



MIROIR, MIROIR, VIS-JE À MON PLEIN POTENTIEL?

Par Véronique

“À MarJoLi et Rebecca, deux femmes incroyables dont ma dernière discussion avec elles a inspiré cet article.”

Qui peut se vanter d’avoir atteint son plein potentiel? Comment savoir si nous l’avons atteint? Et puis d’ailleurs, qu’est-ce que ça veut dire « plein potentiel »? Selon mes recherches, ce concept renvoie directement à l’idée de faire de notre mieux. Personnellement, je trouve qu’il manque une dimension essentielle à cette définition, soit le concept de temps. C’est pourquoi j’ajouterai que le plein potentiel, c’est faire de notre mieux maintenant.

Il est important, à mon sens, de penser au plein potentiel en tenant compte du présent. La question que nous devrions nous poser est la suivante : en ce moment, suis-je en train d’accomplir mon idéal ou mon but dans la vie au meilleur de mes aptitudes immédiates? Si la réponse est oui, vous êtes en train d’atteindre votre plein potentiel actuel. Si la réponse est négative, vous pouvez changer ceci en l’espace d’un instant en utilisant ce que vous avez présentement à votre disposition puisque votre plein potentiel est à votre portée ici et maintenant. L’idée ici n’est pas de vous brûler à la tâche. Un moteur qui surchauffe ne sert plus à rien. Ne faites pas de même, mais trouver plutôt votre rythme de croisière; celui qui vous conduira loin.

Certes, nous avons tous un idéal ou un but ultime qui baigne quelque part dans notre tête et qui nous rappelle que nous pouvons faire mieux, acquérir davantage, être plus, etc. Néanmoins, si dans le moment le mieux que vous puissiez faire est de pratiquer avec lenteur vos gammes au piano ou de courir 5 kilomètres en une heure, vous avez atteint votre plein potentiel immédiat. Celui-ci n’est pas figé dans le temps donc il n’en revient qu’à vous de travailler votre dextérité au piano ou encore d’augmenter votre capacité cardiovasculaire. Vous pourrez ainsi éventuellement jouer le Vol du Bourdon ou courir 5 kilomètres en moins de trente minutes. D’ici là, chaque étape vers cet idéal ou ce grand but est votre plein potentiel si vous vous affairez à rester présent, centré et à l’écoute de vos besoins. Toute chose tombe à point à qui sait cultiver la patience et la discipline.

Le plein potentiel n’est pas quelque chose de visible. On ne peut pas le toucher, ni le sentir, le voir, l’entendre, le mesurer, le peser... bref, c’est abstrait, aussi bien que l’amour et le bonheur. Le plein potentiel est vécu de manière individuelle et est, à mon avis, difficilement discutable. Seul l’individu peut se questionner sur l’atteinte de son plein potentiel. C’est quelque chose d’individuellement quantifiable et qualifiable qui se vit de l’intérieur, donc nul besoin de se comparer. Ce serait comme essayer de prendre position sur quelle crème glacée est la meilleure : chocolat ou vanille? C’est purement personnel. Le potentiel est purement personnel.

Notre société croit à tort que la quantité est un indicateur de plein potentiel. Comme le dit si bien Zig Ziglar, auteur et orateur américain : « Ce n’est pas ce que vous avez, mais ce que vous utilisez qui fait une différence. » Est-ce qu’animer un énorme séminaire de 2 000 participants vaut plus qu’enseigner à une classe de 7 étudiants? Est-ce que conduire une Porsche et travailler comme coach de célébrités signifie que vous ayez atteint votre plein potentiel? Et si le plein potentiel était quelque chose d’intime qui devait se vivre au niveau du cœur?

Le plein potentiel n’a rien à voir avec l’extérieur : le matériel acquis, l’apparence physique, le travail que nous faisons, le nombre d’amis Facebook que nous avons, etc.

Le plein potentiel ne peut pas être mesuré à l'extérieur de nous-mêmes. Le seul mode de mesure qui existe se trouve en vous et n'est accessible qu'à vous. Certains indicateurs existent. Pensons à cette voix intérieure qui dit « Yes! », le sentiment d'avoir puisé profondément dans vos ressources intérieures ou encore la fierté de vivre pleinement. Ceux-ci vous indiquent que vous vivez votre plein potentiel.

Trouvez ce que vous voulez léguer à notre planète. Quelle énergie voulez-vous laisser derrière vous? Voulez-vous contribuer à faire de ce monde un endroit où règne la paix? Aspirez-vous à vivre en harmonie avec la nature, votre entourage et vos décisions? Ou peut-être, comme moi, vous désirez semer la joie autour de vous. Si vos choix et vos actions à tout instant sont alignés avec ce que vous voulez faire comme contribution, alors vous vivez à votre plein potentiel. Ne laissez pas votre ego vous dire que ce n'est pas suffisant. Ça suffit amplement.

La joie provient du fait de puiser dans son potentiel. (Will Schultz)