront surface. Elles seront plus éclairées, plus profondes. Ces nouvelles connaissances de vous-même vous permettront de vous libérer de vieilles blessures et de comprendre leur portée sur votre vie.

Voici le lien pour les grilles à remplir, en format pdf: [Cliquez ici](#)

