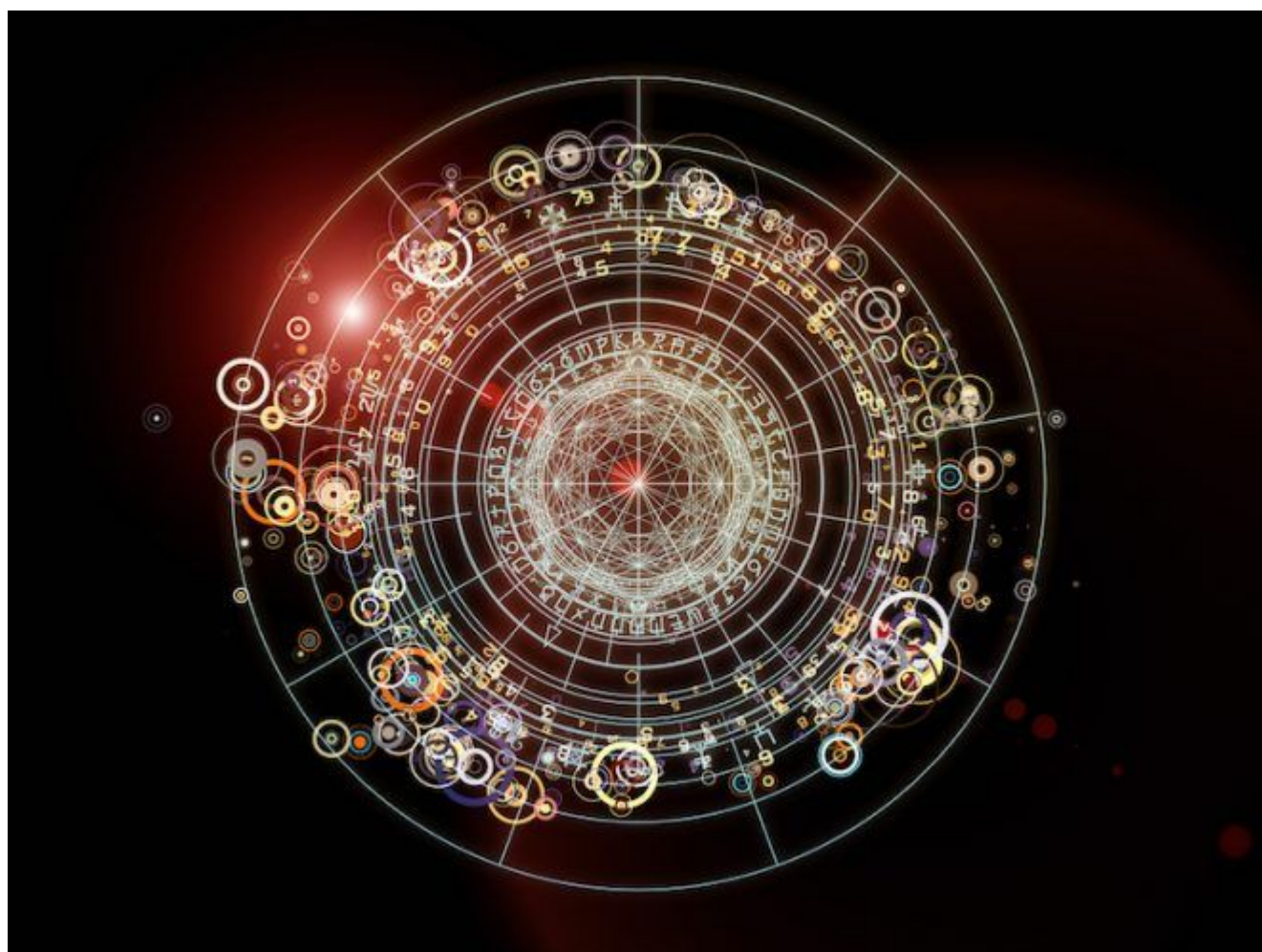


Comment améliorer votre équilibre entre vie professionnelle et vie privée, selon votre signe astrologique



par Marie M

Dans la société actuelle, il est indispensable de trouver un bon équilibre entre le travail et la vie privée. Entre toutes les responsabilités que nous devons assumer et toutes les manières dont nous devons prendre soin de nous, il est presque miraculeux que nous réussissions à trouver un moment pour nous

détendre et relaxer.

Faites donc une chose essentielle pour votre santé: essayez de gérer au mieux votre équilibre entre vie privée et vie professionnelle, selon votre signe du zodiaque.

Il s'agit essentiellement de trouver des solutions qui permettent à votre corps spirituel de se détendre, et il existe diverses manières de travailler, allant d'être organisé selon vos objectifs à plus réaliste en ce qui concerne votre capacité à effectuer le travail. Les étoiles peuvent vous parler de vos préférences dans ce domaine.

Cela dépend généralement de votre maison astrologique, qui peut régir un domaine différent de votre vie, des biens matériels à la philosophie en passant par la carrière, etc. Les éléments peuvent jouer un rôle essentiel de préférence quand il s'agit d'un loisir ou d'une activité que vous préférez.

Voici comment améliorer votre équilibre entre vie professionnelle et vie privée, selon votre signe astrologique :

Bélier

Essayez d'augmenter le nombre de collations pendant la journée. Cela peut paraître étrange, mais en tant que Bélier, ce que vous mettez dans votre corps va avoir une grande influence car vous êtes un signe beaucoup plus jeune et votre corps spirituel est plus proche de la terre. Vous avez besoin de plus d'énergie que les autres pour rester en forme. Ainsi, pour rester concentré et énergique, veillez à prendre régulièrement des collations pendant la journée.

Taureau

Nettoyez aussi souvent que vous le pouvez. En tant que Taureau, vous avez besoin d'un espace dégagé et d'un esprit clair pour vous sentir paisible. Et vous seriez surpris de voir à quel point l'encombrement physique peut être ressenti comme physiquement épuisant et comme une perte de productivité. Appréciez la beauté d'un espace rangé, aussi bien au travail que chez vous.

Gémeaux

Apprenez des choses divertissantes. Durant votre temps libre, documentez-vous, rejoignez un club d'échecs ou faites tout ce qui pourra stimuler votre cerveau trop excité. Au travail, vous pouvez souffrir d'ennui ou de fatigue, alors donnez-vous des choses à attendre avec impatience quand vous êtes en mode jeu (ou apprentissage)

Cancer

Prenez le temps d'appeler votre famille et vos amis. Si vous avez du temps prévu pour vous prélasser en présence de vos proches, cela vous rajeunira pour sortir de votre carapace de crabe Cancer. Autrement, vous pourriez devenir un peu introverti et ne pas oser parler de vos besoins à votre patron.

Lion

Prenez le temps de déconnecter. Vous êtes toujours en contact avec tellement de gens que vous devriez parfois prendre le temps de vous détendre. Vous devez être complètement libre d'écouter le silence de personne n'ayant besoin de vous, au moins pendant quelques heures. Si vous ne faites aucune pause dans la communication et les médias sociaux, vous n'aurez pas l'énergie nécessaire pour être au meilleur de vos capacités.

Vierge

La méditation peut aider à soulager le stress d'atteindre la perfection. Vous avez tendance à trop vous préoccuper de ce que les gens attendent de vous, et le meilleur moyen de ne plus y penser est de méditer avant le début de la journée. Une tête plus claire permet à un cerveau plus clair d'élaborer des stratégies pour tirer le maximum de temps de vos interactions et de vos tâches.

Balance

Définissez vos valeurs. Vous pouvez accidentellement vous laisser marcher dessus pour plaire aux gens. Votre patron choisira de tirer parti de tout ce que vous pouvez supporter, et vous vous sentirez abandonné et pris pour acquis. Définissez vos valeurs et déterminez où se situe la limite entre le travail acharné et les avantages dont vous bénéficiez. Ne laissez personne les franchir.

Scorpion

Faites du kickboxing ou une activité physique. En tant que Scorpion, vous voulez toujours vous transformer. Veillez donc à transformer votre vie, même si cela signifie quelque chose d'aussi simple que de changer vos habitudes en vous promenant ou en vous consacrant à un nouveau sport.

Sagittaire

Partez à l'aventure autant que possible le week-end. Vous êtes un signe de feu qui aime explorer, car cela peut vous donner un aperçu de qui vous êtes réellement et de ce en quoi vous croyez. Prenez le temps de chercher de nouvelles sensations, que ce soit dans une nouvelle forêt en randonnée ou un nouveau café. Prenez le temps de rendre votre vie excitante et vous vous sentirez plus présent au travail et dans vos tâches quotidiennes.

Capricorne

Fixez-vous des objectifs raisonnables. Vous avez tendance à aller au-delà des limites du lieu de travail car vous avez tendance à toujours en vouloir plus. Mais ne faites pas plus que ce que vous êtes capable d'accomplir. Soyez réaliste quant à vos limites. Sinon, vous pourriez perdre l'équilibre que vous prêchez pour essayer de réussir au bureau.

Verseau

Engagez-vous dans des causes qui vous passionnent. Assurez-vous que vous ne vivez pas simplement votre vie en mode pilote automatique. Essayez d'avoir une activité secondaire qui vous procure de la joie. Autrement, vous risquez d'engourdir vos émotions pour faire plus de travail et vous méritez mieux que cela. Vous souhaitez par-dessus tout aider les autres, et le meilleur moyen de générer de l'énergie et de se concentrer est d'avoir cet exutoire.

Poissons

Prenez le temps de rêver. Vous devez rester sain d'esprit quand vous rêvez dans le monde réel, alors donnez-vous le temps de le faire. Écrivez, lisez, créez et donnez-vous l'opportunité de faire ressortir votre créativité. Autrement, vous risquez de ressentir une sensation d'étouffement.

Source: <https://www.espritsciencemetaphysiques.com/>