

27 mars 2020

Bonjour,

Je ne sais pas où vous en êtes dans votre vie ni ce que vous faites mais aujourd'hui, j'aimerais vous poser une question simple (dans son énonciation) et très compliquée (dans la formulation d'une réponse) : êtes-vous à votre place ?

Ou plutôt, **vous sentez-vous à votre place ? Faites-vous ce que vous voulez faire, à l'endroit du monde où vous voulez être et avec les personnes dont vous voulez être entouré.e ?**

Je me suis sentie à ma place plusieurs fois dans ma vie : parfois pour une durée ridiculement courte (quelques minutes) et parfois plus longuement (plusieurs semaines). En fait, la première fois que je me sentie exactement là, présente à moi-même sans aucune espèce d'envie d'être ailleurs, à faire autre chose avec quelqu'un d'autre, c'était pendant ma 25ème ou 26ème année. Je ne sais plus précisément la date mais je me souviens très bien de l'endroit et de la sensation que j'ai ressentie. J'étais assise en haut du Puy-de-Dôme avec mon conjoint de l'époque. Nous étions simplement posés là, sans rien faire, sans parler, en train de nous imprégner du paysage magnifique qui se présentait devant nous. **Un pur instant de bonheur partagé, comme si toutes les pièces d'un puzzle immense s'étaient imbriquées les unes aux autres !**

Depuis, je n'ai eu de cesse d'essayer de retrouver cet état. Et ce que j'ai découvert, c'est qu'à chaque fois que j'ai voulu assembler moi-même le puzzle, que j'ai voulu diriger consciemment, méticuleusement les opérations, ça ne fonctionnait pas si bien que ça. En fait, plus je tirais dans un sens, plus je m'obligeais à être ou à faire des choses pour obtenir cette sorte de sérénité intérieure et plus elle me fuyait. Finalement, ce que j'en ai compris c'est que je devais seulement **créer les conditions propices a minima et lâcher-prise sur le résultat**. Je ne réussis pas toujours parce que je suis malheureusement affublée d'un fond de perfectionnisme qui ne me rend pas vraiment service (aujourd'hui heureusement, c'est plus un fond qu'un mode de vie mais ça m'a quand même gâché pas mal d'années). **Peut-être est-ce un sentiment que vous connaissez bien... cette quête incessante de perfection dans tous les domaines.**

Cette histoire de place n'est pas simple parce qu'en plus, parfois on se sent à sa place quelque part et puis, sans savoir pourquoi, tout change. Un élément insignifiant (que nous n'identifions pas forcément) a changé en nous ou en dehors de nous et a modifié le bel équilibre. Souvent, dans ces moments-là, **on fait le contraire de ce qui rétablirait la balance** : on essaie de s'accrocher aux anciennes circonstances, aux sentiments perdus, aux lieux qu'on a tant aimés... Et finalement, sans le vouloir, on détraque encore plus l'harmonie qui nous habitait jusqu'alors. J'imagine que cela vous est déjà arrivé de revenir quelque part des mois ou des années après en imaginant revivre les bons moments que vous y avez passés. Et puis pof, la magie n'y est plus. Vous repartez déçu.e et **c'est un peu de la beauté de votre souvenir initial qui s'est envolée.**

Trouver sa place dans le monde peut-être long. La perdre et en découvrir une autre est contrariant, pénible, ardu, exigeant... mais c'est notre boulot d'humain.

Alors je vous repose la question : vous sentez-vous à votre place ?

Depuis quelques semaines, nous sommes projetés dans un espace-temps singulier. Nous bénéficions d'un long moment pour réfléchir. Profitons-en !

Très bonne semaine et à vendredi prochain.

Marie