

ETRE FIERS PAR PEUR D'ETRE ORGUEILLEUX

Lise Bourbeau

Pourquoi n'exprimez-vous pas votre fierté?

C'est simple... bien des gens s'empêchent d'être fiers par peur d'être orgueilleux. Si c'est votre cas, c'est probablement parce que vous ne faites pas la différence entre la fierté et l'orgueil. C'est dommage, car il est important d'être fier de soi, sinon on se retrouve à manquer d'estime et de confiance en soi. Un bon moyen pour faire la différence entre les deux est de se souvenir que la fierté se rapporte à soi-même tandis que l'orgueil est vécu par rapport aux autres.

La fierté, c'est tout ce qui touche une fibre en soi, qui rehausse l'estime de soi et la valeur personnelle. L'orgueil, c'est l'opinion avantageuse, le plus souvent exagérée, qu'on a de sa valeur personnelle, aux dépens de la considération d'autrui. Être orgueilleux, c'est vouloir prouver qu'on est, qu'on fait ou que l'on connaît mieux que les autres.

Dans la fierté, il y a de l'amour de soi. Dans l'orgueil, il y a de la peur inconsciente de ne pas être aimé.

Prenons l'exemple de celui qui obtient un poste de travail qu'il voulait depuis un certain temps. Celui qui est fier parlera à son entourage de sa persévérance, de sa détermination et enfin de tout ce qu'il a fait pour y arriver. Lorsque quelqu'un partage ce genre de succès avec fierté, il est toujours bien accueilli par les autres. Ces derniers sont contents pour lui et le félicitent spontanément. Par contre, s'il a un comportement orgueilleux, son discours tentera de rabaisser les autres, il cherchera à recevoir des compliments. Il sera déçu s'il n'en reçoit pas et sera donc porté à en rajouter. Ce genre de personne dégage une impression de *je suis mieux que toi* OU *je suis un être spécial* ET *j'espère que tu vas le reconnaître*.

Et vous? Entre zéro et dix, à quel degré êtes-vous fier de ce que vous avez, ce que vous faites ou ce que vous êtes? Vous permettez-vous de vous féliciter sans croire que vous êtes arrogant ou que vous ne le méritez pas? Et lorsque vous l'exprimez à quelqu'un, sentez-vous de la fierté de la part de ce dernier?

Certains me demandent : « Si c'est de la fierté, pourquoi devrais-je en parler aux autres ? » La seule raison pour laquelle j'encourage les gens à partager ce dont ils sont fiers est pour vérifier la réaction des autres. Quand ils commencent à se justifier de ne pas être aussi bons ou s'ils ont une réaction d'envie ou de jalousie, alors on n'a pas exprimé de la fierté. Après plusieurs partages de ce genre, on développe la capacité de sentir ce qu'on vit réellement et on ne ressent plus le besoin de se « vanter » à qui que ce soit.

Par contre, on doit se donner le droit d'être humain et d'avoir besoin de reconnaissance. Souvenez-vous que très peu ont reçu de la reconnaissance pour ce dont ils étaient fiers en étant jeunes. La plupart des parents passent environ trois fois plus de temps à critiquer ou réprimander leurs enfants quand ils font une erreur que de les féliciter et les reconnaître pour un travail bien fait. Il est donc humain de rechercher de la reconnaissance, surtout pour ce

dont nous sommes fiers. Quand vous réussissez à accomplir quelque chose qui vous semblait difficile, il est normal que ce soit plus fort que vous d'en parler à votre entourage.

Parlons maintenant de mérite.

Ceux qui sont très exigeants envers eux-mêmes croient qu'ils doivent accomplir des choses extraordinaires avant d'avoir le droit de se féliciter. Ce comportement est relié aux blessures de rejet et d'injustice. Ils ne sont jamais assez parfaits aux yeux de leur ego. Le fait de ne pas se féliciter ni d'être fiers d'eux-mêmes est une manifestation de leur ego, il les fait sentir moindres. Il est donc probable qu'ils auraient la même attitude envers quelqu'un qui n'est pas assez parfait, selon les critères de leur ego.

Peu à peu, à mesure que votre estime et votre confiance en vous augmenteront grâce au fait d'être de plus en plus fier de vous, vous vous rendrez compte que même si vous parlez moins des choses dont vous êtes fier, quelqu'un d'autre le fera pour vous. On vous félicitera, on vous fera des compliments qui reflèteront votre propre fierté.

Soyez alerte aussi aux compliments.

Si vous les refusez, si vous avez de la difficulté à les accepter avec un simple MERCI, ce sont là d'autres signes de la peur d'être fier de vous. N'hésitez plus à être fier de vous aussi souvent que possible. Cela n'enlève absolument rien aux autres et vous apporte énormément.

Un autre moyen pour vous habituer à le faire plus souvent est de repenser à votre journée et de vous féliciter pour tout ce dont vous êtes fier en rapport à cette journée. C'est une excellente façon de s'endormir et de passer une bonne nuit.