

Devoir 5 du cours du 22 octobre 2019

Étape 7 de la démarche – *Les archétypes*. Professeure : Christiane Asselin

Auteur Pierre Potvin. *Version originale*

*Essai d'un style pamphlétaire – archétypes – les contrastes*

***Tu trouveras la paix dans ton cœur***

Tu trouveras la paix dans ton cœur  
Et pas ailleurs, et pas ailleurs  
La seule vraie tranquillité  
Le grand repos, l'immobilité

Quelle belle chanson de Stéphane Venne interprétée par plusieurs chanteuses québécoises<sup>1</sup> pour rendre hommage à Renée Claude atteinte de la maladie d'Alzheimer.

« Tu trouveras la paix dans ton cœur et pas ailleurs » c'est le défi de toute une vie. Un défi très difficile à relever, car dans notre monde d'aujourd'hui tout nous convie à chercher ailleurs la paix, la tranquillité, la sérénité. Notre environnement nous pousse à sortir de nous-mêmes pour tenter de trouver ailleurs la satisfaction et la joie de vivre.

Non seulement sommes-nous poussés à chercher à l'extérieur de soi, à avoir comme norme évaluative le regard des autres, mais en plus, nous sommes constamment invités à la comparaison avec autrui. Et comble de malheur, nous alimentons nous-mêmes le système par la diffusion sur les réseaux sociaux des parties embellies de nos vies.

Ainsi, sont étalés sur Facebook, la réussite de nos voyages à Cuba, en Grèce, au Vietnam; le paquebot de 12 étages de notre dernière croisière; les repas somptueux avec photos à l'appui; le charme de nos amitiés entre filles ou entre gars avec des sourires éclatants de bonheur; l'étalement de la joie de vivre de nos enfants, de notre fils qui vient de gagner le championnat au soccer, de notre fille virtuose en violon qui se voit attribuer le prix du Gouverneur général et, n'oublions pas les petits enfants. Ha! ces chers petits enfants chéris qui nous aiment tant les mamies et les papis. Une chance que l'on est là pour leur transmettre les « vraies » valeurs et les secrets cachés du bonheur.

Ces étalages irréalistes envoient de faux messages stimulant la comparaison dévalorisante. Ces environnements artificiels particulièrement sur les médias sociaux sont délétères non seulement sur nous adultes, mais semble de plus en plus atteindre les jeunes générations accrochés aux écrans. Les effets sont désastreux sur leur vécu au point de mettre en danger une bonne partie d'enfants et d'adolescents québécois qui développent de l'anxiété et se retrouvent en détresse psychologique. Au point tel que l'Association des psychiatres du Québec sonne l'alarme.

---

<sup>1</sup> Diane Dufresne, Ginette Reno, Louise Forestier, Isabelle Boulay, Luce Dufault, Laurence Jalbert, Ariane Moffatt, Marie-Denise Pelletier, Catherine Major, Marie-Élaine Thibert et bien entendu Céline Dion

« Tu trouveras la paix dans ton cœur et pas ailleurs » n'est vraiment pas au goût du jour et est loin d'être une pratique adoptée. Malgré tout, il est important de s'y accrocher et de combattre les conditionnements orchestrés par les vampires à la solde d'un capitalisme sauvage. Ces GAFAs qui utilisent les plus récentes découvertes en neurosciences pour accrocher aux écrans les internautes et les fidéliser. Il reste un espoir pour contrer ces nouvelles habitudes de vie efficacement conditionnées par nos environnements technologiques, soit l'éducation aux saines habitudes de vie auprès des jeunes générations.