

pas si nul !

prendre confiance pour s'exprimer dans un art



marie-fleur



Quand on se lance dans un nouveau domaine, il est fréquent de se sentir un peu nul(le) face au talent de quelqu'un d'autre.



D'autant plus si c'est un domaine dont on rêve depuis longtemps et si l'autre (tout à fait sympathique) ne semble pas du tout se rendre compte à quel point c'est difficile pour nous.



C'est compliqué. Plus on essaie de cacher ce sentiment aux autres, plus il nous submerge. On s'aime plus, on a honte, et on finit même par se décourager et se dire que ce n'est pas pour nous ce domaine là.



Déjà qu'il nous est difficile de voir le positif de ce qu'on accomplit dans notre vie, c'est la cerise sur le gâteau du découragement.



Et avec cela, il faut assumer des sentiments très forts qui viennent nous rattraper, alors qu'on est adulte. Ce n'est pas simple, d'autant que personne ne nous a appris à gérer ce genre d'émotions de façon efficace...



Alors on se réprime, on se juge, on essaie de faire bonne figure mais c'est vraiment difficile.



Mais si on fait un petit pas en arrière et qu'on réfléchit, si ça nous met dans cet état c'est que ce qu'à fait l'autre nous a franchement tapé dans l'oeil.



Et le secret, c'est ça : **Contempler ce qui nous émerveille dans ce que l'autre fait.** Cela va nous permettre de débloquer la situation et nous redonner un véritable élan créatif.





En agissant ainsi, on va se relier à notre coeur, qui lui va nous permettre de vivre notre premier véritable émotion d'artiste, et pas des moindres; L'INSPIRATION.



Et de là, tout peut arriver.
Tout.



marie-fleur

Née en Suisse en 1973, Marie-Fleur nous fait entrevoir avec tendresse et humour des chemins possibles pour s'apprécier d'avantage et aller vers sa créativité, en abordant des sujets menant vers la résilience et la paix.