

Bonjour,

Pendant longtemps, j'ai couru plusieurs lièvres à la fois. Non pas dans ma vie amoureuse ;-), mais dans ma vie professionnelle. Depuis que j'ai commencé à travailler (à 17 ans comme monitrice dans un centre de vacances puis rapidement comme ramasseuse de fruits, femme de ménage, ouvrière à l'usine...), j'ai toujours fait avancer plusieurs projets en même temps, assuré plusieurs boulots de front tout en m'investissant dans de multiples activités associatives ou culturelles...

Mais aujourd'hui je me rends compte que je n'en suis plus capable. Alors, c'est peut-être un phénomène qui ne sera que transitoire... mais c'est aussi peut-être ma nouvelle manière de fonctionner. Je n'en sais rien. Quoi qu'il en soit, lorsque je me suis aperçue de ce changement, mon premier réflexe a été de me battre, de lutter contre ce nouvel ordre des choses. Et évidemment, ça ne s'est pas bien passé et m'a occasionné pas mal de stress et de nuits blanches. Ce n'est pas parce que je suis spécialiste de la gestion du stress que j'en suis exemptée à tout jamais - même les médecins sont parfois malades !

Le stress ne me fait pas (plus) peur. Je sais ce qu'il signifie à savoir qu'il est temps de se poser un peu, histoire d'avoir le temps de se poser (hi hi) les bonnes questions au cours d'un moment de saine introspection. A force de réfléchir, à force de peler chacune des peaux de l'oignon (c'est-à-dire chacun des écrans de fumée que je mets entre moi et le reste du monde), je crois que je suis arrivée au cœur de quelque chose : remplir ma vie avec toute cette activité m'a été d'un très grand secours ! En effet, dans mon cas, cela m'a permis de (dans le désordre) :

- me conformer peu ou prou à ce que je croyais qu'on attendait de moi
- m'empêcher de m'apercevoir qu'en fait, je courrais après une forme de reconnaissance
- m'éviter de penser à deux ou trois choses sur moi que je ne voulais pas voir
- cacher aux autres et à moi-même qui j'étais vraiment et quels étaient mes véritables besoins
- et d'autres choses dans le goût-là.

Bref, toute cette frénésie m'a permis de tenir à peu près debout pendant ce demi-siècle, comme le font les serres-livres qui calent les ouvrages d'une bibliothèque : quand on les enlève, tout s'écroule !

Alors aujourd'hui, je ne sais si c'est la cinquantaine ou ma santé mentale qui fléchit mais je n'ai plus du tout envie de me jeter partout comme avant. D'où le malaise ressenti devant mon incapacité à quitter mes repères, aménager une camionnette alors que je suis une bille en bricolage, changer de vie professionnelle et aborder une nouvelle vie sentimentale en même temps. Aujourd'hui, j'ai besoin d'avancer sur mes projets un par un, en profondeur, lentement, pesamment... même si pour certains d'entre eux, je n'ai pas trop le choix et qu'il va falloir les assurer de front.

Par exemple, vous le savez, je suis en train de créer mon premier atelier de formation à distance. J'ai donc décidé de me concentrer uniquement là-dessus pour le moment et de ne même pas chercher à glisser des actions concernant la camionnette dans les moments où je ne suis pas devant mon ordinateur - ce qui m'a fait pas mal culpabiliser au départ (Tu es vraiment une incapable ! Eh bah dis-donc, il t'en faut peu pour te noyer ! Tu devrais avoir honte... Et tout le blabla habituel de ma petite voix négative).

27 novembre 2020

Mais ce n'est pas tout puisque, comme je suis dans une période de travail créatif intense, j'ai plein d'autres idées en même temps. Chassez le naturel et il revient au galop ! Mais là, c'est non ! Je lutte pour ne pas me jeter à corps perdu dans le développement de ces nouveaux projets (qui pourraient pourtant me servir de parfaits prétextes pour ne pas finir ce que j'ai entrepris). Je les note consciencieusement et je me reconcentre sur mon projet principal.

Ne vous méprenez pas, je ne dis pas du tout que toutes les personnes qui travaillent beaucoup, qui sont sur tous les fronts à la fois, qui sont toujours prêtes à relever leurs manches le font pour les mêmes raisons que moi. Mais, qui sait ? Si vous avez une petite tendance à la boulimie dans vos engagements, peut-être que vous pourriez vous interroger sur le pourquoi du comment. Qu'est-ce que ça cache ? Quelle est la fonction primitive de cette activité débordante ?

N'hésitez pas à m'écrire pour partager avec moi vos découvertes sur vous-mêmes.

En attendant vos messages, je vous souhaite une très belle semaine !

Marie