

Bonjour,

Quoi que vous fassiez, vous faites toujours les bons choix... Aussi bizarre que puisse paraître cette conception, elle n'est pas si erronée que ça. Prenons quelques minutes pour y réfléchir.

Aujourd'hui, je ne parle pas du doute qui nous assaille devant le menu du restaurant (alors poisson ou côte de bœuf ?) ou bien dans la boutique de prêt-à-porter (le pull vert ou le jaune ?). Non, je vais aborder les grands choix de vie auxquels nous sommes confronté.es : notre orientation scolaire puis professionnelle, notre choix d'un.e conjoint.e, de faire ou pas des enfants, de déménager à l'autre bout du monde... Vous savez, ces grands moments où la peur de se tromper peut littéralement nous paralyser et nous empêcher de choisir.

Je voudrais défendre l'idée que quoi que vous décidiez, vous ne vous trompez pas. Alors je ne dis pas que toutes les options ont la même valeur ni même que les chemins sont tous souhaitables. Ce que je dis, c'est que quoi qu'il arrive, la voie que vous choisirez est la meilleure possible pour vous, à ce moment-là avec les ressources et les conditions qui sont les vôtres.

Bien sûr lorsque nous jetons un œil sur notre passé, nous avons tendance à croire que nous aurions pu faire autrement, que nous aurions pu choisir d'autres options. Mais c'est une illusion dangereuse qui peut nous faire regretter des tas d'événements et créer beaucoup de culpabilité.

Nous avons toutes et tous une forte tendance à surestimer la puissance de notre libre-arbitre (personne n'apprécie de se concevoir comme une plume ballottée par le vent). La vérité, c'est que rétrospectivement, nous sous-estimons le poids des circonstances et que nous regardons notre ancien moi avec les yeux d'aujourd'hui, avec les yeux d'une personne qui a traversé de nombreuses tempêtes et surmonté des tas d'obstacles. Et donc avec les yeux d'une personne qui, placée dans les mêmes circonstances, pourrait choisir un autre chemin. Mais à l'époque, cette personne n'existait pas.

J'aimerais moi aussi avoir fait d'autres choix mais aux différents moments où j'ai fait ceux que j'ai aujourd'hui tendance à regretter, je n'avais ni la maturité ni les conditions matérielles et psychologiques me permettant d'explorer les chemins que j'ai laissé de côté.

On ne rate pas sa vie, on fait ce qu'on peut avec ce qu'on a.

Et par ailleurs, c'est avec un message d'espoir que je voudrais terminer cette courte newsletter parce qu'aujourd'hui vous pouvez emprunter une autre voie, quelle qu'elle soit. Et que vous le fassiez ou pas, vous faites encore une fois le bon choix ou plutôt, vous l'avez compris, le meilleur choix possible.

En attendant vendredi prochain, je vous souhaite la meilleure des semaines possibles,

Marie