

Mercredi 25 mai 2011 00 h 00. Dernière mise à jour mercredi 8 juin 2011 11 h 32 Texte d'une membre du C.A. OU BIEN Texte d'une administratrice du site Articles spéciaux - Réflexions de Lydia

ÊTRE

MALADE MAIS AVOIR L'AIR BIEN

Souvent quand je ne vais pas bien et qu'on me demande comment ça va, j'hésite à répondre parce que je ne sais pas trop quoi dire. Si je dis que je ne vais pas bien, il se peut qu'on me réponde avec sympathie, mais il se peut aussi qu'on me dise que j'ai pourtant l'air vraiment bien. C'est presque comme si je n'ai pas le droit d'avoir l'air bien quand je vais mal. C'est comme s'il était interdit d'être malade sans avoir l'air malade. Une journée où ça m'était arrivé, j'ai décidé de faire une liste de façons d'avoir l'air malade, j'ai vraiment écrit des moyens à prendre. Ne pas me laver, ne pas me coiffer, ne pas me maquiller, ne jamais jamais sourire, parler d'une voix sans inflexion sur un ton pathétique, porter des vêtements laids, marcher à petits pas hésitants.

Je me suis bien amusée mais ça m'a amenée à me demander : si je prenais des moyens aussi dramatiques pour avoir l'air de ce que je suis, ça donnerait quoi ? D'abord, je me sentirais vraiment mal et, sinon, est-ce que ça m'aiderait si les gens me disaient que j'ai l'air horrible ? Je me suis rendu compte que non.

J'en suis venue à penser que je sortais peut-être la remarque de son contexte et que je devrais l'envisager d'une autre façon. Au lieu de penser qu'on me dit que je ne peux pas être mal puisque je n'ai pas l'air mal, peut-être que ce qu'on me dit vraiment, c'est que je n'ai pas l'air si mal. Vu de cette façon, je peux me féliciter : je suis arrivée à cacher les difficultés que j'ai à être simplement présentable. En fait, c'est une réussite.

Nous ne nous accordons jamais assez de crédit pour ce que nous arrivons à faire jour après jour. Le courage qu'il nous faut pour entreprendre notre journée et faire le maximum. Oui, il y aura des jours où nous n'y arriverons pas, et des jours où il nous semblera que la vie est tout simplement trop dure et que nous n'en pouvons plus. Il faut de la force pour résister, et nous devons nous en accorder le crédit. Cessez de penser que vous avez échoué parce que vous n'avez pas pu finir ce que vous aviez commencé ou parce que vous n'avez même pas pu commencer.

Vous avez essayé : c'est ça, l'objectif le plus important.

Lydia Neilson

ÊTRE MALADE MAIS AVOIR L'AIR BIEN

Written by Administrator

Friday, 14 November 2014 23:42 - Last Updated Friday, 14 November 2014 23:45
