

ANALYSE DE PROFIL

PROFIL SENSITIF

*Ce que tu ressens...
révèle ce que tu absorbes.*

Tu ressens beaucoup.

Trop, parfois.

Pas seulement ce qu'on te dit.

Mais ce qu'on ne dit pas.

Tu captes l'ambiance.

Les tensions.

Les silences.

Et souvent...

avant même que les autres en
aient conscience.

Tu sais.

Sans pouvoir toujours expliquer
pourquoi.

Et ça te met
dans une position étrange.

Tu vois clair...

mais tu doutes quand même.

Tu ressens quelque chose.

Mais tu ne sais pas :

si ça vient de toi
ou de l'autre.

Alors tu ajustes.

Un peu.

Puis encore.

Puis beaucoup.

Tu fais attention.

À ne pas déranger.

À ne pas créer de tension.

À ne pas être "trop".

Et sans t'en rendre compte...

tu te déplaces.

Tu t'adaptes.

À l'énergie.

Aux attentes.

Aux émotions.

Et tu appelles ça...
de l'intuition.

*Mais ce n'est pas toujours de
l'intuition.*

Parfois...

c'est de l'adaptation.

Ton piège est là.

Tu ressens juste.

Mais tu te positionnes à côté.

Tu captes beaucoup.

Mais tu ne t'écoutes pas assez.

Et à force...

tu te perds
dans ce que tu ressens.

Tu crois être connecté.

Mais tu es parfois...

décentré.

Tu n'as pas besoin de moins
ressentir.

Tu as besoin de rester là.

Chez toi.

Avant d'aller vers l'autre.

Prends 2 minutes.

Ce que je ressens là...
est-ce que c'est vraiment à
moi ?

Et si ce n'est pas à toi...

qu'est-ce que tu fais ?

Tu le gardes ?

Ou tu le laisses passer ?

Ton point de bascule est
simple :

ressentir...
sans te déplacer.

PLAN D'ACTION

Ralentis avant de répondre.

Ne valide pas immédiatement.

Observe sans absorber.

Dans 6 mois...

si tu restes à ta place...
qu'est-ce qui change ?

Ce que tu viens de voir ici
n'est qu'une partie
du mécanisme.

Ce document n'est pas une
réponse.

C'est un point de bascule.

À relire.

À observer.

À incarner.