

# Le Silence Colérique

LA CHRONIQUE DE

Patrick Minland



Il est quotidien de rencontrer un voisin, un chauffard, un client sous l'emprise d'une colère. Le fait devient si banal qu'on l'intègre naturellement dans un processus d'action, réaction, sorte de réflexe conditionné. A contrario, connaissez-vous un endroit sans conflit ? Il existe même au cœur de vos entrailles...



Ecoutez votre petite voix du dedans. Elle supplique, crie, hèle, scande, vous malmène dans le plus parfait silence. Quel Bonheur... pour les autres. Je m'interroge. Comment résoudre cette colère. La faire disparaître comme le préconiserait Sénèque ? Ou tenterions-nous de la canaliser .... Vaste question. La colère est à l'homme ce que l'air est au pneu. Indispensable. Elle est liée à l'homme sans possibilité d'y déroger. Une seule issue : la comprendre, la canaliser et s'en servir.

Raison pour laquelle, les grands ordres monastiques ou symboliques débutent le parcours de l'initié par une épreuve de silence. Un an, trois ans, toute une vie... Tout y est.

**« Lorsque quelqu'un te met en colère, sache que c'est ton jugement qui est en cause » Epictète**

Il faut du temps pour en comprendre son mécanisme et pouvoir l'utiliser. L'impossibilité d'enfreindre la règle pour soi comme pour les autres devient un crédo. Se mettre à la place de l'autre est probablement un outil efficace pour se vaincre soi-même. Connaître l'autre, celui qui va recevoir vos foudres de colère, revient quelque part, comme un boomerang à vous reconnaître. En fait, la colère n'est quelque part que le strict reflet de son miroir, démonstration pratique de son incapacité à faire ou ne pas pouvoir faire. Pire votre incapacité à vous mettre à la place de. Mais, le miroir ne renvoie qu'un reflet.