

Soirmagazine

Animé par Naïma Yachir

Numéro 217

soirmagazine@yahoo.fr

ÉCLAIRAGE

Regard
psychopédagogique :
la musique et
l'estime de soi

Dans cet article, je voudrais mettre en lumière une dimension de l'éducation qui me semble mésestimée, tout particulièrement au regard de son apport irremplaçable dans la prévention de la violence. Il s'agit de l'éducation musicale à l'école.

Lire en page 12

C'EST MA VIE

Les rêves de Sonia

Appuyée sur son frotoir, Sonia est songeuse. Elle rêve d'une autre vie. Celle qu'elle a longtemps imaginée, quand, toute petite, elle parlait avec ses poupées. Elle se voyait avec son prince charmant dans leur nid douillet, loin des sarcasmes de sa belle-mère. Elle se fera belle pour son cher mari, qu'elle accueillera le soir quand il rentrera de son travail. Mais la voix de sa belle-sœur l'extirpe de son rêve.

VOYAGE CULINAIRE

Tadjine erkham,
un plat aux
mille couleurs

Nous allons rester dans l'Algérois pour y découvrir ensemble un plat typique de la ville natale de ma mère où elle a vécu sa plus tendre enfance, bercée de merveilleux souvenirs qu'elle nous racontait avec une pointe de nostalgie.

Lire en page 13

Les compliments, du baume au cœur

On ne va pas se mentir. C'est toujours flatteur d'encaisser un gentil compliment. La reconnaissance de nos qualités, de notre travail, de nos valeurs et parfois même de nos attributs physiques flatte notre ego et nous procure une délicate émotion. Mais les compliments sont-ils toujours sincères ? Ne cachent-ils pas une flagornerie hypocrite ? Une surdose de louanges n'est-elle pas factice ? Ne vise-t-elle uniquement qu'à attirer la bienveillance et les faveurs d'autrui ?



Photos : DR

Nabila, 27 ans

Nabila est une artiste autodidacte. Elle peint des toiles et crée des bijoux de fantaisie. Cette jeune femme ne boude pas son plaisir. Elle est friande de compliments. «Je suis très sensible aux louanges. J'aime lorsque mon entourage, mes amis ou mes clients me disent que mes créations sont belles.

Le moindre petit compliment me remplit de bonheur et me met de bonne humeur pour le restant de la journée. C'est une douce émotion que je recherche en m'appliquant dans mon travail.

Par le biais de mes œuvres, je veux plaire aux autres et obtenir leur reconnaissance. Je trouve que c'est valorisant d'être admirée et reconnue par ses pairs. Je perçois les compliments comme un encouragement pour aller de l'avant.

En revanche, être flattée pour mon physique me laisse complètement indifférente. Cela n'a rien de méritoire à mes yeux, car c'est un don du ciel. Je n'aime pas ce genre de louanges.»

Samia, 35 ans

Certains ne supportent pas d'être couverts d'éloges. Cette avalanche de flatteries est source de gêne pour eux.

«Je suis toujours mal à l'aise quand quelqu'un me couvre de compliments», assure Samia. Je me dis qu'il y a forcément anguille sous roche. Si c'est un homme qui me mitraille de compliments sur mon physique, j'en déduis qu'il cherche seulement à me séduire avant même de chercher à me connaître. Je pense que de nos jours, les gens ont le compliment facile parce qu'ils désirent avoir des choses en retour. C'est de la bigoterie. Loin de flatter mon ego, ces paroles mielleuses lancées à tort et à travers m'exaspèrent et produisent sur moi l'effet contraire : rejet et dégoût !»

Riad, 42 ans

Riad, responsable d'un département dans une entreprise privée, a un avis tranché sur la question. Ce quadragénaire préfère être honnête

te lorsqu'il s'agit de distribuer des compliments. «J'essaye d'être le plus juste possible avec mon personnel. Je ne suis jamais avare de compliments pour encourager un travail bien fait. Quand on occupe un poste de responsabilité, on a aussi affaire à des tire-au-flanc qui dispensent des compliments à tout vent en vue d'obtenir des faveurs sans faire d'efforts. Ceux-là, je les vois venir de loin et ne leur accorde aucune importance.»

Farida, 45 ans

Femme au foyer, Farida s'occupe d'une smala de cinq personnes. Elle est très sensible aux compliments de son entourage : «Je

MALIKA A VU S'ESPACER LES FLATTERIES DE SON MARI PUIS COMPLÈTEMENT DISPARAÎTRE À SON GRAND REGRET. «IL AVAIT TOUJOURS UN MOT GENTIL À LA BOUCHE POUR ME FAIRE DES ÉLOGES : "COMME TU ES BELLE !" ; "CE CHEMISIER TE VA À RAVIR !"... AUJOURD'HUI, APRÈS 19 ANS DE MARIAGE, JE RÉALISE QUE LES COMPLIMENTS À MON ENDROIT N'EXISTENT PLUS DANS LE VOCABULAIRE DE MON CONJOINT.»

m'échine à assurer le bien-être de mon mari et de mes quatre enfants. Aussi, je suis toujours heureuse lorsqu'ils me témoignent leur reconnaissance par quelques mots gentils. C'est toujours gratifiant lorsque mon mari ou mes

Par Soraya Naïli

enfants me félicitent pour le plat ou le gâteau que je viens de leur servir. Je pense que cela fait oublier toute la fatigue et qu'il ne reste que le plaisir du contentement et de la reconnaissance servis par les êtres que vous chérissez. C'est sincère et désintéressé !»

Malika, 47 ans

Embarqué dans le train-train quotidien, il arrive souvent que les compliments rétrécissent comme une peau de chagrin au sein du couple. Malika a vu s'espacer les flatteries de son mari puis complètement disparaître à son grand regret. «Durant les premières années de notre mariage, mon époux n'était jamais avare de compliments à mon égard.

Il avait toujours un mot gentil à la bouche pour me faire des éloges : «Comme tu es belle !» ; «Ce chemisier te va à ravir !» ; «Tu as bonne mine !» ; «Ta chorba est délicieuse»... Un chapelet de compliments qui m'allaient droit au cœur. Aujourd'hui, après 19 ans de mariage, je réalise que les compliments à mon endroit n'existent plus dans le vocabulaire de mon conjoint. J'aurai beau faire preuve de coquetterie ou lui concocter le plus gourmand des plats, il ne pipera mot. Je trouve que c'est bien dommage ! Cela met de la distance dans le couple au lieu de le rapprocher.» Un compliment spontané et sincère fait toujours plaisir. Ne soyons pas avares d'éloges qui viennent du cœur. Ceux qu'on reçoit lorsqu'ils sont mérités nous enchantent aussi. Donner ou recevoir, cela passe également par les mots. ■



ATTITUDES

Par Naïma Yachir
naiyach@yahoo.fr

La gorge

Il se réveilla deux fois cette nuit. Sa gorge le démangeait. Il prit un verre d'eau et se rendormit. Mais le sommeil le quitta. Il se leva, se dirigea dans la cuisine et mit la cafetière sur le feu. Il est 5h du matin. Zoubida le suit, inquiète.

- Mais ma parole, tu es tombé du lit ?
- Une insomnie. C'est cette gorge qui n'arrête pas de me gratter.
- Tu devrais voir Saïd, ça ne te coûte rien.
- Oh ! pas pour un bobo.
- Commence d'abord par réduire le

nombre de cigarettes. Tu ne te rends pas compte, mais tu fumes comme un pompier. Et puis, ce n'est pas ça qui te donnera plus d'inspiration.

Hocine ne répond pas. Il prend sa tasse de café et s'enferme dans son bureau. Il ouvre son laptop, allume une cigarette, tire une première bouffée. Il se racle la gorge, toussote, puis l'éteint. «Zoubida a raison, je devrais diminuer.» Il entamera le troisième chapitre de son quatrième roman. Il écrira une seule page en deux

heures. Il est pris d'une quinte de toux. Zoubida accourt, un verre d'eau à la main.

- Tiens, bois, cela te fera du bien.
Hocine a du mal à l'avalier.
- Je crois que je couve une angine. Et ce n'est vraiment pas le moment. Je dois achever mon livre avant la fin du mois.
- Pense à ce que je t'ai dit.
- Je vais me coucher, je suis fatigué.

Ses douleurs se firent persistantes. Préoccupé par son roman, Hocine n'y prêtait pas attention. L'écriture avançait bien. Il passait des nuits blanches en face de son micro. Il est content. Il remettra le manuscrit à son éditeur dans les temps. «Je crois que je vais faire un tour chez Saïd. Cette douleur commence à me gêner sérieusement. Je ne veux pas être cloué au lit à cause d'une angine.»

Son épouse est soulagée.
- A la bonne heure ! Tu veux que je t'y conduise ?

- Non, je prendrai un taxi.
Saïd est heureux de revoir son ami d'enfance.

-Cela fait des lustres que je ne t'ai pas vu. Cela veut dire que tu n'as pas de souci de santé. Mais je te trouve amaigri. Tu vieilles trop mon vieux !

- A vrai dire, si. C'est cette satanée gorge. Cela fait un mois que je sens la même douleur.

- On va voir ça.

Il l'examine.

- Pour être rassuré, je préfère te prescrire des examens sanguins. Je te vois demain à l'hôpital et on passera un scanner. Mais ne t'inquiète pas. Rien de grave.

Les résultats tombèrent comme un couperet. Un cancer de la gorge fut diagnostiqué. Hocine ne tardera pas à perdre la voix. Mais sa volonté de vivre pour sa fille et vaincre son mal était plus forte. ■