

LUC FIVET

FABLES D'AUJOURD'HUI

*30 histoires à méditer
pour s'épanouir sans oublier d'en rire*

JouVence

Du même auteur :

Aux Éditions du Ver à Soie :

Marche ou rêve, 2015

Anonyme, 2018

Aux Éditions Baker Street :

La Manufacture des histoires, 2018

Aux Éditions Fayard :

Total Chaos, 2007

Requiem, 2008

Catalogue gratuit sur simple demande.

Éditions Jouvence

France : BP 90107 – 74161 Saint-Julien-en-Genevois Cedex

Suisse : Route de Florissant, 97 – 1206 Genève

Site Internet : www.editions-jouvence.com

E-mail : info@editions-jouvence.com

© Éditions Jouvence, 2021

ISBN : 978-2-88953-530-9

Couverture (illustration et maquette) : François Lamidon

Mise en pages : zolg.fr

Tous droits de traduction, reproduction et adaptation réservés pour tous pays.

SOMMAIRE

Le corps et l'esprit arbitrés par le cœur.....	5
L'inventeur et sa machine à énergie.....	10
Les deux voisins et l'arbre.....	15
Les deux horloges	20
Du nombril et de ses profondeurs	25
L'homme galant et les observateurs	30
L'artiste et le dessin	35
Le chemin et ce que l'on en fait.....	40
Le bonheur, la Ferrari et le vélo.....	45
L'apprenti écrivain et les critiques.....	50
Le silence.....	55
L'homme qui crie et l'homme qui rit.....	60
Le garçon de café et le respect.....	65
La femme qui portait le monde sur son dos	70
L'homme qui enfermait la vie dans des cases.....	75
Les trois fées et le bonheur	80
L'Orgueil et la Fierté	85
Les gens toxiques.....	90
Ceux qui causent et ceux qui font	94

Fables d'aujourd'hui

Le colloque et le temps présent.....	99
La rumeur et ses remous.....	104
Le déçu perpétuel	109
Les deux amies et le sac à dos	114
Le maître d'arts martiaux et l'ego	119
La femme pressée et la providence.....	124
L'écrivain et la page blanche	129
La peur.....	134
Le compositeur et les notes de musique	139
L'insouciance et les circonstances.....	144
Les notables et le voyageur.....	149
Lexique	154
Un mot pour finir... ..	156

Le corps et l'esprit arbitrés par le cœur



Il faut tenir compte de nos trois dimensions :
L'histoire ci-après vous en persuadera.
Il advint qu'un matin de grande introspection
Le corps et le mental faisaient un pugilat* ⁽¹⁾.
Le cœur, lui, arbitrait en gardant ses distances.
C'est qu'on a vite fait de se prendre des coups !
Il soupesait les arguments dans sa balance
Mais sans intervenir : il n'était pas si fou !

« Que ferait-on sans moi ? s'époumonait le corps,
Sans moi rien n'est possible, sans moi tout est vain !
Dans la difficulté je redouble d'efforts
Et lorsque je fatigue, je serre les poings.
S'il faut courir plus vite, aussitôt je m'active !
S'il faut monter plus haut, je fais la courte échelle !
Rien n'est hors de portée, et qui m'aime me suive
Car nul autre que moi ne fait des étincelles ! »

1. Les termes portant un astérisque sont expliqués dans le lexique en fin d'ouvrage.

« Voilà qui est parlé ! ricanait le mental,
Allons, courons tout droit, renversons les obstacles !
Mais il me semble quand même fondamental
De savoir où l'on va, sinon c'est la débâcle.
Sans esprit on s'égare, on fait n'importe quoi,
On se précipite quand il faut pondérer,
Et quand il faut agir, il arrive parfois
Qu'on reste sur le flanc tant on est épuisé ! »

« C'est toi qui me pousses dans mes retranchements !
C'est toi qui claironnes : toujours plus, toujours plus !
– Parce que ton destin, c'est d'être performant
Et de m'amener là où je brille le plus !
– Puisque c'est ainsi, je vais me mettre en burn-out !
– Si tu vas jusque-là, tu perdras mon estime !
– Si tu me menaces, je te mets un knock-out !
– Si tu lèves la main, je fais une déprime ! »

L'ambiance était tendue, le blocage total.
C'est alors que le cœur prit enfin la parole
Pour rappeler ces quelques vérités banales
Mais qui nous ramènent les deux pieds sur le sol.
« Mes amis, j'ai écouté tous vos arguments
Et je comprends combien je vous suis redevable.
Toi, le corps, tu es fort, énergique et puissant
Et toi, l'esprit, tu es subtil et indomptable.
L'un me conduit très haut, l'autre me fait voir loin :
Voilà ce que j'appelle être complémentaires.
Mais que l'un s'emballe ou que l'autre soit mesquin

Le corps et l'esprit arbitrés par le cœur

Et je ne peux plus rien, je n'ai plus qu'à me taire !
Le corps sans le mental, c'est de la mécanique
Le mental sans le corps n'est que de l'utopie.
C'est la complicité qui nous rend fantastiques :
Soyez-en convaincus, si le cœur vous en dit. »

L'ÉQUILIBRE



Notre monde a souvent tendance à compartimenter la personne que nous sommes. Un problème physique ? Faites du sport ! Un moment de déprime ? Faites de la méditation ! On sait pourtant que nous formons un tout, et que la bonne solution se trouve dans l'équilibre entre le corps et l'esprit. C'est que les recettes toutes faites négligent un point fondamental : chaque être humain est unique. Par conséquent, l'équilibre de chacun est personnel.

Comment déterminer ce qui nous convient le mieux ? Là, c'est le cœur qui entre en jeu : c'est lui qui nous dit ce qui nous permettra de restaurer cet équilibre. Certains se regonfleront le moral en faisant de la marche, d'autres se referont une santé physique en prenant un peu de temps pour eux-mêmes et en lâchant prise physiquement. C'est en réconciliant nos trois dimensions que nous serons à la fois performants, épanouis et sereins.

Il ne faut pas craindre d'écouter son cœur, il nous connaît... par cœur !



LE MOT DE **RAPHAËLLE LAUBIE**

« Je suis du signe astrologique de la Balance. C'est sans doute anecdotique, mais j'ai toujours eu l'impression d'être farouchement attachée à une certaine forme d'équilibre. Un équilibre tête-corps-cœur, empreint d'une sourde volonté de ne pas m'enfermer dans un périmètre qui pourrait vite m'étouffer. C'est sans doute la raison pour laquelle j'aime les personnalités très diverses, leurs histoires, leurs parcours et environnements souvent aux antipodes, et j'espère faire preuve d'une grande ouverture d'esprit les concernant, favorable aux dons et contre-dons. C'est peut-être aussi la raison pour laquelle j'ai navigué professionnellement dans des univers très différents, multipliant souvent les activités en parallèle. Dans ce déséquilibre apparent, dans cette instabilité troublante, je trouvais finalement une certaine forme d'équilibre ou de complétude qui me semble essentielle. »

Raphaëlle Laubie, entrepreneure, professeure affiliée à ESCP Business School, DG du Cercle du Leadership