

Prénom : .....

Date : .....



## Est-ce que c'est une honte de pleurer ?

Mais quelle drôle d'idée de penser qu'il faudrait avoir honte de pleurer ! Quand on est atteint, le cacher ne rend pas plus fort. Est-ce qu'on a honte de saigner quand on est blessé ?

Pleurer, oui, c'est craquer, c'est le signe qu'on n'en peut plus, qu'on n'a pas la force de supporter quelque chose. On peut toujours dire que c'est une faiblesse. Mais croire que l'on n'a pas de faiblesses, voilà la faiblesse vraiment grave.

Pleurer, c'est s'avouer à soi-même et avouer aux autres que l'on n'est pas invincible, c'est laisser sortir de soi des sentiments, des vrais.

Pleurer, c'est partager nos malheurs avec d'autres. On peut essayer de se retenir pour ne pas faire de peine aux autres. Mais s'ils ont de la peine en nous voyant pleurer c'est qu'ils nous aiment, et s'ils nous aiment ils peuvent partager nos malheurs, nous aider à les surmonter. Nos larmes ont le courage de leur demander cela.



*Le rire et les larmes, Brigitte Labbé et Michel Puech, Milan © 2002*



