

PRESSION SUR NOS EMOTIONS...



A l'heure des médias et des réseaux sociaux, l'émotionnel semble envahir de plus en plus le quotidien. Certes, le phénomène n'est pas nouveau mais, aujourd'hui, il connaît un certain emballement. Le moindre événement est l'occasion de réactions sensibles, parfois passionnées, qui font fi d'une

réflexion appropriée. Il se produit alors une sorte de déséquilibre qui affecte nos émotions au détriment de notre raison.

La publicité fonctionne selon ce mode et frise bien des fois la manipulation. Elle invente des stratégies qui flattent les désirs et les besoins pas toujours élémentaires d'ailleurs. Elle n'hésite pas à travestir la vérité au profit de ce qu'elle vante. Nous finissons par y céder sans réfléchir... par émotion. Nous réagissons affectivement sans nous rendre compte que cette réaction est provoquée artificiellement. Ce type d'émotion endort notre capacité de penser le fond des choses.

Les émotions sont stimulantes lorsqu'elles font vibrer au beau et au vrai.

En réalité, nous sommes pris dans les filets de notre sensibilité chaque fois que nous nous laissons piéger par les discours trompeurs et mensongers. Que dire de l'information des journaux télévisés qui repose sur les faits divers au détriment de faits autrement plus importants ? Ou encore, que faut-il penser de ceux qui font appel à des cas particuliers pour appuyer leur thèse fallacieuse et tenter de la justifier ? Les arguments utilisés tirent sur la corde sensible de l'affectif et ne sont pas toujours examinés à froid.

Cette manière de faire est devenue banale au point de ne plus y prêter attention.

On consacre plus de temps et d'attention aux écrans qu'aux personnes

Malgré tout, il ne faut pas jeter le discrédit sur les émotions. Les émotions en soi ne sont pas mauvaises ! Elles peuvent être stimulantes lorsqu'elles font vibrer au beau et au vrai. Elles sont le prolongement naturel de notre sensibilité et un gage d'action et d'engagement. A titre d'exemple, l'autre jour, un entraîneur de football déclarait à propos d'un match

perdu « qu'il n'avait pas su créer l'émotion », sous-entendu, que le match aurait sans doute pu être gagné ... Les émotions agissent alors comme un moteur de l'action. En mobilisant de belles énergies, elles sont source de motivation et de ténacité.

Avec les émotions, il faut, cependant, rester sur ses gardes. Les écrans qui souvent sont multiples dans notre environnement immédiat (Téles, ordinateurs, tablettes, smartphones...) sont d'excellents instruments pour nous ouvrir au monde et penser notre agir. Mais si nous y sommes rivés par une espèce d'addiction émotionnelle, ils peuvent nous déresponsabiliser rapidement. Les messages qu'ils véhiculent et délivrent doivent être filtrés avec bon sens si nous ne voulons pas, à la longue, tomber dans une sorte d'avaloir sans fond où nous perdrons notre dignité humaine.

Au moment où tant de choses nous sont imposées de l'extérieur sans que nous les ayons sollicitées, il me paraît important de porter l'attention sur ce qui se vit à l'intérieur de notre être. Avec lucidité et consentement, il y a bien des valeurs à découvrir en nous et autour de nous pour vivre de ce trésor émotionnel enfoui et qui ne demande qu'à naître. Oui, l'heure est venue de nous éveiller à l'émerveillement, avec émotion certainement, mais aussi avec raison.