

DR.

“

**Votre temps est limité,  
ne le passez pas à vivre la vie  
de quelqu'un d'autre.**

Steve Jobs

”

**Steve Jobs est un entrepreneur et inventeur américain, pionnier de l'ordinateur personnel. Directeur général d'Apple Inc. et des studios Pixar.**

« Deviens qui tu es ». C'est assumer sa singularité au milieu d'une tendance à l'uniformisation qui sévit dans les pays industrialisés. C'est prendre le risque de se découvrir unique et de se relier à sa créativité. C'est passer de la décision raisonnable de mener sa vie selon le courant, à écouter son cœur et son intuition qui se fichent du courant. C'est ouvrir des possibles en soi que l'on apporte à la marche du monde. C'est se respecter dans son individualité et en prendre soin. C'est une démarche de positionnement mature entre le faire ce qu'on attend de nous et être vraiment la personne que l'on est dans son originalité. Notre vie nous appartient en propre et l'échéance de celle-ci nous orienterait vers ce travail profond d'accueillir et d'assumer qui nous sommes.

C'est ce que nous pouvons rencontrer lorsqu'on entreprend une psychothérapie. Ce type de prise de conscience peut nous éclairer et nous montrer que nous ne vivons pas selon nos aspirations ou que ce que nous avons décidé n'est plus d'actualité et ne nous correspond plus ou que nous vivons ce qui a été choisi pour nous. C'est une occasion de regarder ce qui est important pour nous, écouter sa voix intérieure même si celle-ci ne va pas dans le sens indiqué, par ce qui est prévu ou par ce qu'on attend de nous. Ainsi nous vivons pleinement notre individualité selon la loi de l'Univers qui est celle de l'Unité. S'associer à la marche en avant du monde en préservant son unicité.

Sophie Barbé




**Sophie Barbé**

7, bd Maréchal Juin - 06800 Cagnes sur Mer

Tél : 06 10 24 05 05 - [sophie.barbe@gmx.fr](mailto:sophie.barbe@gmx.fr)

[www.sophiebarbe.com](http://www.sophiebarbe.com)

 Sophie Barbé