

## L'HISTOIRE D'UN ENFANT QUI PLEURE

— Papa... je veux te dire quelque chose, mais promets-moi que tu ne vas pas te fâcher, dit mon fils, et j'ai eu la chair de poule.

— Dis-moi, mon fils, répondis-je en essayant de rester calme, même si à l'intérieur, j'étais mort de peur.

Iván resta silencieux, jouant avec ses mains, peut-être pour prendre du courage. Finalement, il répondit, comme s'il avouait quelque chose de terrible :

— Aujourd'hui, j'ai pleuré devant toute la classe, dit-il sans me regarder dans les yeux.

Ma première réaction fut de l'enlacer, mais je me retins.

— Pourquoi, mon fils ? Que s'est-il passé ? Il leva les yeux, gêné.

— Le professeur de maths m'a fait venir au tableau, et j'étais tellement nerveux que j'ai tout raté. Et tout le monde s'est moqué de moi... Ils m'ont crié "idiot", "stupide", et ont dit que pleurer c'est pour les faibles.

En l'entendant, mon cœur s'est brisé en deux.

— Dis-moi, fiston, l'exercice était difficile ?

— Non... Mais j'étais nerveux, papa. Je transpirais beaucoup et j'ai oublié tout ce qu'on avait révisé à la maison.

— Mon fils, je vais te dire quelque chose d'important. Promets-moi de ne jamais oublier mes paroles.

Iván acquiesça.

— Je te le promets, répondit-il.

— D'abord, je veux te dire que je suis fier de toi. Tu sais pleurer, et c'est quelque chose de puissant. Beaucoup disent "ne pleure pas", mais ils ont tort. Pleurer n'est pas une faiblesse, c'est tout le contraire. Si tu es capable de verser des larmes, c'est que tu ressens, que tu es vivant !

Pleurer est normal, et crois-moi, tout le monde le fait. Les super-héros, les grands leaders, tes professeurs... tout le monde pleure.

Alors ne sois jamais honteux de tes larmes. Pleure quand tu en ressens le besoin, car si tu ne le fais pas, la douleur restera en toi et se transformera en amertume.

Iván me regardait, pensif.

Je le vis assimiler mes paroles, et peu à peu, son attitude changea. Il me regarda avec un sourire, laissant tomber cette couche de honte avec laquelle il était sorti de l'école. Et moi, je me suis senti heureux, car j'avais réussi à ce que mon fils cesse de se sentir misérable, et qu'il retrouve le sentiment d'être important.

Les mots peuvent changer le destin de vos enfants. Un simple conseil peut faire une énorme différence dans leur vie.

Ne dis jamais à ton enfant d'arrêter de pleurer. Ne lui dis jamais que pleurer, c'est pour les faibles, car c'est une erreur. Pleurer, c'est humain.

Ne lui apprends pas à cacher ses larmes, car chaque fois qu'il les verse, il est en train d'apprendre à devenir fort.

Réprimer n'est pas bon, car accumuler à l'intérieur ne fait qu'augmenter la douleur et la frustration. Il est important de libérer ce qu'on ressent pour pouvoir guérir.

Alors la prochaine fois que tu verras ton enfant pleurer, souviens-toi : offre-lui de la sécurité et permets-lui de libérer sa douleur.