THE LIGHT IN THE WINDOW



PARTIE II

SEUIL 2

La lumière à la fenêtre

Pendant une grande partie de ma vie j'ai cru que la valeur d'une personne se mesurait à ce qu'elle parvenait à réaliser.

C'était une conviction raisonnable.

Le monde semble construit exprès pour la confirmer.

On nous demande des résultats.

Des chiffres.

Des objectifs.

Des performances.

Des accomplissements.

Chaque système possède ses propres indicateurs.

Chaque organisation possède ses propres classements.

Chaque époque invente une manière différente de mesurer le succès.

Et presque toujours la mesure se concentre sur ce qui apparaît.

Rarement sur ce qui reste.

Au fil des ans je commençai pourtant à remarquer un phénomène curieux.

Les personnes dont je me souvenais le plus ne coïncidaient presque jamais avec celles qui avaient obtenu les résultats les

plus impressionnants.

Je me souvenais d'autres personnes.

Celles qui étaient restées à mes côtés.

Celles qui avaient écouté.

Celles qui avaient trouvé le temps.

Celles qui avaient été présentes.

La mémoire humaine est moins impressionnable qu'il n'y paraît.

À des décennies de distance elle ne se souvient pas seulement de ce que tu as fait.

Elle se souvient de ce que tu as fait ressentir aux autres.

Et cette découverte changea bien des choses.

Cela arriva lentement.

Comme arrivent toutes les transformations authentiques.

Il n'y eut pas de révélation soudaine.

Il y eut des centaines d'épisodes.

Petits.

Presque invisibles.

Un ami qui se présente quand tu ne l'as pas appelé.

Une personne qui reste assise à côté de toi durant un moment difficile.

Un proche qui ne parvient pas à résoudre le problème mais choisit malgré tout de partager le poids.

Dans tous ces cas il arrive quelque chose que les chiffres ne parviennent pas à mesurer.

La présence engendre de la force.

Non parce qu'elle élimine la douleur.

Parce qu'elle empêche la solitude de devenir absolue.

Beaucoup de gens pensent qu'aider signifie trouver des solutions.

Moi, je n'en suis plus si sûr.

Les personnes qui m'ont vraiment aidé ne possédaient pas toujours les réponses.

Souvent elles possédaient seulement la disponibilité à rester.

Et cela suffisait.

Quand nous sommes jeunes nous croyons que la valeur réside dans l'action.

Avec le temps nous découvrons que la valeur réside très souvent dans le fait de rester.

Être là.

Ne pas fuir.

Ne pas se laisser distraire.

Ne pas déléguer.

Ne pas disparaître.

Être présent.

Cela semble peu.

Ce ne l'est pas du tout.

Nous vivons dans une société pleine de connexions et souvent pauvre en présence.

Nous pouvons joindre n'importe qui en quelques secondes.

Nous pouvons envoyer des messages dans n'importe quelle partie de la planète.

Nous pouvons communiquer continuellement.

Et pourtant beaucoup de gens se sentent plus seuls que jamais.

Peut-être parce que la présence n'est pas une question technologique.

C'est une question humaine.

La présence exige de l'attention.

Et l'attention est devenue l'une des ressources les plus rares de notre temps.

Je me souviens de certaines phases de ma vie où je ne cherchais pas de conseils.

Je ne cherchais pas de stratégies.

Je ne cherchais pas de réponses.

Je cherchais de la compagnie.

Quelqu'un disposé à partager un bout de chemin.

Quelqu'un disposé à dire :

« Je ne sais pas comment cela finira, mais tu ne le traverseras pas seul. »

Ces phrases ne changent pas les événements.

Elles nous changent.

Et c'est bien plus important.

Pendant des années j'ai travaillé dans des milieux où tout était mesuré.

Performance.

Part de marché.

Croissance.

Productivité.

Et pourtant certaines des choses les plus précieuses que j'ai reçues n'apparaissaient dans aucun rapport.

La confiance.

La loyauté.

L'écoute.

La proximité.

Aucune de ces choses n'entre facilement dans un tableau.

Et pourtant elles soutiennent une grande partie de la vie humaine.

La présence agit de la même manière.

Elle est invisible quand elle est là.

Elle devient évidente quand elle manque.

Comme l'air.

Comme la santé.

Comme certaines affections.

Nous nous apercevons de leur valeur surtout au moment où nous en sommes privés.

Avec l'âge j'appris une leçon qu'aucun livre ne m'avait enseignée.

Beaucoup de problèmes ne demandent pas à être résolus immédiatement.

Ils demandent à être traversés.

Et quand un problème doit être traversé, la présence vaut plus que la compétence.

Cela peut sembler une phrase étrange.

Mais quiconque a vécu une épreuve importante la comprend immédiatement.

Aucune explication n'élimine une perte.

Aucune stratégie n'élimine une maladie.

Aucune théorie n'élimine l'absence.

Il existe des situations où l'être humain n'a pas besoin d'être corrigé.

Il a besoin d'être accompagné.

Cette découverte changea aussi mon rapport aux autres.

Je cessai de me sentir obligé de trouver des solutions à tout.

Je cessai de considérer le silence comme un échec.

Je cessai de croire que ma valeur dépendait de ma capacité à réparer le monde.

Je commençai au contraire à cultiver une qualité différente.

La disponibilité.

Être disponible.

Pour la famille.

Pour les amis.

Pour les personnes fragiles.

Pour ceux qui traversaient une difficulté.

Pour ceux qui avaient besoin d'être écoutés.

C'est une compétence moins voyante.

Mais infiniment plus utile.

En regardant en arrière, je m'aperçois que les moments les plus significatifs de mon existence ont souvent partagé une caractéristique.

Quelqu'un était présent.

Parfois c'était moi.

Parfois c'étaient les autres.

Mais il y avait une présence.

Une présence silencieuse.

Discrète.

Non envahissante.

Une présence qui n'exigeait rien.

Qui ne demandait pas de reconnaissance.

Qui ne cherchait pas d'applaudissements.

Elle existait, et c'est tout.

Comme une lumière allumée à une fenêtre pendant la nuit.

Peut-être la maturité consiste-t-elle aussi en cela.

Comprendre que nous n'avons pas à être extraordinaires chaque jour.

Nous n'avons pas à sauver le monde.

Nous n'avons pas à convaincre tout le monde.

Nous n'avons pas à gagner toutes les batailles.

Parfois nous devons simplement être là.

Pour de vrai.

Avec toute notre attention.

Avec toute notre humanité.

Avec toute notre imperfection.

Parce que les gens oublient beaucoup de choses.

Ils oublient des mots.

Ils oublient des dates.

Ils oublient même des événements importants.

Mais ils oublient rarement qui est resté à leurs côtés au moment nécessaire.

À la fin, après le travail, les voyages, les succès, les pertes, les transformations et le temps écoulé, reste une vérité étonnamment simple.

Nous ne pouvons pas toujours changer ce qui arrive.

Nous ne pouvons pas toujours guérir.

Nous ne pouvons pas toujours sauver.

Nous ne pouvons pas toujours comprendre.

Mais nous pouvons être là.

Et bien plus souvent que nous ne l'imaginons, la présence suffit.