MAISON DES LEADERS

L'action

Par : Rémi Tremblay

> ***Une action enracinée dans la bonté et la conscience est source de joie pour soi et pour les autres.***

Pour explorer notre thème sur la joie, nous avons débuté notre saison en déposant sur des pierres nos intentions : il s'agit d'engagements - l'un personnel, l'autre professionnel - pour agir et changer dans le but de contribuer à ce que le monde soit meilleur, pour soi et pour les autres. Nous souhaitions ainsi, valider si l'action qu'engendrent ces engagements était porteuse de joie.

Chacune, chacun a alors déposé ses pierres bien en vue quelque part au boulot ou à la maison afin de se rappeler son engagement fait devant les autres leaders du groupe. On se donnait l'année pour passer à l'action et se raconter nos expériences à notre dernière rencontre. Voici quelques exemples de mots forts que l'on a retrouvés sur ces roches :

- **Silence**, avec l'intention d'en mettre davantage dans sa vie;
- **Implication** avec l'objectif de mettre en place des espaces de dialogue;
- **Liberté** en souhaitant laisser plus de latitude aux employés dans leurs prises de décisions;
- **Présence**, avec le projet de partir un weekend seul avec chaque enfant;
- **Folie**, avec le désir clair de mettre du piquant dans sa vie.

Les mois ont passé… La dernière rencontre est arrivée…

Voici quelques prises de conscience recueillies lors du partage de cette expérience :

Un

Plusieurs ont premièrement témoigné **du pouvoir de l'intention**. Combien le fait d'y avoir réfléchi, de s'être engagé devant les autres à agir, d'avoir déposé leur intention sur une pierre puis de l'avoir gardée tout près comme un pense-bête a fortement contribué à ce que les causes et les conditions se mettent en place pour réaliser leurs intentions.

Deux

On a aussi réalisé qu'agir, bouger, changer de posture faisait bouger les choses, et même les personnes autour de soi. Confirmant ainsi que le changement passe par soi.

Trois

Nous avons par ailleurs revisité combien changer est difficile. Nous sommes tellement conditionnés par nos croyances, notre éducation, notre passé. Tellement prisonniers du personnage dans lequel nous nous sommes confinés. Faire ou être autrement est presque une insulte à ce que nous avons été et un risque de décevoir les autres qui s'attendent à ce qu'on soit conforme à ce qu'ils connaissent de nous ou à ce qu'ils s'attendent de nous. Alors on continue de vivre comme des automates en répétant sans cesse les comportements d'hier.

Quatre

La force du groupe et l'accueil inconditionnel des autres membres nous aura donné le courage d'oser être autrement; être ou faire ce qui nous apparaît juste plutôt que ce qui nous sécurise. Laisser monter la voix qui vient de notre essence et se permettre d'agir en fonction de cet élan s'est avéré source de joie.Pouvoir enfin être soi sans être prisonnier de son égo est libérateur et contribue à changer le monde. Se savoir supporté et accueilli sans jugement par un groupe nous donne la force de changer. Pour mieux saisir nos résistances au changement, mieux comprendre notre *pattern* à nous faire souffrir nous-même ou à tolérer des environnements ou des relations toxiques.

Notre amie Nicole Bordeleau nous a proposé une question pas facile :

Quelle est ta souffrance préférée?

Personnellement, mon égo a d'abord détesté cette question. J'ai senti que cette interrogation venait me démasquer, me faire avouer que si je supporte des situations douloureuses depuis des années, c'est que j'en retire quelque chose.

Alors je vous pose la question :

Quelle est votre souffrance préférée?

Prenez le temps de la méditer, de la laisser démasquer cet autosaboteur en vous qui vous remet toujours dans les mêmes situations souvent complexes et difficiles. Vous découvrirez ce que vous gagnez à souffrir et pourrez tenter de découvrir comment vous pourriez autrement combler votre besoin.

Par exemple, je peux inconsciemment ne pas guérir trop vite d'une maladie, car tout à coup les gens autour de moi me donnent de l'attention ou j'ai enfin un prétexte pour me reposer, ce que je ne me permets pas habituellement. Si nous arrivons à déjouer notre égo pour découvrir nos mécanismes auto-saboteurs, nous quitterons enfin nos sources de souffrance. Notre vie sera plus douce et nous deviendrons automatiquement plus agréables pour les autres.

Notre ami Simon De Bean nous a aussi dédouané à faire autrement en affirmant : « Chez GSOft, nous sommes des champions de la deuxième fois. » Quel antistress formidable! Plus besoin d'être bon du premier coup. Car un de nos désirs, en tant que leader, est de réussir. On a une peur de l'échec et du jugement des autres. Et si on attend que toutes les conditions soient réunies pour agir… ben on laisse le train passer.

Cinq

Autre constat lors des échanges en fin de saison : on a conclu que pour qu'une action soit source de joie, autant pour soi que pour les autres, elle devait prendre racine dans le fond du fond de soi-même. Je m'explique! Si l'action est issue d'une intention pure, d'un amour altruiste et d'une vision juste de la réalité telle qu'elle est, elle est source de joie, de joie profonde. Nos actions mobilisées par des intentions égocentriques ou basées sur un regard déformé de la réalité peuvent nous apporter une certaine forme de plaisir momentané… mais s'avèrent hélas une source de tourments à long terme. Cette prise de conscience nous invite au discernement : faire la différences entre les voix de l'extérieur, celle de notre égo et celle de notre essence.

Afin que chacune de nos actions ou de chacun de nos états d'être soient enracinés au bon endroit et alors source de joie profond. Car l'amour et la légitimité qu'on se donne à être soi sont aussi source de joie.

C'est sans doute cette exploration du thème de la joie par les différentes portes que nous avons ouvertes qui nous invite à explorer le thème de **l'autorité intérieure** à la nouvelle saison. Pour que nous puissions ensemble découvrir quelle voix écouter…

Merci à tous nos membres de groupe et à nos amis chers pour votre engagement et vos inspirations. Merci à Michelle d'avoir eu l'intuition de ce thème qui m'a donné du vertige au début, et en cours de route. Je dois vous témoigner que je n'aurais pas imaginé explorer ce thème de la Joie, mais il m'a décapé de l'intérieur. J'entends plusieurs dire :

« il me semble que tu as toujours eu l'air d'un homme en joie, Rémi Tremblay! » Il est vrai que je suis davantage un homme joyeux, mais l'année que nous venons de vivre m'a permis d'avoir accès à cette joie **profonde** - je fais davantage l'expérience de cette joie qui, j'ai l'impression, ne me quitte plus, indépendamment des conditions extérieures, comme dirait notre nouvel ami-sage Martin Bilodeau!

Belle fin d'été et à la **joie** de se retrouver bientôt !