

marie-pierre dillenseger

En cette rentrée, vous repartez pour un tour ?

Où vous prévoyez du changement ? Vos résolutions de rentrée vont-elles s'ajouter à celles que vous n'avez pas tenues, à celles du Nouvel An et des dimanches soir ? Aux promesses données à l'arraché, prises trop vite ou par surprise ? À celles que la lassitude a imposées ? Bien sûr que non ! Pas cette année.

Aucune promesse n'a de sens si elle ne nous rapproche pas de nous-même. L'engagement se fait de soi à soi, seul(e) à seul(e), entre la personne que nous sommes déjà et celle que nous sommes aussi, celle qui à ce jour ou au fil des années n'a pas encore été entendue. Il ne s'agit pas de la famille, des collègues, du conjoint mais de nous-même, dans notre capacité renouvelée d'oublier qui nous sommes, même sans pour cela subir les freins de l'entourage.

À chaque rentrée, la couleur du ciel, l'odeur des cahiers neufs et l'enthousiasme du familier retrouvé donnent un sentiment de renouveau. Nous ne sommes jamais complètement les mêmes au retour. Nous revenons avec des expériences et des mémoires qui alimentent, affinent ou contrarient nos manières de voir et nos convictions initiales. Ce que nous laissons derrière, en fermant nos valises du retour, est une autre possibilité d'exister.

Les vacances, plus ou moins chanceuses, ne sont pas simplement un entre-deux. L'espace-temps qu'elles procurent – de répit, de survie ou de recul – est au service d'une validation de qui nous sommes. Elles confirment ou infirment nos avancées. Elles surlignent nos frustrations. Elles orientent nos choix futurs.

Que vous êtes-vous promis cet été ? Notez-le. Confiez votre souhait à une boîte, une enveloppe, un tiroir secret qui va garder au fil des ans, non pas la mémoire de vos renoncements, mais la marque de votre courage à ne pas oublier.

Au retour, certains bougent les meubles (j'en suis), font les annonces immobilières ou professionnelles, virent soudain un objet devenu le signe de leur immobilisme et d'un passé qu'ils souhaiteraient dépasser. Un saladier dont la fêlure crève maintenant les yeux, un fauteuil qui date pour de bon ou la pile de journaux qui ne seront jamais lus. Foncez. Faites sans attendre. Ce remue-ménage du retour est celui du chat qui doit retrouver sa place et poser ses marques.

Agissez vite car le vent du changement, une fois sorti des bagages, ne dure jamais longtemps. Il a contre lui l'inertie du lieu retrouvé, la multitude des choses à faire au retour et la croyance souvent sourde et tenace de ce que celui ou celle

"LES DÉCISIONS QUI NOUS RAPPROCHENT DE NOUS S'APPRIVOISENT LENTEMENT."

que nous étions en vacances n'a pas vraiment sa place dans un quotidien retrouvé. C'est faux ! Le découragement est humain et est courant. La parade n'est pas de se reprocher quoi que ce soit mais de courageusement se féliciter d'avoir pensé au changement. C'est sur le long terme que les changements profonds et durables se font. C'est bien souvent par le biais d'une répétition d'habitudes depuis longtemps inutiles, contraignantes et dépassées qu'arrive enfin le jour où nous mettons un pied devant l'autre pour quitter le cadre qui n'a plus lieu d'être.

Projetez-vous à cinq ans, à dix ans, et pas aux prochaines vacances. Aucun navire ne peut prendre de tournant court et rapide. Les décisions qui nous rapprochent de nous s'approvoisent lentement. Elles émergent du plus profond de nous. Elles s'imposent à nous et s'acceptent plutôt qu'elles ne se décident. Pour cela, le moment doit être mûr.

D'ici là, changez deux, trois choses chez vous, mais surtout allez déposer une promesse qui ne s'envolera pas de sitôt dans votre boîte à secrets.

Et laissez venir la suite, sans forcer et en confiance. 🍀



Marie-Pierre Dillenseger décode le temps et décrypte l'espace comme un acupuncteur lit un pouls. Sa pratique est stratégique, au service de la vitalité individuelle. Elle est l'auteure de nombreux ouvrages, dont *Le Feu Intérieur* et *S'ancrer* pour se déployer paru en 2023. Elle vit à Cape Cod, USA. www.mpdillenseger.com