



C'est probablement vrai, jusqu'à ce que l'on saisisse les raisons qui organisent notre pensée. Reste ensuite à trouver la façon de donner à sa vie une autre orientation.

Une citation de Peter Sloterdijk :
Qui s'est habitué à l'enfer est immunisé contre l'appel à changer sa vie, fût-ce dans son propre intérêt.

Café philo de la connaissance de soi. Séance 5

Changer de vie, ne pas reproduire les erreurs du passé, avoir ses propres critères de réussite



Contexte du problème exposé :

Je prends ma retraite l'année prochaine, j'ai tout donné à ma vie professionnelle. Aujourd'hui, je constate que je n'existe pas. Je dois donc prendre une décision, me donner d'autres projets, mais j'ai peur de reproduire les mêmes erreurs qui m'ont conduites où j'en suis actuellement : je rentre chez moi, je suis seule, j'ai le sentiment de n'avoir rien, de bientôt n'être plus rien.

Je ne suis pas une meneuse, je ne me mets pas en avant. Je suis quelqu'un de discret, de réservée. Je vais plutôt être à l'écoute, et ne pas parler, je vais être attentive, et ne pas me montrer, je vais être empathique, et ne pas parler de moi... voilà, ces qualités ne sont pas mises en avant dans notre société.

Premières réponses des participants :

- Qu'est-ce que la réussite pour vous ?
- Pouvez-vous avoir vos propres critères de réussite ?
- Le jugement des autres doit-il primer sur celui que l'on a pour soi ?
- Le jugement des autres est-il plus objectif que le sien en propre ?
- Savons-nous vraiment ce que les autres pensent de nous ?
- Déprécies-tu tes choix d'hier à l'aune de ta conscience d'aujourd'hui ?

Réponses de l'intéressée :

Tout d'abord, je vous remercie, vos questions sonnent justes. Vous avez raison de souligner les différents points mentionnés, je les ai passés en revue également. Néanmoins, j'ai peur de reproduire les mêmes erreurs malgré moi. Quelque chose en moi m'échappe, c'est comme si je vivais à côté de ma vie, comme si mes choix ne m'appartenaient pas. J'ai du mal avec les choix.

Secondes réponses des participants :

- Chaque jour vous avez été utile à quelqu'un, c'est énorme de pouvoir se dire cela.
- Quelle place prend la culpabilité dans le jugement que vous portez sur vous ?
- Qu'est-ce que signifie pour vous l'estime de soi ?

Secondes réponses de l'intéressée :

Je vous remercie à nouveau. Ce que vous dites me touchent, j'aimerais le noter, me l'approprier.
- C'est ma vie professionnelle qui m'a conduite au "rien" que je ressens aujourd'hui. Je n'aime plus ma vie professionnelle, je lui fais porter la faute de ce que je suis devenue.

Troisième et dernier niveau de réponses de l'intéressée :

J'ai beaucoup réfléchi, mais j'ai peur que ça dépasse le cadre de notre échange... Je vais faire bref, Je suis née avec un message que ma mère m'a adressée : je suis contente que tu sois une fille mais tu vas en « chier », tu devras être indépendante, et ne jamais dépendre d'un homme. Cela me pose la question de savoir jusqu'à quel point si, ce que ma mère a voulu pour elle, elle ne l'a pas voulu pour moi également ?

Troisième niveau de réponses des participants :

- Quelle place prend le sacrifice dans les choix que vous faites ?
- Vous est-il possible de vous connecter au moment présent ?
- Pouvez-vous définir dès à présent ce qui va vous épanouir, vous faire plaisir ?
- Si vous faites le bon choix maintenant, vous le saurez instantanément.
- Quelle analyse faites-vous vous-même des raisons qui ont guidé vos choix ?