

Trois actions pour une meilleure vie

Depuis que j'ai quitté Haïti pour recommencer ma vie au Canada, j'ai compris que trois actions simples pouvaient transformer nos journées: écouter, parler et agir. Ces attitudes paraissent ordinaires, mais elles ont eu un immense impact sur moi. Elles m'ont aidée à m'adapter, à créer des liens et à comprendre les autres. Chaque fois que j'ai dû affronter un moment difficile, l'une d'elles m'a guidée. C'est pour cette raison que je crois qu'elles sont toutes essentielles: elles peuvent changer une personne autant qu'elles peuvent changer une situation.

En premier lieu, écouter est une valeur fondamentale dans nos vies: il faut prêter attention avec tout notre cœur. Quand j'avais sept ans, mon grand-père me répétait souvent que « celui qui donne le coup oublie, mais celui qui porte la marque s'en souvient ». Ce proverbe signifie que nos gestes, bons ou mauvais, laissent toujours une trace. Ma grand-mère me disait aussi que « l'oreille vient avant la bouche ». J'ai ainsi compris très tôt que bien écouter, c'est montrer du respect. À l'école, par exemple, quand on bavarde pendant que le professeur parle, cela manque de considération envers lui et les autres élèves. À l'inverse, quand une amie me confie ses problèmes, je l'écoute jusqu'au bout, ce qui renforce notre amitié. Écouter, ce n'est pas seulement entendre les mots, c'est également percevoir les émotions derrière une voix, comprendre les silences et respecter les différences.

En deuxième lieu, la parole permet d'exprimer ce que l'on ressent. Elle donne une voix à nos émotions et à nos pensées, et c'est grâce à elle que les gens peuvent se comprendre. Ainsi, lorsque je suis arrivée au Canada, je me sentais souvent seule, surtout à l'école, car je ne connaissais encore personne. Un jour, lors d'un projet de groupe, je me suis assise à une table sans savoir comment approcher les autres. Soudain, une élève est venue s'asseoir à côté de moi. Elle m'a souri et m'a demandé si tout allait bien. Au début, j'étais surprise et un peu gênée, mais rapidement, je me suis rassurée. Son geste m'a donné l'impression d'être acceptée et moins isolée. Grâce à elle, j'ai senti que je pouvais enfin trouver ma place dans ce nouveau pays. Cette simple initiative a changé ma journée, et même plus: elle m'a donné confiance et m'a montré que parfois, une présence et quelques mots suffisent pour réchauffer le cœur de quelqu'un. La parole peut apaiser les conflits, encourager un ami désespéré ou inspirer une classe entière. Elle est une force invisible qui relie les individus.

En dernier lieu, agir consiste à transformer les paroles en action. Beaucoup de gens parlent, mais ce sont les gestes concrets qui comptent le plus. En Haïti, j'aidais souvent ma grand-mère lorsqu'elle était malade: je lavais la vaisselle, je nettoysais la maison, j'allais chercher de l'eau et je cuisinais. Parfois, j'aidais même un voisin sans qu'il ne le demande. Mes parents m'ont appris que lorsque l'on aide les autres, nos bonnes actions finissent toujours par porter fruit. Par exemple, quand une personne âgée avait besoin d'aide pour porter quelque chose, je le faisais toujours avec le sourire. Ces gestes simples ne demandent pas beaucoup de paroles, mais ils montrent le respect, la solidarité, la bonté et la générosité. Agir, c'est transformer les promesses en réalité. Un geste concret vaut parfois plus qu'un long discours, car il prouve la sincérité et l'engagement. Quand j'aidais ma grand-mère, je voyais dans ses yeux une gratitude immense, et cela me montrait que les petites actions quotidiennes pouvaient illuminer la vie de quelqu'un.

Pour conclure, je crois qu'écouter, parler et agir sont trois actions essentielles dans la vie. Elles vont ensemble comme les trois parties d'un même tout: écouter pour comprendre, parler pour exprimer nos pensées et agir pour montrer notre amour. Sans parole, il n'y aurait ni compréhension, ni lien entre les cœurs. Sans action, il n'y aurait pas de preuve d'amour, et sans écoute, il n'y aurait pas de respect. Ces trois gestes unis sont la clé pour bâtir des relations sincères et donner un sens à notre quotidien. En fin de compte, écouter, parler et agir sont comme trois piliers qui soutiennent le pont de nos relations humaines. Sans eux, ce pont s'effondrerait, mais avec eux, il devient solide et durable. Grâce à ces gestes simples, nous apprenons à mieux vivre ensemble. Ce sont de petites actions, mais elles ont le pouvoir immense de transformer une journée, et de redonner espoir en la vie. En cultivant chaque jour l'écoute, la parole et l'action, nous construisons un avenir meilleur et plus harmonieux.