



En Mars... des histoires de cailloux.

Raconter des fables et des contes est une des solutions que l'être humain a trouvé pour exprimer ce qui est essentiel pour lui, ce qui est du domaine de l'indicible. Pour certains, à la première lecture, ces histoires paraissent un peu enfantines, simples, niaisées sans doute parce qu'elles cachent une part de vérité qui dérange notre quotidien mais, si nous nous laissons toucher elles ont le pouvoir modifier profondément notre vision des choses.

Deux fables de cailloux pour vous accompagner ce mois ci.

La fable du sable et des gros cailloux :

Un jour, un vieux professeur de l'école nationale d'administration fut engagé pour donner une formation sur la gestion efficace du temps à un groupe d'une quinzaine de dirigeants de grosses entreprises. Ce cours constituait l'un des sept ateliers de leur journée de formation. Le vieux professeur n'avait donc qu'une heure pour exposer son sujet.

Debout devant ce groupe d'élite, il les regarda un par un, lentement, puis leur dit : "nous allons réaliser une expérience". De dessous la table qui le séparait de son auditoire, il sortit un immense pot de verre qu'il posa délicatement en face de lui. Ensuite, il sortit environ une douzaine de gros cailloux et les plaça minutieusement un par un, dans le grand pot. Lorsque le pot fut rempli jusqu'au bord et qu'il fut impossible d'y ajouter un seul caillou, il leva les yeux vers ses élèves et leur demanda : "est-ce que ce pot est plein" ? Tous répondirent : "oui"

Il attendit quelques secondes et ajouta : "vraiment" ? Alors il se pencha de nouveau et sortit un récipient rempli de gros gravier. Avec précaution, il versa ce gravier sur les gros cailloux, puis brassa légèrement le pot ; les morceaux de gravier s'infiltrèrent entre les cailloux... jusqu'au fond du pot. Le vieux professeur leva les yeux vers son auditoire et redemanda : "est-ce que ce pot est plein ?" Cette fois, ses brillants auditeurs commençaient à comprendre son manège. L'un d'eux répondit : "probablement pas !" "Très bien !" répondit le vieux professeur.

Il se pencha à nouveau et cette fois, sortit un récipient de sable. Avec attention, il versa le sable dans le pot. Le sable alla remplir les petits interstices entre les gros cailloux et le gravier. Encore une fois, il demanda : "est-ce que ce pot est plein ?" Cette fois, sans hésiter et en chœur, tous les dirigeants répondirent : "non !" "Parfait !" dit le vieux professeur.

Puis, comme s'y attendaient ses prestigieux élèves, il prit le pichet d'eau qui était resté sur la table et remplit le pot jusqu'à ras bord. Il leva alors les yeux vers son groupe et demanda : "quelle grande vérité nous démontre cette expérience ?" Pas fou, le plus audacieux des dirigeants, songeant à l'intitulé du séminaire de formation, répondit : "cela

démontre que même lorsque l'on croit que notre agenda est complètement rempli, si on le veut vraiment, on peut y ajouter plus de rendez-vous, plus de choses à faire".

"Absolument pas", répondit le vieux professeur, "ce n'est pas du tout cela. La grande vérité que nous démontre cette expérience est la suivante : si on ne met pas les gros cailloux en premier dans le pot, on ne pourra plus jamais les faire entrer ensuite". Il y eut un profond silence, chacun prenant conscience de l'évidence de ces propos.

Le vieux professeur leur dit alors : "quels sont les gros cailloux dans notre vie ? Notre santé ? Notre famille ? Réaliser nos rêves ? Faire ce que nous aimons ? Apprendre ? Défendre une cause ? Nous relaxer ? Prendre du temps ?... ou tout autre chose ? Ce qu'il faut retenir, c'est l'importance de mettre nos gros cailloux en premier dans notre vie, sinon nous risquons de ne pas réussir... notre vie. Si nous donnons priorité aux peccadilles (le gravier, le sable), nous remplirons notre vie de peccadilles, et nous n'aurons plus suffisamment de temps précieux à consacrer aux éléments essentiels de notre vie. N'oublions jamais de nous poser la question : quels sont les GROS CAILLOUX dans ma vie ?"

La conférence avait duré un quart d'heure. Le vieux professeur regarda son auditoire avec un large sourire, fit un petit salut et s'en alla.

La deuxième fable du casseur de cailloux est beaucoup plus courte mais tout aussi riche de sens :

Un homme voit au bord de la route des casseurs de cailloux.

Le premier casseur de cailloux a le visage torturé. L'homme lui demande : "Qu'est-ce que vous faites?" Le casseur de cailloux répond : "J'exerce un métier affreux, je casse les cailloux, c'est dur, j'ai mal au dos, j'ai soif, j'ai chaud et en plus je suis mal payé !"

L'homme s'approche du deuxième casseur de cailloux, qui n'a pas l'air de trop souffrir : "Qu'est-ce que vous faites ?" "Je casse des cailloux. Je travaille en plein air et je suis bien content d'avoir ce métier pour nourrir ma famille. C'est bien."

Le voyageur s'approche du troisième casseur de cailloux, qui a un visage souriant, radieux. "Que faites-vous ?" "Vous le voyez bien ! Je bâtis une cathédrale !"

Le geste est le même, mais c'est le sens que nous attribuons à ce que nous faisons qui provoque toute la différence.

En Mars pour mieux gérer notre stress conservons ces "petits cailloux" dans notre poche, cherchons à redécouvrir quelles sont les choses essentielles dans notre vie et essayons de modifier notre point de vue sur le monde... c'est la voie la plus rapide et la plus efficace pour... changer un peu le monde.

Prenez soin de vous...

Docteur MEDITAS