



Anne-Estelle Dal Pont

Tu veux recevoir mes confidences directement dans ta boîte mail ?
[Clique ici :-\)](#)

L'attente quand tu es impatiente

La jauge des qualités

J'aime bien représenter les qualités, les compétences et les valeurs sous forme de jauges.

On n'est pas du tout à égalité.

Par exemple, l'empathie, pour moi, c'est super facile, ma jauge a toujours été très haute.

La patience, en revanche... comment te dire ^^

La patience et moi.

Quand j'étais petite, il y avait cette comptine pour enfant qui retrace l'histoire d'Hubert l'escargot qui aime la vitesse et qui se fait reprendre par son père qui lui dit "sois patient, et ne te presse pas tant ; les problèmes sont plus grands lorsque l'on est impatient"

Et la chanson se termine par "et pense à chaque fois où d'autres attendent à cause de toi"

Cette chanson, je l'ai chantée tant de fois dans ma vie, dans ma tête, parce que je trépisais d'impatience.

J'avais tendance à confondre "être efficace" et "se précipiter".

Ou encore être "spontanée" et "impulsive" (il y a un monde entre les deux, on est d'accord).

Tu veux quelques exemples concrets ?

Je ne supportais pas de travailler en équipe (que ce soit en cours ou dans mon travail), parce qu'il fallait attendre que l'autre ait fait sa part.

Quand il y avait une problématique relationnelle, j'avais envie de percer l'abcès tout de suite, pour qu'on passe à autre chose, et je trouvais les autres hypocrites de laisser traîner (alors que pour eux, parfois, c'était simplement réfléchir, se poser, pour mieux analyser la situation et mieux réagir).

Quand j'avais une idée, j'avais envie qu'elle soit déjà en place, le processus me semblait horrible.

Ça allait tellement vite dans ma tête que je parlais très très vite pour dire avant que j'oublie, et je coupais beaucoup la parole aux autres.

Quand j'avais décidé quelque chose, je ne regardais plus derrière mais devant, pas de regret, on y va, je donne le max pour aller au bout (et je ne supportais pas ceux qui tergiversaient, qui prenaient des plombes (selon moi) pour trancher, et qui restaient dans l'hésitation même après, ça m'horripilait).

En voiture, je préférais faire un détour qui me prenait plus de temps mais me permettait de rester en mouvement que rester dans un bouchon.

Voilà, tu as quelques joyeux exemples de ma relation à la patience, et pour beaucoup, ça m'arrive encore de réagir comme ça, mais je me soigne ^^

L'attente et l'écriture.

Depuis que j'écris, j'ai appris à attendre :

- Quand tu écris un roman, entre l'idée et le moment où tu mets le premier point final (je ne te parle même pas des différentes réécritures), il peut se passer des mois voire des années.

- Quand un roman est terminé, il peut se passer des années, voire toute une vie, à attendre qu'il soit lu par des lecteurs et lectrices inconnus.

- Quand j'envoie un roman à un appel à texte, à un concours d'écriture, à une maison d'édition, j'apprends à oublier l'attente, parce que sinon, je reste figée dans un "peut-être" et je ne crée plus.

- Quand j'écris, parfois ça coule tout seul, la scène dans ma tête se retranscrit avec une facilité déconcertante, et parfois quelque chose bloque, il faut des jours, des semaines, des mois, parfois des années (j'ai un roman en cours depuis deux ans et demi, c'est le cas), pour mettre le doigt sur le blocage qui rend la suite de l'histoire fade ou invisible.

- Quand j'ai envie d'écrire et le moment où je sens que c'est le bon moment, il faut parfois du temps, pour être dans la bonne posture émotionnelle, pour que des éléments se soient affinés dans ma tête... c'est le propre de la créativité d'être mouvante et non sur commande.

J'ai même appris à apprécier l'attente

J'ai appris à ne pas avoir peur de ce temps, à accueillir les moments d'écriture et tous les autres, qui se combinent et s'ajustent, et ressentir cette fierté d'avoir écouté mon ressenti, et m'éclater quand c'est le flow de l'écriture.

Et patienter et faire autre chose quand ça ne l'est pas.

Aujourd'hui, je vois la différence dans tous les domaines de ma vie.

Je n'ai plus peur des bouchons (ni de la queue au super marché).

Je ressens qu'il y a vraiment un temps pour tout, et je mets mon focus sur ce qui dépend de moi. Le reste, je m'allège.

J'ai appris à aimer les saisons pour ce qu'elles sont (au sens propre et au figuré).

Je suis beaucoup moins frustrée et précipitée qu'avant.

Ma jauge de la patience a vraiment augmenté.

Tout ça pour dire qu'être en "carence" de quelque chose par rapport à d'autres n'est pas une excuse.

Avant, je disais que j'étais impatiente. Je m'énervais très vite, je criais beaucoup, je m'emportais (en tant que maman principalement, mais aussi dans mes autres relations, et encore plus avec moi-même).

Aujourd'hui, je dis que la patience n'est pas une évidence pour moi, mais que je chemine et qu'on devient de plus en plus copines :-)

Et concrètement ?

- Je participe régulièrement à des concours d'écriture et il peut se passer des mois avant que j'y repense.
- En août, j'ai reçu un mail m'indiquant que j'étais finaliste d'un concours, que j'aurais un retour après la rentrée pour savoir si mon roman était gagnant : je t'écris ce mail le 20 octobre et je n'ai toujours aucune nouvelle. Et sincèrement, j'y repense peut-être une fois par semaine (c'est fou quand même d'être aussi calme haha).
- À la fin de l'été, j'ai participé à un concours d'écriture de chanson, pour Patrick Fiori. Les résultats étaient censés être fin septembre, mais Patrick a annoncé il y a quelques jours qu'il a reçu plus de 10 000 textes, donc que c'est long (tu m'étonnes !). J'y pense aussi, une à deux fois par semaine, mais sinon, je vis ma vie et ça va :-)
- J'ai décidé de lancer mon podcast (je t'en ai parlé dans mes confidences de lundi dernier), j'avais prévu d'y passer ma semaine, et j'ai eu d'autres priorités qui se sont greffées et qui étaient une évidence, alors j'apprends à accueillir les délais qui se rallongent dans la paix et la joie.
- Dans ma façon d'être maman, tu pourrais demander à ma fille, c'est le jour et la nuit (ou plutôt la nuit et le jour ^^). Bon, je crie encore et m'énerve encore quand je la trouve trop "molle", donc pour être plus honnête, c'est la nuit et l'aube ^^

Voilà :-)

Tu en sais un peu plus sur moi et l'envers du décor de la vie d'une artiste qui n'a pas la patience pour habitude intrinsèque.

J'espère que ces confidences t'ont permis de mieux me connaître,
Et pourquoi pas, de mieux te connaître aussi :-)

Très belle semaine à toi, et à lundi prochain pour les prochaines confidences.

Anne-Estelle