

**1070**

**FLM**

**734**

### **Le sablier de l'amitié**

Vous avez certainement déjà entendu la phrase, « Il faut tout un village pour élever un enfant ». Après la naissance d'une nouvelle âme, plusieurs personnes jouent un rôle significatif dans le développement de cet être. À partir de notre jeune âge, nous sommes côtoyés par des membres de notre famille qui font plusieurs sacrifices pour notre bien-être. Vers l'âge de quatre ans, une nouvelle étape cogne à notre porte : la rentrée scolaire. Pour les jeunes élèves, cela peut sembler terrifiant. Néanmoins, nous réalisons vite que cette peur s'atténue pour une seule raison : l'amitié. Ce lien profond entre deux personnes est un pilier personnel et sociétal qui nous permet de nous ancrer dans la vie pour mieux cheminer. Que ce soit l'impact qu'un bon ami a sur nos actions, sa présence lors de nos bons et mauvais moments, ou même la capacité d'une vraie amitié à nous faire sentir moins seuls, ce puissant lien personnel illumine notre passage sur Terre.

Dans un premier temps, dès notre jeune âge jusqu'à l'adolescence, nous sommes facilement influencés par nos pairs. Le besoin psychologique de nous intégrer dans la société dirige nos choix et nous porte parfois à nous entourer de personnes qui nous influencent à prendre de mauvaises décisions. Dans certains cas, des individus agissent comme des parasites, car ils nous phagocytent. Ils prennent tout à leur avantage et ne nous donnent rien en retour. Cependant, plusieurs jeunes ne réalisent pas l'importance de s'entourer de bons amis. Les enfants de même que les adolescents sont des éponges. Tout comme l'éponge absorbe l'humidité environnante, les jeunes se laissent imprégner des valeurs ainsi que des comportements de leurs pairs. Voilà l'importance de bien choisir son cercle d'amis. De bons amis vont nous inciter à exercer des actions bénéfiques pour nous, mais qui ensoleilleront aussi la vie des gens qui nous entourent. En effet, lorsque nous accomplissons de bonnes actions, ces dernières nous rendent non seulement plus empathiques envers les autres, mais nous donnent en plus la chance de cultiver notre intelligence interpersonnelle. Par conséquent, nous pouvons être de meilleurs amis pour notre entourage.

Dans un deuxième temps, un véritable ami répondra toujours présent, même lors des moments difficiles. La vie est un parcours inévitable semé d'embûches devenant progressivement plus importantes à mesure que nous grandissons. Les adultes vivent plusieurs joies, mais aussi de nombreuses épreuves qu'ils ne peuvent affronter seuls. Dans ces temps sombres, notre vie peut se comparer à un pont dans une forte tempête. Ce dernier peut facilement se déstabiliser, voire s'écrouler s'il ne s'accroche pas à des piliers solides. Malheureusement, certaines personnes ne se préoccupent pas de leur entourage lorsqu'ils vivent des moments difficiles. Pourtant, de vrais amis vont agir comme des piliers robustes. Lorsque nous nous sentons découragés et poussés par les vents forts de la vie, nos réels amis vont nous donner la force et le support nécessaires pour affronter la tempête.

Dans un dernier temps, une bonne amitié nous permet de nous sentir moins seuls. Lorsque nous atteignons l'âge d'or, nous réalisons vite que le temps devient de plus en plus précieux, car il s'écoule rapidement et nous glisse entre les doigts. Parfois, les adieux que nous devons dire à certaines

personnes bouleversent nos vies. Face à ces défis et à cette course contre la montre, nous pouvons nous sentir seuls et apeurés. Toutefois, une bonne amitié aide à atténuer ce sentiment de solitude et de crainte en offrant des moments de rires, de partage et, bien entendu, de nostalgie. Non seulement ce sentiment de bien-être et de connexion avec un ami est essentiel à une bonne santé mentale et physique, mais il nous fournit le réconfort émotionnel nécessaire pour surmonter les épreuves liées au vieillissement. En effet, une solide amitié joue un rôle de filet de secours lorsque nous nous sentons fragilisés; elle nous entoure d'une protection chaleureuse.

Pour conclure, lorsque nous sommes jeunes, les amitiés nous forment pour affronter l'avenir. Adultes, elles deviennent nos piliers d'entraide face aux épreuves de la vie. Quand le temps achève de s'écouler dans notre sablier, quand nous sommes assis dans notre chaise berçante, l'essentiel n'est pas les richesses ou les biens accumulés, mais plutôt les souvenirs et les expériences vécues. Voilà l'importance de s'entourer d'amis authentiques, et ce, tout au long de notre vie. Avec eux, nous devenons de meilleures personnes, laissant derrière nous, lors de notre passage sur Terre, un héritage d'une valeur inestimable.