

# Valeur du mois d'avril : Avoir de l'humour

Il était une fois un roi qui voulait savoir comment moins prendre à cœur les situations désagréables qu'il lui arrivait de rencontrer sur son chemin. Le roi fit venir son Conseiller : « Je veux quelque chose qui résoudra toute crise qui se présente à moi. Fais-moi un talisman, une potion magique, quelque chose qui me protège. » Le Conseiller royal sortit. Il revint le jour suivant, une boîte dans les mains. Il la remit au roi en lui disant : « Sire, ceci vous aidera à vous sortir de n'importe quelle tempête. »

Le roi ouvrit la boîte et y vit une bague toute simple. Il pensa que son conseiller s'était moqué de lui en concevant quelque chose d'inutile. Mais en la tournant dans sa main, il remarqua qu'il y avait une inscription gravée dans le métal précieux. Il arriva à lire : CECI PASSERA AUSSI. Il se tourna vers son Conseiller, attendant une explication. « Sire, quoi qu'il vous arrive dans la direction des affaires du pays ou dans votre vie personnelle, regardez cette bague. Elle vous rappellera que, quelle que soit la situation, elle est momentanée. Elle passera, elle aussi. Le ciel se dégagera, le blé germera, le soleil se lèvera à nouveau. »



## Qu'est-ce que c'est ?

-C'est la forme d'esprit qui s'attache à souligner le caractère comique, drôle, absurde ou insolite de certains aspects de la réalité.

-Se dit d'une personne qui sait ne pas donner trop d'importance aux choses.

## Pourquoi la vivre ?

- pour tirer parti du bon côté des choses.
- pour ne pas appesantir trop les relations.
- pour ne pas se prendre trop au sérieux.
- parce que la vie est belle !

## Des idées pour la vivre...

- je sais rire de moi-même.
- je suis bon public.
- je cherche ce qui est positif dans chaque situation.
- je cherche à détendre une personne ou l'ambiance quand je vois qu'elle est tendue.
- je souris facilement.
- je ne mets pas d'obstacle entre moi et les autres.
- je fais des efforts pour dépasser ma mauvaise humeur.
- face à une contrariété je cherche toujours à relativiser.
- je comprends que l'on peut se tromper et ne garde pas de rancune.
- je suis opportune dans les blagues que je fais.
- je sais voir quand une blague ou un jeu de mots devient lourd pour les autres.
- je suis reconnaissante car j'ai déjà tant !