



Voici ce que nous dit la définition du dictionnaire : « action de mettre en gage, de lier par une convention, un contrat » ou « Contrat oral ou écrit par lequel une

personne engage ses services ».

L'engagement est donc un lien qui associe deux personnes (voire plus).

Nous pourrions dire que tous les jours, nous nous engageons, que ce soit dans :

- de nouvelles études : je m'engage à suivre les cours
- un emploi : je m'engage à honorer un contrat de travail et mon employeur s'engage à payer mon salaire
- des relations d'amitiés : je m'engage auprès de telle ou telle personne dans ce lien d'amitié
- un couple : je m'engage à vivre en communauté et en respect avec celui ou celle que j'aime –oui, facile à dire !-
- une colocation : je m'engage à régler une partie du loyer de l'appartement et à utiliser le logement et à respecter des parties communes
- des achats : je m'engage à payer ce que je mets dans mon panier

- une relation parentale : je m'engage à reconnaître mes parents comme tel
- etc.

Je m'engage sur ce petit chemin pour ma promenade dominicale (quelque part je demande à ce chemin de m'emmener jusqu'au bout). Je vais prendre le temps de regarder, de prendre l'air, de discuter avec celui ou celle qui m'accompagne, d'écouter les bruits qui m'entourent. Alors que je prends le temps de savourer ce qui se présente dans mon environnement, je me mettrai certainement en route différemment le lendemain matin pour mon job !.

Où s'installent dans ma tête le stress, les crispations, les attentes, les plannings, la gestion de ce temps de travail, les relations pourries avec mon patron, les collègues ou les employés ? En quoi peut-il y avoir une différence entre cette journée de repos et ces jours d'activité ?

- Le temps : je prends le temps de me réveiller à l'heure dictée par mon corps, je prends le temps de déjeuner, de m'habiller avec des vêtements qui me plaisent –hors d'un uniforme souhaité par l'activité ou la société qui m'emploie –car, quoi qu'il en soit, nous nous uniformisons à notre métier par notre vêtement, quitte à en créer un !-
- Le temps de rentrer en relation avec l'autre

- L'espace, le lieu est très souvent cadré puisque nous allons dans un bâtiment, une société, un lieu dédié à notre travail –exception faite des personnes qui travaillent chez elles, et qui devront toutefois créer cet espace propre à leur activité professionnelle.

Donc mon envie sera différente en fonction de ce que je vais faire, du lieu où je vais aller, des gens que je vais rencontrer

Alors pourquoi les personnes qui prennent l'initiative, qui s'engagent dans un processus thérapeutique, dans une relation de couple, dans une activité, dans un métier lâchent, annulent ou remettent tout en question quelquefois, parfois, souvent ou toujours ?

- Quel est l'élément¹ qui empêche l'aboutissement ?
- Quelle est la situation qui arrête la personne dans son élan ?
- Quel est l'évènement qui bloque l'homme dans sa vie ?
- Quelle est l'idée, l'impression, le sentiment, l'émotion, la peur qui entrave l'individu dans son chemin d'action ou de décision ?



Vous connaissez certainement des personnes qui ont l'habitude de prendre des engagements et de ne pas les tenir. Elles sont tout à leur nouveauté, heureuses d'aller vers du neuf –nouveau pull que l'on mettra tous les jours, nouveau copain que l'on appellera toutes les heures, nouveau job, nouvelle télé, nouveaux verres, nouveau tableau ... la liste est infinie-. Puis au bout d'un certain temps, le nouveau n'a plus d'intérêt ; parfois même, le nouveau n'a pas le temps de se mettre en place car la personne va annuler sa promesse à la dernière minute –pas l'achat du nouveau pull, pas le rendez-vous chez le coiffeur, pas l'appel au futur ex petit copain, pas la concrétisation de cette merveilleuse idée, ...- et parfois c'est tout autre chose qui se met en place : l'oubli !
Acte manqué avez-vous dit ?

En dehors de la confiance en soi absente ou l'estime de soi inopérante, les démissionnaires sont partie prenante de leur décision. J'explique !
Cela vient de leur fait et souvent ils ne sont pas conscient de lâcher, répéter, annuler, supprimer une partie d'eux-mêmes et/ou ne font que répéter un bout de leur histoire.

- En annulant mon contrat, vis-à-vis d'un travail, je ne me mets pas en danger, car je porte une mémoire de servitude –une de mes grand-mères est morte dans la

¹ Par élément, il faut entendre le terme générique qui pourrait être la personne, l'évènement, les circonstances, l'histoire ...

misère. *Les domestiques au 19^{ème} avaient des gages – correspondant au salaire !*

- En ne m'investissant pas dans une relation de couple, je ne répèterai pas la vie inconsolable de la grand-tante qui a perdu son mari sur les champs de bataille. *Par le mariage je m'engage !*
- En ne me rendant pas à un entretien d'embauche, je n'aurais pas ce travail d'obéissance qu'a fait mon grand-père toute sa vie et qui ne lui a rien apporté – *il s'était engagé dans l'infanterie !*
- En ne devenant pas mère, je ne risquerai pas de perdre la vie ou ne risquerai pas de vivre la mort d'un enfant – *une de mes aïeules a perdu un enfant jeune et ne s'en n'ai jamais remise !*
- En n'entrant pas en relation avec des amis, je ne risquerai pas d'être déçu de leur attitude ou ne me sentirai pas trahi(e) – *quand le gage ment !*
- En ne me fiançant pas, je ne risquerai pas d'être abandonné(e) – *le premier amour de mon père est partie avec un autre !*



Alors si vous êtes dans ce cas : annulant régulièrement, de temps en temps ou souvent vos engagements, que s'est-il passé dans votre histoire familiale :

- Qui a menti dans le contrat ?
- Qui s'est senti obligé de ?
- Quelle est cette promesse rompue ?
- Qui n'a pas tenu serment ?
- Qui est mort trop tôt ?
- Qui a été militaire et qui est mort au combat ?
- Qu'est-ce qui a été mis en gage pour des jours meilleurs ?
- Quelle est l'alliance hasardeuse ?
- Quelle est la valeur que je me donne ?

Quelle est donc cette mémoire qui fait de moi un exclu, un asocial, une vieille fille, un peureux, un ours, un laborieux, un inadapté de la vie et des relations ? « *oui, je sais ça fait beaucoup mais vous n'êtes pas obligé*

d'avoir la liste complète ! »

Je peux faire le choix² de dire que cela vient de l'extérieur, que c'est la faute de l'autre ... (je l'ai fait aussi !)

Ou je peux faire le choix de regarder, de chercher, de m'interroger sur ce qui bloque mon envie, mon engagement, mon lien, ma relation.

² Voir article sur l'adversité

Oui, OK sauf que tout cela ne leur ait pas arrivé ; et si ces personnes n'étaient-elles pas porteuses d'une mémoire traumatisante ancestrales ?

Il y a bien sûr une troisième possibilité : la situation me convient, inutile de changer la donne !

Mais, si cela vous est déjà arrivé et que vous vous posez la question ... Alors vous êtes sur le bon chemin.

Le but, c'est le chemin disait Lao-Tseu

Bravo ! Et continuez !

Le chemin peut être tortueux, provoquer des arrêts, avoir des zones infranchissables, faire faire des ½ tours. Il n'en reste pas moins que c'est votre chemin et qu'il est nécessaire de le reconnaître.

A chaque fois que nous regardons cette possibilité de contrat, d'engagement, de lien c'est un lien –tiens, tiens,- qui se pose avec une tierce personne, ok !

Maintenant, si nous regardions différemment l'histoire !

Si je regardais comment je m'associe avec la personne la plus importante de ma vie, avec la personne la plus présente dans ma vie, la personne essentielle à ma vie : Moi

Non, que je sois égoïste ou égocentrique, mais il est pourtant clair, que l'engagement, le contrat, l'alliance, le serment le plus important est celui que je prends avec moi-même. Non !

Quel est donc ce contrat qui me lie à moi-même : celui d'être malheureux (se), celui d'être chômeur, celui d'être apatride,

celui d'être seul(e), celui d'être abandonné (e), celui d'être assujetti(e), ...

Oui celui de vivre pleinement ce qui s'offre à moi, celui de créer mon propre métier, celui de me réaliser dans un travail qui me comble, celui de m'épanouir dans une relation de couple, celui d'être présent(e) à mes enfants, celui d'être en lien avec la nature, celui de m'ouvrir à d'autres relations amicales, celui de prendre soin de mes besoins primordiaux (me nourrir, me vêtir, me loger, me reproduire, me reposer), celui d'écouter de la musique, et ainsi de suite.

Oui, quel engagement vais-je prendre aujourd'hui vis-à-vis de MA Vie ?



Ecrit par Lydie Poisson –
Cherbourg-en-Cotentin - Février 2016