

## 6. Décoration



## 6. Décoration

*Améliorer son cadre de vie extérieur et intérieur. Prendre conscience de l'influence directe du milieu environnant sur l'état d'esprit. Agir sur son espace de vie.*

### 1. Observation et analyse de l'illustration.

Nous ne sommes pas toujours conscients de l'importance du décor dans lequel nous vivons. Un nouvel appartement ou une nouvelle maison sans tableaux, sans bibelots, sans plantes, sans rideaux ont rapidement un effet démoralisant. De la même manière, notre vie personnelle doit recevoir notre touche, notre couleur particulière, et doit être aménagée pour être confortable et accueillante.

### 2. Interprétations à explorer.



Lequel d'entre vous s'occupe de la décoration de votre couple, introduisant de la nouveauté, de la créativité, des sorties-surprises, de l'humour, des petits plats différents, de nouvelles positions en amour ? Si ni l'un ni l'autre n'accordez d'attention à cet aspect de votre vie, votre couple en souffre de façon certaine et il vous est sans doute difficile d'évaluer votre satisfaction globale à plus de 5 sur 10. Comment pourriez-vous créer, innover, apporter de la couleur dans votre vie à deux ? De la même manière qu'une toile n'apparaît pas sur un mur si personne ne l'a choisie, ne lui a trouvé l'emplacement idéal et n'a fixé de clou, le couple et la famille ne s'embellissent pas d'eux-mêmes : il faut y mettre temps et énergie pour faire de ces relations des espaces où il fait bon se retrouver ensemble et partager nos joies et nos peines. Quels seraient trois éléments de décor que vous pourriez offrir à votre couple au cours des deux prochaines semaines (comme préparer un souper spécial, goûter un nouveau vin, prendre une longue marche, prendre le temps de se faire deux câlins par jour, augmenter les sourires et les clins d'œil complices) ?



Nous laissons parfois nos décorations dans leur boîte d'origine, en oubliant de les utiliser pour égayer un extérieur morne et sans relief. C'est ce qui se produit par exemple lorsque, en présence des autres, vous évitez de donner votre opinion, vous ne montrez jamais vos réalisations, vous retenez vos rires, vous ne portez pas les vêtements dont vous raffolez parce que vous craignez les critiques. Prenez le temps de réfléchir à tous ces éléments qui enrichiraient votre quotidien si vous les sortiez de leur emballage, qui vous donneraient de l'enthousiasme et embelliraient tous les aspects de votre vie. Prenez quelques instants pour faire la liste de vos forces, de vos qualités et de vos aptitudes, et n'hésitez pas à leur faire de la place dans votre vie : celle-ci n'en sera que plus éclatante et plus belle.

Dans votre milieu de vie, au travail ou à la maison, avez-vous apporté votre touche personnelle ? Vous êtes-vous approprié votre espace ? Notre comptable intérieur fait des additions et des soustractions au centième de seconde, évaluant constamment ce qui parvient à nos sens : sur le plan neurophysiologique, on a découvert que 60 % des informations qui parviennent au cerveau proviennent du sens de la vue. Nous subissons donc à notre insu une influence directe du milieu qui nous entoure ; des études ont d'ailleurs fait ressortir que tout ce qui nous touche de façon inconsciente (les éléments de notre environnement, les messages non verbaux d'une conversation, etc.) imprègne plus facilement notre mémoire. L'importance d'accorder à notre espace quotidien une attention particulière pour le rendre agréable et chaleureux procède donc d'une donnée biologique avec laquelle il est préférable de composer — d'autant plus qu'il est relativement simple de le faire.