

17 avril 2021

Bonjour,

Vous l'aurez compris, c'est de légèreté dont je veux vous parler aujourd'hui :-D. Et je crois bien que le moment n'est pas mieux choisi pour aborder ce concept.

Je ne sais pas si vous partagez mon ressenti mais j'ai l'impression qu'on se prend de plus en plus au sérieux. Tout (et en particulier au sein des entreprises) est l'occasion de procédures sans fin (et sans dessein non plus d'ailleurs si on interprète le mot "fin" dans ces deux sens), de circonvolutions, de lourdeur... Sous prétexte qu'on travaille, on doit forcément le faire dans la douleur, en courbant l'échine et le regard noir - sinon, on est rapidement taxé d'amateurisme (sous forme d'insulte alors qu'en fait, c'est plutôt un compliment).

Mais dans la vie de tous les jours aussi, si vous faites une blague au chauffeur de bus, si vous plaisantez à une réunion parents-profs, si vous montrez votre petit grain de folie à la boulangerie, on vous regarde de haut ou avec pitié (au choix). Certaines personnes se rengorgent même de leur sérieux et de leur professionnalisme comme si s'amuser de la vie empêchait de bien faire les choses. Heureusement parfois, vous croisez le regard de quelqu'un qui a compris et qui vous fait un petit clin d'œil ou un grand sourire.

Le tableau que je dresse n'est pas très joli et sans doute caricatural mais il se trouve qu'en ce moment, je trouve l'ambiance "sociale" difficile à supporter. Oui, c'est vrai que des gens souffrent et meurent. Je comprends bien que leurs proches n'aient pas le cœur à rire ni même à sourire. La maladie, le deuil sont des périodes horribles ; je connais profondément cette tristesse. Mais en dehors de ces personnes qui méritent toute notre compassion, je crois que nous pouvons décider de repousser un peu la morosité et de nous dépêtrer de notre armure d'austérité.

Il peut également arriver que nous nous sentions plombés par la culpabilité (de ne pas pouvoir être là pour quelqu'un qui compte, du souvenir d'une erreur que nous avons commise, d'une parole blessante que nous avons eue...) et c'est vrai que ce sentiment entame sérieusement notre potentiel de légèreté.

Ce que je vous propose avec cette semaine de la légèreté, c'est de prendre quelques toutes petites minutes chaque jour pour faire une pause dans le sombre, pour vous laisser la chance d'entrevoir un bout de ciel bleu, pour sourire quand même malgré les difficultés.

En attendant de vous lire, je vous souhaite une très bonne semaine,

Marie