

Estime de Soi et Volonté

La volonté est un must dans notre monde de compétition.

Un dicton dit :

Celui qui veut, réalise
Celui qui ne veut pas, rencontre des résistances
Celui qui se sent incapable, ne fait rien !

C'est effectivement vrai.

La question posée dans la démarche de l'Estime de Soi est : « **Qui** veut en moi ? »

Si nous rencontrons des résistances il est manifeste qu'une partie de nous-mêmes ne veut pas. Si nous constatons que nous remettons toujours au lendemain la mise en route de nos projets c'est qu'une partie de nous se sent incapable de les faire aboutir.

Une des solutions qu'on propose en général est de forcer le passage. Faire taire toutes les voix qui en nous-mêmes expriment un malaise et de foncer sans plus réfléchir.

Ça marche dans certaines circonstances et c'est tant mieux.

Mais le plus souvent les effets de cette violence produisent, à terme, des résultats aussi inattendus que néfastes. En utilisant la violence, même si l'on réussit à arriver au bout de notre projet, la satisfaction authentique et profonde n'est pas présente au rendez-vous. Les parties ignorées se vengent et sabotent d'une manière ou l'autre les résultats obtenus ou dans le meilleur des cas on ne se sent pas réellement et pleinement heureux malgré les résultats obtenus sans pouvoir en définir les raisons.

L'Estime de Soi permet une approche différente. Elle considère que toutes les parties de nous-mêmes ont le droit d'exister et qu'il est donc utile et même nécessaire d'écouter attentivement les voix de l'intérieur surtout si l'on rencontre des résistances ou de la procrastination.

Tenir compte de l'ensemble de sa réalité dans les aspects lumineux et volontaires autant que dans les aspects sombres ou vulnérables permet d'élaborer des projets où toutes les parties de nous-mêmes sont prêtes à collaborer. Les résultats obtenus peuvent parfois paraître moins brillants mais sont beaucoup plus stables car ils nous appartiennent vraiment.

La volonté ne sert plus alors à réprimer une partie de nous-mêmes mais au contraire à permettre un épanouissement véritable de tout ce qu'on est dans notre intégralité.

La volonté est mise alors au service de l'intelligence qui elle-même est mise au service du cœur.