**EXERCICES MES AXES DE VIE**

![C:\Users\Guez\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.IE5\2R59W9JN\MC900352213[1].wmf]()**Ex** **1- Détermination de vos axes de vie :** - Qu’est ce qui est important dans ta vie ?

**Technique de brainstorming ou remue-méninges** :
Note naturellement ce qui te vient à l’esprit sans analyser. Tu n’es pas limité en nombre, tout est acceptable sans censure. Laisser ton imaginaire te proposer ce que bon lui semble. Puis dis pourquoi c’est important/
*Ce qui donne sens à ma vie c’est…. Parce que*

1……………………………………………………Parce que………………………………………………………/

2……………………………………………………Parce que………………………………………………………/

8……………………………………………………Parce que……………………………………………………/

A chaque étape de ma vie, je suis amené à réfléchir sur la direction que je prends. A certains tournants je ressens une insatisfaction. J’ai le sentiment que ma vie se cristallise et c’est ce qui me fait ressentir le besoin de changement. Mais comment faire, comment changer ? Changer signifie quitter quelque chose d’acquis pour autre chose d’inconnue. Et si je me trompe ! Quelle direction prendre ? Mais nous ne sommes pas seul, il faut penser à sa famille, ses collège, ses amis, ses affaires, sa religion... Regarde tes réponses : S’agit-il du sens de ta vie ou de ce que tu as appris sur le sens de La Vie ?

La démarche que je propose est de commencer par ce qui part de notre propre contingence. Et c’est parce que la dimension spirituel existe dans la personne humaine que partant de cette quête de sens au niveau de ma réalité, je peux découvrir mon essence. Pour ce premier temps d’analyse, il ne s’agit donc pas du sens de La Vie ; du pourquoi du monde ou de l’homme en général. Il s’agit de regarder en toi-même, ce qui, donne un sens à ta vie. Qu’est-ce qui te fait courir, quel sont les axes essentiels de ta vie… L’argent ? Les enfants ? Le travail ? La santé, la maison, la religion, le bonheur, le conjoint, le don de soi, aider, D.ieu…

Reprends tes réponses et distingue celles que serait plus basé sur le sens que tu donnes à La Vie de celle du sens que tu donnes à ta propre vie.
Tu as maintenant deux colonnes ce qui est pour toi le sens de la vie et ce qui dans l’immédiat est ton axe de vie.