

Être un homme de cœur

par Jacques Salomé – psychosociologue et écrivain.

Il y a quelques semaines un homme m'écrivait : *« J'ai besoin aujourd'hui de privilégier le langage du cœur plutôt que celui de la raison, le langage de l'amour plutôt que celui de l'intérêt, le langage du donner plutôt que celui du prendre ou de la rétention. Mais pour cela je dois pouvoir être libre d'élargir mon aujourd'hui à demain sans l'enfermer dans le passé et ou la crainte de l'avenir. »*

J'ai trouvé que ce projet rejoignait mes propres préoccupations sur la façon dont je pouvais être à la fois un homme de raison et un homme de cœur

Mais qu'est-ce, au juste, le langage du cœur ?

Pour certains ce sera donner la parole aux sentiments directs et croire qu'il suffit de dire j'aime ou je n'aime pas pour se sentir authentique, sincère et vrai.

Pour d'autres, la priorité sera donnée au vécu du moment qui nous étreint ou nous transporte, au ressenti de l'instant qui éclate ou qui brille au présent, à l'expression d'une émotion qui dit à elle seule plus que cent discours.

Pour d'autres encore ce sera une qualité de présence et d'écoute proposée sans contrepartie, centrée sur la personne et non sur son problème ou sur sa difficulté quand celle-ci est jetée à la face du monde.

Et pour certains ce sera un mouvement spontané vers autrui, une caresse offerte, un sourire ensoleillé ou bienveillant, un silence respectueux tendu vers l'accueil, un élan chaleureux qui s'accorde à un désir, une vitalité qui s'harmonise avec un rêve et qui prend le risque de s'exprimer.

Trop souvent hélas, les langages du cœur vont se heurter aux langages de la raison plus froide et impersonnelle, de l'intellect brillant ou confus ainsi qu'à la mécanique bien rodée de la logique, à celle plus subtile des croyances qui pour certains sont des certitudes ne laissant aucune place à l'irruption de l'irrationnel. Ce qui fait que tout ce que l'homme de cœur peut sentir, éprouver, proposer, est souvent récupéré par une écoute fermée du cerveau droit, trop branchée sur le cerveau gauche qui renvoie à des catégories, à des stéréotypes où le bon et le mal sont bien étiquetés, l'agréable et l'utile mis en conserve, le convenable et le normal pesés, le propre et le beau évalués à leur juste valeur et l'ensemble d'une vie, parfois programmée de la naissance à la mort.

Oser les langages du cœur et, au delà, ceux de la compassion, de l'acceptation inconditionnelle de l'instant, c'est être capable de sortir de sa propre prison, celle dont nous sommes le geôlier le plus vigilant et peut être le plus féroce, pour aller sur la voie de l'amour.

Un don d'amour, qui ne s'approprie pas, qui ne s'impose pas, qui ne se veut pas exclusif, qui s'offre et se tient à disposition. Un amour capable de brider l'impatience de nos utopies, d'oublier les millénaires d'assujettissements et d'aliénations, de nous inviter à faire un pas de côté vis-à-vis de nos conditionnements, de vaincre la peur du rejet ou de l'abandon, de nous faire retrouver le temps de l'innocence quand nous étions (*il y a fort longtemps*) en communion plus étroite, quasi permanente avec le divin qui habitait nos âmes.

Un homme qui s'était aventuré sur la voie du cœur, ajoutait : *« Je pose enfin sur les êtres et les choses un regard tout neuf, lavé de tous mes doutes, un regard qui m'appartient enfin. Oui, le langage du cœur est celui qui me permet de livrer le plus intime de moi, le plus inachevé aussi et donc le plus risqué. Aujourd'hui j'ai envie de semer des mots chantants et frémissants et peut être me reviendront-ils, pour éclairer plus de mon chemin... »*

Parmi toutes les voies qui s'offre sur les chemins multiples de notre vie, il faut savoir que la voie du cœur est largement ouverte pour chacun, qu'il est possible de la prendre à tout âge, afin de s'avancer plus confiant et serein vers les autres.