

LE PARADOXE DU POISSON ROUGE

Le Prix du Livre Optimiste récompense chaque année un roman ou un essai d'un auteur francophone publié au cours de l'année écoulée parmi une dizaine d'ouvrages sélectionnés pour leur approche constructive.

Cette année, ce Prix est décerné à Hesna Cailliau pour "Le paradoxe du poisson rouge", sous-titré "Une voie chinoise pour réussir", publié aux éditions Saint Simon.



Pourquoi ce livre m'a-t-il interpellée ? Car il y est fait référence au confucianisme, au taoïsme, au bouddhisme. Qui dit bouddhisme, dit proximité de la pleine conscience. Et notamment le fait que l'homme fasse partie intégrante de l'univers, que les animaux soient source d'enseignement. Cette interdépendance dont nous ne sommes pas toujours conscients et dont parle tant le bouddhisme.

Depuis la nuit des temps, le poisson rouge est célébré en Chine. Plus précisément la carpe *koi*, grande et majestueuse, reine des bassins et rivières des jardins publics. Un culte qui ne doit rien au hasard.

En effet, la culture populaire chinoise prête à l'animal huit vertus, toutes inspirées de la sagesse chinoise : ne se fixer à aucun port, ne viser aucun but, vivre dans l'instant présent, ignorer la ligne droite, se mouvoir avec aisance dans l'incertitude, vivre en réseau, rester calme et serein, remonter à la source.

Autant d'aptitudes qui offrent à la carpe koi une totale symbiose avec son environnement, toujours aux aguets pour saisir l'opportunité qui se présente.

Sa couleur rouge symbolise la joie de vivre. La symbolique Ying/Yang est joliment représentée par deux carpes koi imbriquées l'une dans l'autre.



Le poisson rouge (ou carpe koi) est pour les chinois une voie à suivre. Nous pourrions peut-être nous inspirer de certains de ses "traits de caractère", ou huit vertus ?

Le poisson rouge ne se fixe pas à un port.

"Etre sans idée préconçue pour rester ouvert à tous les possibles" - Confucius

L'idée est de ne pas s'attacher à des modèles préconçus, car la vie se transforme constamment. On retrouve ici l'impermanence si chère au bouddhisme. Aller contre le changement ne peut apporter que souffrance.

Par conséquent, le pire défaut est de vouloir avoir raison car alors on s'enferme dans son raisonnement et on devient sourd aux idées nouvelles.

Le poisson rouge n'a pas de but clair et précis.

"Le chemin se trace en marchant" - Lao-tseu

Il est important d'être suffisamment flexible pour changer de cap, lorsque l'opportunité se présente. Sinon, nous risquons de passer à côté de beaucoup de choses ...

Le poisson rouge vit dans l'instant présent.

"Le futur est dans le présent à l'état de germe et celui qui est attentif au germe ne connaîtra pas d'échec" - Lao-tseu

On retrouve la pleine conscience, l'importance d'être dans l'ici et maintenant. Ainsi que l'état de flux de la psychologie positive, l'importance d'être concentré sur ce que nous faisons.



Le poisson rouge évite la ligne droite.

"L'arbre tordu vivra sa vie, l'arbre droit finit en planche", dit l'adage.

Si l'on se réfère à l'image de la barque dans laquelle nous sommes, barque qui navigue sur le courant de la vie, dans le cas où un gros caillou, un tronc d'arbre nous barre le chemin, il nous faut être prêt à faire un détour, à contourner cet obstacle. Ceci est vrai pour tout aléa que nous pouvons rencontrer dans la vie.

Dans le même esprit, il est très important de laisser toujours une porte de sortie à son adversaire. Tous les moyens sont bons pour éviter les affrontements. La fuite est encouragée, car elle permet de garder ses forces intactes.

Le poisson rouge se meut avec aisance dans l'incertitude

"C'est au moment où l'on a des certitudes que l'on perd la guerre" - Sun-tseu

Il n'y pas de vérité à 100%, les idées s'éclairent et se complètent : ce qui a été n'est plus, évolution au fil du temps.

Le poisson rouge vit en groupe

*"La croyance en un moi sujet libre, indépendant et séparé est une illusion à détruire" -
Bouddha*

La relation est la seule réalité. On est heureux qu'en vivant en groupe. Personne n'est plus intelligent que nous tous ensemble. Ne pas être dans un réseau est handicapant. Pour créer cette valeur du groupe, l'éducation en Chine vise à renforcer la modestie et les liens de dépendance entre pairs. Il est important de ne pas étaler ses talents. C'est une des raisons pour laquelle il n'y a pas de leader charismatique en Chine.



Le poisson rouge est calme et serein.

"Si tu es serein, tu peux surfer sur la vague. Si tu as peur, elle t'engloutira" - Tel est l'esprit du zen.

Un esprit inquiet est toujours vaincu par un esprit serein. D'où l'importance d'avoir un esprit serein. On retrouve ici l'importance de la méditation. La pratique de la méditation permet de calmer l'esprit, mais pas seulement. Elle est un moyen de retrouver de l'énergie, pour retrouver nos capacités et les exploiter.

Le poisson rouge remonte à la source

Il est question de ne pas perdre les liens avec la tradition afin de mieux s'enraciner pour mieux s'envoler vers de nouveaux horizons. Il est nécessaire de différencier le "moi" et le "je" céleste et de ne pas oublier notre dimension spirituelle, source de possibilités infinies.

Voici donc quelques idées à mettre en pratique pour mieux traverser cette période de rentrée que je vous souhaite la plus douce possible.

