Module n°3 • Les pieds sur Terre

Exercice n°11 • Votre énoncé de vision

Voici un exercice que vous retrouverez dans l'ouvrage Les 7 habitudes de ceux qui réussissent tout ce qu'ils entreprennent, de Stephen Covey.

Imaginez que vous assistez à l'enterrement d'un être cher. Vous arrivez sur les lieux, vous sortez de votre voiture. Vous vous rendez à l'église ou bien dans la chambre funéraire. Autour de vous, des gens dans la peine, bien sûr, mais vous sentez aussi communion qui lient ceux qui vivent une expérience émotionnelle commune forte. Devant vous se trouve le cercueil. Empli de tristesse et de respect vous vous dirigez vers ce cercueil, dans lequel se trouve le corps de la personne à qui vous êtes venu rendre un dernier hommage aujourd'hui. Vous vous penchez sur ce cercueil et c'est vous qui vous trouvez dedans. C'est à votre propre enterrement que vous êtes et c'est à vous que tous ces gens sont venus honorés, c'est ce qui les soude en ce moment. Vient le moment de l'éloge funèbre où vont prendre la parole des personnes pour qui vous avez compté, à quelque titre que ce soit. Il y aura quelqu'un de votre famille, un de vos amis, un de vos collègues, peut-être un de vos clients ou encore le membre d'une association dans laquelle vous avez été actif… Qu'est-ce que vous aimeriez qu'ils disent de vous ? Quelle conjoint avez-vous envie d'avoir été ?, Quel père ou mère ? Quel frère ou quelle soeur ? Quel collègue, quel employé, quel patron, que fournisseur, quel client avez-vous envie d'avoir été ? Quel ami ? Donnez tour à tour la parole aux personnes que vous aimeriez voir parler de vous? Qu'aimeriez-vous qu'elles disent ? Qu'est-ce que vous souhaiteriez avoir apporté dans la vie de toutes ces personnes ? Quelle trace dans la société, aussi infime soit-elle aimeriez-vous avoir laissé ? Comment voulez-vous qu'on se souvienne de vous ? De quelles qualités, de quelles actions, de quels projets, de quelles manières d'être voulez-vous laisser le souvenir chez ces êtes chers ?

Prenez du temps pour faire cet exercice très soigneusement. Faites-le tranquillement, calmement, sans être dérangé. Passez en revue tous les domaines de votre vie, avec cette vision de vous dans ce cercueil. Couchez sur le papier ce qui vous vient aujourd'hui et reprenez l'exercice dans quelques jours. Complétez-le autant de fois qu'il sera nécessaire, jusqu'à ce que vous sentez que vous touchez du doigt vos valeurs les plus fondamentales. Vous allez ainsi définir les préférences et les critères selon lesquels tout dans votre vie devra être passé au crible. Cet exercice est là pour faire la lumière sur ce qui compte vraiment pour vous : exit les faux semblants, les « faire plaisir » et les apparences. Par la suite, chaque jour de votre vie contribuera à réaliser cette vision que vous avez de votre vie dans son ensemble. Peu à peu, vous allez passer au crible de cette vision d'ensemble tout votre emploi du temps et votre vie collera parfaitement à qui vous êtes vraiment. Un peu comme les lois d'un pays sont écrites en référence à la constitution qui crée le cadre, vous agirez dans votre vie, vous prendrez vos décisions en fonction de cette vision en vous posant la question : est-ce que ce que je fais va dans la direction de ma vision ?