

Magie de Noël ?

Malgré les années qui défilent, croyez-vous toujours à la magie de Noël ?

- Celle du plaisir d'offrir ?
- Celle qui met votre créativité en mouvement pour décorer votre intérieur (au propre et au figuré 😊) ?
- Celle qui vous fait spécialement rencontrer des amis et/ou vos proches ?
- Celle qui s'accompagne souvent de la féerie de la neige, de celle des vitrines et autres éclairages ?
- Celle qui a le pouvoir d'ouvrir un peu plus vos cœurs sensibles ?
- Celle qui partage de petites vidéos touchantes ?
- Celle qui vous permet de faire un bilan de l'année écoulée et de préparer l'année qui vient ?
- ...

J'apprécie toujours la magie de Noël particulièrement lorsque je peux l'observer à travers les yeux de petits enfants fascinés devant des vitrines féériques et illuminées. Et, depuis de nombreuses années, j'utilise la montée vers Noël pour laisser émerger en conscience des réponses inspirées à une ou l'autre difficulté rencontrée durant l'année.

Cette année, le thème qui s'est imposé à moi concerne la notion de perfection et d'imperfection. Au vu de l'actualité, n'est-il pas drôlement opportun 😊 ?

Mon éducation chrétienne, couplée à ma grande sensibilité, a permis une résonance plutôt forte en moi de la notion de « fautes », de « péchés » ou de peur d'une instance accusatrice. J'ai donc développé au cours des années une « morale » plutôt forte mais composée d'éléments extérieurs que j'ai crus ; souvent sans vérifier s'ils me convenaient vraiment et surtout s'ils étaient adaptés à mon évolution actuelle.

J'ai pu observer les dégâts variables d'une construction morale proche de celle que j'ai reçue et de la culpabilité engendrée chez bon nombre de personnes rencontrées : certaines n'ont été que pas ou peu touchées, d'autres ont plus ou moins fortement développé une peur d'agir et une non-confiance en elles, d'autres encore un perfectionnisme pouvant devenir maladif, d'autres enfin un fort dogmatisme avec une notion de « vrai/faux » fort développée, etc.

Chez moi, mon « cœur pur et sensible » lié à une profonde loyauté m'a fait toucher plus ou moins fortement à chacun de ces désagréments et conflits intérieurs. Et j'ai eu la chance de pouvoir les dépasser à peu près tous 😊. Par contre, j'ai pris conscience que l'essence du perfectionnisme vit toujours bien cachée en moi, même si ce perfectionnisme est plus subtil que dans d'autres périodes de ma vie : il ne se montre plus en termes de « *mon travail n'est*

pas parfait », « *je ne peux pas encore montrer ce projet* », « *je n'ose pas parler de cela car je ne suis pas suffisamment prêt* », etc.

Mais ce perfectionnisme vit encore en moi de manière plus subtile, plus « morale » et plus difficile à détecter : par une focalisation parfois exacerbée sur ce qui n'est pas parfait. Ce regard limité a comme conséquence de demeurer plongé à chercher des solutions à des problèmes (ce qui n'est pas parfait) plutôt que de se concentrer sur d'autres possibles et sur le développement, par exemple, de ce que chacun/chacune a de meilleur à offrir. Ce constat est encore exacerbé par le fait que le monde de l'entreprise est aujourd'hui, souvent encore, un monde de certitudes et de contrôle favorisant cette focalisation.

Et pour tenter de dépasser cette limite, je me suis laissé inspirer par les vrais cadeaux que peut véhiculer Noël : et la vérité qui m'intéresse ici n'est ni dogmatique ni dépendante. Mais celle, pure et désintéressée, de mon cœur, du plus profond de mon être qui s'exprime lorsque j'arrive à l'écouter...

Et je vous livre ici un peu de mon cheminement et de mes découvertes en espérant, qu'au besoin, cela puisse vous être utile ☺.

Le chemin a donc commencé par la prise de conscience que, la plupart du temps de manière souvent inconsciente, vivait toujours un blocage moral, une peur de risquer de « *faire faux* », de ne pas agir « *correctement* » selon des critères moraux, etc. Que ces énergies sourdes ont généré en moi beaucoup de « *faire* » : « *tu dois, il faut...* » pour « *être juste* ». Je croyais être libéré de ces héritages moraux mais j'ai découvert qu'ils vivaient encore, bien cachés dans mon essence et avec cette notion de « *péché originel* » toujours bien vivante tout au fond de moi.

C'est une phrase lue dans un livre acheté il y a deux jours¹ qui m'a permis de me laisser interpellé par les croyances profondément ancrées autour de la notion de péché et de « *faire faux* »:

« ...comment un croyant peut-il imaginer un seul instant que Dieu n'ait pas été capable de créer un être parfait qui suive en tout point sa volonté ? S'il avait voulu qu'Eve lui obéisse, elle aurait obéi... ...Dieu a voulu l'homme libre... ».

Dans cette question posée, l'auteur évoque ici la notion de **liberté originelle** en remplacement de celle de « *péché* » originel ☺.

¹ Laurent Gounelle : Le jour où j'ai appris à vivre

Et cela m'a rappelé un livre² ouvert par hasard la semaine dernière et la phrase suivante au sujet de la perfection :

« ...encore une fois, rien de ce que tu fais ou penses, que tu souhaites ou tu fabriques n'est nécessaire pour établir ta valeur... ... rien de ce que vous avez jamais fait ou pourrez jamais faire ne ternira votre perfection au regard du Créateur. A ses yeux, vous avez du mérite à cause de ce que vous êtes et non pas à cause de ce que vous faites. Ce que vous faites ou ne faites pas ne détermine pas votre valeur essentielle, peut-être votre développement mais pas votre valeur...»

J'ai eu un éclair de compréhension : en tant qu'homme je suis évidemment imparfait, mais mon cœur est parfait ! Et je n'ai pas donc à me surcharger pour « devenir parfait » car, fondamentalement, je le suis ! Plus j'écoute mon cœur, plus je suis guidé vers les qualités de mon essence (mon âme) et donc plus je suis « parfait » sans **devoir faire** telle ou telle chose que me **dicte** une morale quelconque³ (...). Le travail quotidien n'est-il pas alors plutôt **de se souvenir** de notre perfection que d'aller la chercher à l'extérieur de nous ?

Et pour s'exercer à cela n'est-il pas judicieux de revenir plus souvent à nos qualités d'être même si elles ne sont pas encore souvent reconnues ou valorisées dans notre monde ?

Pour moi, au niveau du « faire » j'ai obtenu ce que je désirais : de la reconnaissance, de la preuve de mes compétences, de l'engagement, du service, etc. Et dans mes derniers projets j'ai encore pu constater ce sur-développement du « faire » chez moi : en effet, je pars toujours de mes intuitions et ressens pour initier ces projets mais lorsqu'il s'agit de les finaliser ou de les réaliser, je me coupe encore souvent de mon ressenti et le mental (le « faire juste ») reprend le dessus. Et j'ai aussi compris qu'il y a eu des phases de ma vie où cette capacité à « faire » m'a permis de réaliser beaucoup de choses intéressantes en parallèle (prof., familial, associatif, sportif) ; et qu'au niveau de « l'être » mes qualités ne s'expriment qu'avec parcimonie voire timidité et réserve (même si elles sous-tendent aujourd'hui bien mon « faire »). Mais aujourd'hui avec mes enfants qui grandissent et le « privilège des rides », je prends conscience que je n'ai plus ni envie ni besoin d'autant « faire », que ce « faire » devient de moins en moins confortable pour moi. Et je sens aujourd'hui la nécessité que ces « qualités d'être » prennent plus de place et qu'elles s'expriment pleinement !

Je désire donc être plus attentif à devenir de manière plus durable et continue un « être humain » plutôt qu'un « faire humain » ☺ ! Me focaliser sur la capacité à laisser s'exprimer ces qualités d'être profondes que je n'ai jusqu'ici qu'offertes avec parcimonie ou en surface: sensible, généreux, touchant, émerveillé, rieur, profond et à l'écoute. Et à

² Marianne Williamson, Le pouvoir de l'Amour

³ je sais qu'ici je peux choquer, d'autant plus qu'il y a quelques années je n'aurais même pas pu entendre cela ; ce qui est important pour moi ici, c'est de vérifier si une affirmation à laquelle je crois est encore bénéfique pour moi ou non.

ambitionner avec plaisir, joie et légèreté de beaucoup plus régulièrement vérifier mon « senti » de l'instant que le degré de « réussite » de mes « faises » ☺.

Mon vœu le plus cher pour cette année qui vient : « *Que vous puissiez appliquer et utiliser votre pouvoir mental de la façon la plus riche et positive possible ; pour que vous créiez plus de vraie richesse, plus de bien-être en vous et autour de vous que de tensions, de douleurs, de peurs ou de conflits !* »

Et alors, d'une manière ou d'une autre, dans l'esprit de Noël, re-naître tous les jours un peu plus au meilleur de vous-mêmes !

Fidèles lectrices et lecteurs, je vous souhaite un magnifique temps de Noël, de belles fêtes de fin d'année et une merveilleuse année 2015 !



Jean-Pierre, le 18.12.14