

2320

FLS

730

Les gestes physiques : le moyen universel de communication

Des affirmations camouflées derrière des commentaires superficiels ne sont jamais sincères tant qu'elles soient prouvées par une action concrète. L'importance de nos actions physiques dépasse celle de nos compréhensions entendues ou de nos paroles exprimées, puisque les actions physiques sont universellement comprises. Qu'il s'agisse d'un petit câlin ou un grand mouvement d'inclusivité, des actes corporels renforcent la confiance dans les autres, améliorent les connexions émotionnelles entre les humains et permettent de promouvoir la diversité du monde. Aujourd'hui, dans une communauté en constante évolution où l'inclusivité ne cesse d'augmenter, les gestes physiques deviennent de plus en plus essentiels pour maintenir la stabilité de notre communauté mondiale et le bien-être de tous.

Avant tout, il est important de reconnaître que les gestes physiques optimisent effectivement la confiance mutuelle dans une relation familiale, amicale ou amoureuse. Si vous êtes capables de démontrer vos émotions envers un ami ou un amoureux à travers vos actions, vous avez une aptitude qui montre un sentiment de vulnérabilité que l'on retrouve uniquement dans des relations équilibrées. Ces actions ne se limitent pas aux câlins ou aux bisous, elles peuvent aussi prendre la forme de gestes plus personnels, telles que cuisiner sa collation préférée, tenir sa main pendant un moment stressant ou même lui rendre visite pendant les mois plus froids. En utilisant des gestes physiques pour créer un environnement dans lequel chacun se sent à l'aise, il est incontestable que vous allez fortifier une multitude de relations précieuses dans lesquelles vous trouverez une confiance mutuelle durable.

Ensuite, la nécessité de privilégier des actions physiques afin de rendre les connexions émotionnelles plus authentiques entre les humains se manifeste partout dans la communauté mondiale. Le choix de prioriser des actions physiques plutôt que des paroles exprimées ou des capacités d'écoute est souvent pertinent, car il n'est pas toujours possible de parler ou d'entendre. Cependant, nous pouvons toujours nous exprimer à travers nos actions, que ce soit un sourire pour illustrer un moment de joie ou un signe de la main de l'autre côté de la pièce pour signifier la sensibilisation. Par exemple, une relation entre une mère et son bébé pourrait-elle prospérer sans paroles ? Bien sûr. La communication des sentiments ou des émotions ne nécessite pas forcément le langage oral, ce qui est évident lorsqu'on voit la connexion entre une mère et son bébé. Même si le petit ne comprend aucun mot, quand la mère utilise ses expressions faciales ou des gestes de la main pour montrer à son bébé qu'il ou elle est bien aimé(e), la compréhension tacite est claire.

Par la suite, nous utilisons couramment les gestes physiques pour soutenir et promouvoir la belle diversité de notre société mondiale. Prenons la réconciliation entre les Autochtones canadiens et les citoyens canadiens, par exemple. Après avoir dirigé des écoles résidentielles ayant pour objectif d'assimiler les enfants autochtones, le gouvernement canadien tente maintenant de se réconcilier avec les communautés à travers des actions concrètes. Il ne suffit pas de présenter leurs excuses : il faut les communiquer en portant des chemises orange, en visitant des sites historiques où résidaient les écoles résidentielles, ou en renommant des rues ou des bâtiments pour intégrer leur culture dans la vie quotidienne. Ces petites actions ne vont pas régler la totalité de la situation tout de suite, mais si on ne prend jamais des mesures concrètes, telles que ces actions physiques vers un monde de réconciliation et d'inclusivité, aucun changement ne sera possible.

En résumé, le bien-être de notre communauté dépend de la priorisation des gestes physiques plutôt que des paroles inutiles ou des aptitudes à l'écoute. Même de simples gestes corporels, qu'il s'agisse d'un petit câlin ou d'actions inclusives plus larges, renforcent la confiance entre les individus, améliorent les liens émotionnels et contribuent à promouvoir la diversité dans le monde. Même s'il peut parfois sembler que parler ou écouter est plus efficace, la compréhension née d'un geste profondément attentionné - comme un signe de la main ou la communication silencieuse entre une mère et son bébé - demeure universelle et particulièrement puissante. Il ne faut jamais douter du pouvoir d'un simple geste physique, qui peut soutenir des centaines de relations amoureuses, familiales ou amicales, ainsi que des relations politiques importantes, comme celles entre les Autochtones canadiens et le gouvernement. En somme, privilégier les gestes physiques, c'est choisir une manière plus authentique, durable et véritablement universelle de se connecter aux autres.