

## POURQUOI CRIONS-NOUS QUAND NOUS SOMMES EN COLÈRE ?

Un sage hindou qui était venu au bord du Gange pour prendre un bain remarqua sur la rive les membres d'une même famille qui se criaient dessus, apparemment très en colère les uns contre les autres.

Il se tourna vers ses disciples, sourit et demanda : « Savez-vous pourquoi les gens se crient dessus lorsqu'ils sont en colère ? »

Les disciples y réfléchirent pendant un moment et l'un d'eux répondit : « C'est parce que nous perdons notre calme que nous crions. »

« Mais pourquoi criez-vous quand l'autre personne est juste à côté de vous ? » demanda le guide. « Ne pourriez-vous pas tout aussi bien lui dire ce que vous avez à dire d'une manière douce ? »

Aucune des réponses proposées par les disciples ne le satisfaisant, le sage donna finalement l'explication suivante :

« Quand deux personnes sont en colère l'une contre l'autre, leurs cœurs sont séparés par une grande distance. Pour couvrir cette distance, elles doivent crier, car sinon elles sont incapables de s'entendre l'une l'autre. Plus elles sont en colère et plus elles auront besoin de crier fort pour s'entendre et parvenir à couvrir cette grande distance qui les sépare.

« Que se passe-t-il lorsque deux personnes tombent amoureuses l'une de l'autre ? Elles ne se parlent pas en criant, mais se parlent doucement parce que leurs cœurs sont très proches. La distance entre eux est soit inexistante, soit très faible. »

Le sage continua...



« Quand ces personnes s'aiment encore plus, que se produit-il ? Elles ne se parlent pas, elles chuchotent et obtiennent encore plus de proximité et plus d'amour. Enfin vient un moment où elles n'ont même plus besoin de chuchoter, elles se regardent seulement et se comprennent. »

Puis il regarda ses disciples et leur dit :

« Ainsi, quand vous discutez les uns avec les autres, ne laissez pas vos cœurs s'éloigner. Ne dites pas des mots qui vous éloignent davantage, car sinon un jour viendra où la distance sera si grande que vous ne trouverez pas le chemin du retour... »

*Auteur inconnu*

