

Bonjour,

En France métropolitaine, nous avons désormais le droit de nous promener sans masque dehors. Et si on en profitait pour oser nous montrer tel.les que nous sommes ? Mais est-ce une bonne ou une mauvaise idée de dévoiler notre vrai visage aux autres ?

"Il est une autre source assez féconde d'inquiétudes et de soins, c'est de se contrefaire, de ne jamais montrer un visage naturel, comme nous voyons maintes gens dont toute la vie n'est que feinte et dissimulation. Quel tourment que cette perpétuelle attention sur soi-même, et cette crainte d'être aperçu sous un aspect différent de celui sous lequel on se montre d'habitude ! [...] Au contraire, combien est semée de jouissances une simplicité vraie, qui n'a pas d'autre ornement qu'elle-même, et qui ne jette aucun voile sur ses mœurs ! Toutefois cette manière de vivre encourt le mépris, si elle se montre sur tous les points trop à découvert : car les hommes admirent peu ce qu'ils voient de trop près. Mais ce n'est point la vertu qui court le danger de perdre de son prix en se montrant aux regards ; mieux vaut être méprisé pour sa candeur, que continuellement tourmenté du soin de dissimuler."

Sénèque, De la tranquillité de l'âme, 17.[1,2]

Comme nous pouvons le lire plus haut, Sénèque nous encourage à avancer dans la vie en révélant qui nous sommes, sans artifice. Mais il est vrai que ce n'est pas la mode de nos jours où la plupart des photos (et des vidéos) auxquelles nous sommes exposés sont retouchées de toutes parts. Nos *role models* (les personnes qui nous inspire) ne sont plus guère humains. Tous comme les corps, les convictions, comportements, pensées doivent se conformer à ce qui est attendu à l'extérieur. Les manipulateurs et manipulatrices pullulent d'autant plus qu'on leur déroule actuellement le tapis rouge. Dans certains milieux, la dissimulation, le mensonge, l'utilisation de l'autre comme objet est même socialement valorisé.

Sans compter que se dissimuler et mentir sans cesse consomme pas mal d'énergie : il faut se rappeler quels aspects et quels discours nous avons montrés ou gommés à telle ou telle personne ou encore dans quelles circonstances. Par ailleurs, Sénèque insiste sur le caractère anxigène de cette façon de faire puisque les menteurs et menteuses (qui ne relèvent pas tou.tes de la maladie mentale) vivent dans la hantise d'être découvert.es.

Il est finalement plus simple (et plus sain) d'être soi-même, même si on passe pour un être naïf et un peu idiot. Pour ma part, j'ai choisi mon camp (le même que Sénèque) : les personnes que je croise savent toujours exactement ce que je pense et ce que je prévois de faire. Cela m'a occasionné pas mal de déconvenues et cela m'en occasionnera sans doute bien d'autres mais je suis en paix avec mon reflet intérieur. Et puisque je fonctionne comme ça depuis toujours, je n'ai développé aucune compétences en manipulation. J'ai pourtant lu (et adoré) pendant mes études, le très célèbre Petit traité de manipulation à l'usage des honnêtes gens (un très bon ouvrage de vulgarisation scientifique en psychologie sociale) mais aussi plus tard Nudge, la méthode douce pour inspirer la bonne décision.

Tant pis (ou tant mieux) pour nous qui avons choisi le chemin de l'honnêteté...

Ah et au fait, j'ai besoin de votre aide pour un projet !

J'ai commencé à travailler sur mon deuxième livre pratique destiné aux jeunes qui vont vivre pour la première fois en location (ou colocation). En tant que parents de jeunes adultes ou si vous vous souvenez des difficultés que vous avez rencontrées quand vous avez quitté le nid, pouvez-vous prendre 5 minutes pour lister les rubriques qui vous semblent indispensables dans un tel guide et m'envoyer vos idées ? Bien entendu, j'ai commencé à lister un certain nombre de sujets (gérer le budget, équilibrer les temps d'étude et les temps de loisir...) mais je n'ai ni la science infuse ni une mémoire d'éléphant.

Un très grand merci d'avance !!

Je vous souhaite une bonne semaine et vous dis, à vendredi prochain.

Marie