

Roger DUQUE
Christophe HECKLY

AIMER LES AUTRES ET
S'AIMER SOI MÊME

Manuel pratique de sagesse populaire Livre 2

**AIMER LES AUTRES ET S'AIMER
SOI MÊME**

Tout a déjà été dit et redit depuis des millénaires, mais il semblerait qu'on ne retienne rien ou bien peu de l'expérience de nos ancêtres concernant la science du bien vivre contrairement à toutes les autres sciences.

Il semblerait qu'on ne retienne rien ou bien peu de l'expérience de nos ancêtres concernant la science du bien vivre contrairement à toutes les autres sciences.

Dans les sociétés traditionnelles, les anciens avaient vocation à transmettre aux plus jeunes leur expérience, afin de tirer parti de leurs propres erreurs et de les inciter à ne pas commettre les mêmes. Cette transmission pouvait avoir lieu le soir, après les durs travaux de la journée, à l'occasion de veillées au cours desquelles les parents et aïeux racontaient soit leur propre histoire, soit des légendes et contes dont il fallait tirer les leçons.

L'apprentissage de la vie se fait en tirant parti de ses propres expériences et erreurs mais en ayant à l'esprit les conseils des anciens on peut tirer plus d'enseignements de notre propre vécu.

L'apprentissage de la vie se fait en tirant parti de ses propres expériences et erreurs mais en ayant à l'esprit les conseils des anciens on peut tirer plus d'enseignements de notre propre vécu.

La vie est un éternel recommencement et depuis des millénaires, les hommes sont confrontés aux mêmes épreuves, aux mêmes erreurs, au même questionnement.

La vie est un éternel recommencement et depuis des millénaires, les hommes sont confrontés aux mêmes épreuves, aux mêmes erreurs, au même questionnement.

Aujourd'hui dans la majorité des pays les veillées ont disparu, du moins dans nos pays dits développés. Les anciens restent cependant disponibles pour transmettre leur expérience aux jeunes. Ils peuvent se mettre à leur place, car ils se souviennent encore de leur propre jeunesse, alors que les jeunes ont du mal à imaginer leur vieillesse et préfèrent ne pas y penser. Ils restent cependant ouverts aux conseils des anciens, même s'ils ne les suivent pas toujours les trouvent dépassés et veulent faire leurs propres expériences. Ce n'est qu'en vieillissant qu'ils s'apercevront qu'on ne voit pas la vie de la même manière à vingt ans, à quarante ans ou à

soixante ans. Mais lorsqu'on se dit « mon père avait raison » il est souvent trop tard.

Ces quelques pages ont vocation, sans aucune prétention, à essayer de transmettre les conseils que pourraient donner nos ancêtres, en faisant appel aux maximes et proverbes que nous ont laissés les philosophes depuis l'antiquité mais aussi à la « sagesse des nations ». Il ne faut pas oublier que, s'il est bon de suivre ces préceptes et règles de conduite, ils sont aussi faits pour être parfois transgressés. Chacun doit cependant savoir faire un bon usage de la transgression en fixant ses propres règles de conduite. Comme disait Jean Cocteau, « Il faut savoir jusqu'où on peut aller trop loin ».

S'il est bon de suivre ces préceptes et règles de conduite, ils sont aussi faits pour être parfois transgressés.

Ce livre, n'apporte rien de nouveau sur le fond, seule la forme, la pédagogie « la méthode » nous apparaît comme peut-être différente.

Nous cherchons à stimuler la capacité de questionnement et d'introspection du lecteur plutôt que de lui faire part de notre analyse ou de nos réponses.

Nous cherchons à stimuler la capacité de questionnement et d'introspection du lecteur

plutôt que de lui faire part de notre analyse ou de nos réponses.

Pour tirer les fruits de cette « méthode » la condition est que le lecteur sorte du confort de la simple lecture pour faire l'effort de lier chaque citation à une expérience vécue. Ce n'est qu'avec cet effort d'introspection que ce livre apportera un enseignement propre à chacun. Il n'est qu'un outil à la réflexion sur nous-mêmes, notre vie notre être.

Pour tirer les fruits de cette « méthode » la condition est que le lecteur sorte du confort de la simple lecture pour faire l'effort de lier chaque citation à une expérience vécue

Pourquoi avoir présenté ce traité en trois livres ?

C'est parce qu'il ne faut pas succomber à la tentation facile d'une productivité illusoire en passant au livre suivant sans avoir réellement intégré l'enseignement du précédent. Pour une véritable assimilation du message il est nécessaire, nous semble-t-il, de prendre le temps d'écrire pour chaque citations ses propres anecdotes, ses propres expériences.

Le but est de recevoir l'enseignement, le digérer, l'assimiler pour capter son sens profond, afin de l'intérioriser jusqu'à ce qu'il fasse partie de nous, signe

du changement véritable et de notre progression spirituelle sur le chemin de la sagesse.

Il ne faut pas succomber à la tentation facile d'une productivité illusoire en passant au livre suivant sans avoir réellement intégré l'enseignement du précédent

Le but est de recevoir l'enseignement, le digérer, l'assimiler pour capter son sens profond, afin de l'intérioriser jusqu'à ce qu'il fasse partie de nous, signe du changement véritable et de notre progression spirituelle sur le chemin de la sagesse.

Dans le Livre I **Découvrir le monde pour se découvrir**, nous allons nous attacher à découvrir le monde, puis à partir de cette découverte, à nous découvrir nous-mêmes, en prenant bien garde de commencer par changer en nous ce que nous voudrions changer autour de nous. Ensuite, dans le Livre II **Aimer les autres et s'aimer soi-même**, nous allons apprendre à aimer les autres, y compris dans leurs différences, et à nous aimer nous-mêmes, car il n'y a pas de vraie connaissance sans amour. Enfin, dans le Livre III **Agir sur le monde et agir sur soi**, nous envisagerons d'agir sur le monde et d'agir sur nous-mêmes tout en sachant que le succès ou l'échec

ne dépend pas seulement de nous et en acceptant notre destin avec fatalisme.

Du fait du grand nombre de maximes et de contes illustrant ces dernières que nous citons on peut avoir l'impression, en première lecture, qu'il y a trop d'idées différentes et qu'il manque un « fil conducteur ». C'est pour essayer de faire apparaître ce fil conducteur sans être trop directif, de manière à favoriser le questionnement du lecteur que nous avons regroupé tous ces textes par thème avec plus ou moins de réussite et d'habileté.

Nous avons rajouté des encadrés de manière à faire ressortir les idées principales et à faciliter une relecture rapide de ce livre car chercher à accéder à la sagesse est un but irréalisable mais pour continuer de s'en approcher pas à pas il est nécessaire d'en faire l'effort sans relâche, il est donc nécessaire de lire et relire cet ouvrage régulièrement pour que la perception de nous-mêmes et du monde évolue.

Nous avons laissé également de nombreux blancs afin de permettre aux lecteurs d'inscrire les commentaires que ce texte lui suggère.

Nous cherchons à passer du savoir à l'être et cela ne peut se faire qu'en laissant le temps au temps et étape après étape.

Car tendre vers la sagesse n'est pas apprendre des choses, augmenter nos connaissances mais approfondir la Connaissance de nous-mêmes, des autres, de l'univers, et tendre vers une vie harmonieuse pleine de Lumière.

Il faut nous mettre en état de recevoir, d'accueillir l'enseignement suivant.

**Il faut nous mettre en état de recevoir,
d'accueillir l'enseignement suivant.**

C'est à cette condition qu'il sera possible de développer la vision du cœur, la pleine conscience (altruiste, conviviale) universelle et collective.

Pour réaliser le potentiel que nous avons tous en nous, l'idée n'est pas de rajouter des strates de connaissances ou de savoir mais plutôt de débroussailler tout ce qui constitue un obstacle à la réalisation de notre potentiel spirituel, de plein et perpétuel bonheur.

**L'idée n'est pas de rajouter des strates de
connaissances ou de savoir mais plutôt de
débroussailler tout ce qui constitue un obstacle à
la réalisation de notre potentiel spirituel.**
