

## JOUR N°11 - PEUT-ON TOUJOURS DONNER ?

On me pose souvent des questions autour de la notion du don. Faut-il donner ? Que faut-il donner ? Quand arrêter de donner ? J'ai envie de tout donner gratuitement, je n'aime pas me faire payer...

Il y a plusieurs choses dans tout ça. D'abord la question de donner. J'oppose en général donner et offrir. Pour moi, offrir est à donner ce que recevoir est à prendre, pour faire un comparatif qui est parlant en général. Quand on donne, on ne se pose pas la question de l'interlocuteur. C'est-à-dire qu'on suppose que l'autre est OK pour recevoir ce que l'on a envie de lui donner, mais on ne lui demande pas du tout son avis. Le social, l'humanitaire entrent souvent dans cette catégorie : on suppose que «ça» est bon pour «machin» et on va lui donner ça de la façon qu'on a décidé de lui donner. Offrir, c'est témoigner. Offrir c'est dire : tiens regarde, moi je fais ça comme ça et si tu veux, si ça t'intéresse, je te l'apprends. Et l'autre est libre de recevoir ça ou pas. Soyez même assuré de quelque chose. Si vraiment vous vibrez quelque chose très fort, les autres auront envie d'apprendre ce quelque chose, automatiquement.

C'est aussi faire confiance que l'autre a toutes les ressources en lui pour trouver ce dont il a besoin, sans votre intermédiaire, et que s'il a besoin de votre intermédiaire, il saura vous le faire savoir, en d'autres mots, il vous demandera comment faire, il vous demandera votre aide.

Donc je vous déconseille de donner, et je vous suggère d'offrir.

Ensuite, vous pouvez choisir d'offrir en échange d'argent ou pas : ça c'est vous qui le décidez. Je vous invite simplement à vous questionner : pourquoi est-ce que votre service est gratuit ? Ce que vous proposez n'a-t-il pas de valeur ? Proposez-vous votre service de manière gratuite ou bien c'est l'autre qui vient vous solliciter et vous n'osez pas lui demander la rémunération de votre service (voir plus bas sur la différence entre aider et sauver) ? Croyez-vous que l'autre n'a pas les moyens de se payer vos services ? Pourquoi croyez-vous ça ? Que peut-il se passer dans la tête de l'autre si vous projetez sur lui qu'il est pauvre et ne peut s'offrir vos services ?

Aujourd'hui, vous avez certainement remarqué que nous vivons dans un monde où l'argent quantifie nos échanges de biens et de services. En d'autres termes, si vous voulez vivre, vous avez besoin d'argent. Il va donc falloir en générer d'une manière ou d'une autre. Vous pouvez donc avoir des activités gratuites et des activités payantes. Je cite souvent cet exemple : je donne mes meilleurs conseils sur mon blog, de manière gratuite et j'envoie ces articles sous forme de newsletter à mes abonnés totalement gratuitement. Parce que j'aime ça, que ça me plaît et que je n'attends rien en retour. J'ai d'autres vecteurs d'enrichissement, comme mes formations par internet par exemple ou la distribution d'huiles essentielles. Et ainsi je peux financer des activités qui me tiennent à

coeur. C'est toutes ces questions-là que vous devez vous poser : qu'est-ce que je souhaite recevoir, qu'est-ce que je souhaite offrir ? Qu'est-ce que je souhaite mettre dans le monde, d'un côté comme de l'autre ?

Maintenant si vous décidez d'offrir, vous devez le faire de manière totalement désintéressée : en étant totalement honnête avec vous, vous ne devez rien attendre en retour. Même pas un merci : car alors ce n'est plus un don, c'est un investissement : je donne, et l'autre me dira merci (ou sera reconnaissant, ou m'aimera, ou dira du bien de moi, etc).

Deux conseils qui valent de l'or :

Ne donnez plus, offrez !

Ne cherchez plus à sauver, mais à devenir aidant.



Car derrière cette aversion pour l'argent, se trouvent plein de croyances : pourquoi l'argent vous embête-t-il ? Quelle est cette aversion, que symbolise-t-il ? Car vous savez quoi, quand on n'aime pas l'argent, il ne nous aime pas non plus. Car l'argent n'est qu'un moyen, un simple moyen d'échanger nos biens et nos services. Rien de plus, rien de moins... Là-dessus, je vous invite à vous questionner sur la manière dont vous vous situez dans les échanges en général, comment êtes-vous dans ce lien du donner-recevoir ?

D'autres personnes qui ont bien intégré cela me demandent comment faire lorsqu'on comprend ça, pour ne plus rejouer cette programmation judéo-chrétienne «il faut donner aux plus démunis, aider les plus pauvres». Comment on en arrive à se reconditionner dans le concept que tout le monde est responsable de sa situation et offrir à qui le demande et pas aux autres, sans avoir de remords ? Effectivement, il ne suffit pas de se le répéter, car c'est également une question de croyances, ce truc de « on doit aider les autres », et que pour aider « il faut tout donner aux autres ».

Et on en arrive à une autre distinction très importante, la différence entre aider et sauver. Pour moi, effectivement, c'est de l'aide qu'il faut apporter, et non pas sauver. Donner est souvent proche de sauver, ce qui n'est pas aidant. Aider ne signifie pas faire à la place de. Car en faisant ça, on est dans une dynamique de sauveur et pas d'aidant.

Pour être aidant il faut :

1. être compétent. Pour reprendre la métaphore «si vous voulez aider quelqu'un qui meurt de faim, ne lui donnez pas un poisson mais apprenez lui à pêcher», on ne peut pas apprendre à pêcher à quelqu'un si on ne sait pas soi-même pêcher.

2. prendre en considération que ce que je crois qui est bon pour l'autre n'est pas réellement ce qui est bon pour lui. Peut-être que l'autre n'aime pas le poisson. Bon, bien sûr je blague sur ma métaphore du poisson, mais ça va plus loin. Peut-être que l'autre n'a pas envie ou n'est pas en mesure d'apprendre à pêcher. Peut-être ne peut-il pas être aider car son système de croyances n'est pas compatible avec ça.

3. avoir la foi que l'autre va trouver toutes les ressources en lui pour vivre le meilleur, ou qu'il va être en capacité de les trouver à l'extérieur s'il ne les a pas (en faire la demande, par exemple).

4. simplement proposer sa compétence. Et ça se fait de la manière suivante : Regarde, moi je mange à ma faim en pêchant. Est-ce que ça t'intéresse d'apprendre à pêcher. Et laissez l'autre libre de sa réponse. Il peut vous dire non et mourir de faim. C'est sa décision, c'est sa vie. Vous n'aimez pas qu'on prenne des décisions à votre place ? Les autres non plus n'aiment pas ça.

En résumé, si vous voulez vraiment aider, devenez aidant !

Ensuite, pour désamorcer cette croyance de «il faut donner, il faut aider», il faut voir comment cette croyance est engrammée (profondément ou pas) et de quelle manière elle donne du sens à notre vie, la place qu'elle prend : car parfois, on se sent exister de cette façon, on se sent utile, on se sent aimé. Ou encore, s'occuper des problèmes des autres évite d'aller regarder d'un peu trop près nos propres difficultés, nos propres erreurs et comment on pourrait nous-même s'en occuper. Un divertissement en quelque sorte... Car croyez-moi, s'occuper de sa propre vie, se sauver soi-même, c'est un boulot à plein temps, donc on n'a pas besoin d'aller sauver les autres.

