

# Qu'est-ce qui fait sens pour toi ?



## Le sens

Qu'est-ce qui donne l'orientation et le sens de ta vie ?  
Quelle est ou quelles sont tes raisons de vivre ?

Trouver du sens permet de maintenir un équilibre global de vie.

Chercher le sens, c'est chercher ce qui oriente nos pas.  
Ce n'est pas seulement comprendre, mais ressentir ce qui donne une direction à notre existence.

Le sens est ce fil invisible qui relie nos choix, nos valeurs et nos aspirations profondes.  
Il donne une raison de se lever, d'avancer, de traverser les épreuves comme les joies.

Il nourrit l'élan vital et permet de maintenir un équilibre global entre le corps, l'esprit et le cœur.

Dans sa dimension spirituelle, le sens dépasse l'instant présent.  
Il invite à se relier à quelque chose de plus vaste que soi : une quête intérieure, une cohérence de vie, une harmonie avec le monde.

Prendre le temps d'interroger le sens,  
c'est déjà prendre soin de sa vie.

Et toi, quelle est cette raison profonde qui te donne l'envie de te lever et d'avancer ?

## L'essentiel en bref

---

ORIENTATION ET  
SENS DE LA VIE

---

RAISONS DE VIVRE

---

DONNER UNE  
DIRECTION A MON  
EXISTENCE

---

RELIER MES CHOIX,  
MES VALEURS À MES  
ASPIRATIONS PROFONDES

---

COHERENCE DE VIE  
PRENDRE SOIN DE SA VIE

---

