

# Être souple

4<sup>e</sup>-3<sup>e</sup>

La boule d'argile ne comprend pas le sens de toutes les épreuves qu'elle traverse mais le potier, lui le sait. Il voit déjà en elle la magnifique tasse. La souplesse d'esprit, c'est accepter ce chemin, croire que chaque étape, même difficile, a un sens.

## Une souplesse éclairée

La vie ne se présente pas toujours comme nous le souhaitons. Des situations peuvent nous étonner ou nous dérouter. Il y a toujours des imprévus, des contretemps, des surprises.

Trois possibilités :

- Soit nous nous tendons, nous nous défendons. La peur et la rigidité nous dominent. Nous ressemblons à un cactus, protégé par ses épines, fermé à son environnement. Nous n'écoutes pas les autres, nous refusons d'adopter une autre position.
- Soit nous suivons le mouvement sans réfléchir. Nous nous laissons balloter sans repères, ni direction. Nous ressemblons alors à une feuille morte emportée par le vent. Nous disons oui à tout sans discerner, sans écouter notre conscience.
- Soit nous accueillons et nous cherchons sereinement à faire de notre mieux sans nous sentir menacés. Comme le tournesol qui s'oriente le soleil, nous nous adaptons aux situations en suivant ce qui nous éclaire : la vérité, le bien.

## Être influençable ?

Nous ne vivons pas isolés et nous nous influençons mutuellement les uns les autres. Nous observons, nous imitons, nous apprenons. Nous sommes invités à recevoir toutes ces influences non pas avec peur mais avec lucidité. Il est toujours bon de réfléchir, de choisir le « soleil » qui nous attire, sans être captivés par tout ce qui brille.

Être souple, c'est ouvrir la porte à d'autres idées tout en gardant les clés de la maison.

Souplesse d'esprit : REFLEXION	Être trop influençable : DEPENDANCE
C'est écouter, comprendre et considérer les idées des autres, même si elles sont différentes des siennes.	C'est changer d'avis ou de comportement uniquement pour plaire, suivre ou éviter le conflit, sans réflexion personnelle.
On reste ouvert aux opinions nouvelles tout en gardant son jugement personnel.	On oublie ce qu'on pense soi-même, par peur de déplaire ou par manque de confiance.
C'est une force : cela montre la capacité à évoluer, à réfléchir, à s'adapter.	C'est une fragilité : on se laisse diriger par les autres sans choisir pour soi.
Ex : "Je n'étais pas d'accord, mais j'ai écouté et j'ai compris un autre point de vue."	Ex : "J'ai dit oui parce que tout le monde disait oui."

Nous ne pouvons pas nous croire au-dessus de toutes les influences. Nous sommes baignés dans la société avec ses richesses et ses dangers. Il est bon de cultiver notre sensibilité, notre esprit critique sans s'exposer par curiosité, pour suivre la mode ou pour suivre tout ce qui brille sans éclairer. C'est illusoire de penser : « Moi ça ne me fait rien ». Quand on n'agit pas comme on pense, on finit par penser comme on agit.

A quels vents je m'expose ? Être souple ne supprime ni la prudence dans ce que je lis, je regarde, j'écoute, ni l'effort de réfléchir.

- ➔ Est-ce que j'accepte sereinement les petits imprévus de la journée ?
- ➔ Est-ce que je me mets facilement à la place des autres en cherchant sincèrement à les comprendre ?
- ➔ Ai-je eu du mal à changer d'avis ?
- ➔ Est-ce que je comprends qu'il y a d'autres manières de voir une situation que la mienne ?
- ➔ Suis-je docile pour suivre les conseils ?
- ➔ Est-ce que je sais dire « non » quand ce qu'on me propose heurte ma conscience ?
- ➔ Est-ce que je choisis mes influences ? Suis-je parfois naïve en m'exposant à des lectures, des films... qui sont contraires à mes aspirations les plus profondes ?
- ➔ Ai-je des amis qui ne pensent pas toujours comme moi ?