

**Fais de ta vie un rêve, et d'un rêve, une réalité.**

Avez-vous déjà entendu l'expression « les actions en disent plus que les mots » ? Cette phrase, souvent utilisée dans la vie quotidienne, nous rappelle que les paroles ne suffisent pas toujours à démontrer ce que nous ressentons ou ce que nous voulons réellement accomplir. En effet, il est facile de promettre ou d'expliquer, mais beaucoup plus difficile d'agir. C'est justement pour cette raison que les actions ont souvent plus d'impact que les mots. Dans ce texte, nous allons analyser pourquoi les actions sont plus efficaces que le langage verbal. Autrement dit, l'acte de « faire » est essentiel dans la vie humaine. Les actions sont importantes pour plusieurs raisons : elles constituent un langage universel, elles peuvent sauver des vies et elles ont le pouvoir de créer ou de transformer des habitudes.

Tout d'abord, l'action est un langage universel, compris autant par les humains que par les animaux de notre planète, peu importe leur origine ou leur culture. Les êtres humains utilisent des gestes pour exprimer leur amour envers quelqu'un, par exemple en offrant des roses, en aidant une personne en difficulté ou en donnant une caresse. Agir de cette manière permet d'exprimer le besoin d'aimer et d'être aimé, tout en renforçant les liens avec les personnes qui nous entourent. Ces gestes touchent l'ensemble de la population humaine, car ils sont visibles, concrets et souvent plus sincères que les paroles. Les animaux, quant à eux, ne communiquent pas par un langage que la majorité des gens comprennent. Dans la vie quotidienne avec un animal de compagnie, malgré les aboiements ou les miaulements, il est souvent difficile de savoir exactement ce qu'il veut exprimer. Ainsi, l'animal agit pour se faire comprendre, par exemple en apportant son jouet pour montrer qu'il souhaite jouer, en se collant à son maître pour demander de l'affection ou en se positionnant près de sa gamelle lorsqu'il a faim. Ces actions permettent une compréhension mutuelle malgré l'absence de mots.

Ensuite, les métiers de la santé sont très répandus dans le monde, comme les médecins, les infirmiers, les radiologues et les cardiologues. Cependant, dans le quotidien des citoyens, le secourisme n'est pas appris par tout le monde, malgré l'importance de cette compétence. Le secourisme repose principalement sur l'action, car sans les gestes nécessaires pour sauver une vie, les paroles deviennent inutiles. En effet, avant même de pouvoir parler ou rassurer une personne en danger, il faut agir rapidement afin de stabiliser sa condition. Le secourisme peut aider une personne innocente, un inconnu dans la rue ou même quelqu'un que l'on aime profondément. Sans intervenir auprès d'une personne en difficulté, un sentiment d'impuissance et d'incertitude peut apparaître. Se sentir inutile dans une telle situation peut avoir des effets négatifs sur la santé mentale. En résumé, l'action en secourisme est primordiale pour la survie et la continuité de la vie humaine, car sans action immédiate, aucune aide réelle ne peut être apportée.

Par ailleurs, les habitudes occupent une grande place dans nos vies. Depuis la petite enfance — sucer son pouce, utiliser une suce ou un biberon — jusqu'à aujourd'hui — consulter ses messages, regarder des films ou faire ses devoirs — elles reposent toutes sur une action. Sans la répétition d'un geste, une habitude, qu'elle soit bonne ou mauvaise, ne peut exister. Durant l'enfance, jouer avec des jouets comme des poupées, des camions ou des peluches est essentiel. Ces actions aident à développer de nombreuses compétences. Par exemple, un enfant qui joue seul peut décider d'inviter un autre enfant à jouer avec lui dans le bac à sable. Cela peut créer des liens d'amitié durables et favoriser de bonnes

habitudes sociales. À l'inverse, de mauvaises habitudes peuvent aussi naître d'actions posées sans réflexion. Si une personne commence à boire lors de fêtes sans se fixer de limites, cela peut éventuellement mener à une dépendance, à moins qu'elle décide d'agir et de reprendre le contrôle de sa vie.

En conclusion, agir pour changer ses habitudes, améliorer ses relations avec les autres ou sauver une vie est essentiel à l'existence humaine. « Faire quelque chose » n'est pas seulement banal : c'est un langage accessible à tous. Comme l'a si bien dit Le Petit Prince : « Fais de ta vie un rêve, et d'un rêve, une réalité. » Autrement dit, sans passer à l'action pour améliorer sa vie ou réaliser ses rêves, rien ne se produira et nous resterons immobiles. Vivre dans un monde sans actions est impossible : respirer est une action, tout comme ne pas respirer. Alors, comment pourrions-nous remettre en question l'importance d'agir ?