

---

### Chut... Qu'en dira-t-on? Chut... je m'en fous!

Elle était une enfant lorsqu'elle a entendu pour la première fois « Non... tiens-toi donc comme il le faut? » et cette phrase se répétait continuellement avec des conséquences si elle n'écoutait pas. Maman était fâchée et ne lui parlait pas ou encore elle recevait des menaces que papa la punirait à son retour. Elle a vite compris qu'elle devait mettre le masque « de la bonne fille ». Ce masque demande d'être toujours à l'affût de ce que les autres vont penser.

Avec les années, ce masque était devenu de plus en plus lourd. Même à l'adolescence, elle est restée très sage. Adulte, elle ne voulait pas décevoir ses parents, sa famille, ses amis, son conjoint, ses enfants, etc. La vie a passé, mais elle a gardé cette image qui plaît et qui fait d'elle une personne normale, correcte, etc. Elle sent un grand vide intérieur car elle a vécu la vie des autres et non la sienne.

*Sur sa tombe, on retrouve un écrit « Fille de... Femme de..., Mère de... Elle a vécu une vie exemplaire, elle était une femme dévouée à sa famille, sa société. »*

### Deux vies, deux réalités

Lorsqu'elle était une enfant, on lui disait de ne pas faire cela et d'être sage. Elle était rebelle et faisait toujours à sa tête. Elle a souvent été puni. Elle a beaucoup dérangé en vieillissant. Adolescente, elle a remis toutes les valeurs familiales et sociales en question. Elle s'est construit sa propre échelle de valeurs dans le respect des différences. Combien de fois, on lui a dit qu'il ne fallait pas faire cela de cette façon, qu'elle devrait se comporter différemment, qu'elle devrait se taire, etc. Elle a toujours refusé, elle n'était pas influençable. Elle fonctionnait avec le principe « Fais aux autres, ce que tu voudrais que l'on fasse pour toi. » et non « Fais donc comme tout le monde ».

Elle s'est bâtie une vie où les rêves ont une place pour sa famille, ses enfants, ses amis et elle-même. Elle a dérangé. Elle a changé des choses. Elle a été un modèle non selon les normes, mais dans le respect de ses valeurs, ses croyances, ses décisions et celles des autres.

*Sur sa tombe, il est écrit « Fille de... Femme de..., Mère de... Elle a rêvé, elle a agi, elle a changé l'histoire dans le respect des différences. »*

Bien des gens, hommes et femmes, passent leur vie à faire ce qu'ils pensent que les autres veulent. Si ces histoires résonnent en vous, peut-être vous êtes-vous empêché d'être vous-même, de faire ou de dire quelque chose d'important à cause des conventions sociales, des « qu'est-ce qu'ils vont penser? », des « ça ne se fait pas ».

Comme le dit si bien Louise Côté « Au chapitre des croyances qui nous limitent, cette phrase est responsable à elle seule d'une montagne de non-dits et de secrets bien gardés, surtout lorsqu'ils touchent aux tabous de notre société. Qui plus est, ces quelques mots gagnent le titre pour l'excuse la plus efficace pour ne pas faire ce que nous avons envie de faire dans la vie ! Je parle donc ici des « *Qu'en-dira-t-on* », cette fâcheuse habitude qui empoisonne la vie à force de se soucier à outrance de l'opinion d'autrui et qui compte à son actif des millions de rêves oubliés par peur de déplaire à quelqu'un...parfois sans jamais savoir qui au juste. »

Prenez votre vie en main en assumant l'entière responsabilité de vos choix. Décidez de faire face aux jugements et agissez selon votre vérité et non celle des autres. Reprenez votre vie, vos rêves au risque de déranger. Ne dites pas « J'aurais dû », mais faites-le. J'ai parfois regretté, mais le plus souvent, j'ai vécu selon mes convictions et j'en suis fière. Cessez de dire et d'agir par « Il faut que... ». Soyez tout simplement vous-même et osez! Vous vous sentirez vivant, libre, en paix et ressentirez une joie profonde que nul ne pourra ébranler.

*Sur ma tombe, je veux qu'on écrive « Fille de.... Femme de... Elle était authentique, passionnée, intègre. Elle a réalisé ses rêves et a permis à d'autres de le faire aussi. »*

Et vous? Qu'en dira-t-on?



Ginette Gauthier  
Andragogue (M.Ed.)  
spécialisée en créativité,  
PNL et carrière  
819-342-8535  
[infocreaviva@gmail.com](mailto:infocreaviva@gmail.com)  
[www.creaviva.ca](http://www.creaviva.ca)