



Dans l'esprit du livre :  
**Marc THOMAS** : *Devenir humain* (2ème édition. 2016)  
En vente auprès de l'auteur :  
[mthomas@competences-relationnelles.com](mailto:mthomas@competences-relationnelles.com)

## *DEVENIR SOI sans s'évader du quotidien*

Devenir moi...

Me mettre à l'écoute de moi-même...

**Partir à la recherche de mon être intérieur...**

**C'est une belle et nécessaire démarche...**

**Mais elle comporte un risque :**

celui de me retirer en moi et d'en faire ma priorité,  
ou de courir de stages en expériences spirituelles ou ésotériques,  
me mettant comme hors du monde  
en attendant de savoir qui je suis vraiment...

**Comme s'il fallait sortir**

**de l'expérience humaine quotidienne  
pour devenir humain !**

Pendant que vous plongez en vous ou vous laissez emporter dans l'irréel,  
la vie continue, le temps passe, et vous risquez de vous réveiller vieux  
sans avoir vraiment vécu ni construit ce que vous portiez en vous !

Et si, tout en gardant quelques moments de retrait

et de « nourriture » spirituelle ou humaniste,

nous consacrons l'essentiel de notre temps

**à vivre pleinement et avec sincérité la réalité du quotidien,**

à nous confronter aux événements du monde pour y apporter notre pierre,

à construire le monde par notre travail et nos engagements,

à vivre des relations simples, tendues ou constructives...

Si nous vivons vraiment,

nous pouvons bien sûr retourner de temps en temps à nos sources,

« débriefing » avec des proches, en accompagnement ou en formation  
pour capitaliser les acquis, entendre les questionnements,

tirer les leçons des erreurs... et repartir ressourcés au contact du réel !

Car c'est aussi et peut-être d'abord

en me confrontant à la réalité du quotidien,

et en « donnant corps » à des projets concrets qui me ressemblent  
que je découvre qui je suis...

Ce que je porte en moi, parfois de façon confuse, va se clarifier

quand je vais oser traduire ce que je pense, ce que je ressens et ce dont j'ai besoin  
dans des mots concrets et dans la réalité quotidienne...

Plutôt que de rester dans mes rêves,

**c'est en faisant mes choix dans la réalité du quotidien**

**que je vais devenir moi-même.**

Si tu attends d'avoir clairement défini ton identité pour te mettre à vivre,

tu ressembles à un enfant

qui attendrait d'avoir trouvé son équilibre pour se mettre à marcher :

or c'est en balbutiant ses premiers pas et en se relevant de ses chutes

qu'il devient fort jusqu'à courir très vite !

N'oublie jamais qu'un être humain ne se sent jamais autant lui-même

que lorsqu'il a réussi à **traduire dans le concret les rêves qu'il porte en lui...**

Amis qui cherchez qui vous êtes, nourrissez-vous de vos introspections,  
mais ne vous échappez pas au 7<sup>ème</sup> ciel !

**Plongez très vite vos introspections dans la vie réelle,**

**comme on plonge les semences en pleine terre:**

c'est la seule manière de les faire germer et porter fuit !