

LE SILENCE

C'est quoi le silence dans la communication ?

Le silence, c'est savoir se taire,

comme écouter, c'est savoir se taire.

Savoir se taire, c'est respecter le rythme de l'autre,

c'est lui laisser son espace...

Le silence crée un vide,

et ce vide crée une aspiration.

Cela devient une invitation...

et donne à l'autre un espace... son espace.

Il peut arriver que l'on ait peur du silence

Lorsqu'on on est habité par une multitude de questions que l'on se pose :

- quel espace l'autre va-t-il prendre ?

- que va-t-il penser ?

- serai-je à la hauteur ?

- où vais-je être emmené ?

etc.

Je peux ne pas avoir peur d'avoir peur !

et laisser à l'autre son rythme et son espace...

Le silence prend aussi sa place dans le cadeau

que nous nous offrons à nous-mêmes.

C'est ce qu'Éric Berne, l'initiateur de l'analyse transactionnelle, appelle : « le Retrait ».

Il s'agit de cet espace que nous pouvons accueillir ou construire

pour trouver une nouvelle énergie morale et physique,

pour créer, pour vivre ...