



La Pensée du moment par Sifu Lelaquais

*Printemps 2017
TAOM Université Libre*

Pensée 79

La vie est un cadeau

La vie est ainsi; on réalise rarement dans l'instant que les moments difficiles ont une fonction cachée : nous amener à grandir. Qu'il s'agisse d'un échec, d'une maladie ou des vicissitudes du quotidien, on n'a pas toujours envie d'accepter le « cadeau », ni le réflexe de le déballer pour découvrir le message caché qu'il contient : nous faut-il apprendre la volonté, le courage?

Ou au contraire le lâcher prise sur ce qui n'a finalement que peu d'importance? La vie me demande-t-elle d'écouter un peu plus mes envies et mes aspirations profondes? De prendre la décision d'exprimer les talents dont elle m'a paré? De cesser d'accepter ce qui ne correspond pas à mes valeurs? Qu'ai-je besoin d'apprendre dans cette situation?

Quand l'épreuve survient, on réagit souvent avec colère ou désespoir, rejetant légitimement ce qui nous semble injuste. Mais la colère rend sourd, et le désespoir aveugle. Nous laissons passer l'occasion qui nous était offerte de grandir. Alors, les coups durs et les échecs se multiplient.



Ce n'est pas le sort qui s'acharne contre nous, c'est la vie qui tente de renouveler son message.

D'une façon générale, plus on cherche à convaincre quelqu'un, et plus on génère de résistance chez lui. Plus on veut qu'il change d'avis, et moins il en change. D'ailleurs, les physiciens le savent depuis longtemps... C'est la loi de la dynamique.

Isaac Newton a prouvé que lorsque nous exerçons sur un matériau une force d'une certaine intensité, cela engendre une force contraire de même intensité.

Pousse-le, il te repousse.

Ce qu'il faut ce n'est pas pousser, mais tirer!

Pousser, c'est partir de notre position et vouloir l'imposer à l'autre. Tirer, c'est partir de la position de l'autre, et petit à petit l'amener à soi. Pour lui permettre de prendre le temps de changer son point de vue, il faut aller chercher l'autre là où il est. Sinon, pousse-le, il te repousse!

Face à des reproches indus, il n'y a pas à se justifier, sinon vous entrez dans le jeu de l'autre! Il faut simplement et doucement le « soumettre à la question » : Plutôt que de se justifier, pose des questions pour l'obliger, lui, à se justifier. C'est à lui d'apporter la preuve de ses reproches. Poussez-le dans ses retranchements.

Demandez-lui ce qui lui permet d'affirmer ce qu'il dit, et ne le laissez pas s'abriter derrière des généralités : creuse, réclamez des précisions, des faits.

Avant tout, entrons-nous dans son univers pour le rejoindre dans son mode de pensée avant d'essayer de le convaincre? L'idée n'est pas d'adhérer à ses valeurs. Si ce ne sont pas les nôtres, c'est impossible. Mais il est utile de faire une distinction dans notre esprit entre la personne et ses valeurs. Même si les valeurs sont abjectes, la personne est toujours récupérable. Donc ce qui compte, c'est de renoncer ponctuellement à juger ces valeurs, de nous dire que même si

elles nous choquent, le seul espoir que nous ayons d'amener cette personne à évoluer dans sa vision est lié au fait de ne pas la rejeter en bloc avec ses idées. Entrer dans son univers signifie alors d'essayer de nous mettre à sa place, comme si nous étions dans sa peau pour expérimenter de l'intérieur ce que c'est de croire ce qu'elle croit, de penser ce qu'elle pense, de ressentir ce qu'elle ressent, avant de retourner, peut-être, à notre position.

Seule cette démarche nous permet de vraiment comprendre sans jugement cette personne, ce qui l'anime, et aussi ce qui l'amène peut-être à se tromper, si c'est le cas.

Laurent Gounelle