

Le sans-gêne des gens

Salut, chers amis ! Merci de me rejoindre pour ce nouvel épisode de Marchez avec Johan. Je suis très content que tu prennes de ton temps précieux pour venir avec moi te balader et parler un petit peu développement personnel ou de la vie en général, le but étant de t'aider à pratiquer ton français et à consommer du français authentique, parce que je te parle comme si je parlerai à n'importe quel ami avec lequel je me promènerai.

Avant de parler du sans-gêne des gens, avant de t'expliquer ce que je veux dire par là, parce que c'est le titre de cet épisode, je voudrais t'inviter à t'inscrire à [la lettre d'information de Français Authentique](#). Tu as un lien dans la description, c'est le premier lien, et tu recevras deux fois par semaine du contenu exclusif en français.

Alors aujourd'hui, je voudrais parler d'une chose qui m'agace et contre laquelle j'essaie de combattre un peu ma nature, c'est-à-dire je combats mes réactions naturelles, je combats mes émotions finalement qui me poussent peut-être ou qui essaient de me pousser à agir de la mauvaise façon. Et en fait, ce dont il s'agit, c'est du sans-gêne des gens. C'est le titre de cet épisode.

Qu'est-ce que c'est que le sans-gêne ? Ce qu'on appelle le sans-gêne, c'est l'attitude d'une personne qui ne se gêne pas pour les autres. Donc souvent, une personne qu'on va qualifier de sans-gêne, ça va être une personne qui ne pense qu'à elle. Elle ne pense qu'à ce qu'elle veut, mais elle ne pense pas à l'impact de ses actions sur les autres. En gros, elle se moque de ce que les autres pensent et elle se moque de déranger les autres.

Et j'ai eu l'idée de cet épisode dans différentes situations, que je vais te décrire. Tu peux avoir par exemple une personne qui est sur un lieu public et qui met de la musique fort. J'étais, il y a quelques temps, à la plage et j'étais installé avec ma famille, j'étais content d'entendre le bruit des vagues, mais derrière moi, il y avait des gens qui avaient mis leur musique. Moi, si je veux écouter la musique, je vais mettre un casque et je vais mettre la musique juste sur mes oreilles, puisqu'il y a que moi qui dois profiter de la musique, mais eux, non. Ils étaient sur leurs serviettes, ils étaient deux, et ils ont mis la musique, que du coup je pouvais entendre. Non seulement je l'aimais pas, cette musique, mais en plus j'aurais préféré entendre le bruit du vent dans les arbres et la plage.

J'avais eu le cas une fois à la piscine aussi où des gens au bord de la piscine mettaient leur musique à fond. Tu peux avoir des gens qui le font dans la rue. Donc ça, ce sont des gens sans-gêne.

Des gens sans-gêne, c'est aussi des gens qui vont mettre un papier par terre, dans la rue par exemple. J'avais fait une petite vidéo... Comment s'appelait cette vidéo sur You Tube

? C'était « Je t'emmène en balade ». [Tu peux voir cette vidéo](#). J'avais essayé de faire quelques petits efforts de montage, je t'avais montré de la nature. Et dans la nature, des gens avaient laissé des papiers, des déchets, par terre. Ça, c'est des gens sans-gêne.

Et je trouve que les gens sans-gêne sont aussi ceux qui, tu vois quand tu es dans l'avion, vont remettre leurs sièges en arrière et vont prendre toute ta place, tout ton espace à toi.

Donc ce sont que des exemples, mais ceux qui font ça sont, à mon sens, des gens sans-gêne parce qu'ils pensent à leur bien-être à eux sans penser aux conséquences de leurs actes.

Attention, moi, je suis un grand partisan de la liberté. Je veux être libre, je veux qu'on me laisse tranquille, je veux être libre, je veux pouvoir faire ce que je veux, mais j'ai bien compris que ma liberté elle devait quand même avoir une limite. On dit que ta liberté s'arrête là où commence celle des autres. C'est une citation qui est attribuée à Stuart Mill, qui était un philosophe anglais du XIXe siècle et qui avait dit : « La liberté des uns s'arrête là où commence celle des autres ».

Ça reflète ce que j'essaie de dire, à savoir tu as le droit d'être libre, mais il ne faut pas que ta liberté vienne me déranger, donc il ne faut pas que ta liberté d'écouter de la musique vienne déranger ma liberté d'être au calme à la plage, par exemple. Donc moi, c'est clair que, bien que je sois quelqu'un qui soit partisan de la liberté, j'essaie de ne rien faire qui puisse gêner les autres, vraiment.

Quand je suis avec mes enfants et parfois les enfants sont bruyants etc. j'essaie de faire en sorte de ne pas gêner les autres. Bien sûr, ça peut arriver que je les gêne involontairement, avec les enfants, mais j'ai toujours à l'esprit : « OK. Comment ne pas gêner les autres en fait ? »

Donc je ressens le comportement des sans-gênes comme étant un peu une injustice, parce que moi j'oserai jamais faire ce qu'ils font, je n'oserai jamais mettre ma musique comme ça à fond sur la plage.

Donc qu'est-ce qui se passe quand ça arrive, que je ressens ça comme une injustice ? Eh bien j'ai tendance à m'agacer, à m'énerver intérieurement, à me dire : « Mais comment est-ce possible que les gens soient si peu empathiques ? » Et inconsciemment, là je te parle de réaction vraiment intuitive et émotionnelle, je me raconte des histoires. Je les regarde et je vois qu'ils me regardent et je me dis : « Hm, je suis sûr qu'ils s'en moquent, ils en ont rien à faire ». On a tendance à se raconter ensuite des histoires. Et ma nature profonde, c'est de me lever et d'aller leur dire en fait. J'ai vraiment envie d'y aller, sans agressivité hein. J'ai envie

d'y aller et de leur dire : « Écoutez, votre musique me gêne, est-ce que vous pouvez l'éteindre ? »

Et quand on y réfléchit bien, c'est dans ces situations qu'il est préférable de raisonner de façon rationnelle et non émotionnelle et de se dire : « Bon, qu'est-ce que j'ai à gagner finalement ? » Qu'est-ce que j'ai à gagner ? Peut-être un peu moins de bruit pendant quelques minutes ou quelques heures. Qu'est-ce que je peux perdre ? Peut-être une grosse dispute, voire plus, voire un conflit devant mes enfants, parce qu'on ne connaît pas la nature des personnes à qui on va aller dire ça. Donc si on va voir quelqu'un et qu'on lui dit « votre musique me gêne », peut-être que cette personne va réagir de façon agressive.

Donc le mieux, malheureusement, souvent, c'est de ne rien dire et un peu toutes les plaindre.. Moi, ce que je fais, c'est je me dis : « Bon, je suis bien content d'être comme je suis et je n'aimerais pas finalement être comme eux ». C'est une chose que j'ai tendance à me dire. Après, on peut aussi analyser la situation. Si la personne semble sympa, on peut demander gentiment.

Mais le mieux, vraiment, à mon avis et c'est ce que j'essaie de faire, c'est de ne rien dire, d'utiliser la situation pour travailler sa patience, parce qu'encore une fois j'en parle dans de nombreux épisodes, mais je suis très touché par la philosophie stoïcienne qui est de dire finalement : « Ce que je ne peux pas changer, je dois l'accepter ». Eh bien c'est un peu le cas, je ne peux pas changer les gens, leur nature, leur sans-gêne. Et de toute façon, oui, j'ai la possibilité d'aller leur demander, mais il se peut très bien que j'aie leur demander et que 5 minutes après une autre personne un peu plus loin mette sa musique et que finalement... voilà. Il vaut mieux, je pense, l'accepter. Ce n'est bien sûr que mon avis et j'aimerais savoir ce que tu en penses.

Voilà un peu pour aujourd'hui. C'était vraiment un épisode un peu personnel, mais j'aime utiliser des situations du quotidien pour parler développement personnel, parce que le développement personnel, c'est ça, c'est apprendre à mieux vivre. On n'est pas là pour faire uniquement de la théorie, ce serait inutile. On veut apprendre à mieux vivre. Et c'est pour ça qu'il n'y a rien de tel, à mon avis, que des exemples un peu personnels.

Je t'invite à rejoindre [la lettre d'information de Français Authentique](#). Tu as le lien dans la description. Et je t'invite aussi à nous rejoindre sur les différents réseaux. Ça fait quelques mois maintenant qu'on fait de gros efforts sur notamment [Facebook](#) et [Instagram](#). Donc tu peux retrouver le compte de Français Authentique, il n'y en a qu'un. Même si certains essaient de copier et ont pris le nom Français Authentique, il n'y en a qu'un. Tu le reconnaîtras. On fait beaucoup d'efforts, on publie des contenus tous les jours, on essaie d'apporter le plus de valeur possible. Donc ce serait un plaisir de t'y retrouver aussi bien sur Facebook que sur Instagram.

Merci de m'avoir suivi et je te dis à très bientôt pour un nouvel épisode de Marchez avec Johan. Salut !