

NE LAISSEZ PAS LES REMORDS RUINER VOTRE HUMEUR !

par Selacia

Vous vous êtes déjà senti indécis à propos d'une décision que vous aviez prise et dont vous étiez sûr qu'elle était bonne – et que vous remettez maintenant en question ? Ne laissez pas les remords de décision ruiner votre humeur et votre paix intérieure. Nous sommes tous passés par là. Poursuivez votre lecture pour mieux comprendre l'indécision et les remords de décision et ce que vous pouvez faire pour y remédier.

Décisions et indécision

Quand on pense au nombre de décisions que nous prenons en une seule journée, cela peut être ahurissant ! Certaines d'entre elles – comme le moment de se lever le matin ou de prendre un café avec quelqu'un – sont typiques et faciles à prendre.

D'autres décisions que nous avons jugées importantes peuvent être ruminées, nous inquiéter ou nous empêcher de dormir avant de les prendre. Et certaines décisions, une fois prises, peuvent anéantir notre bonne humeur et entraîner des jours de contrariété et de regret. Nous pouvons avoir des remords de décision.

Commençons par les décisions que nous avons classées comme importantes. Notre esprit égoïste peut nous amener à nous inquiéter et à nous remettre en question. Des heures ou des jours d'indécision peuvent s'ensuivre, à moins que nous ne stoppions le processus dans son élan.

Pour mettre un terme à nos ruminations et à notre perte de temps insensée à prendre des décisions, nous devons faire appel à notre sagesse intérieure. C'est notre essence, la partie de nous qui est cosmique et qui a une vue d'ensemble.

Notre conscience supérieure – une fois que nous avons appris à y accéder et à lui faire pleinement confiance – peut nous remettre sur la bonne voie et nous sortir de l'indécision. Elle peut nous aider à prendre la décision appropriée au moment opportun et avec la sagesse divine.

Le timing divin

Les changeurs divins qui apprennent à maîtriser le timing divin découvrent l'importance du timing dans la prise de décision. Qu'est-ce que cela signifie ? Puisqu'une décision change quelque chose à la trajectoire de votre vie, il est vital de ne la prendre qu'après une contemplation intérieure et en tenant compte à la fois des implications pratiques et des leçons spirituelles. En effet, nous apprenons de chaque interaction, de chaque décision, et même d'une période d'indécision lorsque nous envisageons les meilleures étapes à venir.

Le timing divin est également lié au principe spirituel « le temps de savoir et le besoin de savoir ». Nous pouvons nous renseigner intérieurement pour déterminer la meilleure décision, mais si ce n'est pas encore « le moment de savoir », la réponse ne nous viendra pas tout de suite parce que nous n'avons pas besoin de savoir tout de suite. Notre moi-ego, qui déteste attendre et insiste sur des réponses immédiates, n'appréciera pas du tout cela.

Par exemple, disons que vous sentez que vous devez décider si vous devez continuer avec quelque chose ou quelqu'un. Vous vous sentez mal à l'aise à l'idée de continuer – mais vous êtes indécis quant au « pourquoi ». Vous pouvez même avoir des sentiments forts quant à la connaissance du « pourquoi ». Une cascade d'émotions peut surgir soudainement alors que vous vous efforcez de savoir quoi faire.

Votre conscience supérieure – si vous l'écoutez à ce moment-là – vous dirait de laisser les choses en suspens pendant

quelques heures ou quelques jours. Cela vous donnerait l'espace nécessaire pour traiter vos sentiments et vos pensées, et pour aller chercher en vous des conseils sur la façon de réagir. Une bonne nuit de sommeil ou une promenade dans la nature sont utiles dans un tel scénario.

Ironiquement, plus vous ressentez un besoin urgent d'agir sur une décision chargée d'émotion, plus votre prise de décision est compromise. Par conséquent, détendez-vous. N'oubliez pas que vous êtes humain. Vous connaissez l'adage « souvent, l'arbre cache la forêt », c'est-à-dire que nous sommes sur le point de dire des choses que nous ne pouvons pas retirer ou de faire des choses sans d'abord envisager tous les angles et avoir une vue d'ensemble.

Remords de décision

Si nous prenons une décision sans en envisager pleinement les conséquences, nous pouvons avoir des remords de décision. Pensez à une occasion où vous avez vécu cela, en analysant votre décision après coup. Pensez à l'angoisse émotionnelle et mentale que vous avez ressentie lorsque vous avez réalisé que vous auriez pu faire un meilleur choix ou communiquer différemment. Pensez à la façon dont votre manque d'ouverture ou le besoin d'avoir raison dans cette situation vous a placé dans une impasse et vous a fait regretter.

Aller de l'avant avec la conscience de soi

En apprenant à aborder nos décisions avec une plus grande conscience de soi, nous pouvons jouir d'une plus grande paix intérieure. Cela nous aide également à lutter contre le besoin conditionné d'avoir raison. Ce besoin existe chez tout le monde. Ne vous jugez pas.

Le besoin d'avoir raison est l'un des plus grands obstacles à l'épanouissement personnel et à la bonne entente avec les autres. Pourquoi l'épanouissement personnel ? Tant que nous nous accrochons à l'idée que nous avons toutes les réponses et

que nous avons toujours raison, nous ne pouvons pas grandir spirituellement. Dans les relations avec les autres – qu’elles soient personnelles, professionnelles ou en ligne – nous ne pouvons pas nous connecter de cœur à cœur de manière productive lorsque nous insistons pour avoir raison et avoir le dernier mot.

Source: <https://eraoflight.com/>

Traduit et partagé par la Presse Galactique