

## « Vœux et résolutions »

Expressions consacrées en cette nouvelle année, bienvenues et parfois illusoire dans notre monde. Quand la violence, la maltraitance, les mensonges et les manipulations sont notre lot quotidien, il nous est possible de nous espérer une année sereine. **Je nous souhaite surtout d'avoir su savourer la douceur des fêtes, la présence des êtres aimés, de garder espoir, de le créer, et d'agir pour demain.**



Cette coutume des vœux amorce le début d'année avec des couleurs douces et des propos bienveillants. Et, le « oui mais » émerge de suite, car notre impuissance à contrôler tout cela est immense. Nous pouvons espérer une part de chance, une pointe d'espoir, un peu de réflexion, beaucoup d'attention aux autres et de conscience des conséquences de nos actes... et que ceux qui ont un peu de pouvoir – dans le monde comme dans nos familles – pensent avant d'agir, anticipent et se soucient des Etres comme de notre avenir. Vœux pieux il est vrai. **Et, un peu de volonté d'espérance peut créer un monde d'humanité, de dialogue, de compassion et de pardon.**



**Le vœu se doit d'être un désir de cœur exprimé par la parole.** Bien qu'il doive venir du cœur et exprimer nos émotions, il est aisé de constater le décalage – parfois - entre les intentions et les paroles formulées, énoncées comme une coutume, sans conviction profonde ni précise, dans un cadre de bonne éducation. **Or, dire ne suffit pas,** il faudrait y adjoindre le faire. Mettre notre volonté – quand cela nous est possible - et nous engager au mieux afin que le désir puisse s'accomplir. Que notre qualité de présence aux côtés de l'autre puisse le soutenir dans la réalisation de ce souhait. Sinon, mieux vaut ne pas énoncer ce vœu là, mais un autre, moins engageant, moins contraignant, plus ajusté à notre possible. Parfois même, il suffit d'être là, sans suivre des habitudes, mais **dans la justesse de soi.** La dissonance des vœux énoncés sans la bienveillance et l'amour associés, sans l'effort de soutien nécessaire, renforce les failles affectives et sociétales, laisse un sentiment amer et ne permet pas la foi nécessaire à notre parcours de vie. **Tous nous sommes fragiles face à la Vie, et à ses aléas.** Tous nous avons besoin de ces partages authentiques et puissants qui nous soutiennent dans nos traversées, faites d'obstacles et de douleurs, de peurs et de solitude. Alors **œuvrons pour un peu de joies !**

C'est aussi le moment **des résolutions pour nous-même.** Coutume fréquente aussi que de prendre un ou plusieurs engagements envers soi-même pour améliorer notre comportement, ou notre mode de vie durant l'année à venir. Souvent récurrentes, elles sont souvent source de déception de soi. Entre objectifs trop ambitieux, et habitudes inadaptées à notre réalité, que mettre en place qui soit **créateur d'estime et de confiance en soi ?** Commençons par choisir – et donc prendre le temps de penser nos choix - des objectifs raisonnablement atteignables, tenant compte de notre contexte, de notre environnement, de nos réalités multiples. Sachons, que les atteindre demandera de l'engagement, du travail, de la ténacité et de la volonté. Sachons aussi que ce parcours sera empreint de moments de renoncement, suivis – il le faut – de regain de courage et de ré-engagement. Sachons regarder les petits pas réussis. Cette quête sera satisfaisante et nécessaire à la continuation de la création de notre cercle vertueux. Soyons conscients que **la patience et la bienveillance envers soi** sont les composantes de ce chemin. Garder les yeux fixés sur l'objectif est tout aussi essentiel que de savoir se reconnaître capable de cheminer. Se vivre volontaire et tenace, construit notre estime, et nous permet d'atteindre le but fixé, en plus de renforcer notre bonne image.

Que cette nouvelle année nous épargne les chagrins et les douleurs. Qu'elle nous offre de savoir trouver – et demander - les appuis, les présences et les soutiens dont nous pourrions avoir besoin, si chagrins et douleurs se présentent. Qu'elle nous offre l'opportunité de lâcher les rancœurs, au profit du lien. Qu'elle nous permette de créer notre estime pour nous-même et notre bienveillance pour les autres. Qu'elle soit le terreau de notre croissance, de notre évolution.

