

Comment Convaincre et Être Persuasif avec les Mots

CD BOOK

Nick Buendía

Nova Key



INDICE

INTRODUCTION

- Comment faire face à un auditoire
- Préparer et structurer le discours
- Normes basiques pour écrire un discours
- Répéter le discours
- Bien parler en public

COMMENT PRÉPARER SON PREMIER DISCOURS ET FAIRE FACE À LA NERVOSITÉ

Le plan pour un discours efficace

- Objectif
- Matériel du discours
- Organisation
- Adaptation au public
- Soutiens visuels
- Langage
- Présentation

Comment faire face à la nervosité

- Comportements particuliers
- Nervosité persistante

CÉLÉBRATIONS FAMILIALES

- Mariages
- Mariages (situations non conventionnelles)
- Comment écrire son discours de mariage
- Toasts et citations à utiliser lors de discours de mariage
- Plaisanteries et anecdotes amusantes pour les mariages
- Fiançailles et enterrement de la vie de garçon
- Autres célébrations familiales

LE CADRE SOCIAL ET PROFESSIONNEL

- Ordre des discours
- Présentation des conférenciers ou des invités
- Souhaiter la bienvenue et les remerciements
- Discours pour lancer un appel et pour les collectes
- Cérémonies de remise de prix
- Discours de l'invité d'honneur
- Conférences et séminaires
- Discours d'affaires
- Hommages posthumes
- Discours en plein air
- Débats publics
- Discours qui sont rentrés dans l'histoire

RECOURS À INCLURE DANS LE DISCOURS

- Manières sympathiques de commencer le discours
- Plaisanteries
- Anecdotes
- Citations, proverbes et pensées

PHRASES APPROPRIÉES AUX SITUATIONS DIFFICILES

- Questions basiques à considérer
- Dans le cadre des relations personnelles
- Situations difficiles dans le couple
- Situations difficiles dans le cadre professionnel
- Situations de deuil

INTRODUCTION

N'AYEZ POINT PEUR, ce n'est pas aussi difficile que vous le pensez. Vous aussi pouvez présenter à votre auditoire un discours efficace et brillant, ou ces paroles si plaisantes et bien reçues nécessaires en certaines occasions. Acquérir le courage et la confiance en soi, penser calmement et clairement alors que nous nous adressons à un groupe de personnes, ne représente ni le dixième de la difficulté que la majorité des personnes suppose. Certains, il est vrai, ont plus de facilités pour cela, mais, n'oubliez pas, ce n'est pas un don que la nature concède à un nombre limité d'heureux orateurs, c'est plutôt une faculté parmi tant d'autres. Toute personne peut développer ses aptitudes latentes, si tel est son souhait et si elle y consacre un minimum de temps et d'efforts.

COMMENT FAIRE FACE A UN AUDITOIRE ?

Il est possible que votre volonté majeure de parler correctement en public se traduise par le fait de pouvoir dominer votre nervosité, d'apprendre à penser tout en étant debout et de parler d'un mode sûr et facile face à un quelconque auditoire ou public.

Temps, patience et persévérance.

En vérité, tout suppose du temps, de la patience et de la persévérance. Mais, visiblement, l'instruction et la pratique font disparaître, en peu de temps, la crainte envers le public, envers l'auditoire, en nous donnant courage et confiance. Si cela peut vous consoler, les orateurs les plus éloquents de votre époque furent également terrorisés par cette peur et cette timidité si affligeantes. « La bouche se remplit de coton et le pouls devient fou », « la langue se colle au palais et empêche d'articuler un seul mot », constituent seulement quelques exemples des commentaires de différents orateurs à propos de leurs premiers discours en public.

Ne nous voilons point la face, parler en public comporte une certaine responsabilité, un certain trouble, un certain effort et une certaine excitation. Cicéron, déjà, dit il y a 2000

ans, que tout discours public réellement méritoire se caractérisait par la nervosité. Certaines personnes, quand bien même habituées à parler en public, ne peuvent éviter un léger trouble juste avant de commencer, bien qu'elles admettent qu'elles parviennent immédiatement à ce que ce dernier disparaisse et à acquérir sérénité et enthousiasme.

Mais que devons-nous faire exactement ? Surtout ne pas défaillir face aux premiers faux pas qui nous feront penser que ceci n'est pas fait pour nous, que nous sommes en train de perdre notre temps. Et nous nous rendrons rapidement compte que ce n'est point ainsi.

Étapes dans la ligne d'apprentissage

Quand nous commençons à apprendre quelque chose, que ce soit l'éloquence, une langue ou une quelconque autre discipline, nous ne progressons pas selon un mode uniforme constant. Non, nous n'apprenons pas graduellement, sinon plutôt par de soudains à-coups. Nous avons l'impression ensuite de rester inactif durant une période et parfois même de régresser et de perdre une partie du terrain que nous avons gagné. Ces phases de stagnation, ou bien même de régression, sont bien connues des psychologues, qui les identifient comme des « étapes dans la ligne d'apprentissage ». Les personnes qui se préparent à bien parler en public restent parfois bloquées des semaines entières à une de ces étapes. Elles ont beau s'appliquer, elles ne savent pas comment en sortir. C'est alors qu'apparaît le risque d'abandon. Mais si nous persistons, soudain, d'un jour à l'autre, sans savoir ni pourquoi ni comment, nous découvrons qu'un grand progrès a été réalisé. Nous nous sommes envolés tel un oiseau. Nous acquérons subitement le naturel, la force et la confiance lors des discours.

Le cerveau est une merveille. Il ne cesse jamais de fonctionner, depuis ta naissance jusqu'à ce que tu commences un discours.

Retrouver le contrôle de soi

Si nous persévérons, nous effacerons rapidement ces angoisses et ces craintes, à l'exception de cette crainte initiale, qui, d'ailleurs, ne dépasse jamais ce stade. Après les premières phases, nous retrouverons le contrôle de nous-mêmes. Et alors, enfin, parler sera un authentique plaisir.

Penser à la réussite est la réussite

Pensons à la réussite, à ces connaissances de l'éloquence. Imaginons-nous en train de parler en public avec une parfaite maîtrise de nous-mêmes. Nous pouvons tous faire cela. Croyons que nous triompherons. Nous devons réellement le croire et alors, ensuite, nous ferons ce qui est nécessaire pour provoquer la réussite.

La confiance en soi, être sûr de ses capacités afin d'atteindre ses objectifs, est ce que peut acquérir de plus précieux la personne qui désire parler en public.

S'adresser à un orateur reconnu

Bien que cela paraisse saugrenu, exposer nos doutes à un orateur déterminé qui soit pour nous digne d'exemple, lors des moments de découragements, constitue une aide certaine, qu'il s'appelle Abraham Lincoln, Benjamin Franklin, Napoléon ou qui que ce soit. Si vous pouvez obtenir un portrait de celui que vous préférez, demandez-lui ce que lui aurait fait dans de semblables circonstances. Ne riez point. Habituez-vous à dissiper les doutes et à préparer un peu le chemin à suivre.

PRÉPARER ET STRUCTURER LE DISCOURS

Quelque chose à dire

Il est nécessaire d'être convaincu que nous savons quelque chose dont les personnes présentes doivent absolument prendre connaissance. Si nous désirons parler en public, à un moment déterminé, nous devons sentir le besoin

impérieux de préparer notre discours avant de le prononcer et avoir quelque chose de précis et d'indispensable à dire, quelque chose qui, en définitive, ne peut être tu. D'une certaine manière, nous nous sentons attirés par ces personnes qui, quand elles parlent, démontrent qu'elles ont quelque chose, dans leur cerveau tout comme dans leur cœur, un message réel qu'elles essayent de communiquer à notre cerveau et à notre cœur. Un discours inspiré et bien préparé est quasiment prononcé.

Une des principales raisons qui nous amènent à lire ce livre est d'acquérir une orientation, la confiance, le courage et la maîtrise de soi, et il est en cela indéniable que le fait de négliger la préparation des discours aboutit à la nervosité et à l'échec. Dans cette situation, il est logique que les orateurs ne se sentent pas précisément à l'aise face à l'auditoire : « Je crois que je n'aurai jamais suffisamment d'expérience pour pouvoir parler sans me troubler quand je n'ai rien à dire », dit un jour Abraham Lincoln, à la Maison Blanche. Pour cette raison, si nous voulons être en confiance, qu'y-a-t'il de mieux que de recourir à ce qui la produit, c'est-à-dire, une bonne préparation ?

Con formato

Commencer à se préparer

La lecture peut constituer une aide, mais si nous nous imprégnons uniquement d'une certaine quantité de pensées conditionnées, et que nous les faisons nôtres immédiatement, il manquera quelque chose d'important dans l'exposé. Les auditeurs ne parviendront certainement pas à définir ce qu'il manque, mais ils ne sentiront pas d'enthousiasme envers l'orateur.

Il est possible que vous ressassiez depuis longtemps vos propres pensées, alimentant vos propres convictions, voyant les choses depuis votre point de vue particulier, vivant vos propres expériences personnelles. A l'aide de tout ceci, il est certain que vous avez déjà accumulé un très riche matériel pour vos discours, et vous ne vous en êtes probablement pas rendu compte.

Lorsque nous essayons de parler d'un thème quelconque, il convient qu'il soit auparavant convenablement digéré et assimilé.

A titre d'exemple, dans une classe où l'on traitait d'acquérir la maîtrise et la prestance à l'heure de parler en public, un élève se rendit compte que l'heure des travaux pratiques approchait et qu'il n'avait pas préparé son discours. Il alla à un kiosque à journaux, et durant le trajet en métro, il lut un article sur l'économie de quelques entreprises. En vérité, il n'était pas spécialement intéressé par l'article, mais il devait parler d'un thème quelconque, afin d'occuper l'espace de temps qui lui était imparti.

Lorsque son tour arriva, il se leva et il essaya de parler d'une façon amène et rigoureuse à propos de l'article. Quel fut le résultat ? L'aspirant n'avait pas assimilé ce qu'il essayait de dire ; « je voulais dire, je voulais dire... », était la phrase qu'il utilisait tout en insistant. Il n'y avait pas dans son esprit de message qui luttât pour s'imposer, et il n'y avait ni geste ni ton de voix qui pussent le démasquer d'une manière caractéristique. En prenant ce chemin, il ne pouvait espérer que l'auditoire fût plus impressionné qu'il ne le fût lui-même. Il se référait constamment à l'article, expliquant que son auteur avait dit ceci ou cela, mais il ne dit point ce qu'il en pensait, sa position face au problème.

Le professeur lui dit : « Nous n'éprouvons aucun intérêt envers l'auteur de l'article, entre autres raisons parce qu'il n'est pas présent. Mais vous, oui, vous nous intéressez, ainsi que vos idées. Dites-nous de ce que vous pensez personnellement, et non ce que d'autres ont dit. Mettez-y du vôtre. Et si vous nous parliez de ce même thème la semaine prochaine ? Vous pourriez lire de nouveau l'article, et ensuite vous poser le problème et nous dire si vous êtes d'accord ou non avec l'auteur de l'article ? Si vous êtes d'accord, pensez aux suggestions qu'il propose et exposez-les agrémentées d'expériences personnelles. Et si, au contraire, vous n'êtes pas d'accord avec lui, expliquez-nous pourquoi. Faites de cet article le point de départ d'un nouveau discours ».

L'élève accepta la suggestion, il relut l'article et se rendit compte qu'il n'était pas d'accord avec son auteur. Cette fois-ci, il ne le développa pas précipitamment, il le laissa grandir. C'était comme un « fils » de son propre cerveau, et il se développait et grandissait comme le font les vrais fils. Le thème devint de plus en plus vigoureux et vaste, pendant qu'il y réfléchissait durant son temps libre.

Quand l'apprenti orateur parla de nouveau à propos de ce thème, il avait enfin quelque chose qui lui était propre, et pour culminer le tout, le fait d'être en désaccord avec l'auteur de l'article contribua à rendre plus brillant son exposé. Rien ne donne autant de possibilités que la dissension.

Comment se préparer ?

Arrivés à ce point, vous vous demanderez certainement : en quoi consiste se préparer ? Préparer un discours signifie réunir les pensées propres, les idées propres. Toute notre vie est pleine de sensations et d'expériences. La préparation signifie penser, considérer, se rappeler et choisir parmi ces sensations et expériences, celles qui nous paraissent les meilleures, et les polir, les forger, les tisser les unes aux autres. Il suffit de se concentrer un peu, de penser à un but défini.

Les discours de Dwight Moody firent une époque. Il commentait toujours : « Il n'y a pas de secret. Quand je choisis un thème, j'écris le titre de ce thème sur la partie extérieure d'une enveloppe. J'ai beaucoup d'enveloppes de cette sorte. Si pendant que je lis, je trouve quelque chose qui convient à un de ces thèmes, je le note dans l'enveloppe correspondante et je le laisse reposer. Lorsque j'ai besoin d'un nouveau discours, je révise toutes les enveloppes qui se sont accumulées. Entre ce que j'y trouve et le résultat de mes propres recherches, je dispose d'un matériel suffisant. Je révise ainsi continuellement la structure de mes discours, je retire quelque chose d'ici, j'ajoute quelque chose là. Ils ne vieillissent jamais ».

Jésus de Nazareth avait également une manière de préparer les discours digne d'être considérée. Jésus avait souvent besoin de s'isoler, de penser, de méditer, de considérer, de prendre de la distance pour se sentir moins « influencé » et pouvoir mieux apprécier ce qui se passait en réalité. Un jour, il partit seul au désert, et il médita et jeûna durant 40 jours et 40 nuits. « A partir de ce moment –dit Saint Mathias-, Jésus commença à prêcher ».

Le lecteur pensera sûrement qu'il ne désire pas précisément devenir un orateur célèbre et qu'il sera déjà bien content de pouvoir prononcer quelques discours, d'adresser

quelques paroles assez importantes de temps à autres, si l'occasion se présente. Peu importe, suivez de même les indications ici exposées et quand viendra le moment, vous vous rendrez compte que vous êtes « à l'aise » ; ceci est toujours mieux que le contraire.

Le discours

De quel thème pouvons-nous parler pendant que nous réalisons ces travaux pratiques d'apprentissages ou ces essais ? N'importe quel thème qui nous intéresse. Si c'est possible, nous choisirons nous-mêmes le thème, et si le thème nous « choisit », mieux encore. Nous devons éviter l'erreur de vouloir embrasser trop d'aspects lors d'une courte conférence. Qui généralise trop développe peu. Traitez un ou deux points de vue et essayez de les développer d'un mode adéquat. Considérez-vous heureux si vous y parvenez durant le temps imparti.

Déterminez le thème au moins une semaine à l'avance, afin de pouvoir y penser durant cette période. Posez-vous toutes les questions possibles relatives au thème. Supposez que vous devez parler des raisons qui vous ont motivé à lire ce livre. Vous vous demanderez alors : quelles sont mes difficultés ? Qu'est-ce que j'espère obtenir à l'aide de ces connaissances ? Ai-je déjà parlé en public ? Quand ? Qu'est-il arrivé ? Est-ce que je connais quelqu'un qui progresse mieux dans la vie grâce à sa confiance en soi, à son aplomb, à sa faculté de parler d'un mode convainquant ? Et, au contraire, est-ce que je connais quelqu'un qui n'ait point de possibilités d'atteindre ses objectifs faute d'avoir ces qualités ? Essayons d'être explicite et narrons la vie de ces personnes, sans mentionner leur nom.

Si nous réussissons à nous lever, à parler avec lucidité et à continuer à parler durant deux ou trois minutes, nous aurons atteint l'objectif qui correspond aux premiers discours.

Si nous consacrons un peu de temps au choix et à la mise en ordre du matériel, nous pouvons être sûr que nous ne l'oublierons pas, car nous parlerons de nos propres observations, de nos propres désirs, de notre propre expérience.

Un autre thème, également facile, pour commencer à prendre confiance, peut être celui de notre profession, plus précisément les raisons qui nous ont conduit à réaliser le travail que nous faisons. Contons nos premières luttes, les revers endurés, les secrètes espérances, les succès conquis. Faisons une narration intéressante, basée sur nos propres expériences personnelles. Si l'histoire est réelle, intime, si vous la racontez avec modestie et sans pointe de prétention, ce qui irrite tant, vous serez en possession d'un matériel fantastique qui échoue en très peu d'occasions.

Nous devons éviter de faire de notre discours un exposé abstrait parce qu'il résultera normalement ennuyeux. Ajoutons-lui peu à peu une succession d'exemples et de jugements généraux. Pensons aux cas concrets que nous ayons observés, et aux fondements réels que ces exemples spécifiques illustrent. Nous verrons que ces cas concrets sont plus faciles à retenir que les abstraits et qu'ils sont également plus faciles à exposer, et qu'ils rendent notre exposé plus brillant et plus fluide.

Le chemin le plus sûr pour arriver à l'inspiration est celui de la préparation. (Lloyd George)

Lorsque nous allons préparer notre discours, il est également très utile, selon le temps dont nous disposons, d'aller à la bibliothèque et de faire des recherches, de prendre connaissance de ce que d'autres personnes ont pensé, ont dit, à propos du même sujet. Mais nous devons éviter, quoi que nous ayons lu, que nos idées soit affectées. Ceci ne doit jamais se produire.

La routine de parler

Si nous attendons d'avoir un peu de temps libre afin de planifier et de préparer notre discours, il est possible que ce moment n'arrive jamais. Par contre, nous consacrer à ce qui est habituel, routinier, à ce que nous faisons d'habitude quasiment sans y penser, est plus viable. Pourquoi ne pas alors consacrer deux heures à la semaine, exclusives, à ce travail ? Seulement deux heures à la semaine, ce n'est pas beaucoup et nous ne tarderons pas à obtenir de fantastiques résultats.

Matériel de réserve

Le fait de réunir plus d'informations que celles que nous allons utiliser n'est pas saugrenu. Tout au contraire. Il s'agit d'acquérir un pouvoir de réserve, de comprendre que les choses que nous connaissons et que nous savons par avance, même si elles ne sont pas prononcées, donneront de la force et du relief au peu que nous prononcerons effectivement. Si nous nous familiarisons parfaitement avec le thème dont nous devons parler, nous nous sentirons si solides, si forts, si résolus dans notre attitude mentale, que nous serons ainsi irrésistibles et inexpugnables.

NORMES BASIQUES POUR ÉCRIRE UN DISCOURS

« Ne cherchons point les mots, sinon les faits et les idées, et alors surgiront abondants les mots non cherchés ». Le sage Horace écrivit ces mots il y a 2000 ans, conscient de la difficulté lorsque les idées ne sont pas claires.

Quand nous connaissons enfin le sujet dont nous allons traiter et que nous disposons de l'information suffisante pour élaborer notre discours, il est temps de connaître quelques « normes » basiques qui nous permettront d'écrire le discours d'un mode clair, correct et efficace. Même s'il n'existe aucune règle infaillible pour résoudre le problème de la disposition, bien qu'il n'y ait aucun plan ou aucune formule qui s'adaptent à la majorité des discours, nous pouvons quand même vous indiquer quelques conseils généraux qui vous seront utiles dans de nombreux cas. Le sociologue André Siegfried propose de suivre le schéma suivant, qu'il considère comme la recherche d'une méthode de travail intellectuelle. Il présente onze conseils :

Méthode André Siegfried

- ✓ Secouer notre paresse mentale.
- ✓ Observer avant de discuter : respecter le fait, l'observer tel qu'il est et ne pas croire uniquement en ce que nous voulons bien croire.

- ✓ « Mastication » et « digestion » des faits.
- ✓ Prendre la mesure des choses, les peser, en les comparant avec celles qui sont analogues.
- ✓ Situer le sujet.
- ✓ Bien administrer la mémoire : se rappeler des faits importants et oublier le reste.
- ✓ Agir comme un général en campagne : recrutement des faits et des idées, mobilisation et concentration sur les lieux de combat.
- ✓ Avoir toujours à l'esprit le motif essentiel qui fait agir les hommes dans la vie (facteur psychologique).
- ✓ Nous ne devons rien croire uniquement parce qu'on nous le dit : la vérité doit s'installer dans notre esprit par le biais d'un effort personnel.
- ✓ Savoir présenter le problème : déterminer un axe central du sujet et ne pas s'en éloigner, et s'il est nécessaire de s'en éloigner, ne pas le perdre de vue. Un problème bien présenté est un problème à demi résolu.
- ✓ Faire un schéma et proposer les possibles solutions.

Il existe toutefois des plans plus simples, comme le suivant, qui ont apporté de l'aide à des étudiants et à des personnes intéressées par l'oratoire :

- ✓ Démontrer que quelque chose est incorrect : « Voici une situation à laquelle il faudrait remédier ».
- ✓ Démontrer comment y remédier : « Nous devrions faire telle ou telle chose ».
- ✓ Demander une coopération : « Vous devriez participer pour telles ou telles raisons ».

Méthode de Woodrow Wilson

Le président des Etats-Unis avait l'habitude de commencer par faire une liste des thèmes dont il voulait parler, en les ordonnant mentalement. Il écrivait ensuite le tout à l'aide du sténographe afin de gagner du temps. Ceci

fait, il le passait à la machine, en changeant certaines phrases, corrigeant des paragraphes et en complétant son matériel au fur et à mesure de sa progression.

Méthode Théodore Roosevelt

Roosevelt avait également son mode particulier de préparer ses discours. Il prenait garde à bien obtenir toutes les données qu'il pouvait, il les révisait, les soupesait, les jugeait et les critiquait, et il arrivait à ses propres conclusions avec une sensation inébranlable de sécurité. Avec toutes ces notes étalées devant lui, il commençait à dicter rapidement à un magnétophone afin que son discours eût l'impétuosité, la spontanéité et l'halo de la vie. Il l'écrivait, le révisait, supprimait, effaçait, ajoutait et apostillait, pour enfin dicter de nouveau.

La vérité est toujours dans l'opposition. (Paul Valéry)

Souvent, il faisait venir des critiques afin qu'ils l'écoutassent pendant qu'il dictait ou lisait un discours. Mais il ne voulait jamais discuter avec ces derniers du thème en question, car il était pour lui résolu, et ceci d'un mode irrévocable. Ce qu'il voulait qu'ils lui dissent n'était pas ce qu'il devait dire, sinon comment le dire. Le travail de dicter, d'enregistrer et de réviser, lui fournissait une aide excellente lors de sa préparation. Cela le familiarisait avec le matériel dont il disposait, avec l'ordre des différents points, tout en lui procurant une sécurité qu'il aurait difficilement pu obtenir d'une autre manière.

Est-il conseillé d'utiliser des notes ?

L'utilisation de notes durant la préparation n'est pas seulement positive, sinon recommandable. Elles peuvent être utiles à consulter lorsque nous répétons notre discours seul. Il est possible également que nous nous sentions plus à l'aise si nous les avons dans la poche, peu avant de faire le discours, mais, tels les outils présents dans une automobile, elles s'utilisent seulement en cas d'urgence.

Malgré tout, si nous voyons que nous devons utiliser les notes, nous essaierons de les faire très brèves, à l'aide de lettres grandes et claires. Il existe des occasions lors desquelles l'utilisation de notes démontre de la prudence. Par exemple, certaines personnes, lors des deux ou trois premiers discours qu'elles prononcent, deviennent si nerveuses et si troublées, qu'il leur est impossible de se rappeler du discours qu'elles avaient préparé. Elles oublient donc le matériel qu'elles avaient si soigneusement préparé, elles s'égarer et errent cahin-caha. Il n'y a donc aucun inconvénient, dans ces cas-là, à avoir des notes très concises lors des premiers essais.

Nous ne devons évidemment jamais abuser des notes. Dès que nous le pouvons, nous devons nous passer d'elles. Nous devons être conscients que lire les notes pendant un discours rend difficile ce contact si précieux et recommandable qui existe entre le bon orateur et son public. Elles favorisent une ambiance de superficialité et peuvent provoquer un certain manque de confiance envers celui qui parle.

RÉPÉTER LE DISCOURS

La méthode infaillible pour développer la confiance en nous-mêmes lorsque nous parlons en public est celle de parler, tout simplement. Théodore Roosevelt commenta, un jour, que pour vaincre cette intense excitation nerveuse, qui n'a souvent rien à voir avec la timidité, ce n'est pas le courage qui est nécessaire sinon la maîtrise du système nerveux, la sérénité : « Ceci peut seulement s'obtenir par le biais de la pratique : il faut, à l'aide de la pratique habituelle et répétitive d'exercices de maîtrise de soi, parvenir à dominer ses nerfs. C'est en grande partie une question d'habitude. Habitude dans le sens de l'effort répété et d'un exercice répété de force de volonté ».

Sans aucun doute, la peur naît de l'ignorance et du manque de certitude ; en définitive, elle est le résultat d'un manque de confiance, du fait de ne pas savoir ce dont nous sommes capables, et l'ignorer vient du manque d'expérience. Lorsque nous aurons engrangé une série d'expériences triomphales, les craintes nous abandonneront. Une chose est

certaine : le moyen le plus sûr d'apprendre à nager est de se lancer à l'eau, avec le risque, évidemment, d'avoir quelques problèmes.

Comment commencer un discours

Il est important de préparer un début intéressant, quelque chose qui capte immédiatement l'attention. C'est de la plus haute importance, car l'esprit des auditeurs est encore frais et est relativement facile à impressionner. Sachons que, dès que nous serons face à l'auditoire, celui-ci fixera son attention sur nous. C'est naturel et inévitable. Il ne sera pas difficile de maintenir sur nous cette attention durant les cinq premières secondes, mais cela le sera durant les cinq premières minutes. Si nous perdons cette attention, il sera doublement difficile de la reconquérir : nous devons donc commencer par quelque chose d'intéressant dès la première phrase.

Différentes clés, exposées ci-dessous, peuvent aider à attirer immédiatement l'attention de l'auditoire :

- ✓ Si nous éveillons la curiosité, nous susciterons un grand intérêt au fur et à mesure que nous progresserons dans le discours, maintenant en haleine l'auditoire.
- ✓ Commencer par une narration d'intérêt fonctionne également bien ; le public adore qu'on lui raconte des choses intéressantes.
- ✓ Si nous commençons par un exemple précis, il est beaucoup plus probable qu'ils nous comprennent et nous suivent avec un vif intérêt ; nous pourrions ensuite continuer avec des considérations générales.
- ✓ Montrer un objet peut constituer la manière la plus simple d'attirer l'attention du public.
- ✓ Le fait de poser une question au début du discours est une des méthodes les plus sûres et efficaces pour ouvrir l'esprit des auditeurs et y pénétrer.
- ✓ Commencer par la bonne citation. Les paroles d'un homme célèbre et reconnu attirent toujours l'attention.

- ✓ Montrer comment le sujet affecte les intérêts suprêmes de l'auditoire : si nous commençons par un point qui touche directement les intérêts égoïstes de l'auditoire, nous ne pouvons qu'attirer l'attention. Nous éprouvons tous le plus grand intérêt envers ce qui nous concerne d'un mode majeur et transcendantal.
- ✓ Utiliser un début surprenant et extraordinaire, tel le suivant : « Savez-vous que le son d'une mouche qui marche sur un panneau de verre peut être transmis par radiophonie jusqu'au cœur de l'Afrique, et le faire sonner tel les chutes du Niagara ? ».

Maintenant que nous avons vu ces quelques astuces, nous pouvons commencer à composer et à pratiquer un bon début pour notre discours. Tachons de ne pas faire ce début trop formel, de réussir à ce qu'il paraisse désinvolte, inévitable, comme étant le fruit du hasard, qu'il n'ait pas cet arrière-goût de ce qui est étudié et préparé. Qu'il sonne spontané, naturel et humain, comme lorsque nous narrons un conte à quelqu'un.

Comment finir le discours

Le final, comment il se termine, est réellement le point le plus stratégique d'un discours. Ce qui se dit à la fin de la conférence, les dernières paroles qui continuent à résonner dans les oreilles de l'auditoire, sont probablement celles qui resteront le plus longtemps en mémoire. Il est donc nécessaire de savoir à l'avance, d'une forme très définie, par quelles idées ou images il va se terminer. Le final doit être répété plusieurs fois, même s'il n'est pas nécessaire d'employer les mêmes mots, les mêmes phrases à chaque fois. Mais il faut bien traduire clairement les idées en mots.

« Un discours improvisé durant sa prononciation est altéré ». Il faut parfois le raccourcir pour faire face aux circonstances imprévues, pour l'harmoniser aux réactions des auditeurs. Pour cette raison, il est bienvenu de pouvoir compter sur deux ou trois finals, plus ou moins prévus, au cas où l'un d'eux serait hors de propos.

Nous pouvons également, afin d'obtenir un bon final, recourir à quelques trucs qui aideront à ce que notre sortie soit « bien cousue » :

- ✓ *Résumer, répéter et schématiser brièvement les principaux points que nous avons traités.* Même dans les discours de seulement trois ou quatre minutes, l'orateur peut parfois développer tant de points différents qu'à la fin l'auditoire ne s'en rappelle plus clairement. Un politique irlandais recommandait : « Premièrement, dites-leur ce que nous allons leur dire. Deuxièmement, dites-leur. Et troisièmement, dites-leur ce que nous leur avons dit ».
- ✓ *Exhorter à l'action.* L'orateur désire que quelque chose soit fait, pour cette raison, ses arguments montrent la nécessité et les bénéfices qu'ils représentent pour tous.
- ✓ *Offrir une courtoisie sincère à l'auditoire.* Si nous réussissons à ce que l'auditoire se sente flatté et content d'un mode sincère, nous aurons conclu le discours d'une manière admirable. Mais, c'est clair, pour que cela soit efficace, il faut que cela soit sincère, parce que sinon, cela sonnera faux, très faux. Ainsi que pas d'extravagances, pas d'adulations pédantes qui pourraient ruiner tout l'exposé.
- ✓ *Provoquer les rires.* D'accord, ce n'est pas la panacée. Mais si nous avons des facilités pour cela et des arguments, c'est un bon moment pour déclencher les sourires, les rires et les éclats de rire.
- ✓ *Citer quelques vers appropriés.* Si nous avons la strophe adéquate pour culminer le discours, cela sera fantastique. La citation poétique rehausse l'exposé, le rend digne, l'embellit, l'individualise.
- ✓ *Citer un passage de la bible.* Nous serons bienheureux si nous avons l'opportunité de faire une citation biblique parce qu'elles produisent en général un effet profond.
- ✓ *Créer un climax.* Le climax, ou culmination, est une manière très populaire d'achever le discours. Mais cela est souvent difficile et ne s'adapte pas à tout le monde

ni à tous les thèmes, même si cela résulte excellent lorsque c'est bien fait. C'est comme escalader une montagne, une escalade qui se fait plus vigoureuse à chaque phrase.

Après avoir cherché, étudié et essayé au moins une bonne conclusion et un bon début, nous veillerons à ce qu'ils ne soient pas trop séparés. Nous devons toujours terminer un peu avant que l'auditoire ne le désire : la fatigue arrive juste après avoir atteint le sommet de la popularité.

BIEN PARLER EN PUBLIC

Il se dit qu'en réalité, nous devrions mieux penser face à un groupe de personnes que tout seul, vu que la présence de différents interlocuteurs en train d'écouter stimule et encourage. Un grand nombre de conférenciers affirment que la présence d'un auditoire est un stimulant, une inspiration qui oblige le cerveau à travailler avec plus de finesse et plus de clarté. En conséquence, dans de telles circonstances, des faits et des idées que nous ne pensions pas maîtriser nous apparaissent comme flottant dans l'espace devant nous, attendant que nous nous servions d'elles au moment opportun.

On y va

Des orateurs chevronnés recommandent, afin de se libérer de cette nervosité si dérangeante, de trouver quelque chose à faire face à l'auditoire : montrer quelque chose, écrire quelques mots sur le tableau, signaler un point sur une carte, déplacer une table, ouvrir une fenêtre, ordonner quelques livres ou papiers ou n'importe quel mouvement physique qui nous aidera à nous sentir à l'aise.

Bien qu'il ne soit pas toujours facile de trouver un motif pour exécuter ces mouvements, utilisons-les si nous le pouvons, mais seulement lors des premières fois. Les enfants ne s'agrippent pas aux chaises une fois qu'ils ont appris à marcher.

Une fois que nous savons de quoi nous allons parler, dirigeons-nous vers la tribune en respirant profondément :

Dans la tribu des Peuls, en Afrique Centrale, lorsqu'un jeune accède à la virilité et désire se marier, on l'oblige à célébrer la cérémonie de la flagellation. Les femmes de la tribu se réunissent, chantent et battent des mains au rythme des tambours. Le candidat s'avance, torse nu. Soudain, un homme empoigne un fouet et commence à châtier le jeune homme, frappant sa peau nue, le fustigeant. Le dos se remplit peu à peu de bleus, le sang commence à couler et apparaissent des blessures dont les cicatrices resteront à vie.

Durant toute la rossée, un vénérable juge de la tribu est situé face à la victime pour voir si elle bouge ou si elle montre le moindre signe de douleur. Pour passer avec succès l'épreuve, le torturé doit non seulement supporter tout cela sinon, de plus, chanter un hymne de louange pendant qu'on le fouette.

Bien sûr, il n'est pas nécessaire d'arriver à de tels extrêmes, mais il convient d'être conscient qu'en tout temps et en tout lieu, les hommes ont admiré le courage. Ainsi, même si le cœur bat la chamade, nous devons avancer d'un pas ferme, nous arrêter, et tenir bon tel le jeune homme d'Afrique Centrale, et comme lui, nous comporter comme si nous étions très contents.

Bien droits, mais avec tout le naturel du monde, regardons l'auditoire fermement et commençons à parler, en toute confiance, comme si l'auditoire nous était débiteur. Imaginons qu'il se soit réuni ici pour nous demander un sursis. L'effet psychologique nous sera bénéfique.

Soigner l'élocution

L'auditoire désire que l'orateur ne fasse pas de détours inutiles, et qu'il parle comme s'il était en train de bavarder

avec deux ou trois personnes. De la même façon, mais non avec le même volume de voix, car sinon, peu de personnes vous entendraient. Afin de ne pas perdre le naturel, il est nécessaire de parler avec plus d'énergie face à 40 personnes que face à une seule. C'est exactement ce que veut l'auditoire : le ton naturel, augmenté de volume. Ce naturel ne doit pas se remarquer. Les auditeurs ne doivent pas noter la façon de parler sinon les raisons.

La maîtrise de l'éloquence s'obtient uniquement par la maîtrise du thème dont nous désirons traiter. (Lloyd George)

Il y a quelque chose de plus, en dehors des mots. C'est la « saveur » avec laquelle nous les disons. Peu importe ce que nous disons, sinon comment nous le disons, le désir de faire voir ce que nous voyons et de faire sentir ce que nous sentons.

Nous sommes des orateurs uniques

Chacun de nous, psychologiquement s'entend, est une synthèse systématique d'éléments affectifs, intellectuels et actifs, divers de par ses origines, qui se coordonnent de différente manière selon ses complexes relations. Il n'existe pas dans le monde une personne qui soit comme nous. Nous sommes individuels. Ceci est notre précieuse vertu en tant qu'orateur.

Comment être naturels ?

Nous insistons de nouveau, la seule méthode pour acquérir le naturel est la pratique. Si pendant que nous pratiquons, nous nous rendons compte que nous devenons cérémonieux, arrêtons-nous et pensons : « Hé, que se passe-t-il ? Réveille-toi ! Ce n'est pas le bon chemin à suivre ! ». Imaginons que nous nous adressons à un auditeur, oublions les autres et conversons avec celui-ci. Supposons qu'il nous ait posé une question et que nous sommes en train de lui répondre. Si cela se produisait réellement, notre discours deviendrait immédiatement et inévitablement plus familier,

plus direct et naturel. Pensons donc que c'est précisément ce qui vient de se passer. Nous pouvons également nous poser des questions et ensuite y répondre. Par exemple, à un moment donné de notre discours, nous pouvons nous interrompre et dire : « Quelqu'un désire peut-être savoir sur quelles preuves je me base. Je dispose de suffisamment de preuves et je vais vous les exposer immédiatement... ». Et nous répondrons immédiatement à la question imaginaire. Ceci peut se faire avec tout le naturel du monde. Cela nous aidera à rompre la monotonie du discours et le rendra plus direct, plus agréable et intime.

La sincérité et l'enthousiasme, pour leur part, contribueront également au naturel. Lorsqu'une personne est sous l'emprise de la passion, sa véritable personnalité apparaît au grand jour. La Fougue de ses sentiments détruit toutes les barrières. Elle parle et agit spontanément. Elle est, simplement, naturelle.

Les quatre choses qui nous rendent naturels

Lorsque nous sommes en train de parler avec une autre personne et que le thème nous implique et nous préoccupe, nous appliquons quatre « normes » très importantes, qui nous aident à rendre notre discours naturel et à renforcer son contenu. Soyons conscient d'elles :

- ✓ *Nous accentuons les mots importants d'une phrase afin de subordonner les moins importants. Lorsque nous conversons, nous insistons sur certaines syllabes et nous prononçons ensuite les suivantes plus rapidement. Nous faisons la même chose avec les phrases. Nous faisons de telle sorte qu'un ou deux mots importants se distinguent des autres.*
- ✓ *Notre ton de voix, dans la conversation, parcourt toute la gamme depuis la note la plus aiguë à la plus grave et vice-versa. Nous ne savons pas pourquoi mais ce n'est pas réellement important. Concrètement, nous l'avons appris seuls, étant enfants, sans le vouloir ni le savoir. Que se passe-t-il alors, lorsque face à un auditoire la voix devient monotone, éteinte et ennuyeuse ? Lorsque*

nous nous rendons compte que nous sommes en train de parler avec ce ton monotone, qui généralement est aigu, arrêtons-nous un instant afin de nous dire : « Sois plus humain, plus naturel ». Quand nous commençons à utiliser ce ton et que nous le maintenons, ceux qui nous écoutent cesseront de nous prêter attention rapidement.

- ✓ *Varions la vitesse du discours, en disant rapidement les mots peu importants et en insistant plus longuement sur ceux que nous voulons mettre en avant.* Ceci est agréable, naturel, inconscient et scientifique. C'est, en définitive, une des meilleures manières pour mettre l'accent sur un concept avec suffisamment de vigueur.
- ✓ *Faisons une pause avant et après les idées importantes.* Certains orateurs, avant de commencer, ont l'habitude d'adresser un regard à l'enceinte, se récréant durant quelques instants lors de cette pause intentionnée. Ceci attire irrésistiblement l'attention de tous et il est probable qu'il se produise un profond silence dans la salle. Utilisez ensuite de nouveau ce procédé lorsque vous désirez souligner un paragraphe, obtenant ainsi un maximum d'intensité dans l'attention et l'intérêt de ses auditeurs. Les lieux où effectuer les pauses ne sont soumis à aucune règle, c'est plus une question de tempérament, de bon sens et de sentiment. La pause, ce silence prémédité, constitue réellement un outil puissant, trop important pour que nous puissions le dédaigner.

Si nous désirons parler naturellement, nous avons vu auparavant le naturel avec lequel nous parlons lors des conversations quotidiennes. Mais nous devons être conscients du fait que si nous appliquons notre manière quotidienne de converser à notre discours en public, il est probable que nous ayons besoin de perfectionner un grand nombre de rugosités (parler avec une voix désagréable, commettre des erreurs grammaticales, nous montrer maladroit, offenser...). Ainsi donc, prenons garde et perfectionnons notre méthode de conversation et nous pourrons ensuite « converser » face à un quelconque auditoire.

La respiration

La respiration est le fondement de la voix, c'est la matière première avec laquelle nous construisons les mots. La maîtrise de la respiration est notre premier pas vers l'amélioration de la voix.

Si nous faisons un usage approprié de la respiration, nous obtiendrons des tons complets, profonds, arrondis ; des tons attractifs, et non pas des sons criards et âpres ; des tons plaisants, qui se laissent écouter facilement.

Mais, quelle est la respiration correcte ? La respiration diaphragmatique, tout simplement. C'est la respiration que nous utilisions lorsque nous étions enfants. C'est celle que nous utilisons maintenant, lorsque nous sommes couchés, lorsque nous respirons librement. Nous ne savons pas exactement pourquoi il est nous est difficile de respirer comme il se doit si nous ne sommes pas en position horizontale.

Voici notre travail : employer la même méthode de respiration que celle que nous utilisons lorsque nous sommes couchés, lorsque nous sommes debout. L'exercice que nous devons pratiquer est le suivant :

Allongez-vous sur le dos et respirez profondément. Nous observerons que l'activité principale du processus se concentre dans le centre du corps. Lorsque nous respirons profondément dans cette position, nos épaules ne se haussent pas.

Les poumons, spongieux et poreux, se remplissent d'air et ont besoin de se dilater. Limité vers le haut et sur les côtés par une cage dont les parois sont formées par les côtes, l'épine dorsale et le sternum, le lieu le plus propice à l'expansion est la « base » de la cage, formé par un muscle fin et puissant qui sert également de « toit » à l'abdomen. Ce muscle puissant, le diaphragme, est arqué telle une voûte. Ainsi, tout en restant allongés, respirez profondément et posez les doigts de la main juste en-dessous du sternum. Nous sentirons à coup sûr le mouvement du diaphragme, se comprimant et se dilatant. Posez maintenant les mains sur les côtés de la cage, sur les extrémités inférieures des côtes,

et respirons profondément. Sentez-vous maintenant comment les poumons poussent les côtes flottantes ?

Il serait convenable de pratiquer cette respiration diaphragmatique durant cinq minutes lorsque nous nous couchons et durant cinq minutes avant de se lever. La nuit, cette respiration calmera nos nerfs et nous préparera au sommeil. Le matin, elle nous animera et nous éclaircira les idées. Si nous faisons ceci assidûment, nous améliorerons non seulement notre voix sinon notre santé en général.

Le repos absolu

Un célèbre chanteur d'opéra disait que le repos est le fondement d'une bonne voix. Nous devons donc apprendre à détendre tout notre corps car il influe tout entier sur les cordes vocales. C'est très simple. Il n'y a rien à faire. Il s'agit plutôt de ne rien faire. La nuit, lorsque nous sommes allongés sur le dos dans le lit, et que nous avons pratiqué la respiration diaphragmatique, nous penserons que nous sommes un sachet de coton. Nous imaginerons que toute l'énergie des bras, des jambes, du cou, s'écoule vers le centre de notre corps. Notre mandibule se relâche et s'entrouvre. Tout notre corps pèse énormément sur le lit, comme si nous ne pourrions jamais nous lever. Maintenant, respirons profondément, lentement, naturellement, en ne pensant à rien d'autre que d'être à l'aise et au repos absolu.

Lorsque nous aurons développé la délicieuse sensation de cette forme de repos, nous nous efforcerons de l'introduire également dans notre vie quotidienne.

Lorsque nous y serons parvenus et que nous maîtriserons la respiration, nous serons à un pas d'avoir une bonne voix qui fera les délices de tout heureux auditeur.

**COMMENT PRÉPARER
SON PREMIER DISCOURS
ET FAIRE FACE À LA
NERVOSITÉ**

Une courtoisie de International Thomson

Lorsque le professeur Martin termina d'expliquer l'objectif du cours, il annonça que lors de la classe suivante, tout le monde présenterait un bref discours à propos d'une expérience personnelle, afin de rompre la glace avec le public.

« J'aimerais que vous fassiez un discours de deux à trois minutes. L'objectif du travail consiste à vous familiariser avec les étapes de la préparation du discours, et avec l'importance de considérer et d'utiliser les expériences personnelles pour de futurs discours plus longs. »

La première réaction d'André fut de paniquer, mais au fur et à mesure que le professeur Martin expliquait, brièvement, les étapes basiques de la préparation et donnait quelques conseils pratiques pour dominer la nervosité, André pensa : « Maintenant que je connais les étapes logiques et la méthode à suivre pour faire une allocution, je pense que j'y arriverai ! »

Il est possible que l'on vous ait assigné une tâche similaire dans le cadre de ce cours. Que faire alors ? La meilleure manière de faire face à la nervosité que tous les orateurs subissent est de se mettre debout, face à la classe, le plus rapidement possible. Que l'on vous ait assigné une tâche similaire ou non, et indépendamment de ce que vous éprouvez maintenant, vous serez alors d'accord avec André : « Je pense que j'y arriverai ! ».

Selon les objectifs spécifiques du cours, le nombre d'étudiants dans la classe, et le nombre et la longueur des discours assignés, votre « brise-glace » peut être un discours narratif court, en guise d'introduction personnelle, dans lequel vous rapportez une expérience personnelle, ou un discours bref concernant un sujet à propos duquel vous avez une large expérience personnelle.

Dans la première partie de ce chapitre, nous vous proposerons un résumé des étapes à suivre lors de la préparation du discours efficace, étapes que nous analyserons dans la seconde partie. Nous examinerons également, dans cette dernière, les méthodes pour faire face à la nervosité qui apparaît lorsque nous prononçons un discours. Bien que le chapitre soit structuré pour vous aider lors la narration d'une expérience personnelle (appelée

parfois discours narratif), les étapes ici introduites sont essentiellement les mêmes pour n'importe quel discours.

LE PLAN POUR UN DISCOURS EFFICACE

En tout cas, que vous soyez un agent de ventes qui travaille à une campagne publicitaire pour Procter and Gamble, un entraîneur qui essaye de motiver son équipe avant d'affronter son grand rival, ou un étudiant qui va prononcer un discours durant le cours, vous aurez besoin d'un plan de discours –une stratégie pour atteindre votre objectif- si vous désirez avoir de fortes probabilités de succès.

Dans quasiment tous les cas, le plan pour un discours efficace se base sur les réponses aux questions suivantes :

- ✓ Quel est mon objectif dans la cadre de ce discours ?
- ✓ Où puis-je trouver l'information dont j'ai besoin afin d'atteindre mon objectif ?
- ✓ Comment puis-je organiser et structurer cette information pour atteindre mon objectif ?
- ✓ Comment puis-je adapter au mieux mon discours au public ?
- ✓ Quels soutiens visuels puis-je utiliser pour transmettre de façon optimale l'information ?
- ✓ Sur quoi dois-je me concentrer lorsque je pratique le langage du discours ?
- ✓ Sur quoi dois-je me concentrer lorsque je pratique la présentation de mon discours ?

Nous répondrons amplement dans la seconde partie de ce livre à ces sept questions. Pour l'instant, nous souhaitons vous donner les réponses basiques qui vous aideront pour votre discours « brise-glace ».

Objectif du discours : *ce que vous désirez que vos auditeurs sachent, pensent ou fassent.*

Objectif

1. Quel est mon objectif dans le cadre de ce discours ?

Votre **objectif de discours** est la déclaration de ce que vous désirez que le public sache, pense ou fasse. Pour atteindre cet objectif, vous devez commencer par sélectionner un sujet. Indépendamment de que vous soyez un orateur de renom ou que vous soyez en train de préparer votre premier discours, le conseil pour déterminer de quoi parler est le même : sélectionner un sujet que vous connaissez et qui soit important pour vous.

André Gilles (dont le résumé du discours, et le discours en soi, apparaissent à la fin de ce chapitre, aux figures 2 et 3) reçut des instructions pour parler d'une expérience personnelle. Il considéra différentes expériences qu'il trouvait humoristiques, et que la classe aimerait écouter. Quant à son sujet, il sélectionna « l'histoire du casier », une expérience honteuse qui eut lieu dans le gymnase local : il pensa que quelqu'un lui avait volé ses vêtements.

Étant donné qu'un discours est conçu pour être prononcé face à un public, dans un cadre particulier, vous devez penser, avant de le planifier, à quel public il s'adresse, afin de prévoir son degré d'intérêt envers le sujet, sa capacité à comprendre le contenu du discours, et son attitude envers le sujet et vous-même. Basez ces prédictions sur l'information que vous réunissez en ce qui concerne votre public, en incluant le genre, la culture, la moyenne d'âge, le niveau culturel, la profession, le niveau de revenus et la filiation du groupe. Lorsque vous étudierez ces facteurs, évaluez le matériel qui produit une réaction quelconque du public, et vous obtiendrez sans aucun doute une réponse. Bien que vos publics, dans la vie réelle, varient considérablement dans chacune de ces caractéristiques, le résultat de ce travail d'ouverture supposera qu'une grande partie de votre public partagera la plupart de vos caractéristiques personnelles.

Le cadre est également digne d'être pris en compte. En général, les points notables sont : la taille du public, quand se fera le discours, où il sera prononcé, les installations nécessaires à cet effet, le temps imparti, et la tâche spécifique. De nouveau, étant donné que vous parlerez dans

le même salle de cours durant toute la période académique, il convient que vous déterminiez chaque particularité de l'espace que vous considérez nécessaire. Le plus important, pour ce premier discours, est la taille du public et votre limite de temps.

André Gilles pensa que ses condisciples s'identifieraient à son expérience, étant donné que la majorité des étudiants ont éprouvé la peur d'oublier le numéro de leur casier ou la combinaison du cadenas, ou la crainte de perdre ses biens.

Il savait également que le discours s'adressait à un public d'environ vingt compagnons de classe, que la tâche consistait en un discours narratif, et que son temps était limité à trois minutes.

Une fois que vous aurez à l'esprit le sujet, et que vous aurez analysé le public et le cadre, vous pourrez formuler votre objectif de discours. Tout discours a un objectif général et un spécifique, ceux que l'orateur se propose de réaliser. Pour les discours dans le cadre de la classe, votre objectif est presque toujours déterminé par le travail demandé. Il se peut que l'on vous assigne un discours informatif, dans le cadre duquel vous désirerez que votre public comprenne votre information ; ou un discours persuasif peut-être, dans le cadre duquel vous désirerez que votre public pense quelque chose ou qu'il agisse d'une manière particulière. En vue d'un discours brise-glace, l'objectif sera peut-être de faire en sorte que votre public passe un bon moment en écoutant votre expérience personnelle.

Votre objectif spécifique articule exactement ce que vous voulez que le public comprenne, pense ou fasse. Par exemple, pour un discours informatif, Gabriel, membre de l'équipe de basket, énoncera peut-être ainsi son objectif : « Je veux que mon public comprenne comment réaliser un lancer en extension ». Ling, étudiante née en Chine, formulera peut-être son objectif en disant : « Je désire que le public ait une appréciation de la culture chinoise ». En vue de cette tâche narrative, son objectif tendra à être prononcé comme celui d'André.

Étant donné que le travail d'André fut un discours narratif, son objectif général consista à faire en sorte que le

public profitât de son expérience. Spécifiquement, André voulait que le public rit du fait de se rendre compte que ses vêtements n'avaient pas été dérobés.

Matériel du discours

2. Où puis-je trouver l'information dont j'ai besoin pour atteindre cet objectif ? Pour tout discours, il est nécessaire de disposer d'une information objective dérivée des sources de recherches manuelles et électroniques que vous considérez pertinentes. Cependant, vous désirez également, sans tenir compte du discours, utiliser certaines de vos expériences personnelles drôles, émouvantes ou intéressantes. Il est important, pour cela, de choisir un thème que vous connaissez, afin de pouvoir y greffer des informations qui vous sont propres, ce qui vous permettra de donner plus de sens au discours. Gabriel, par exemple, qui est dans l'équipe de basket, pourra faire un meilleur discours, à propos de comment effectuer un lancer en extension, qu'une personne qui n'a aucune expérience dans ce sport. Pourquoi ? Hé bien parce que les lancers en extension constituent une grande partie de son expérience. De la même façon, Ling, la jeune fille née en Chine, pourra prononcer un meilleur discours sur la culture chinoise qu'une personne qui n'a pas vécu cette même expérience directe.

En ce qui concerne les travaux de classe d'un niveau plus élevé, il vous sera facile d'élaborer du matériel dérivé de votre propre connaissance et de vos expériences, observations, entrevues, enquêtes et recherches. Dans le cadre d'un discours afin de rompre la glace, vous devrez souvent utiliser votre propre expérience, principalement, pour élaborer votre information.

Quant à la narration concernant l'expérience personnelle d'André, il a seulement eu besoin de reconstruire les détails de son expérience au gymnase.

La narration présente normalement un point central : le climax, autour duquel se construisent les détails. Pensez soigneusement au point central de votre histoire.

La narration se développe à l'aide de détails de soutien qui lui procurent le cadre et qui enrichissent l'histoire dans le but que le point central ait une efficacité optimale. Essayez de déterminer et de développer les détails qui intensifieront l'impact.

La narration implique souvent le dialogue. L'histoire est plus amusante pour les membres du public qui l'écoutent si elle s'expose par le biais d'un dialogue.

La narration est souvent drôle. Bien que toutes les narrations ne soit pas drôles, l'humour sert à maintenir l'attention du public et à faciliter l'établissement du contact entre ce dernier et l'orateur.

Organisation

3. Comment puis-je organiser et structurer cette information afin d'atteindre mon objectif ? Un discours bien organisé comprend une introduction, un corps central et une conclusion. Étant donné qu'il est plus facile de travailler une introduction lorsqu'on connaît le contenu du discours, il vaut mieux commencer par organiser le corps central du discours avant de prendre en considération l'introduction ou la conclusion. Durant le processus, vous désirerez peut-être élaborer le profil ou résumé. Même si vous pouvez être tenté de vous asseoir et de « rédiger » le discours selon ce qui vous vient à l'esprit, vous vous rendrez compte, lors des chapitres suivants, que les discours peuvent mieux s'organiser et se développer si nous élaborons d'abord un résumé.

Vous voudrez peut-être commencer par soigneusement rédiger les points principaux, en suivant un patron d'organisation qui communique clairement le matériel. Deux des patrons d'organisation les plus communs sont le patron chronologique et le patron thématique (nous analyserons postérieurement les types d'organisations qui peuvent être utilisés dans le cadre de discours informatifs et persuasifs). Grâce au patron **chronologique**, vous suivez un ordre de séquences qui va du premier événement au dernier. Ainsi, si

vos discours à propos de votre expérience personnelle traitent de quelque chose qui vous est arrivé, il est probable que vous organisiez l'information selon les points principaux : qu'est-il arrivé d'abord, ensuite et à la fin. Dans certaines circonstances, vous considérerez peut-être que votre discours sera mieux présenté d'un mode thématique.

Chronologique ordre de séquences qui va du premier événement au dernier

Le patron **thématique** suit une séquence d'en-têtes. Ling, par exemple, pourrait avoir une expérience qui serait interprétée d'une manière par ses parents chinois et d'une autre par ses compagnons de classe américains. Ainsi, pour contraster les deux interprétations, elle choisit de parler de l'expérience dans les deux en-têtes.

Thématique séquence d'en-têtes

Étant donné que les événements, dans la plupart des expériences personnelles, se présentent au fur et à mesure qu'ils se succèdent, ils sont généralement narrés suivant un ordre chronologique. André Gilles, par exemple, structura son discours, à propos de son expérience personnelle, en trois parties.

Après avoir profilé le corps du discours, faites un brouillon de l'introduction et de la conclusion. Il est souhaitable que votre introduction capte, au moins, l'attention du public et qu'elle vous serve de guide afin de continuer avec le corps du discours. Comme il est impossible de garantir que le public prête pleinement attention au discours, trouvez le moyen d'attirer l'attention sur le thème dès le début. Dans le cadre d'un court discours initial, vous pourriez commencer par poser une question ou faire un commentaire humoristique ou surprenant.

André Gilles commença son discours par un commentaire humoristique : « Il y a peu de temps, je me suis inscrit à un gymnase local, dans le but précis de faire de la

musculature et avec l'espoir qu'un jour, il soit difficile de faire la différence entre Arnold Schwarzenegger et moi ».

Il convient que la conclusion du discours remémore ce que vous venez d'exposer. Cependant, le discours narratif se termine souvent par une conclusion dérivée du climax. Par exemple, lorsque vous lirez le discours d'André Gilles, vous vous rendrez compte qu'il termine avec le climax lui-même afin d'obtenir un meilleur effet. Si un discours majeur possède une introduction, un corps central et une conclusion, le discours narratif, lui, présente une seule histoire unifiée.

Quand vous pensez que vous avez terminé, révisez le résumé élaboré antérieurement afin de vérifier si les parties correspondent à votre objectif. Il est important de mettre par écrit tous les discours que vous prononcerez. Cela vous aidera à contrôler la clarté et la logique de l'organisation que vous aviez à l'esprit. Un profil complet inclut les parties fondamentales de l'introduction, les points principaux, les points subordonnés importants du corps du discours et le point de soutien clé, les transitions de sections et les parties fondamentales de la conclusion.

Lorsque vous terminerez votre discours à propos de votre expérience personnelle, la structure devra être ainsi :

Thème :

Introduction : (début, énoncé d'ouverture)

Histoire : (le corps ou partie centrale du discours)

Climax : (fin du discours ou conclusion)

Bien que certains orateurs expérimentés soient capables de développer un profil mentalement, la plupart d'entre nous avons besoin de voir par écrit ce que nous désirons faire. Si les parties du discours fluent d'une manière logique, allant d'une à l'autre, le public pourra alors suivre votre discours.

Le profil ou résumé du discours narratif d'André Gilles apparaît à la figure 2 ; remarquez qu'il est très bref. Un profil contient généralement moins d'un tiers des mots du discours

réel (voyez le discours d'André à la figure 3). Ceci donne à André l'opportunité d'ajouter l'information d'un mode à chaque fois différent lorsqu'il met en pratique l'élaboration d'un discours.

Bien que le profil, pour un discours narratif, n'inclue pas toutes les parties que vous devrez utiliser dans un discours majeur, le format illustre l'objectif spécifique, les trois parties du discours et les symboles utilisés pour désigner les points principaux et les points subordonnés.

Adaptation au public

4. Comment puis-je adapter au mieux mon discours au public ? Une fois que vous aurez correctement organisé votre discours, commencera alors le travail de l'adapter à votre public spécifique. L'**adaptation** signifie mettre en relation les intérêts et les besoins du public de façon verbale, visuelle et vocale. Bien qu'un orateur efficace prenne en considération les besoins du public dans toutes les étapes du processus de préparation, l'adaptation est particulièrement importante lorsque la structure basique est définie.

Adaptation relation du discours avec les intérêts et les besoins du public

La manière la plus facile d'adapter votre discours au public, tout particulièrement lors du premier discours, est de créer un langage commun, en utilisant des pronoms personnels et possessifs (comme *moi, vous, nous, toi et notre*), et en posant des questions rhétoriques (questions pour lesquelles vous n'attendez pas réellement de réponse de la part du public). Par exemple, vous commencerez peut-être votre discours en disant, « Je suis sûr que nous avons tous eu des expériences que nous avons rapidement oubliées... » ou « Vous rappelez-vous comment c'était lorsque vous... ». Nous analyserons, plus en avant, d'autres manières de personnaliser l'information. Au fur et à mesure que vous acquerez plus d'habileté, vous vous rendrez compte que vous êtes capable de transmettre votre information de manière à ce

que votre public réalise que vous êtes en train de penser à *eux*, pendant que vous parlez.

André utilisa des pronoms personnels et d'autres procédés afin de créer un terrain d'entente commun, lorsqu'il raconta son expérience.

Soutiens visuels

5. Quels soutiens visuels puis-je utiliser pour transmettre de façon optimale l'information ? Vous pouvez décider de créer un soutien visuel, y compris pour un discours très court, qui vous aide à éclaircir, à souligner ou optimiser l'information verbale. Le public tend à mieux comprendre et à retenir l'information lorsqu'il la reçoit par le biais de la vue ou de l'ouïe. En utilisant des objets, des modèles, des graphiques, des représentations picturales, des projections et des images de synthèse de manière créative, les orateurs efficaces peuvent maximiser l'effet de leur information.

Les soutiens visuels éclaircissent, soulignent et transmettent mieux l'information.

Bien que les soutiens visuels s'utilisent moins pour les discours narratifs courts, comme celui d'André Gilles, les orateurs professionnels tendent à faire un usage plus intense des soutiens visuels lors de leurs présentations informatives et persuasives les plus importantes.

Langage

6. Sur quoi dois-je me concentrer lorsque je pratique le langage du discours ? Les idées se communiquent au public par le biais de messages verbaux et non verbaux. Choisissez donc soigneusement la rédaction des points principaux et du matériel de soutien. Si vous n'avez pas réfléchi à comment mieux exprimer vos idées clé, vous courez le risque de perdre une grande opportunité de les communiquer efficacement. Lors des séances pratiques, insistez sur la clarté, la force, l'emphase et la convenance du langage.

Dans son discours narratif, André Gilles essaya d'être le plus précis possible lorsqu'il raconta les détails, afin que le public eût une image mentale vivante des faits.

Présentation

7. Sur quoi dois-je me concentrer lorsque je pratique la présentation de mon discours ? Bien qu'un discours soit constitué de mots, ce qui détermine son efficacité réside principalement dans l'usage de la voix et de la gestuelle. Vous souhaitez peut-être faire une présentation de manière enthousiaste, avec variation de la voix et avec emphase, et avec un bon contact visuel (en regardant les membres du public pendant que vous parlez). Postérieurement, nous analyserons comment atteindre ces objectifs. Pour le moment, pendant que vous vous préparez pour votre premier discours, imaginez seulement comment il sonne et se distingue lorsque vous êtes en train de parler avec un ami de quelque chose qui vous est arrivé. Vous verrez probablement directement la personne pendant que vous lui parlerez ; étant donné que vous serez ému, votre voix démontrera peut-être de l'enthousiasme ; et comme vous serez en train de penser activement, votre visage et vos mains refléteront peut-être vos sentiments.

Très peu de gens peuvent présenter des discours de manière efficace sans une pratique considérable. L'objectif consiste à répéter votre discours jusqu'à ce que vous puissiez le prononcer de manière extemporanée dans le temps imparti. N'essayez en aucune circonstance de mémoriser le discours. Tout au long du livre, nous insisterons sur l'**oratoire extemporanée**, c'est-à-dire de prononcer un discours que l'on a répété, profilé et pratiqué, jusqu'à ce que les idées fondamentales se soient affirmées à l'esprit, mais en variant la rédaction entre les différents essais, tout comme dans la présentation réelle. En gardant à l'esprit les points principaux de la séquence, vous pourrez développer ou raccourcir l'histoire, en incluant ou en excluant des détails de l'expérience.

Oratoire extemporanée : présentation d'un discours que l'on répète, que l'on profile et pratique jusqu'à ce que les idées fondamentales s'affirment à l'esprit, en variant la rédaction entre les différents essais, tout comme la prononciation réelle.

Vous devrez pratiquer le discours un certain nombre de fois, selon la situation. Lorsque le discours contient des idées qui ne vous sont pas familières, vous devrez peut-être le répéter autant de fois que nécessaire avant de le prononcer d'une manière efficace, ou d'acquiescer de la sûreté afin de la présenter dans le temps imparti. D'un autre côté, lorsque les idées vous sont familières, il vous sera facile d'atteindre vos objectifs avec peu de pratique. Bien que votre matériel narratif tende à être remémoré avec facilité, il sera nécessaire de le répéter plusieurs fois afin de réduire l'anxiété que la majorité des orateurs débutants éprouve.

La pratique du discours requiert d'être debout dans un cadre qui soit similaire à celui réel et de le présenter à voix haute

Pour pratiquer, trouver un lieu où vous ayez suffisamment d'espace pour vous mettre debout, et imaginez-vous les personnes assises face à vous. Si vous pouvez pratiquer dans une salle de classe vide, mieux encore. Vous pouvez cependant vous faire une idée de la situation en pratiquant dans votre chambre. Si vous avez un magnétophone, enregistrez votre séance d'essais. Lorsque vous êtes prêt, prononcez votre discours complet une fois. Ne vous arrêtez pas. Si vous rencontrez des difficultés, ne vous inquiétez pas, continuez jusqu'à ce que vous finissiez. Écoutez ensuite la cassette ou réviser le discours mentalement. Considérez le profil du discours ; décidez ce que vous devez faire d'une manière différente. Ensuite, examinez-le immédiatement à fond. Si vous n'êtes pas satisfait du résultat, réviser-le une ou deux fois de plus –avant d'aller vous coucher peut-être.

André Gilles répéta son discours plusieurs fois avant le jour qui lui était attribué pour faire son exposé. Lors de son discours, André parla avec enthousiasme et maintint un bon contact visuel avec ses compagnons de classe.

Le profil suivant et la figure 1 résument les étapes à suivre d'un plan de discours efficace qui évolue à partir des réponses aux sept questions. Ces étapes seront analysées de façon détaillée dans les huit chapitres qui constituent la seconde partie de ce livre.

Figure 1.

Le plan de discours efficace est le résultat de ces sept étapes à suivre

UN

Déterminez l'objectif

DEUX

Réunissez l'information

TROIS

Organisez l'information

QUATRE

Développez une stratégie

CINQ

Créez des soutiens visuels

SIX

Pratiquez le texte du discours

SEPT

Pratiquez l'exposé du discours

I. Déterminez un objectif de discours spécifique qui puisse s'adapter à votre public

- A.** Sélectionnez un sujet de l'aire de contenus que vous connaissez et qui vous intéresse.
- B.** Analysez votre public.
- C.** Analysez le cadre.
- D.** Articulez votre objectif lorsque vous déterminez la réponse que vous désirez recevoir du public.

II. Découvrez, réunissez et évaluez l'information que vous pourrez utiliser dans votre discours.

- A.** Recherchez les sources, de manière manuelle ou électronique, qui vous procureront une information de qualité.
- B.** Organisez des notes sur l'information que vous considérez pertinente pour votre objectif de discours spécifique.

III. Organisez, profilez et développez votre matériel de manière à ce qu'il s'adapte au mieux à votre public.

- A.** Écrivez un énoncé de thèse qui indique les données spécifiques de l'objectif du discours.
- B.** Résumez les points importants sous la forme d'énoncés complets qui soient clairs, concordants, et ayant une bonne signification.
- C.** Classez les points importants, en suivant un patron d'organisation qui satisfasse les besoins du public.
- D.** Créez les transitions de section qui vous serviront de repères.
- E.** Élaborez une introduction qui capte l'attention du public, qui détermine le ton, qui fasse preuve de bonne volonté, qui soutienne votre crédibilité et qui vous serve de guide vers le corps central du discours.
- F.** Écrivez une conclusion qui résume le matériel et qui termine le discours sur une note haute en couleur.

G. Révisez et complétez le profil du discours.

H. Préparez les notes de l'orateur à partir du profil.

IV. Développez une stratégie afin d'adapter votre matériel au public spécifique du discours.

A. Établissez un terrain d'entente.

B. Adaptez-vous au degré d'intérêt du public.

C. Adaptez-vous au niveau de compréhension du public.

D. Adaptez-vous à l'attitude du public envers vous.

E. Adaptez-vous à l'attitude du public envers votre sujet.

V. Créez des soutiens visuels afin d'éclaircir, de souligner et d'optimiser l'information verbale.

VI. Pratiquez le discours jusqu'à ce que la rédaction soit claire, intense, emphatique et appropriée.

VII. Pratiquez le discours jusqu'à ce que l'exposé soit enthousiaste, expressif, fluide, spontané et direct.

A. Utilisez la voix et l'action du corps pour développer une bonne qualité conversationnelle.

B. Répétez le discours jusqu'à ce que vous puissiez le prononcer d'une forme extemporanée dans le temps imparti.

COMMENT FAIRE FACE A LA NERVOSITÉ

La question qui se pose fréquemment en rapport avec l'oratoire est : « Que puis-je faire pour maîtriser ma nervosité ? » Pratiquement tout le monde, en effet, affirme éprouver de la nervosité lorsqu'on se réfère à la pratique de parler en public ; la bonne nouvelle est que nous pouvons apprendre à vaincre cette nervosité. Que nous l'appelions trac, peur au discours, timidité, réticence, appréhension au discours ou à l'aide d'un autre terme, le sentiment est essentiellement le même : la peur ou l'anxiété à propos de l'interaction avec l'oratoire.

Nervosité état de crainte ou d'anxiété à propos de l'interaction avec l'oratoire.

Nervosité cognitive penser à la nervosité que l'on éprouvera.

Nervosité comportementale Caractéristiques de nervosité déployées physiquement.

Même si nous pouvons éprouver un certain degré de nervosité lors de n'importe quelle situation, la plupart d'entre nous l'éprouvons plus intensément lorsque nous devons parler en public. Une partie de cette nervosité est cognitive, c'est-à-dire que nous pensons d'habitude que nous nous sentirons nerveux dans cette situation. Une grande partie de notre nervosité est comportementale, ce qui revient à dire que nous déployons physiquement certaines caractéristiques. Par exemple, nous sentirons peut-être des crampes abdominales, avoir les mains moites, la bouche sèche, et utiliser des expressions pour combler les vides, ou des tics de langage tels que « heu », « comme » et « vous savez ». Les personnes peuvent éviter de parler en public, mais si elles sont obligées de s'exprimer devant beaucoup de personnes, elles le font durant le laps de temps le plus court possible.

Pour vous aider à faire face à la nervosité, soyez conscient que la peur n'est pas une question d'avoir ou de ne pas avoir peur : c'est une question de degré. La plupart d'entre nous entrons dans l'intervalle compris entre les deux

extrêmes d'absence totale de nervosité et de peur absolue. L'important est que le nervosité par rapport à la pratique du discours en public est *normale*.

La majorité d'entre nous pensons que nous serions mieux si nous nous libèrerions totalement de la nervosité. Mais Gérald Phillips découvrit, après des années d'études, que la nervosité n'est pas nécessairement négative. Il souligna que l'« apprentissage est mieux réalisé lorsque l'organisme est en état de tension ». En effet, un peu de nervosité nous aide à réaliser un meilleur exercice : si vous êtes indifférents au moment de prononcer votre discours, vous ne ferez probablement pas un bon travail.

Étant donné qu'un peu de tension est pour le moins constructive, l'objectif n'est pas d'éliminer la nervosité, sinon d'apprendre à y faire face. Phillips cite les résultats de recherches sur la nervosité de l'orateur avec un groupe d'étudiants. Il découvrit que quasiment tous les étudiants éprouvaient de la tension, mais la majorité avaient appris à faire face à leur nervosité. Phillips affirme que : « ils apprennent apparemment à manier la tension ; ils ne la considèrent plus comme un handicap et ils continuèrent avec ce qu'ils avaient à faire ».

Ainsi donc, nous pouvons conclure que presque toutes les personnes qui parlent en public, que ce soit la première fois ou la cinquantième, éprouvent de la nervosité. Nous verrons maintenant quelques points dont vous devrez tenir compte lorsque vous préparerez votre premier discours.

Conseils sur la technologie

Internet offre une grande variété de sources sur le thème de l'appréhension au discours. La majorité d'entre elles offrent des suggestions que des personnes ont considérées très utiles. Si vous désirez obtenir des idées et/ou des histoires de la vie réelle additionnelles à propos du trac, ouvrez les moteurs de recherche tels Yahoo !, Lycos ou Infoseek, tapez « speech apprehension » ou « stage fright », et lisez les segments d'information qui vous paraissent les plus intéressants.

1. Malgré la nervosité, vous pouvez réussir à terminer votre discours. Beaucoup de personnes se sentent si gênées par le fait de se sentir nerveuses qu'elles n'arrivent pas à « fonctionner ». Cela ne vous paraîtra peut-être pas amusant de sentir des « palpitations », mais vous pouvez même ainsi prononcer un discours efficace. Au long de toutes ces années durant lesquelles j'ai enseigné, j'ai écouté des milliers de discours d'étudiants. Pendant tout ce temps, j'ai seulement connu deux étudiants qui étaient incapables de prononcer un discours. D'autres oubliaient une partie de ce qu'ils avaient prévu de dire et certains sortaient du discours planifié, mais ils prononcèrent tous leur discours. Plus encore, certains étudiants, qui affirmaient être pétrifiés de peur, présentèrent des discours réellement excellents.

L'expérience nous enseigne que certaines personnes considérées nerveuses en ce qui concerne la pratique du discours parlé pensent avec raison que la nervosité porte préjudice à leur exercice. Nous avons cependant suffisamment de cas de célèbres conférenciers qui avouent avoir éprouver de la nervosité, et qui, malgré cela, tinrent leur rôle à de si hauts niveaux que nous pouvons conclure que la nervosité en soi n'est pas nécessairement un défaut ou un préjudice pour l'exercice. Barbara Streisand ou Abraham Lincoln avouèrent avoir éprouvé une grande nervosité avant de faire face à leur public, et même ainsi, leur exercice ne se vit en aucun cas affecté par la nervosité.

Même si la plupart des orateurs avouent éprouver de la nervosité face à la possibilité de prononcer un discours important, les signes externes d'anxiété sont en grande partie atténués lorsque l'orateur est bien préparé et a pratiqué suffisamment à l'avance.

2. Contrairement à ce que l'on pourrait supposer, les auditeurs ne s'aperçoivent pas de la peur que vous éprouvez. L'idée que les publics se rendent compte de la peur qu'éprouve l'orateur génère, souvent, encore plus de peur. Cependant, le fait est que les membres du public sont rarement conscients de la nervosité d'une personne. Par exemple, une étude classique découvre que mêmes les

instructeurs de discours prennent peu en compte le trac qu'éprouve une personne.

3. Plus vous serez préparé, plus vous aurez de possibilités de faire face à la nervosité. La plupart des personnes se montrent très nerveuses lorsqu'elles ne sont pas bien préparées ou qu'elles pensent qu'elles ne le sont pas. Selon Gerald Phillips, une approche positive afin d'éviter la nervosité est « (1) d'apprendre comment essayer, (2) d'essayer, (3) d'avoir un peu de réussite ». Ce livre de texte vous aidera à vous préparer pour vos discours, à réaliser plus d'essais concluants. Lorsque vous reconnaîtrez que vous êtes réellement préparé, vous ferez moins attention à votre nervosité. Vous vous sentirez capable de vous convaincre que vous pouvez réaliser un bon travail. L'étude réalisée par Kathleen Ellis renforce les découvertes préalables de la recherche, dans le sens que la concurrence, dans le cadre de l'oratoire, auto-perçue par les « étudiants, est sans aucun doute un important facteur de prédiction de son anxiété envers l'oratoire ».

4. Plus vous obtiendrez d'expérience dans le discours parlé, meilleures seront vos possibilités de faire face à la nervosité. Les débutants éprouvent de la crainte parce qu'ils n'ont pas d'expérience en oratoire. Au fur et à mesure que vous prononcerez des discours et que vous vous rendrez compte des progrès réalisés, vous gagnerez en confiance en vous-même, et vous vous préoccuperez moins d'un quelconque état de nervosité que vous pourriez éprouver. Les recherches ont démontré que la peur de communiquer, lors des cours basiques, se réduit au fur et à mesure que croît l'expérience accumulée des discours publics.

5. Les orateurs expérimentés apprennent à canaliser leur nervosité. Comme nous l'avons mentionné antérieurement, la nervosité que vous éprouvez est, jusqu'à un certain point, positive. Un certain degré de nervosité est nécessaire afin de réaliser un meilleur exercice. Vous souhaitez que votre nervosité se dissipe lorsque vous commencez votre discours. Tels les joueurs de football, qui signalent que leur nervosité

disparaît une fois qu'ils ont commencé à jouer, les orateurs constatent également que leur nervosité disparaît lorsqu'ils commencent à parler.

Comportements particuliers

Nous exposons ci-après certains comportements spécifiques que les orateurs utilisent afin de contrôler la nervosité. La nervosité s'affronte dès la période de préparation du discours, et jusqu'au moment où l'orateur commence réellement ce dernier.

1. Choisissez un thème avec lequel vous vous sentez à l'aise. Un thème qui ne vous satisfait pas facilitera une situation mentale psychologique qui vous garantira très certainement la présence de la nervosité au moment de prononcer votre discours. Pour cette même raison, si vous pouvez compter sur un thème que vous connaissez bien et qui vous résulte important, vous faciliterez alors l'expérience d'un discours satisfaisant.

2. Prenez le temps nécessaire afin de bien préparer votre discours, et pratiquez, pratiquez et pratiquez encore. Si vous cherchez un soutien et que vous essayez de trouver du matériel, de l'organiser, d'écrire un brouillon et de répéter le discours, tout cela en une heure ou deux, il est quasiment sûr que ce sera un échec et que cela détruira votre confiance. D'autre part, si vous pratiquez chaque jour durant une semaine avant de prononcer le discours, vous éprouverez beaucoup moins de pression et votre confiance augmentera.

L'expérience dans la préparation et dans le temps, et la difficulté du discours, conditionneront votre programme. Les orateurs expérimentés, par exemple, commencent souvent à faire des recherches un mois avant la date à laquelle ils devront prononcer leur discours ; ensuite, ils réservent une semaine complète à sa révision et à sa répétition.

Se préparer pleinement inclut le temps nécessaire aux répétitions. Répétez votre discours au moins deux ou trois fois. Votre objectif consiste à créer des habitudes qui contrôlent votre comportement durant le discours même.

L'aventure amoureuse des américains envers l'athlétisme professionnel nous a bien enseigné quelque chose : une soigneuse préparation forment les athlètes (ou les orateurs) à faire face d'une manière satisfaisante et à surmonter l'adversité. Lorsque des opposants d'un niveau relativement similaire s'affrontent, l'équipe gagnante est celle qui est le mieux préparée physiquement et mentalement pour la rencontre. Lorsqu'un athlète dit : « je vais être en compétition aussi bien préparé que possible », il est très probable qu'il le fasse bien. Par exemple, la concentration mentale et l'attitude de gagnant de Michael Jordan sont les éléments qui l'aident à marquer le panier gagnant lors de tant de rencontres. Dans ce sens, l'élaboration d'un discours est comme l'athlétisme. Si vous êtes sûr de vous être soigneusement préparé et d'avoir bien répété votre discours, vous ferez alors un travail dont vous pourrez être fier.

3. Essayez de programmer votre discours à une heure qui vous soit psychologiquement favorable. Lorsque les discours sont programmés, essayez de choisir l'heure qui vous convienne le plus. Vous vous sentez mieux lorsque « vous en terminez une bonne fois pour toutes », c'est-à-dire lorsque vous êtes la première personne à parler de la journée ? Si c'est le cas, offrez-vous comme volontaire pour le faire en premier. Cependant, sans tenir compte de quand vous parlerez, ne passez pas le temps à penser à vous ou à votre discours. Au moment où la classe commencera, vous aurez tout fait afin de vous préparer. Concentrez-vous sur les autres discours et essayez de vous impliquer dans ce que dit chaque orateur. Lorsque votre tour arrivera, vous serez aussi détendu que possible.

4. Contrôler votre ingestion d'aliments et de boissons. Ne mangez pas de plats lourds juste avant de parler, cela peut vous causer des douleurs d'estomac ou faire que vous sentiez trop lourd. Évitez les stimulants tels la caféine et le sucre, car ces derniers peuvent augmenter votre nervosité. De même, évitez de boire du lait ; les produits lactés peuvent provoquer des mucosités qui pourraient affecter négativement votre voix. Si vous avez la bouche sèche, essayez de sucer une pastille de menthe avant votre tour de parler.

5. Visualisez des expériences d'oratoire qui ont eu du succès. La visualisation est une technique pour réduire la nervosité qui implique le développement d'une stratégie mentale, et le fait de s'imaginer soi-même en train d'appliquer cette stratégie avec succès. Combien de fois vous êtes-vous dit : « Bien, si j'étais dans cette situation, il y aurait... » ? Ces énoncés sont une forme de visualisation. Joe Ayres et Theodore S. Hopf, deux chercheurs qui mené des études sur la visualisation, ont découvert que si les personnes se visualisent par le biais d'un processus complet, elles possèdent de meilleures possibilités de succès lorsqu'elles se trouvent dans cette situation.

Visualisation technique pour réduire la nervosité qui implique le développement d'une stratégie mentale, et le fait de s'imaginer soi-même en train d'appliquer cette technique avec succès

La visualisation a été utilisée comme un moyen important pour améliorer les performances sportives. Un des exemples est l'étude de joueurs essayant d'améliorer leurs pourcentages de tirs dangereux. Les joueurs se divisèrent afin de former trois groupes. L'un des groupes ne s'entraîna jamais, l'autre groupe s'entraîna, et le troisième visualisa l'entraînement. Comme on pouvait s'y attendre, ceux qui s'entraînèrent progressèrent beaucoup plus que ceux qui ne le firent pas. Mais il est surprenant que ceux qui visualisèrent uniquement l'entraînement progressèrent presque autant que ceux qui s'entraînèrent. Imaginez ce qu'il se produit lorsque vous vous entraînez et que vous visualisez en même temps !

Lorsqu'elles visualisent la présentation d'un discours, les personnes ne diminuent pas seulement leur appréhension générale. Elles commentent, également, avoir moins de pensées négatives lorsqu'elles doivent parler. La visualisation fait ses preuves dès les premières périodes de pratique. Imaginez-vous vous-même, calme, souriant tandis que vous vous approchez du podium. Répétez-vous mentalement que vous avez de bonnes idées, que vous êtes bien préparé, et que

votre public désire écouter ce que devez dire. Voyez le public acquiesce de la tête pendant que vous parlez, et applaudir lorsque vous terminez.

Les orateurs, tout comme les athlètes, ont tendance à être nerveux avant de commencer leur épreuve. Cependant, tels ces derniers, leur anxiété diminue lorsqu'ils concentrent plus leur attention sur ce qu'ils sont en train de faire que sur leurs sentiments.

6. Répétez-vous mentalement des affirmations positives avant de vous approcher de l'estrade. Par exemple, vous vous diriez peut-être : « Je suis ému d'avoir l'opportunité de partager cette information avec la classe », ou « J'ai fait du mieux que j'ai pu pour me préparer, et je me sens maintenant prêt à parler ». Ces énoncés vous aident à être dans un état d'esprit positif. Bien que ces affirmations ne soient pas magiques, elles vous situeront, au moins, dans le chemin correct.

Si, au contraire, votre esprit est occupé par un dialogue négatif, confrontez vos énoncés négatifs avec d'autres positifs. Par exemple :

Si vous vous surprenez en train de vous dire : « J'ai peur », intervenez et dites : « Non, je suis seulement ému ».

Si vous vous surprenez en train de vous dire : « J'ai peur d'oublier une partie du discours », dites : « Tous mes notes écrites sont prêtes. Si j'oublie quelque chose, je ferai une pause, je jetterai un coup d'œil à mes notes et je continuerai à parler ».

Si vous vous surprenez en train de vous dire : « Je suis un mauvais orateur. Que fais-je ici ? », dites : « Je fais du mieux que je peux aujourd'hui, et c'est suffisant ».

7. Faites une pause durant quelques secondes avant de commencer. Lorsque vous arrivez à l'éstrade, arrêtez-vous quelques secondes avant de commencer à parler. Respirez profondément deux ou trois fois pendant que vous établissez le contact visuel avec le public ; cela peut vous aider à réguler votre respiration. Essayez de vous déplacer un peu latéralement durant les premiers énoncés ; parfois, quelques gestes ou faire un pas d'une quelconque manière suffisent à évacuer un peu la tension.

Nervosité persistante

Quand est-ce que la nervosité de l'orateur représente un problème réel ? Lorsque la peur est si grande que la personne ne peut pas finir de prononcer son discours. Des recherches récentes ont démontré qu'un petit nombre d'étudiants sont affectés d'une façon adverse par leurs sentiments à l'encontre de la pratique du discours en public. Malheureusement, la plupart de ces étudiants réagissent en abandonnant le cours. Cependant, cela n'est pas la réponse à donner à l'anxiété au discours. Dans tous les domaines de la vie, les gens doivent prononcer des discours : les personnes doivent se mettre debout, face à leurs semblables, à des personnes d'autres organisations, à des clients et à d'autres personnes, afin d'exposer leurs idées. Bien qu'il ne soit jamais trop tard pour obtenir de l'aide, un cours universitaire d'oratoire constitue le meilleur moment pour commencer à travailler la manière de faire face à la nervosité causée par le discours. Même si vos peurs prouvent qu'elles sont plus une perception qu'une réalité, il est important de prendre le temps nécessaire afin d'obtenir de l'aide.

Pour commencer, voyez votre professeur en dehors de la classe, et parlez avec lui de ce que vous êtes en train d'éprouver. Votre professeur doit être capable de vous proposer des personnes que vous pourriez consulter ou des programmes auxquels vous pourriez assister. Certaines personnes ont besoin de programmes spéciaux, selon ce que démontrent les résultats obtenus lors de l'étude réalisée durant de nombreuses années de recherche sur l'appréhension à la communication par Virginia Richmond et James McCroskey.

Un des programmes les plus populaires est la **désensibilisation systématique**, au moyen de laquelle les personnes apprennent les techniques de relaxation musculaire profonde, afin de visualiser leur participation dans une série de situations de communication, alors qu'elles restent dans un état de profond repos. Étant donné que parler de la « relaxation » est plus facile que d'y parvenir, certains programmes centrent leur attention sur l'apprentissage des techniques de ces dernières. Le processus implique la tension et la relaxation consciente de groupes de muscles, afin d'apprendre à reconnaître la différence entre les deux états. Ensuite, pendant que vous vous trouvez dans un état de relaxation, imaginez-vous dans des situations successives angoissantes ; par exemple, imaginez que vous êtes en train de penser à votre discours, que vous êtes en train de vous préparer pour le prononcer, et que, finalement, vous le présentez. L'objectif suivant consiste à parvenir à ce que les personnes éprouvent de la détente et du calme lorsqu'ils s'imaginent en train de prononcer un discours, et ensuite de transférer ce sentiment de tranquillité à l'événement d'oratoire réel. L'ordre de la tranquillité fonctionne effectivement.

Un autre programme est celui de la **restructuration cognitive**, dans lequel on encourage les personnes à identifier leurs croyances irrationnelles à propos de la communication. Ensuite, on s'attaque à ces croyances d'une manière logique, en essayant de démontrer à ces individus qu'ils doivent changer leur manière de penser. La restructuration cognitive n'aide pas seulement les gens à identifier les croyances illogiques qu'ils soutiennent, sinon qu'elle leur procure l'instruction individualisée afin de formuler des croyances plus appropriées. Avec le temps, les personnes peuvent se conditionner soi-mêmes, afin de surmonter leurs peurs et d'opter pour une approche plus positive de leur communication. Différentes régions offrent ce type de programme.

Rappelez-vous que très peu d'étudiants d'oratoire ont éprouvé une peur si grande qu'elle les empêcha de prononcer un discours. L'objectif de ce cours d'oratoire est d'aider l'élève à apprendre et à développer les facultés qui lui

permettront d'atteindre la réussite, même s'ils se sentent trop angoissés.

***Désensibilisation systématique** forme de traitement pour réduire la nervosité, qui implique l'utilisation de techniques de relaxation alors que les personnes sont exposées au stimulus objet de leur peur.*

***Restructuration cognitive** forme de traitement pour réduire la nervosité qui aide les personnes à identifier les croyances illogiques qu'ils soutiennent. Elle procure l'instruction individualisée pour la formulation de croyances plus appropriées.*

RÉSUMÉ

La préparation d'un discours implique de répondre à ces sept questions : (1) Quel est mon objectif dans le cadre de ce discours ? (2) Où puis-je trouver l'information dont j'ai besoin afin d'atteindre mon objectif ? (3) Comment puis-je organiser et structurer cette information pour atteindre mon objectif ? (4) Comment puis-je adapter au mieux mon discours au public ? (5) Quels soutiens visuels puis-je utiliser pour transmettre de façon optimale l'information ? (6) Sur quoi dois-je me concentrer lorsque je pratique le langage du discours ? (7) Sur quoi dois-je me concentrer lorsque je pratique la présentation de mon discours ?

Tous les orateurs se sentent nerveux au fur et à mesure qu'approche le moment de prononcer leur premier discours. La nervosité provoquée par la présentation de ce dernier peut être cognitive (mentale), ou comportementale (déployée physiquement). La nervosité est plus une question d'intensité que le fait de l'éprouver ou non.

Étant donné qu'un peu de tension, au moins, constitue un élément constructif, notre objectif n'est pas de nous débarrasser de la nervosité, sinon d'apprendre à y faire face. Comme quasiment toutes les personnes qui parlent en public éprouvent un peu de nervosité, nous devons être conscients de différentes réalités. Malgré la nervosité, vous pouvez

achever votre discours ; de plus, contrairement à ce que vous pourriez penser, les auditeurs s'aperçoivent difficilement de la peur que vous éprouvez. N'oubliez pas que plus vous aurez d'expérience, plus grandes seront vos possibilités de faire face à la nervosité. De fait, les orateurs expérimentés apprennent à canaliser leur nervosité de façon à ce qu'elle les aide à réaliser une meilleure intervention.

Même si la nervosité est normale, vous pouvez utiliser différents comportements spécifiques qui vous aident à la contrôler. (1) Choisissez un thème avec lequel vous vous sentez à l'aise. (2) Prenez le temps nécessaire afin de bien préparer votre discours, et pratiquez, pratiquez et pratiquez encore. (3) Essayez de programmer votre discours à une heure qui vous soit psychologiquement favorable. (4) Contrôlez votre ingestion d'aliments et de boissons. (5) Visualisez des expériences d'oratoire qui ont eu du succès. (6) Répétez-vous mentalement des affirmations positives avant de vous approcher de l'estrade. (7) Faites une pause durant quelques secondes avant de commencer.

Si la nervosité porte réellement préjudice à votre exercice, voyez votre professeur en dehors de la classe, afin de lui exposer ce que vous êtes en train d'éprouver. Votre professeur pourra vous donner des orientations sur les personnes que vous pouvez consulter et les programmes auxquels vous pouvez assister.

GROS PLAN SUR LES FACULTÉS

Comment préparer un discours à propos d'une expérience personnelle

Préparez un discours (narratif), d'une durée de deux ou trois minutes, à propos d'une expérience personnelle. Pensez à propos des expériences que vous avez eues, surtout les plus drôles, celles qui sont hautes en suspense et dramatiques, et choisissez ensuite celle qui, selon vous, sera appréciée par le public lorsqu'il l'écouterà.

La figure 2 illustre le profil approprié à un discours narratif court. La figure 3 est un exemple de discours d'un étudiant, fourni dans le but de réaliser cette tâche.

Figure 2

Profil du discours à propos d'une expérience personnelle

Discours narratif

Objectif spécifique : je souhaite que mon public rie allègrement lorsque je raconte le moment où je me rendis compte que mes vêtements n'avaient pas été dérobés.

Introduction

I. *Je m'étais inscrit dans un gymnase local dans le but de pouvoir ressembler à Arnold Schwarzenegger.*

Corps central

I. *Je retournai à mon casier après mon habituel entraînement exhaustif.*

A. *Le cadenas était ouvert.*

B. *Mes vêtements, mon portefeuille et mes clés avaient disparu.*

II. *Je courus à la cabine du responsable pour lui signaler le vol.*

A. *Je lui racontai ce qui était arrivé.*

B. *J'implorai l'employé d'appeler la police.*

III. *Je retournai au vestiaire afin d'attendre la police.*

A. *A ma grande surprise, le cadenas du casier était fermé.*

B. *Lorsque je l'ouvris, mes vêtements étaient à leur place.*

C. *J'avais simplement cherché dans un autre casier !*

Conclusion

I. *Totalement déconcerté, j'essayai de trouver le courage nécessaire afin d'admettre mon erreur.*

II. *Mais il se passa le contraire, je me dis alors : « Je crois que je vais sortir par la porte de derrière ».*

Figure 3

Discours à propos d'une expérience personnelle

Il y a peu de temps, je me suis inscrit à un gymnase local, dans le but précis de faire de la musculation et avec l'espoir qu'un jour, il soit difficile de faire la différence entre Arnold Schwarzenegger et moi. Un jour, après l'habituel entraînement quotidien exhaustif, je retournai à mon casier, et je remarquai que mon cadenas était ouvert. Je me dis : « Imbécile, ça, c'est une bonne manière d'avoir des problèmes ». Et lorsque j'ouvris le casier, mes craintes se confirmèrent : mon portefeuille, mes clés et mes vêtements n'étaient plus là. J'étais furieux. Je ne pouvais même pas conduire pour rentrer chez moi. Je commençai à crier : « Appelez la police, on m'a volé ».

« Que s'est-il passé » demanda le responsable.

« On m'a volé » répétai-je.

« Vous êtes sûr ? » dit-il.

« Bien sûr, j'en suis certain » répondis-je. « J'ai fermé le casier avec mon cadenas, et mes vêtements ont disparu ! »

« D'accord » répondit-il, « Je vais appeler la police ».

Comme je savais que la police allait mettre du temps à arriver, je pensai que si je retournai sur le lieu du délit, je pourrais peut-être trouver une preuve –le voleur avait peut-être laissé tomber une partie de mes vêtements, ou il se pouvait qu'une de mes cartes de crédit soit tombée du portefeuille. Je m'approchai ainsi donc une seconde fois et je me rendis compte que le cadenas était placé dans l'orifice situé dans la partie inférieure du casier, comme il devait l'être normalement. « Grandiose » dis-je, « maintenant que tout s'est déclenché, je me souviens que j'avais mis le cadenas où il faut ». J'ouvris alors le cadenas et ensuite la porte et je découvris que mon pantalon, mon portefeuille et mes clés étaient là. Je rougis immédiatement : j'avais cherché dans le mauvais casier.

Que pouvais-je faire ? Je pensai : « Il n'y a pas de problème, je suis un gentleman, non ? Je peux arranger la

situation. N'est-ce point ainsi ? Je passerai outre mon orgueil, je dirai au responsable : « J'ai commis une erreur. Je suis désolé que vous ayez appelé la police. En réalité, j'appellerai moi-même pour présenter mes excuses directement à la police ».

Je me dirigeai à grands pas vers le bureau du responsable, me sentant résolu et très fier de mon comportement. Je m'arrêtai ensuite et pensai : « Non, il vaut mieux que je sorte par la porte de derrière ».

CÉLÉBRATIONS FAMILIALES

Les célébrations familiales sont des occasions exceptionnelles durant lesquelles les membres de la famille se réunissent pour célébrer un évènement spécial. Elles doivent être détendues et agréables, et présenter l'opportunité de saluer des personnes que nous ne pouvons pas voir normalement. Et c'est pour cette raison qu'il est important que tout se passe bien, que les invités profitent bien de la réunion et que les amphitryons la vivent comme une opportunité de démontrer leur affection, et non comme un « tourment ».

Lors des réunions familiales, le protocole est beaucoup plus détendu que lors d'autres types d'actes. Le plus important est que la famille s'amuse et que les liens d'affection qui unissent ses membres soient réaffirmés. En conséquence, dans ce type d'actes, les discours doivent être simples, il s'agit de remercier les invités de leur participation et de communiquer la joie que suppose le fait de se trouver tous réunis en cette circonstance concrète.

Un autre point en faveur de l'orateur « familial » est que les participants ont envie de passer un bon moment ; pour autant, leur sens critique est moins vivace que d'habitude. De plus, c'est votre famille, ils vous aiment et ceci compte également à l'heure de vous écouter.

MARIAGES

Les discours de mariage sont faciles : il est uniquement nécessaire d'observer quelques règles fondamentales, de suivre quelques bons conseils, un peu de préparation et un peu de pratique. C'est tout ce dont vous avez besoin afin que votre discours soit une réussite. Tenez compte du fait que les laïus lors d'un mariage sont relativement courts ; de ce fait, ils requièrent peu de préparation, mais n'attendez pas non plus que l'inspiration divine éclaire votre discours au dernier moment parce que le plus probable est qu'entre l'émotion, les nerfs et la nouveauté, vous restiez muet ou que vous finissiez par vous mettre tout seul dans de beaux draps.

D'autre part, l'auditoire est prédisposée à passer un bon moment et n'attend pas que vous fassiez un discours d'orateur professionnel. Court et amusant sont les mots-clefs pour ces occasions.

Un discours de mariage présente toujours deux objectifs : en premier lieu, il s'agit de féliciter les jeunes mariés et de leur souhaiter une heureuse vie commune ; le second objectif est de remercier les assistants de leur participation à la cérémonie. N'oubliez pas que le mariage est un des pas les plus importants que nous effectuons dans notre vie, et vouloir être accompagné et entouré par les personnes que nous aimons est tout à fait normal lors d'un moment si important. Pour cette raison, il est important de remercier les invités de leur présence ; sans eux, la cérémonie serait incomplète.

Les toasts : courts et dynamiques

Les toasts sont également habituels durant une cérémonie de mariage, généralement vers la fin du repas, pendant les desserts et avant que les jeunes mariés ne coupent la pièce montée.

Soyez conscient du fait que les personnes qui vous écoutent ne veulent ni n'attendent un discours long et sérieux. Ils attendent quelques paroles simples et sincères et des toasts cordiaux et amusants. N'oubliez pas que l'important lors d'un mariage est de partager le bonheur ; les laïus sont seulement une partie de la fête, et pas la partie qui se distingue le plus.

Nous parlerons maintenant de l'étiquette d'un mariage formel, mais pensez également que ces cérémonies peuvent également être semi-formelles ou informelles. Vous pouvez adapter les conseils proposés selon le type de cérémonie à laquelle vous allez participer.

Le mieux est de demander aux fiancés des précisions à propos du type de cérémonie qui va se célébrer, et éviter de cette manière des surprises désagréables. N'oubliez pas non plus que chaque culture a ses propres règles de cérémonie. Un mariage catholique est différent d'un mariage juif, d'un asiatique ou d'un écossais. Informez-vous des coutumes et des désirs des contractants.

Le mariage est une splendide institution, mais qui veut vivre dans une institution ? (Groucho Marx)

Dans un mariage formel de tradition européenne, les laïus sont courts, de quatre ou cinq minutes, et incluent généralement un toast. Généralement on parle à la fin de l'agape, avant que l'on ne coupe la pièce montée. Si vous le désirez, vous pouvez annoncer votre toast ou votre discours en faisant tinter très doucement un des verres.

L'ordre des laïus est assez logique. Le père de la mariée commence, ensuite intervient le marié, et pour terminer, le parrain. C'est normalement le parrain qui se charge de demander le silence et de présenter le premier orateur.

Discours du père de la mariée

Le père de la mariée est le premier à parler. S'il ne peut être présent pour un motif quelconque, une personne qu'il aura désignée ou la personne la plus âgée de la famille le remplacera.

Il parlera en son propre nom et en celui de son épouse, et il pourra exprimer :

- ✓ La bienvenue à la famille des contractants et à tous les invités.
- ✓ L'orgueil qu'il éprouve envers sa fille.
- ✓ Une anecdote quelconque à propos de la préparation du mariage.
- ✓ Une anecdote quelconque à propos de l'enfance de la jeune mariée.
- ✓ Féliciter le jeune marié.
- ✓ La joie d'avoir connu le marié et sa famille.
- ✓ Sa confiance dans le bonheur du nouveau couple.
- ✓ Quelques conseils au couple qui commence leur nouvelle vie à deux.
- ✓ Remerciements aux invités de désirer partager avec eux ces moments de bonheur.
- ✓ Un toast à la santé et au bonheur des jeunes mariés.

Exemple 1

MESDAMES ET MESSIEURS, le fait de parler en public me rend un peu nerveux. D'ailleurs, la dernière fois que je le fis, ce fut lors de mon propre mariage. Cela fait quelques années déjà... Nous sommes enchantés de compter sur votre présence en un jour si important pour notre famille. Important parce que deux personnes exceptionnelles ont décidé d'unir leurs vies.

Lors des mariages, les gens ont l'habitude de dire « J'espère que vous serez heureux ». Je sais positivement qu'ils vont l'être, car ils s'aiment. Je suis sûr qu'Isabelle sera une bonne épouse pour Jean et que Jean sera un bon mari pour Isabelle.

Pour cette raison, je vous demande de porter un toast avec moi, levez votre verre et portons un toast au bonheur de ce jeune couple. [Pause] Pour Isabelle et Jean !

Exemple 2

Nous célébrons aujourd'hui le mariage de Marie et de Paul. C'est le jour le plus important de leur vie et ils sont là, si souriants... J'espère que vous, nos invités, puissiez profiter autant qu'eux de ce jour.

Bien, je désire vous remercier d'être ici. Mon épouse et moi-même sommes enchantés de pouvoir partager cette journée avec la famille et les amis. J'aimerais tout spécialement nommer les parents de Paul, Emilienne et Jean, les grands-mères et les grands-pères, les parrains et les autres membres de la famille.

Ils ont fait un long voyage afin de pouvoir être avec nous aujourd'hui. Merci beaucoup.

Je dirai à ceux qui ne connaissent pas encore très bien Marie que sa mère et moi-même sommes très fiers d'elle. Oui, je sais que tous les parents disent la même chose... Elle pense

toujours d'abord aux autres, Paul le sait très bien.

Que puis-je dire du marié ? Paul est un garçon fantastique, il a été aimable et affectueux envers nous tous depuis que nous le connaissons. Il répond parfaitement à l'idéal du gendre que tout père désirerait.

Je suis certain qu'ils vont former un ménage heureux, tout comme nous. Je vous demande maintenant de lever votre verre et de boire avec moi à la santé et au bonheur des mariés. [Pause] Pour Marie et Paul !

Exemple 3

C'EST POUR MOI UN PLAISIR de souhaiter à Julie et à Marc un très heureux mariage. Mon épouse et moi-même accueillons aujourd'hui Marc au sein de notre famille, et nous lui souhaitons la bienvenue tel à un fils. Nous le considérons d'ailleurs de la famille depuis longtemps déjà, depuis que notre fille Julie nous fit savoir les sentiments qui les unissent.

Julie et Marc mirent peu de temps à décider de se marier, ils se rendirent compte immédiatement qu'ils étaient faits l'un pour l'autre. Ce n'est pas toujours ainsi, pendant que nous faisons les préparatifs de ce mariage, on m'a raconté l'histoire d'un couple étrange.

Ce couple était fiancé depuis quatre ans. Chaque soir, l'homme rendait visite à la femme chez elle. Elle lui préparait un splendide dîner et ils s'asseyaient ensuite ensemble pour contempler le feu de la cheminée. Un soir, après le dîner, alors qu'ils contemplaient le feu, elle lui dit : « Chéri, ne penses-tu pas que nous devrions commencer à penser au mariage ? ». « Le mariage - s'exclama-t-il -, Mon Dieu, c'est comme si nous étions mariés ! »

J'entendis l'autre jour un garçon demander à ses amis pourquoi les hommes mariés vivent plus longtemps que les célibataires. Aucun ne pouvait donner de motif logique, jusqu'à ce que l'un d'eux dit : « Ce n'est pas qu'ils vivent plus longtemps sinon que cela leur paraît plus long ! ».

Les ménages ont normalement leurs différents, il est certain que tous les mariés de cette salle le savent bien, mais ils savent également que ces discussions ont toujours une solution si le ménage est solide.

Je suis un homme marié heureux, j'aime la tranquillité du foyer et la stabilité que me procure le mariage.

Julie, Marc, je vous souhaite tout le bonheur du monde. Je crois que si vous disposez votre esprit à être heureux, vous le serez.

Mesdames et messieurs, je désire porter un toast à la santé et au bonheur des mariés. Vous m'accompagnez ?

Exemple 4

JE VOUDRAIS COMMENCER PAR ADRESSER quelques mots aux mariés. Vous formez un beau couple, faites que votre ménage soit heureux. Oui mes chers, votre ménage, tout comme votre vie, sera ce que vous en ferez.

Lorsque Jacques vint me demander me demander la main de Marthe, je pensai : oui, ma fille a trouvé un bon garçon. Dès lors et jusqu'à ce jour, toutes les personnes avec qui j'ai parlé ont consolidé cette idée, pour cette raison j'ai voulu les mentionner dans mon discours.

Je pourrais commenter tous les clichés et expressions toutes faites à propos du mariage et de la vie de ménage, je suis sûr que vous les avez entendus des centaines de fois. Je préfère vous

rappeler un petite prière, avec l'espoir qu'elle puisse aider ce nouveau ménage : « Seigneur, donnez-moi la sérénité afin d'accepter les choses qui ne peuvent changer, le courage pour changer celles qui peuvent changer, et la sagesse pour voir la différence ».

Marthe et Jacques, continuez à vous aimer comme aujourd'hui et que Dieu vous bénisse en comblant votre vie de santé, d'argent et de bonheur.

Mesdames et messieurs, je vous invite à porter un toast avec moi en l'honneur des mariés.

Exemple 5

TOUTES LES PERSONNES qui doivent faire un discours, exceptés les professionnels, se sentent de la même façon. Juste avant, vous ne vous souvenez d'aucun mot, mais dès que vous vous levez, tous affluent en même temps à l'esprit.

Mais le père de la mariée n'a pas d'autre choix que de parler, ce sont les normes, je dois proposer un toast à l'honneur des mariés.

Quelque chose comme « Dieu vous bénisse », etc., etc. L'étiquette dit que c'est le privilège du père de la mariée. Un privilège ? Cela ne me paraît pas le mot adéquat. Si vous regardez mes genoux, vous verrez comment ils tremblent.

La raison principale de ce discours est notre fille, qui s'en va aujourd'hui avec Georges. Elle a toujours été une fille fantastique et je crois qu'elle a su choisir un bon mari.

Bien que vous ne soyez plus célibataires, vous avez encore beaucoup apprendre à propos du mariage. La première leçon est que l'épouse est le plus important et passe en premier. Vous pouvez me croire, c'est la voix de l'expérience qui parle.

Vous venez d'intégrer le « Club des Mariés » et j'aimerais vous dire certaines choses à propos de cette nouvelle vie. Prenez soin l'un de l'autre, car l'amour qui vous a uni aujourd'hui est le trésor le plus précieux que vous aurez durant votre vie.

Georges, n'oublie pas qu'une bonne épouse et la santé sont les meilleures richesses que tu puisses avoir. Et le joyau qu'un homme convoite le plus est le cœur de la femme qu'il aime. Christiane a toujours fait l'orgueil de notre famille et notre plus grand bonheur. Je suis sûr qu'elle sera une épouse extraordinaire. Je veux terminer par une citation de Martin Luther : « Il n'existe pas de relation aussi joyeuse, amicale et enchantée que le mariage ».

Maintenant vous formez un ménage, Christiane et Georges, et nous voulons vous adresser nos meilleurs souhaits avec un toast. Mesdames et messieurs, pour Christiane et Georges !

Le discours du jeune marié

Le jeune marié est normalement le second à parler, et il le fait en son propre nom et en celui de son épouse. Le discours doit inclure les remerciements à la famille de la mariée et à tous les invités pour leur présence et leurs cadeaux. Il termine son discours en portant un toast aux dames d'honneur et à la marraine de la mariée.

Même s'il n'est pas habitué à parler en public, le jeune marié doit au moins dire quelques mots brefs avant le toast. Il peut exprimer les idées suivantes :

- ✓ Remercier le père de la mariée de ces paroles et de son toast.
- ✓ Remercier le père de la mariée d'avoir cédé la main de sa fille.
- ✓ Être reconnaissant pour le mariage et la réception.

- ✓ Remercier la famille de la mariée de l'avoir accueilli en son sein.
- ✓ Commenter qu'il se sent très heureux et chanceux de s'être marié avec la mariée.
- ✓ Promettre au père de la mariée qu'il prendra soin d'elle et qu'il l'aimera.
- ✓ Commenter qu'il se sent très heureux d'intégrer la famille de la mariée.
- ✓ Remercier les parents respectifs de l'éducation reçue.
- ✓ Répondre à un conseil donné par le père lors de son discours.
- ✓ Raconter une anecdote sur la première rencontre des mariés et sur un problème qu'ils ont surmonté ensemble.
- ✓ Remercier les assistants de leur présence et de leurs souhaits de bonheur.
- ✓ Remercier le parrain de sa collaboration, ainsi que tous ceux qui l'ont aidé.
- ✓ Montrer son admiration pour la beauté des dames d'honneur ou des marraines du mariage et les remercier de leur collaboration.
- ✓ Porter un toast aux dames d'honneur.

Exemple 1

MESDAMES ET MESSIEURS. En premier lieu, Isabelle et moi désirons remercier Antoine de ses mots et de ses souhaits de bonheur. Et il n'est pas nécessaire de dire que nous sommes effectivement enchantés d'être ici.

Je dois vous remercier Esther, ma belle-mère à partir d'aujourd'hui, de tout votre enthousiasme et de l'effort que vous avez consacré à l'organisation de ce grand jour. Mes plus sincères remerciements. A vous aussi, Antoine, qui avez collaboré à la planification de cette fête.

Je ne veux pas oublier mes parents, eux qui ont toujours été si merveilleux envers moi.

Je peux uniquement dire qu'aujourd'hui je me sens l'homme le plus heureux du monde. J'ai des parents fantastiques, des beaux-parents sensationnels et, surtout, une épouse précieuse, intelligente et travailleuse. Enfin, elle possède beaucoup plus de qualités, mais je n'aurais pas le temps de toutes les énumérer...

De plus, sont ici aujourd'hui avec moi ma famille et mes meilleurs amis. Mon épouse et moi vous remercions de partager avec nous ces moments et de la générosité et de la gentillesse que vous nous avez démontrées.

Nous sommes particulièrement heureux d'avoir parmi nous Marie, cousine d'Isabelle, qui a fait un long voyage depuis Buenos Aires pour nous accompagner.

Ah ! Et je vois là Jean, notre parrain, impatient de parler... Merci d'être le parrain parfait.

Je voudrais également adresser quelques mots à notre marraine, Carla. Elle est non seulement très belle, elle est de plus une personne magnifique et la meilleure amie que l'on puisse avoir. Elle a constitué une grande aide pour Isabelle lors des moments de nervosité durant la préparation du mariage.

Mesdames et messieurs, s'il vous plaît, levez vos verres et portons un toast en l'honneur de Carla. Pour Carla !

Exemple 2

MESDAMES ET MESSIEURS, je veux dire quelques mots ; en premier lieu, remercier nos parents de leur soutien et de cette merveilleuse réception.

Je veux également que vous leviez tous vos verres et que vous portiez un toast avec moi en l'honneur de notre enchantresse marraine, Louise. Elle a énormément contribué à faire de ce jour, le jour le plus heureux de notre vie. Pour cette raison, mon premier toast sera pour elle. [Pause] Pour notre marraine !

La merveilleuse femme qui est assise à côté de moi fait que ce jour soit réellement le meilleur jour de ma vie. Je n'ai pas de mots suffisants pour vous expliquer toutes les qualités qui font que c'est avec elle que je veux vivre tous les jours de ma vie.

Au nom de Marie et en mon nom propre, je veux remercier Anne et José, les parents de Marie, de la splendide réception qu'ils nous ont offerte.

Ils ont fait preuve de leur grande générosité en organisant cette fantastique fête et en m'accueillant au sein de leur famille comme un enfant de plus.

Nous sommes enchantés que vous soyez tous là, et je vous en remercie beaucoup. Plus encore quand je sais que certains ont dû faire un long voyage afin de nous accompagner.

Je veux également m'adresser à mes parents et les remercier de tout ce qu'ils ont fait pour moi : leurs soins, leur éducation, avoir été à mes côtés lors des moments difficiles... En définitive, leurs continuelles démonstrations d'amour. Vous êtes merveilleux et je vous aime.

Marie et moi, désirons saluer nos amis, certains ont également fait un long voyage. Merci beaucoup, sans vous, cela ne serait pas la même chose.

Tony, parrain, ne croyez pas que nous vous avons oublié. Vous êtes un parrain magnifique et nous devons vous remercier de tout l'effort que vous nous avez consacré. Je vous rappelle que vous êtes le prochain à parler, mon ami... !

Je veux finalement tous vous remercier de votre générosité et de votre gentillesse. J'espère pouvoir le faire personnellement très rapidement. Sincèrement, merci beaucoup à tous !

Exemple 3

EN PREMIER LIEU, je veux remercier toutes les personnes présentes, qui savourent notre mariage. Mon épouse et moi sommes enchantés de partager avec vous ce jour si heureux.

Je crois que c'est le moment approprié pour remercier mes parents d'avoir été si bon envers moi. J'espère que Julie et moi saurons être de bons parents, tout comme vous.

Mon épouse et moi vous remercions pour les splendides cadeaux que vous nous avez offerts. Nous n'oublierons jamais votre générosité et votre gentillesse.

Mes plus sincères remerciements au parrain. Il a fait beaucoup d'efforts afin que tout fonctionne parfaitement. Tu y est arrivé, Louis !

Je veux également souligner la précieuse contribution de la marraine. Merci Isabelle, sans ton aide, ce jour n'aurait pas été parfait.

C'est pour cela que je désire porter ce toast à notre adorable marraine. Mesdames et messieurs, pour la marraine !

Exemple 4

LORSQUE JE CONNUS MARTHE, je pensai que c'était la plus adorable, mais je n'imaginai pas que peu de temps après je serais ici, célébrant notre mariage ! Notre amour a grandi peu à peu, comme un gâteau fait de tendresse et de simplicité.

Je veux sincèrement remercier mon beau-père de toutes les merveilleuses choses qu'il a dit de moi et de sa générosité.

Nous sommes également très reconnaissants envers nos mères. Pour tout, pour le fait d'avoir été mères, et tout cela que signifie.

Nous ne voulons pas oublier de remercier le père Jean, qui a célébré la messe de la cérémonie, et tous les membres de la paroisse de leur collaboration.

Je remercie toutes les personnes présentes de nous accompagner en ce jour, et des démonstrations de gentillesse et de générosité qu'elles nous ont prodiguées.

Marthe m'a demandé de féliciter spécialement la marraine, Christiane. Son aide a fait que tout soit plus facile. Elle a supporté patiemment les crises de nerfs des jours précédant la célébration. Nous te sommes tous très reconnaissants.

Je veux dire aux garçons et aux filles qui sont encore célibataires de bien ouvrir les yeux, il y a pas mal de bons partis dans cette salle. Si vous êtes un peu dégourdis, il se peut que nous nous réunissions de nouveau l'année prochaine pour célébrer un nouveau mariage...

Mesdames et messieurs, levons nos verres et portons un toast en l'honneur de Christiane, notre merveilleuse marraine. [Pause] Pour la marraine !

Exemple 5

SI, COMME LE DISENT LES GENS, le mariage était une loterie, moi j'ai touché le gros lot et je me sens l'homme le plus heureux du monde.

J'ai beaucoup de chance d'avoir rencontré Sarah, et qu'elle ait accepté d'être mon épouse. Mais j'ai plus de raisons pour me sentir heureux : les parents de Sarah, qui aujourd'hui nous ont offert cette réception comme preuve de leur grande générosité. C'est une chance qu'ils soient à nos côtés et qu'ils nous soutiennent comme ils

l'ont fait jusqu'à ce jour. Je ne peux pas imaginer que quelqu'un ait de meilleurs beaux-parents.

Et ensuite il y a vous, oui, vous tous, notre famille et nos amis. Vous êtes une partie fondamentale de notre vie.

Merci à tous d'être ici, et de la générosité que vous nous avez toujours démontrée.

Pour terminer, je veux exprimer notre gratitude à Marie, notre adorable marraine. Elle a aujourd'hui constitué une grande aide pour tous. De plus, je suis sûr que vous vous en êtes rendus compte, elle plus belle que jamais. Sarah me dit que je n'oublie pas de la remercier de l'aide qu'elle lui a prêtée et de sa patience lors des jours précédant la cérémonie.

C'est pour moi un grand plaisir de proposer un toast en l'honneur de la marraine.

Mesdames et messieurs, s'il vous plaît, levez vos verres avec moi et buvons à la santé de la marraine.

Exemple 6

MON ÉPOUSE ET MOI... Mazette ! Je crois que c'est la première fois que je le dis de vive voix. Ça sonne bien, n'est-ce pas ? Bien, Mon épouse et moi désirons vous remercier de votre présence en ce moment important de notre vie.

Nous voulons spécialement remercier ses parents de cette splendide réception. La vérité est que je ne sais pas pourquoi ils ont toujours été si bons envers moi, j'ai du mal à me l'expliquer et je ne sais pas si je le mérite.

Je leur ai fermement promis de rendre heureuse leur fille, et je suis disposé à tenir ma promesse. Si elle n'était pas heureuse, comment pourrais-je l'être ? Impossible.

Quant à mes parents, il n'y a pas de mots qui puissent exprimer tout ce que j'éprouve envers

eux. Ils ont toujours été à mes côtés, inconditionnellement. J'espère seulement pouvoir être un aussi bon parent qu'eux. Nous vous remercions également tous, famille et amis, sans qui cette fête ne serait pas aussi agréable.

Permettez-moi maintenant que je vous rappelle les paroles d'un des *sex-symbols* de notre temps, l'actrice Marilyn Monroe. Elle dit : « Cela m'est égal de vivre dans un monde d'hommes pourvu qu'il me laisse être femme ». La star de ciné était, sans aucun doute, une beauté, comme l'est également ma chère épouse, ainsi que notre merveilleuse marraine. C'est le moment de porter un toast en leur honneur.

Notre marraine a représenté une grande aide durant les préparatifs de cette célébration et nous t'en serons toujours reconnaissants, Hélène.

S'il vous plaît, levez vos verres et portez avec moi un toast à la santé et au bonheur de la marraine. Pour Hélène !

Exemple 7

CECI EST LE JOUR LE PLUS HEUREUX et le plus merveilleux de ma vie. Merci à tous de collaborer par votre présence à tant de bonheur. Vous avez tous été très tendres envers nous et nous vous en sommes très reconnaissants. Tout particulièrement envers nos parents, d'avoir été si bons, de nous avoir si bien élevés et de nous avoir préparés à savoir savourer ce moment.

Nous vous enverrons des cartes postales pendant notre lune de miel, mais si vous ne les recevez pas tout de suite, ne vous fâchez pas, nous savons comment fonctionne la poste !

Dans les histoires d'amoureux, nous avons toujours la sensation que ceux-ci vivent dans un monde propre, heureux et suave, éloigné de la réalité. Isabelle et moi nous sentons ainsi, et je

crois que ces sensations vont croître durant le voyage.

Nous désirons remercier la marraine et le parrain de l'aide qu'ils nous ont apportée. Sans eux, ceci n'aurait pas aussi bien fonctionné. Le parrain s'est merveilleusement comporté le jour où il s'est laissé « entraîner » dans quelques magasins jusqu'à ce que nous trouvions le costume approprié.

J'ai beaucoup de chance, une épouse fantastique, un grand parrain et une marraine exceptionnelle.

Mesdames et messieurs, je vous propose de porter un toast en l'honneur de notre marraine. Levez vos verres et buvons. Pour la marraine !

Discours du parrain

Le parrain parle au nom de la marraine afin de remercier le marié des paroles qu'il lui a consacrées. Son discours doit être simple et amusant, mais si vous n'êtes pas un bon comique expérimenté, n'essayez pas d'être trop drôle. Il n'y a rien de pire que le silence que produit une blague mal racontée. Il vaut mieux raconter une simple anecdote qui fasse sourire les assistants.

Le parrain peut :

- ✓ Exprimer les remerciements de la marraine pour les paroles du marié.
- ✓ Adresser quelques compliments supplémentaires dédiés à la marraine.
- ✓ Exprimer son admiration envers la mariée, en mentionnant la chance qu'a le marié.
- ✓ Adresser ses félicitations aux mariés.
- ✓ Porter un toast au bonheur du couple.
- ✓ Remercier les amphitryons de la réception.
- ✓ Porter un toast en l'honneur des amphitryons.

- ✓ Se référer aux télégrammes et messages éventuellement reçus.
- ✓ Porter un toast aux amis absents.
- ✓ Annoncer le programme prévu pour le reste de la fête.

Exemple 1

MESDAMES ET MESSIEURS, en premier lieu, je veux adresser un tendre baiser à notre marraine, Carla [adresser un baiser à la marraine fait partie de la tradition]. Quand nous nous sommes mariés, elle et moi, l'année dernière, Isabelle et Jean furent nos parrains.

Pour cette raison, c'est un double plaisir de remercier le marié de ses paroles et de son toast en l'honneur de la marraine ; je le remercie également, bien sûr, de m'avoir fait confiance en me nommant parrain de son mariage.

Jean a essayé pendant plusieurs jours de me soutirer les blagues que j'allais raconter aujourd'hui. Après avoir passé toute la semaine à chercher les plus appropriées à l'occasion, ce grand malin arrive et que fait-il ? Il me vole la meilleure ! Rends-toi compte, Isabelle, avec quelle classe d'homme tu t'es mariée. Un voleur de blagues !

Heureusement que je ne lui ai rien dit à propos de ma citation. Tout parrain qui se respecte doit bien avoir en réserve une bonne citation pour son discours. La mienne est de Tennyson : « Une bonne marraine fait une bonne mariée ». Dans ce cas précis, cela s'avère parfaitement exact, il suffit de voir Isabelle. Elle fut une marraine fantastique et c'est aujourd'hui une merveilleuse mariée.

Je désire remercier les amphitryons de la magnifique fête qu'ils nous ont préparée, et souhaiter également aux mariés le meilleur pour leur nouvelle vie à deux.

Exemple 2

MESDAMES, MESSIEURS, MES AMIS. Y-a-t-il quelqu'un ici qui ne soit ni une dame ni un monsieur ni un ami ? Bien, je veux être sûr de n'oublier personne.

Les mariages sont une bonne excuse pour faire la fête. C'est pour cela que je suis ici ! Enfin, aussi parce que l'on mange gratis...

Pour parler sérieusement, ceci est le mariage de mon meilleur ami, Paul, qui a la chance d'avoir pour épouse Marie. Ils m'ont demandé que je sois le parrain de leur mariage et... comment allais-je refuser ! C'est pour moi un grand privilège.

Je dois les remercier des toasts et des paroles dédiés à la marraine. En son nom, merci, Paul.

Ensuite, le parrain doit exprimer les souhaits de bonheur, de prospérité, etc. Je suis sûr que vous êtes tous d'accord avec moi que Marie et Paul sont un couple merveilleux et pour que nous leur souhaitons tous, le meilleur.

Pour terminer, un conseil pour Paul. Quand tu auras quelque chose à faire dans ton nouveau foyer, ne le laisse pas pour le lendemain. Ceci vous permettra de jouir d'une vie heureuse, ce que nous vous souhaitons tous. Et toi, Marie, souviens-toi de toujours sourire comme aujourd'hui.

Mes meilleurs souhaits pour les deux. Marie et Paul, soyez heureux !

Exemple 3

JE SUIS EN TRAIN DE PASSER UN TRÈS BON MOMENT à l'occasion de ce mariage. Tout fonctionne comme une horloge. Tous les invités sont beaux et élégants. La mariée et la marraine sont resplendissantes, telles des stars. Et on leur a effectivement fait beaucoup de photos dont je

veux une copie. Elles sont ce qu'il y a de plus beau aujourd'hui !

Tout le monde est content ! Même ceux qui doivent faire un petit discours !

Le marié présente également un magnifique aspect. Vous ne trouvez pas ? Bien, c'était ma responsabilité jusqu'au moment où je lui ai remis les alliances comme vous le savez. À partir de maintenant, c'est Julie, son épouse, qui doit s'occuper de ces détails.

Je passe un si bon moment à l'occasion de ce mariage que j'espère que Julie et Marc m'inviteront également à leurs prochaines noces. Non, ce n'est pas que je veuille faire l'apologie de la bigamie, je me réfère aux anniversaires de mariage, d'argent, de rubis et d'or, évidemment. J'espère que nous pourrons nous réunir de nouveau afin de tous les célébrer.

Je dois maintenant exprimer ma reconnaissance des paroles dédiées à la marraine du mariage, si adorable qu'elle a converti en plaisir les préparatifs de la cérémonie.

Nous sommes tous deux très reconnaissants de vos paroles et de l'aide que vous nous avez apportée afin que ce jour soit magique. Merci à tous !

Exemple 4

QUAND JÉRÔME ME DEMANDA d'être son parrain, j'acceptai sans hésiter. Je ne savais pas que le parrain devait faire un petit discours. En fait, je suis célibataire et je n'ai pas assisté à beaucoup de mariages. Personne ne m'avait dit quoi que ce soit à propos du discours jusqu'à cette semaine. Trop tard pour moi.

J'ai essayé durant cette semaine de convaincre Marthe et Bertrand d'oublier cette tradition peu commode. J'ai eu peu de succès comme vous pouvez le voir. J'ai également

cherché quelqu'un qui puisse m'écire quelques lignes, mais en vain, personne n'a voulu m'aider...

Je crois que Bertrand est conscient de la difficulté que représente pour moi le fait de parler face à tant de personnes et qu'il saura apprécier mon effort.

Pour le moment, tout se passe très bien, je croise les doigts et suis certain que cela finira mieux encore.

Vous êtes sans aucun doute adorables, cela fait un moment que je parle et personne ne baille.

Nous souhaitons tous beaucoup de bonheur à ce précieux couple qui se trouve à mes côtés. Je ne voudrais pas utiliser de clichés tels que : être deux en un ou ce genre de choses...

La marraine et moi-même vous souhaitons le meilleur. Le père de la mariée a demandé que nous portions un toast à votre bonheur et je veux lui répondre par un autre toast.

La marraine sera enchantée de partager ce bonheur avec vous. Nous lui sommes tous très reconnaissants de son aide aux préparatifs et d'être si belle et radieuse aujourd'hui. Elle m'a chargé de vous dire qu'elle est très contente et de vous transmettre ses souhaits de bonheur.

Son souhait, et le mien, est que les mariés aient une longue et heureuse vie commune, et qu'ils gardent à jamais le souvenir de ce bonheur. Merci à tous !

Exemple 5

CEUX QUI ME CONNAISSENT SAVENT déjà que faire des discours n'est pas mon fort. Au contraire, cela me donne plutôt une peur panique.

C'est malgré tout un grand honneur d'être le parrain du mariage de Louis et de Yolande, c'est

un jour très important pour eux et très spécial pour ceux qui les aiment.

J'avoue que j'ai passé des jours et des jours à me préparer à ce moment, cherchant des citations amusantes, me souvenant des anecdotes de Louis, révisant ces horribles blagues à propos du mariage. J'ai finalement décidé de faire un discours le plus bref et le plus sincère possible.

En fin de compte, et c'est ce qui compte réellement, deux merveilleuses personnes, que nous aimons tous, ont décidé de commencer une vie ensemble, de former une famille. Je crois qu'ils n'ont pas besoin de rhétorique inutile, sinon d'amour et de patience.

Nous désirons tous que leur nouvelle vie soit très heureuse, ils le méritent.

Notre marraine mérite également notre reconnaissance la plus sincère. Le dévouement avec lequel elle a collaboré aux préparatifs de la cérémonie est admirable.

Mesdames et messieurs, merci beaucoup à tous !

Exemple 6

Quand Tony me demanda d'être son parrain de mariage, j'essayai de lui dire que non ; je suis navré, l'idée de faire un discours me terrorisait, mais il me convainquit que je devais seulement dire quelques mots de remerciements. Il me dit : « Je proposerai le toast pour la marraine et toi tu devras en son nom exprimer sa reconnaissance pour ce dernier, rien de plus ». Dans ce cas, je ne pouvais pas refuser.

En vérité, je suis enchanté de le faire. Notre merveilleuse marraine vous est très reconnaissante de toutes les démonstrations de courtoisie que vous lui avez offertes. Vous l'avez traitée avec beaucoup de gentillesse, vous avez

tous loué sa beauté, son bon goût, son élégance, sa sympathie, tout. La seule chose que je puisse faire afin de vous rendre tant d'amabilité est de très sincèrement vous remercier de vos démonstrations de sympathie.

Discours de la mariée

Il n'est pas nécessaire que la mariée fasse un discours durant la célébration d'un mariage ; d'ailleurs, ni le protocole ni la tradition n'indiquent qu'elle doive le faire. Mais les traditions elles aussi changent, et les mariées d'aujourd'hui ne sont plus ces innocentes créatures à peine sorties du sein maternel. Un grand nombre d'entre elles détiennent des postes de responsabilités et ne sont pas habituées à se taire, cantonnées à un second plan, pendant que les « hommes de la famille » parlent d'elles et pour elles.

Actuellement, les discours de la mariée deviennent de plus en plus populaires. Ce sont normalement ses propres amis qui lui demandent de prononcer quelques mots, et la plupart des mariées préparent ainsi donc un bref discours pour l'occasion.

L'idéal serait que la mariée parlât après que l'eût fait son mari, ses paroles seraient de cette manière une réplique à celles de son mari. Mais si le marié termina son discours par un toast dédié à la marraine, il serait discourtois de la part de la mariée de prendre la parole immédiatement. Dans ce cas, il vaut mieux attendre que le parrain termine de parler, ainsi, on ne donnera pas la sensation d'affecter le rôle majeur de la marraine.

Le discours de la mariée est normalement très bref ; le plus approprié est de consacrer quelques mots à exprimer la joie du moment et à remercier tous les invités de leur présence.

Exemple 1

MESDAMES ET MESSIEURS, chère famille et chers amis. C'est pour moi un plaisir de pouvoir vous remercier de votre participation à cette fantastique fête. Je ne vais pas beaucoup parler,

je veux juste dire que la vie est pleine de surprises et que connaître et aimer Jérôme est ce qui m'est arrivé de mieux dans la vie.

Je veux également consacrer quelques mots à mes parents, les meilleurs en ce monde, et à mes chers grands-parents ; enfin, à toute la famille et aux amis qui nous accompagnent aujourd'hui : merci beaucoup, sans vous, ce jour ne serait pas parfait.

Exemple 2

AMIS, FAMILLE. QUELQU'UN M'A DIT : « Ne parle pas, contente-toi de couper la pièce montée et de sourire ». Cela serait certainement plus simple, mais vous me connaissez...

Je veux seulement remercier mes parents de la patience qu'ils ont eu envers moi durant toute ma vie, et particulièrement ces derniers jours. Merci beaucoup également pour cette fantastique fête.

Cela fait des jours que je pense comment exprimer ma gratitude à vous tous qui êtes ici aujourd'hui avec nous et franchement il ne m'est pas venu grand chose à l'esprit. Je crois que le mieux est de proposer un toast. Mais cette fois-ci, c'est moi qui porte un toast en votre honneur : je porte un toast en l'honneur de mon merveilleux mari, de son adorable famille et de ses amis. Je lève mon verre et bois à votre santé et à votre bonheur. [La mariée boit une gorgée].

Exemple 3

CHÈRE FAMILLE ET CHERS AMIS, je veux seulement dire quelques mots de remerciements.

C'est pour moi un grand jour, je me sens heureuse et je dois une grande partie de ce bonheur à mes parents. Ils ont toujours été à mes côtés, ils m'ont soutenue dans tout ce que

j'ai entrepris et ils ont fait en sorte que je me sente toujours très aimée.

Je veux également remercier ma grande amie Alice, car elle est toujours présente, et qu'elle continue à me donner sa tendresse alors qu'elle supporte mes pires défauts. Merci.

Cette célébration ne serait évidemment pas aussi joyeuse si vous n'étiez pas tous ici. Oui, y compris les petits Tony et Xavier, qui s'amuse comme des petits fous avec leur bataille de boulettes de pain... Merci à tous.

Je ne veux pas être longue, la fête doit continuer. J'espère que vous passez, tout comme moi, un aussi agréable moment.

Exemple 4

JE VEUX TOUS VOUS REMERCIER d'avoir fait de mon rêve une réalité. Depuis toute petite, je rêvais d'un mariage comme celui-ci, avec toute ma famille et mes amis autour de moi. Tous magnifiques et élégants, riant et passant un bon moment.

Bien entendu, je rêvais également d'un mari aussi fantastique que Pascal, tendre, compréhensif, drôle et... très beau !

C'est fantastique de voir comment les rêves peuvent se faire réalité. Merci à tous !

MARIAGES (SITUATIONS NON CONVENTIONNELLES)

Les traditionnels discours de mariage se basent sur des conventions, mais lors de situations déterminées, il est nécessaire de s'éloigner quelque peu du conventionnel, de transformer la tradition afin de maintenir l'ambiance désirée. La vie actuelle présente des circonstances que ne contemple pas la tradition : des fiancés qui ont vécu ensemble avant le mariage, des parents célibataires, les secondes noces, etc.

Nous allons maintenant montrer comment les discours peuvent s'adapter à ces nouvelles situations sans perdre le charme de la tradition.

Le père de la mariée n'est pas présent

Quand la mère de la mariée est veuve, le discours et le toast qui correspondraient au père sont normalement assumés par l'homme le plus âgé de la famille ou par un ami de confiance.

Exemple 1

MESDAMES ET MESSIEURS, SARAH, c'est pour moi un grand honneur que vous m'ayez demandé de porter le toast en l'honneur des mariés.

Lorsque tu me le proposas, je ne pus refuser. Sarah me dit : « Tu dois le faire, tu as connu Marthe alors qu'elle utilisait des langes ! ». Je suppose que c'est une bonne raison et j'espère que Jean ne se mettra pas en colère contre moi parce que je l'ai connue avant lui.

Sarah et Marthe m'ont également demandé de ne pas oublier de mentionner Marc, le père de Marthe. Comment allais-je oublier ? Marc fut un grand ami, un père et un mari merveilleux. Je sais qu'il nous regarde maintenant depuis là-haut, fier de sa « petite fille ».

Il nous raconterait sûrement, maintenant, une excellente blague, avec cette grâce dont il faisait preuve. Moi, je ne le ferais pas, je ne le fais pas aussi bien que Marc.

Mais je veux bien vous parler de ce couple précieux qui nous a réunis ici. Ils sont tous les deux adorables, ils sont ensemble depuis leurs études au lycée et forment un couple très sympathique. Nous tous ici présents vous souhaitons ce qu'il y a de mieux, une longue et

heureuse vie ensemble. S'il vous plaît, levez vos verres avec moi au nom de leur bonheur. [Pause] Pour Marthe et Jean !

Lorsque le décès est récent

Au cas où le décès soit récent, la mère de la mariée peut dédier quelques mots à la mémoire du défunt. Le plus approprié serait de la faire avant que ne commence les discours, y compris même durant la propre cérémonie de mariage. De cette manière, la célébration ne sera pas interrompue.

Ces mots peuvent être prononcés par la mère de la mariée, ou demander à un ami ou à un membre de la famille qu'il le fasse en son nom.

Exemple 2

MESDAMES ET MESSIEURS, la famille de Xavier m'a demandé de dire quelques mots en son nom. Je le fais enchanté. Vous savez tous très bien que Xavier attendait ce jour, il n'est malheureusement plus parmi nous. Vous voudrez certainement honorer sa mémoire en gardant un silence en son honneur, ce ne seront que 15 secondes. [Pause, 15 secondes de silence].

Je crois sincèrement que ce monde est meilleur depuis que Xavier y fut. Le connaître enrichit ma vie ainsi que celles de beaucoup d'autres personnes qui eurent cette chance. [Pause] Maintenant, continuons à savourer le grand jour d'Anne et de Louis.

Une autre possibilité consiste à inclure les mots en hommage au père défunt dans le discours de la famille ou de l'ami désigné pour parler au nom du père de la mariée.

Exemple 3

MESDAMES ET MESSIEURS, c'est pour moi un grand honneur d'être ici et de contribuer à la célébration du mariage de Carmen et de Victor.

Vous savez que le père de Carmen, Edouard, était mon meilleur ami. Nous nous connaissions depuis tout petit, nous jouions au football dans la rue, nous étudions ensemble, nous avons commencé à sortir avec des filles en même temps, enfin, nous étions inséparables.

Je me souviens que lorsque Carmen présenta Victor à la famille, Edouard me raconta la bonne impression que lui fit le fiancé de sa fille. Il commença même à rêver au mariage. Il se sentirait aujourd'hui très heureux. Bien qu'il ne soit pas parmi nous, il est toujours présent dans nos cœurs et nos mémoires.

Victor s'est converti en un membre de plus de la famille, nous apprécions tous ses grandes qualités, il est tendre, travailleur, et il est évident qu'il est très amoureux de Carmen, c'est le gendre parfait.

Et que puis-je dire de Carmen ! Elle est ravissante, nous l'adorons et nous sommes très fiers d'elle.

Je suis convaincu que ces enfants vont avoir une vie merveilleuse ensemble, mais je veux vous rappeler les paroles de A.P. Herbert : « Le moment critique du mariage est le petit déjeuner ». Soyez généreux l'un envers l'autre, surtout pendant ces heures matinales. C'est la clé d'un bon mariage !

Carmen et Victor, nous vous souhaitons tous un long, heureux et prospère futur ensemble.

Maintenant, Mesdames et messieurs, levez vos verres et portons un toast tous ensemble. Pour Carmen et Victor !

L'amour est une bêtise faite par deux (Napoléon)

Les fiancés ont vécu ensemble

Les temps ont changé et les normes sociales ne sont plus aussi rigides. Il est habituel que deux jeunes personnes se marient après avoir vécu en couple durant un certain temps. Dans ces cas-là, la cérémonie de mariage ne varie quasiment pas et les discours restent importants. Alors, lorsque le père de la mariée prépare le sien, il doit tenir compte de la circonstance particulière de ce mariage.

Exemple

MESDAMES ET MESSIEURS, aujourd'hui est le grand jour de Valérie et de José. Le monde tourne aujourd'hui à leur rythme, et nous avons la chance de pouvoir en profiter avec eux.

Ce sont deux jeunes personnes très indépendantes, vous les connaissez. Ils ont insisté pour se charger eux-mêmes des préparatifs de la cérémonie et de cette célébration. Y compris de la facture ! Ne sont-ils pas fantastiques ?

Il y a trois ans, lorsqu'ils décidèrent de vivre ensemble en concubinage, nous, parents, furent quelque peu déconcertés. Nous sommes d'une autre génération. Mais visiblement, le temps leur a donné raison, c'est un couple solide comme peu et nous sommes maintenant tous enchantés d'être avec eux.

Ils ont depuis lors progressé pas à pas, vivant leur vie et transformant leur appartement de célibataire en un authentique foyer.

Il y a quelques mois, José vint à la maison, il voulait me dire quelque chose d'important, il venait me demander la main de ma fille, Valérie. Rien ne pouvait me faire autant plaisir. Lorsque je le dis à mon épouse, Patricia, elle me répondit, si tranquille : « Tu ne crois pas qu'ils forment déjà le couple le plus marié du monde ? ». Et c'est vrai.

Ils ont aujourd'hui signé leur contrat de mariage. Mon travail en tant que père est de proposer le toast en leur honneur. C'est une tâche très agréable.

Mesdames et messieurs, je vous demande de lever vos verres, de les diriger vers Valérie et José, et de porter avec moi un toast pour leur souhaiter une longue vie ensemble, avec la santé et du succès dans tout ce qu'ils entreprennent. [Pause] Pour Valérie et José.

La mariée est mère célibataire

Quand la mariée a un fils d'une relation antérieure, les invités peuvent se trouver dans une situation inconfortable. Il est conseillé que le père de la mariée mentionne cette circonstance dans son discours d'une façon positive. Nous éviterons ainsi des visages étonnés si durant la célébration un enfant appelle « maman » la mariée.

Exemple

MESDAMES ET MESSIEURS, rien en ce monde ne peut nous rendre plus heureux, mon épouse, Carmen, et moi, que de voir notre fille, Marie, si resplendissante de bonheur, telle qu'elle l'est aujourd'hui. Nous sommes enchantés que vous puissiez partager avec nous ce jour si spécial.

Nous connaissons le mari de Marie, Fernand, depuis qu'il était un enfant et nous savons que c'est une personne généreuse et intelligente. Et il est également très beau ! Selon mon épouse, bien sûr...

Certains d'entre vous connaissent déjà cette adorable créature qui ne cesse de sourire et de jouer, par terre, c'est Marthe, la fille de Marie. Fernand aime beaucoup sa nouvelle petite fille, il suffit de voir avec quels yeux il la regarde. Durant la cérémonie, la petite Marthe me demandait : « Que sont en train de faire Papa et Maman ? ».

Nous sommes réellement très fiers que Fernand soit maintenant légalement son père.

Les parents de Fernand, Sylvie et José, sont également des personnes fantastiques. Ils viennent de se transformer subitement en grands-parents et sont enchantés à cette idée.

C'est pour moi un grand plaisir de proposer un toast en l'honneur des mariés. Je suis sûr que vous me permettrez d'introduire une nouveauté à la tradition afin de pouvoir inclure dans ce toast la petite Marthe, vu qu'elle fait partie de ce mariage.

Mesdames et messieurs, je vous demande de porter un toast avec moi au bonheur des mariés et de leur petite fille. [Pause] Pour Marie et Fernand, et pour Marthe. Dieu bénisse leur vie commune.

Le met le plus dangereux que peut manger un homme est la pièce montée. (Proverbe populaire)

La mère de la mariée ou une autre femme propose le toast

Il n'existe pas de motif particulier, à part la tradition, à ce que la personne qui propose le toast en l'honneur des mariés doive être un homme. Dans des circonstances particulières, la mère de la mariée sera la meilleure option pour faire le discours. Peut-être parce que les parents de la mariée sont divorcés ou parce que le père, pour des motifs de santé, ne peut pas venir au mariage. Il se peut que la mère de la mariée se soit mariée en secondes noces, récemment, et que son nouveau mari soit d'accord pour que ce soit elle qui le fasse. Ou, simplement, il se peut que les mariés préfèrent que ce soit la mère qui fasse le discours et qui propose le toast.

Actuellement, la mariée peut demander à un ami ou à une amie intime de proposer le toast. Une amie intime constituera toujours un bon choix et il est difficile qu'elle rejette la proposition.

Exemple 1

MESDAMES ET MESSIEURS, chers amis.
C'est un plaisir de vous voir tous ici, participant au mariage de Laure et de Mathias.

Comme vous le savez, Laure est ma fille, et comme nous avons toujours été très unies, elle et Mathias me demandèrent de prononcer quelques mots en leur honneur. Ce fut pour moi une surprise très agréable ; je fus depuis cet instant absolument enchantée à cette idée. Laure et moi avons toujours été très heureuses dans le cadre de notre vie familiale. Nous ne sommes pas seulement mère et fille, nous sommes également des amies.

Je suis convaincue que Mathias est le mari idéal pour ma fille, je me sens très heureuse de voir comment aujourd'hui ils ont fait réalité le projet commun que tous deux avaient conçu pour leur vie.

Je suppose que si j'ai été une « super mère », je pourrais également être une « super belle-mère ».

Il est certain que j'ai maintenant une nouvelle famille. Les parents de Mathias, Louise et Jean, m'ont acceptée comme un membre de plus dans la leur. Je leur suis très reconnaissante, car sans leur aide, je n'aurais pas pu organiser cette célébration, pour ne citer que cela. Merci à tous !

Bien, je vais maintenant adresser quelques mots au couple. J'ai vu durant toute la cérémonie leur visage radieux et cela m'a conduit à changer les souhaits que je pensais leur dédier. Vous savez bien, bonheur, santé, succès...

Chers Laure et Mathias, quand les nuages cachent les rayons du soleil, accrochez-vous à votre amour et soyez heureux, comme vous l'êtes aujourd'hui. Mesdames et messieurs, s'il vous

plaît, levez vos verres et portez avec moi un toast en l'honneur des mariés. [Pause] Pour Laure et Mathias.

Exemple 2

Mes amis, cela vous paraîtra étrange que ce soit la marraine qui commence les laïus et les toasts en l'honneur des mariés. C'est Sandra elle-même qui m'a demandé de le faire, puisque parmi tous ses amis et toutes ses amies, c'est moi qui la connaît depuis le plus longtemps. Je suis également la plus bavarde, il faut bien le dire...

Sandra et moi nous connaissons depuis la garderie, cela fait déjà vingt-deux ans. Nous jouions ensemble et nous avons toujours été dans la même classe. C'était une enfant adorable, très alerte et une grande amie. Moi, j'étais très espiègle, la typique enfant qui s'attirait toujours des ennuis. Enfin, nous étions inséparables.

Ça, c'était jusqu'à ce que Thomas apparut. A partir de ce moment, pour Sandra, tout était Thomas, Thomas ceci, Thomas cela... Quel ennui !

Mais au lieu de nous séparer, les fiancés (oui, moi aussi j'en eus) firent que nous continuâmes à être les meilleures amies du monde.

A la fin des études, Sandra et moi continuèrent à être ensemble. Nous commençâmes toutes deux à travailler à la Banque Nationale. Nous nous habituâmes aux fax, aux courriers électroniques et aux messages des boîtes vocales, afin de pouvoir nous voir aussi souvent qu'avant.

Et voilà ma vie ! Jusqu'à ce que ce petit couple m'annonça leur fiançailles, il y a un an. Beaucoup d'entre vous furent présents à cette fête et je suis certaine que vous vous en souvenez aussi bien que moi. Je me compromis lors de

cette fête à être la marraine de mariage de Sandra et à préparer ce petit discours...

Bien, le moment d'être sérieuse est arrivé. Sandra et Thomas, je vous souhaite sincèrement tout le bonheur du monde. Je suis sûre que toutes les personnes présentes seront d'accord avec moi et m'accompagneront pour porter ce toast en l'honneur des jeunes mariés.

Levez vos verres et portons un toast en l'honneur de Sandra et Thomas. Bonne chance et soyez heureux !

Secondes nocés

Les secondes nocés sont le triomphe de l'espérance sur l'expérience. (Samuel Johnson)

Lorsque la mariée, le marié, ou les deux, se marient pour la seconde fois, parce qu'ils sont veufs ou divorcés, l'idéal est qu'un ami se charge du discours et de porter le toast.

Dans ces cas-là, seulement deux discours sont faits, celui cité ci-dessus et la réplique à ce dernier de la part du marié.

Il serait bien entendu de mauvais goût de rentrer dans des détails des mariages antérieurs.

Ce type de discours est habituellement plus bref que s'il s'agissait d'un premier mariage.

Exemple 1

MESDAMES ET MESSIEURS, c'est pour moi un grand plaisir de proposer un toast en l'honneur de Sarah et de Manuel. Tous les mariages sont particuliers, et les seconds le sont doublement. Ils sont un renouvellement du bonheur et de l'espérance.

Je crois que nous fûmes tous extrêmement contents lorsque Sarah et Manuel fixèrent une date à leur mariage. Après de si longues fiançailles, ils se décidèrent enfin à faire de leur rêve une réalité.

Manuel, tu sais combien je suis heureux que tu aies décidé de te donner une nouvelle opportunité pour être heureux. Nous sommes sûrs que vous allez y parvenir. Nous vous souhaitons tous une longue et heureuse vie ensemble. Comme je te l'ai dit parfois, « le meilleur est à venir ».

Levez maintenant vos verres et portez un toast avec moi au bonheur des nouveaux mariés. Mesdames et messieurs [Pause], pour Sarah et Manuel !

La réplique du marié est habituellement le dernier discours de la cérémonie et est généralement brève.

Exemple 2

MESDAMES ET MESSIEURS, chers amis, mon épouse et moi sommes enchantés que vous soyez avec nous en un jour si spécial. Nous vous remercions de tout notre cœur de vos souhaits, de votre compréhension et de votre générosité.

Sarah et moi nous sentons dépassés par la générosité de ma chère fille, Anne, et de mon gendre, Xavier.

Ils ont beaucoup insisté pour que nous célébrions cette réception dans leur propre foyer. Je vous suis très reconnaissant de cette grande démonstration d'amour envers nous. Et Susanne a également beaucoup insisté pour que je vous remercie publiquement d'avoir accueilli dans votre cœur leur fille Mélanie. C'est merveilleux de sentir que nous sommes de nouveau une famille heureuse.

Je ne veux pas être long. Merci encore à tous d'être ici avec nous et j'espère que nous nous réunirons de nouveau lors de prochaines célébrations. Merci !

Discours fait par une personnalité invitée

Dans certains grands mariages, il est possible de trouver une personnalité connue parmi la liste d'invités et que ce soit elle qui réalise le discours en l'honneur des mariés. Bien sûr, cela doit être quelqu'un qui connaisse le couple contractant et qui soit disposé à parler dans le cadre d'un discours qui sera plus long que la normale. Cet invité spécial peut être un membre marquant de n'importe quel domaine de la vie publique : un entrepreneur reconnu, un membre éminent du monde académique, un représentant ecclésiastique, un sportif, un artiste...

Dans ces cas-là, le discours de l'invité sera l'unique discours de la cérémonie. Comme nous l'avons déjà dit, c'est habituellement un discours plus long que la normale ; si nous lui répliquions par les trois ou quatre laïus habituels, la cérémonie finirait par ressembler à un symposium et par ennuyer les invités.

Les discours sont remplacés par de très brèves paroles qui introduisent les toasts. Le père de la mariée peut par exemple dire :

PÈRE JACQUES, MESDAMES ET MESSIEURS, je veux sincèrement vous remercier d'être avec nous aujourd'hui pour célébrer cet heureux jour. Je vous demande de lever vos verres et de porter un toast avec moi à la santé et au bonheur des mariés. [Pause] Pour Marie et Jérôme.

Mon père me donna un bon conseil afin de préparer les discours : sois sincère, sois bref et assieds-toi. (James Roosevelt)

Ensuite, le parrain donne la réplique, très brève, remerciant la marraine de sa collaboration, et présente l'invité spécial. Lui ou le marié le remercieront de ses paroles lorsqu'il aura terminé son discours.

Toutes les personnes distinguées n'ont pas nécessairement l'expérience ou la facilité de parler face au public ; avant de demander que quelqu'un le fasse, pensez-y bien. Souvenez-vous qu'un mariage est une fête et que tous les invités doivent en profiter.

Exemple

MESDAMES ET MESSIEURS, je veux commencer par quelques mots de William Penn : « Marie-toi seulement par amour, mais tâche que ton aimée mérite ton amour ».

Carmen et Michel se sont mariés aujourd'hui par amour. Ceux qui ont la chance de les connaître savent qu'ils méritent tout l'amour et le bonheur du monde.

Ils ne sont pas mariés hâtivement, leur décision n'a pas été le fruit d'une passion soudaine. Ils se sont donnés le temps, ils se sont connus peu à peu jusqu'à être sûrs l'un de l'autre.

Il y a une centaine d'années, on avait l'habitude de dire : « Marie-toi d'abord, l'amour viendra ensuite ». Mais pour ce couple, je crois que cet autre proverbe est plus approprié : « Le mariage en paix est le paradis ; avec des disputes, c'est vivre au purgatoire ».

Carmen, souviens-toi de celui qui dit qu'un homme, roi ou vassal, peut être heureux indépendamment de sa position, pourvu qu'il trouve la paix dans son foyer.

Carmen et Michel, vous êtes maintenant prisonniers du mariage et vous êtes sur le point de fonder votre propre foyer. J'espère que ces paroles que je vais citer puissent vous aider dans cette nouvelle vie que vous démarrez.

Commençons par Cervantès : « Tu es le roi de ton propre foyer tout comme l'est tout monarque de son trône ». Quelqu'un de plus moderne a dit : « La maison d'un homme est le château de son épouse ». Et pour terminer, une citation qui, personnellement, me paraît très intéressante : « La décoration d'une maison, sont les personnes qui la fréquentent ».

Carmen et Michel, je vous souhaite à tous deux d'avoir la sérénité suffisante pour accepter ce qui ne peut pas être changé, le courage d'améliorer ce qui peut l'être, et l'intelligence pour savoir le différencier.

Que Dieu vous bénisse et vous donne santé et bonheur tous les jours de votre vie !

Mariages très informels

Pour les mariages plus informels, il résulte plus approprié de proposer seulement de brefs toasts. Peuvent les faire le père de la mariée, le parrain, ou tout invité ou toute invitée qui connaissent bien les mariés.

Le marié donnera sa réplique à tous les présents à l'aide de brèves paroles de remerciement :

JE VEUX PROPOSER UN TOAST en l'honneur de Marthe et de Louis, pour leur souhaiter tout le bonheur dans leur vie matrimoniale. Que tous vos problèmes soient aussi petits que le bouchon de cette bouteille !
[Pause] Pour Marthe et Louis !

COMMENT ÉCRIRE SON DISCOURS DE MARIAGE

Nous avons proposé quelques exemples de discours de mariage avec l'idée qu'ils vous servent de modèle pour élaborer le vôtre.

Cherchez celui qui correspond le plus à votre situation (père de la mariée, parrain, etc.) et changez les noms et les anecdotes.

Si vous disposez de peu de temps, c'est la meilleure option. À partir de ce format de base, vous pouvez ajouter et retirer ce que vous désirez afin de l'adapter à votre goût et de le faire vôtre.

Vous pouvez également prendre l'option de l'écrire vous-même ; cela effraye réellement certaines personnes, mais ce n'est pas si difficile. En suivant quelques règles fondamentales et quelques bons conseils, vous pouvez le faire sans aucun problème.

La première règle consiste à vous souvenir de ce que vous devez écrire pour parler, et non pas pour lire. C'est cela qui caractérise un bon orateur. Malheureusement, la plupart des personnes paient de leur inexpérience en écrivant quelque chose ressemblant à une rédaction scolaire ou à une pièce littéraire. Faites vous-même l'essai : enregistrez-vous en train de lire quelque chose à haute voix et enregistrez ensuite une conversation quotidienne. La différence est énorme !

Une fois assimilée la première règle, soyez très soigneux avec la grammaire ; il n'est pas nécessaire de dépoussiérer vos livres scolaires mais oui de bien réviser plusieurs fois le texte.

Utilisez des phrases courtes, ceci fera que vos auditeurs puissent vous suivre plus facilement. Vous pouvez sertir les différents paragraphes à l'aide de conjonctions comme « et », « mais » et d'autres similaires. N'utilisez pas de mots que vous n'êtes pas habitué à utiliser, vous paraîtrez peu naturel.

N'incluez pas de mots d'argot ou trop familiers ; vous vous sentiriez certainement plus à l'aise, mais il est possible qu'un des invités s'incommode ou ne le comprenne pas.

Rappelez-vous que tout discours doit avoir son début, son milieu et sa fin. Pour mieux vous souvenir de sa structure, il vous sera très utile de faire un brouillon ou un schéma sur lequel vous pouvez noter ce que vous voulez dire à chaque phase du discours. Une fois que c'est clair, il ne vous sera pas difficile de développer chacune des parties.

Vous pouvez vous informer à propos des préparatifs du mariage et les inclure dans votre discours, ou faire attention à un détail de la cérémonie et mentionner ce qui vous a attiré l'attention.

Faites une liste des points que vous voulez traiter et notez à côté les idées qui vous viennent à l'esprit. Le guide suivant peut vous être utile :

Si vous êtes le père de la mariée

- ✓ Souhaiter la bienvenue à tous.
- ✓ Remercier l'aide de...
- ✓ Mentionner la beauté de...
- ✓ Parler de la carrière professionnelle de la mariée.
- ✓ Mentionner que vous êtes très fier.
- ✓ Souhaiter la bienvenue au marié et faire son éloge.
- ✓ Le conseiller (vous pouvez trouver diverses citations appropriées dans ce livre).
- ✓ Leur souhaiter du bonheur.
- ✓ Porter un toast en l'honneur des mariés.

Si vous êtes le marié

- ✓ Remercier ses parents de la réception.
- ✓ Remercier le père de la mariée de ses mots.
- ✓ Remercier toute la famille de vous avoir accueilli en son sein.
- ✓ Remercier ses propres parents pour tout ce qu'ils ont fait.
- ✓ Remercier la parrain (faire une blague à ce sujet).
- ✓ Expliquer comment vous vous êtes connus, comment vous êtes tombés amoureux et pourquoi elle est merveilleuse.
- ✓ Louer la marraine et porter un toast en son honneur.

Si vous êtes le parrain

- ✓ Remercier au nom de la marraine le toast.
- ✓ Être reconnaissant des généreux cadeaux des invités.
- ✓ Remercier le marié de vous permettre d'être son parrain de mariage (inclure une blague)
- ✓ Faire l'éloge de la mariée.
- ✓ Parler du marié (en blaguant).
- ✓ Leur souhaiter du bonheur (vous pouvez inclure une citation).
- ✓ Remercier les parents de la réception et tous les invités de leur présence.

Le parrain doit demander le prénom de la marraine (il a peut-être un diminutif), demander à la mariée si elle va vouloir parler et vérifier s'il y a un thème quelconque qui puisse déranger la famille. Attention avec les blagues ! Même si l'histoire paraît sympathique, cela peut être un mauvais moment pour rappeler à l'assistance que le grand-père était un joyeux luron qui fuit à Paris et dépensa tout son argent (surtout si la grand-mère est présente lors du mariage et qu'elle dut souffrir de ce problème...).

Faites ensuite un brouillon avec la partie centrale du texte développée. Vérifier que sont inclus les thèmes notés sur la liste antérieure.

N'oubliez pas d'utiliser des phrases courtes et simples que vous puissiez dire sans avoir besoin de les lire. Prenez comme exemple les toasts qui se trouvent dans ce livre.

Tenez compte du fait qu'un laïus de quatre ou cinq minutes représente environ 500 mots. Recomptez les mots et ajustez votre discours au temps que vous désirez employer ; si c'est nécessaire, faites un essai à haute voix en chronométrant la durée. Si vous êtes un peu court, vous pouvez toujours inclure une anecdote, une citation ou une blague (cherchez de nouveau parmi celles que nous vous offrons dans ce livre). De toutes façons, il vaut toujours mieux être bref que trop long.

Au cas où vous soyez trop long, réviser le texte et chercher tout ce que vous pouvez éliminer sans altérer le sens du discours ni sa continuité. Souvenez-vous de vérifier une nouvelle fois que vous n'oubliez rien d'important, vous avez pour cela la liste antérieure.

L'étape suivante est d'écrire au propre le discours et de le répéter jusqu'à ce que vous vous familiarisez avec lui. Si c'est possible, dites-le face à une personne, cela vous servira d'essai et pourra vous aider à améliorer le texte tout comme la présentation orale. N'oubliez pas qu'il est fondamental que vous fassiez votre discours avec naturel, en parlant, et non en lisant.

Quant au salut initial, vous pouvez utiliser les plus traditionnels. « Mesdames et messieurs » sera toujours bien accepté, mais certains cas requièrent un autre traitement. Par exemple, quand il existe un invité spécial, il convient de faire une mention à ce dernier.

Vous pourriez ainsi démarrer votre discours en disant : « Monseigneur Rabel, mesdames et messieurs... », « Général Martin, mesdames et messieurs... » ou « Monsieur Gaillard, mesdames et messieurs... ».

Les derniers paroles d'un mari sont toujours : « d'accord, achète-le ». (N.P. Willis)

Si c'est à vous de porter de toast en l'honneur des mariés, parlez directement aux invités et dirigez votre regard vers ces derniers, non vers les mariés. Pensez que vous êtes en train de demander aux premiers qu'ils se joignent à votre toast.

Essayer de parcourir du regard tous les invités, ne vous centrez pas sur un seul, vous pourriez l'incommoder.

Tout ceci peut vous paraître compliqué, mais cela ne l'est pas, il vous suffit de faire un ou deux essais chez vous, et vous verrez que c'est plus facile qu'il n'y paraît. De plus, tout le monde sait que vous n'êtes pas un orateur professionnel et ils supposent que vous serez nerveux. Ils ne seront pas trop exigeants, et souvenez-vous toujours que c'est votre famille, et qu'ils désirent passer un bon moment...

Le parrain peut commencer par remercier les mariés de l'avoir choisi. La meilleure forme de le faire est d'utiliser l'humour, cela rompra un peu la glace et vous vous détendrez un peu.

Il est recommandé de parler avec les autres orateurs afin de vérifier que personne ne va répéter une anecdote ou une citation lors de son discours. Si vous ne pouvez pas parler avec les autres orateurs, ayez en réserve une anecdote ou une citation de rechange.

Si vous ne trouvez pas de formules originales pour commencer votre discours, utilisez les exemples que nous vous proposons ci-dessous.

Idées pour commencer le discours de mariage

- ✓ *Mesdames et messieurs, je ne suis pas très original, mais...*
- ✓ *Mesdames et messieurs. Vous vous attendiez à ce que je dise cela, n'est-ce pas ?*
- ✓ *Mesdames et messieurs, qui a dit que les compliments ne fonctionnent pas ?*
- ✓ *Mesdames et messieurs, ceci est le jour le plus heureux de ma vie et la coupable en est cette merveilleuse femme qui est assise à côté de moi.*
- ✓ *Mesdames et messieurs, le mari attend de pouvoir vous dire que c'est le jour le plus heureux de sa vie. Mais, dites-moi, ceux qui sont mariés, ce bonheur ne va-t-il pas décliner à partir d'aujourd'hui ?*
- ✓ *Mesdames et messieurs. Lorsque vous aurez mon âge, vous découvrirez que l'on commence à perdre trois choses. Premièrement la mémoire [pause et suspense]... Je ne me souviens pas des deux autres !*
- ✓ *Chers amis, tout le monde dit que le mariage est quelque chose de positif. J'y ai beaucoup réfléchi ces derniers jours et... je pense que c'est vrai. Si le mariage n'existait pas, les maris et les épouses devraient se disputer avec des inconnus !*

- ✓ *Mesdames et messieurs, il y en a qui disent que le mariage, c'est comme jouer à la loterie. Dans ce cas, moi j'ai touché le gros lot !*
- ✓ *Mesdames et messieurs, je me sens un peu bizarre de répondre au nom de la marraine, car comme vous pouvez le voir, je ne suis pas la marraine !*
- ✓ *Chers amis, je sais que le plus habituel est de vous appeler « Mesdames et messieurs ».*
- ✓ *Mesdames et messieurs, merci pour votre brève introduction. Je suis enchanté de tous les éloges que vous avez inventés sur moi.*
- ✓ *Mesdames et messieurs. Je suis sûr que vous connaissez les trois règles basiques de ce type de discours : se lever, parler et s'asseoir. Je ne vais pas vous décevoir, c'est exactement ce que je vais faire.*
- ✓ *Mesdames et messieurs. Quand je commentais il y a un moment, à mon nouveau beau-père, que j'étais très nerveux à l'idée de devoir faire ce discours, il me dit : « Ne t'en fais pas, personne n'attend qu'un marié aussi fou que toi ne fasse quelque chose de sérieux ». Et maintenant, bien entendu, je ne peux pas vous décevoir.*

TOASTS ET CITATIONS A UTILISER LORS DE DISCOURS DE MARIAGE

Les citations vous serviront à ajouter du piment à votre discours, mais n'en abusez pas car, sinon, il paraîtra prétentieux pour être un simple laïus de mariage.

Nous vous présentons ensuite quelques exemples de citations intéressantes pour le toast. Tenez compte du fait que certains écrivains présentent une vision très cynique à propos du mariage ; incluez-les si cela vous convient, mais essayez de donner une vision positive.

Surtout, tâchez de ne rien inclure qui puisse résulter offensif pour ses auditeurs. Les mariages sont des fêtes détendues, mais ceci ne signifie pas que l'on puisse dire n'importe quoi.

Exemple 1

MESDAMES ET MESSIEURS, je veux proposer un toast à la santé des mariés. Souvenez-vous des paroles de William Congreve : « Bien que le mariage fasse le mari et la femme un, moi je crois qu'il fait deux idiots ».

Il suffit de regarder ces deux idiots, ils ne paraissent pas conscients de l'imprudence qu'ils ont commise. On dirait plutôt qu'ils sont enchantés.

Et, en vous regardant tous, je vois une multitude de couples de fous qui, comme mon épouse et moi, profitent de leur folie depuis bien longtemps.

Et nous paraissions tous contents de notre bêtise. C'est pour cela que je préfère cette autre citation du cynique Congreve : « Le plus sensé qu'un homme puisse faire est de trouver la femme idéale pour lui ».

Exemple 2

VOUS CONNAISSEZ CERTAINEMENT ces paroles, je ne sais pas si c'est un proverbe ou si elles forment partie d'une chanson populaire, mais elles disent : « L'amour est ce qui fait tourner le monde ». Tous les enfants en âge scolaire savent que le monde tourne parce qu'il ne peut pas s'arrêter d'être en rotation sur son axe. Mais en voyant Marthe et Michel, je crois qu'il est absolument vrai que c'est l'amour qui fait tourner « leur » monde...

Exemple 3

VOUS CONNAISSEZ TOUS LA CHANSON : « Pourquoi suis-je toujours la marraine, jamais la rougissante mariée ? ». Bien, j'aimerais changer un peu les paroles : « Pourquoi suis-je toujours le parrain, jamais le rougissant marié ? ». Car ce

mariage est le troisième que je fais en tant que parrain depuis le début de l'année, et j'aimerais cesser d'être amateur et passer en première division.

Les citations peuvent être cyniques, amusantes, mordantes, mais jamais offensives. N'incluez pas de commentaires désagréables ou dénigrants. Pensez que ce qui vous paraît amusant peut être une cruauté pour une autre personne.

Vous trouverez ci-après quelques citations que vous pouvez inclure dans votre discours ou toast :

À propos du mariage et de l'amour

- ✓ *L'amour est ce qu'il y a de meilleur. (Robert Browning)*
- ✓ *L'amour vaut plus que l'or et que toutes les richesses du monde. (John Lydgate)*
- ✓ *L'amour est ce qui fait tourner le monde. (Anonyme)*
- ✓ *Si tu n'as jamais été aimé, tu n'as jamais vécu. (John Gray)*
- ✓ *Deux âmes, mais une seule pensée, deux cœurs en un seul battement. (Marie Lowell)*
- ✓ *Les femmes sont faites pour être aimées, pas pour être comprises. (Oscar Wilde)*
- ✓ *Tout par amour et rien par intérêt. (Edmund Spencer)*
- ✓ *Le devenir du véritable amour est un chemin sans embûches. (William Shakespeare)*
- ✓ *Le meilleur et le plus beau de ce monde ne peuvent se voir ni se toucher. Seul peut le sentir le cœur. (Helen Keller)*
- ✓ *L'amour console comme l'éclat du soleil après la pluie. (William Shakespeare)*
- ✓ *Où qu'il soit, dans un paradis merveilleux, il ne lui manquera qu'une chose : toi. (Alejandro Sanz)*

- ✓ *Se marier signifie que si tu trouves une femme bonne, tu seras heureux ; et si tu trouves une femme mauvaise, tu seras philosophe. (Socrate)*
- ✓ *Ce que tu auras vénéré restera, le reste sera poussière. (Saint Augustin)*
- ✓ *L'amour est comme le feu : voient, avant, la fumée ceux qui sont dehors, que les flammes ceux qui sont dedans. (Jacinto Benavente)*
- ✓ *Une femme intelligente qui lit le contrat de mariage et se marie, mérite d'en subir les conséquences. (Isadora Duncan)*
- ✓ *Ce que fait l'amour, lui-même l'excuse. (Molière)*
- ✓ *Dans les thèmes d'amour, les fous sont ceux qui ont le plus d'expérience. Ne posez jamais de questions, à propos de l'amour, aux personnes raisonnables. Les personnes raisonnables aiment raisonnablement, ce qui revient à n'avoir jamais aimé. (Jacinto Benavente)*
- ✓ *Le mariage est une espèce d'amitié reconnue par la police. (Robert L. Stevenson)*
- ✓ *Le mariage est une splendide institution, mais qui veut vivre dans une institution ? (Groucho Marx)*
- ✓ *L'amour est la poésie des sens. (Honoré de Balzac)*
- ✓ *L'amour, sans admiration, est seulement amitié. (Aurore Dupin)*
- ✓ *Le mariage divise en deux ta tristesse, double tes joies et quadruple tes frais. (G.K. Chesterton)*
- ✓ *Un homme qui dit pouvoir voir à travers une femme est perdu. (Groucho Marx)*
- ✓ *Amour et mariage, amour et mariage, ils vont ensemble comme cheval et charrette. (Sammy Cahn)*
- ✓ *L'amour est comme la fièvre : elle pousse et augmente contre notre volonté. (Marie Henri Beyle)*
- ✓ *Qui peut dire combien il aime, petit amour éprouve. (Francesco Petrarca)*
- ✓ *L'âge ne protège pas de l'amour, mais l'amour protège de l'âge. (Jeanne Moreau)*

- ✓ *Il est amusant de penser que lorsque l'homme était seul sur terre, sans raison de s'inquiéter, elle arriva, et créa le mariage. (Robert Frost)*
- ✓ *Le mariage est populaire parce qu'il combine la plus grande tentation avec les plus grandes opportunités. (George B. Shaw)*
- ✓ *C'est bien de se marier ; ne pas se marier, c'est mieux. (Saint Augustin)*
- ✓ *Le mariage a quelques inconvénients, mais le célibat n'est pas agréable du tout. (Samuel Johnson)*
- ✓ *L'amour n'est pas seulement un sentiment, c'est aussi un art. (Honoré de Balzac)*
- ✓ *L'homme aime peu et, souvent, la femme aime beaucoup et rarement. (Jan Basta)*
- ✓ *L'amour est comme le feu, s'il ne se communique pas, il s'éteint. (Giovanni Papini)*
- ✓ *Nous séduisons en nous servant de mensonges et prétendons être aimés pour nous-mêmes. (Paul Géraudy)*
- ✓ *Si tu te maries, tu le regretteras. Si tu ne te maries pas, tu te regretteras aussi. (Soren Kierkegaard)*
- ✓ *Dieu, le meilleur marieur, unit vos cœurs en un seul. (William Shakespeare)*
- ✓ *Le bonheur des mariés est le leurre pour attirer d'autres idiots vers le mariage. (Samuel Pepys)*
- ✓ *Le secret d'un ménage heureux est de se pardonner mutuellement le fait de s'être marié. (Sacha Guitry)*
- ✓ *Une personne peut se sentir seule, même lorsque beaucoup de gens l'aiment. (Du journal d'Ana Frank)*
- ✓ *L'amour ne meurt jamais de faim, souvent d'indigestion. (Ninon de Lenclos)*
- ✓ *L'amour peut être un passe-temps et une tragédie. (Isadora Duncan)*
- ✓ *Il existe certainement beaucoup de raisons pour divorcer ; mais la principale est et restera le mariage. (Jerry Lewis)*

- ✓ *L'amour est aveugle, mais le mariage lui redonne la vue. (G.C. Lichtenberg)*
- ✓ *Garde tes yeux bien ouverts avant le mariage, et à demi fermés après. (Benjamin Franklin)*
- ✓ *Personne ne s'aime trop peu. (Benjamin Whichcote)*
- ✓ *Mise en garde à propos du mariage : ne le faites pas. (Punch)*
- ✓ *Les mariages sont faits dans le ciel. (Lord Tennyson)*
- ✓ *Il y a six conditions pour avoir un ménage heureux ; le premier et d'avoir la foi, et les cinq autres sont la confiance. (Elberth Hubbard)*
- ✓ *L'amour est la plus noble faiblesse de l'esprit. (John Dryden)*
- ✓ *Le meilleur mariage serait celui qui réunit une femme aveugle et un mari sourd. (Michel de Montaigne)*
- ✓ *L'amour naît du souvenir, vit de l'intelligence et meurt par oubli. (Ramón Llul)*
- ✓ *Marie-toi ; si par hasard tu trouves une femme bonne, tu seras heureux ; sinon, tu deviendras philosophe, ce qui est toujours utile pour un homme. (Sophocle)*
- ✓ *L'amour est comme la sauce mayonnaise : lorsqu'elle tourne, il faut la jeter, et commencer de nouveau. (Enrique Jardiel Poncela)*
- ✓ *Le mariage se base sur la théorie que lorsque un homme découvre une marque de bière avec une saveur particulière, il laisse tout tomber pour l'obtenir. (George Jean Nathan)*
- ✓ *L'amour est une bêtise faite par deux. (Napoléon)*
- ✓ *L'amour a l'entrée facile et la sortie difficile. (Lope de Véga)*
- ✓ *Amour : seulement une éternité qui ne s'atteint. (Percy B, Shelley)*
- ✓ *L'amour des jeunes n'est pas dans le cœur, sinon dans les yeux. (William Shakespeare)*
- ✓ *L'amour qui naît subitement est le plus long à guérir. (Jean de la Bruyère)*

- ✓ *Pour Adam, le paradis est où était Ève. (Mark Twain)*
- ✓ *Ils disent que l'homme n'est pas un homme tant qu'il n'a pas entendu son prénom des lèvres d'une femme. (Antonio Machado)*
- ✓ *Le mariage consiste à essayer de résoudre à deux un problème qui n'aurait jamais surgi en étant seuls. (Eddy Cantor)*
- ✓ *Un mariage heureux est une longue conversation qui paraît toujours trop courte. (André Maurois)*
- ✓ *L'homme qui n'a pas aimé passionnément ignore la partie la plus belle de la vie. (Stendhal)*
- ✓ *L'amour n'est pas se regarder l'un l'autre, sinon regarder les deux dans la même direction. (Antoine de Saint-Exupéry)*
- ✓ *Aimer est le plus puissant sortilège pour être aimé. (Balthasar Gracian)*
- ✓ *Il y a toujours un peu de folie dans l'amour, mais il y a toujours un peu de raison dans la folie. (Friedrich Nietzsche)*
- ✓ *Il y a seulement un amour jusqu'à la mort : le dernier. (Jacinto Miquelarena)*
- ✓ *L'amour est un esprit à l'intérieur de deux formes. (Percy B. Shelley)*
- ✓ *Tout homme peut parvenir à être heureux avec une femme, pourvu qu'il ne l'aime pas. (Oscar Wilde)*
- ✓ *Craindre l'amour, c'est craindre la vie, et ceux qui craignent la vie sont déjà à moitié morts. (Bertrand Russell)*
- ✓ *Certains ont le désir d'aimer, mais pas la capacité. (Giovanni Papini)*
- ✓ *La liberté est incompatible avec l'amour. Un amant est toujours un esclave. (A. L. Germaine)*
- ✓ *La distance n'est pas combien nous sépare, la distance est si nous ne revenons pas. (Alejandro Sanz)*

Secondes noces

- ✓ *Le triomphe de l'espérance sur l'expérience. (Dr Samuel Johnson)*
- ✓ *Décidés à faire mille fois plus. (Slogan publicitaire d'Avis)*
- ✓ *Quand les veufs parlent à tort et à travers des secondes noces, je parie que le jour du mariage tout est clair. (Henry Fielding)*
- ✓ *Je ne suis pas encore si vieux ni si naïf. Je ne suis pas assez préparé pour me marier de nouveau. (W.S. Gilbert)*
- ✓ *Socrate mourut d'une overdose de mariage. (Réponse à une question d'examen)*
- ✓ *Je choisis mon épouse et elle choisit sa robe de mariée. Aucun des deux ne fut judicieux avec la qualité. (Oliver Goldsmith)*

Maris et femmes

- ✓ *Être mari est un travail à temps plein. (Arnold Bennett)*
- ✓ *Tous les maris sont pareils, mais ils ont différents visages vus de loin. (Ogden Nash)*
- ✓ *Un mari est un homme qui deux minutes après s'être allongé, ronfle comme une locomotive. (Ogden Nash)*
- ✓ *Les dernières paroles d'un mari sont toujours : « d'accord, achète-le ». (N.P. Willis)*
- ✓ *Être un mari est comme n'importe quel travail, c'est plus facile si tu aimes ton chef. (Anonyme)*
- ✓ *Le mari modèle est celui qui, lorsque sa femme sort, fait la vaisselle. Celle des deux ! (N.P. Willis)*
- ✓ *Un bon mari fait une bonne épouse. (N.P. Willis)*
- ✓ *Maris, aimez vos épouses, et ne soyez point cruels envers elles. (La Bible)*
- ✓ *Celui qui suit son épouse en tout est un ignorant. (Talmud)*
- ✓ *L'épouse idéale est une femme avec un mari idéal. (Booth Tarkington)*

- ✓ *Lorsqu'une femme se marie, c'est comme sauter par-dessus un trou dans la glace en hiver. Tu le fais une fois et tu t'en souviens toute ta vie. (Maxime Gorky)*
- ✓ *Tous les hommes qui sont arrivés loin sont convaincus qu'ils y sont parvenus par eux-mêmes : leurs épouses sourient et les laissent le croire. C'est leur meilleur tour. Toutes les femmes le savent. (J.M. Barrie)*
- ✓ *Les hommes qui disent que leurs femmes ne savent pas faire de farces oublient celle qu'elles leur firent. (Oscar Wilde)*
- ✓ *Tu ne peux pas avoir de secrets envers ta femme, elle les découvrira toujours. (Oscar Wilde)*

Miscellanées

- ✓ *Ne discute jamais à table, celui qui a faim aura toujours le meilleur argument. (Richard Whately)*
- ✓ *Quatre-vingt-dix-neuf pour cent des frictions de la vie quotidienne sont produites par le ton de la voix. (Arnold Bennett)*
- ✓ *Tout ce que fait une femme, elle peut le faire deux fois mieux qu'un homme. Par bonheur, ce n'est pas très difficile. (Charlotte Whitton)*
- ✓ *Il n'y a rien de tel que le foyer, une fois que le reste est fermé. (Anonyme)*
- ✓ *La grande question à laquelle je n'ai jamais pu répondre est : « Que veulent les femmes ? ». (Sigmund Freud)*
- ✓ *Le met le plus dangereux que peut manger un homme est la pièce montée. (Proverbe)*
- ✓ *Il n'y a rien en ce monde telle que la dévotion d'une femme mariée ; c'est quelque chose que savent bien tous les célibataires. (Oscar Wilde)*
- ✓ *Je me cite parfois moi-même, cela anime ma conversation. (George B. Shaw)*
- ✓ *L'argent ne fait pas le bonheur, mais il peut payer un groupe de conseillers afin qu'ils étudient le problème. (Bill Vaughan)*

- ✓ *Lorsqu'un homme s'assied avec une belle femme durant une heure, cela lui paraît une minute. Mais s'il s'assied sur une plaque brûlante durant une minute, cela lui paraîtra plus long qu'une heure. C'est ça la relativité. (Albert Einstein)*
- ✓ *Parfois, un homme tombe amoureux d'une boucle de cheveux et commet l'erreur de vouloir se marier avec la fille entière. (Stephen Leacock)*
- ✓ *Mon père me donna un bon conseil afin de préparer les discours : sois sincère, sois bref et assieds-toi. (James Roosevelt)*
- ✓ *Si tu ne trouves pas de pétrole au bout de dix minutes, arrête de forer. (Oscar Wilde)*
- ✓ *Les femmes ont leurs défauts, les hommes seulement deux : tout ce qu'ils disent et tout ce qu'ils font. (Anonyme)*
- ✓ *Elle, c'est une fille fantastique. Nos fiançailles furent rapides et furieuses. Je fus rapide et elle furieuse. (Max Kauffmann)*
- ✓ *Les hommes sont comme les poissons ; ils n'auraient jamais de problème s'ils maintenaient leur bouche fermée. (Anonyme)*

Toasts informels

Vous n'êtes pas obligés d'utiliser les toasts de toujours, traditionnels, à propos de la santé, du bonheur, etc. Vous trouverez ici quelques exemples moins formels. Vous pouvez les utiliser lors de ces mariages où l'étiquette a été remplacée par la sympathie.

- ✓ *Pour les amis : Que la fortune soit aussi généreuse envers vous que vous l'avez été envers vos amis.*
- ✓ *Pour les mariés : Longue vie et bonheur, parce que votre longue vie fera ma joie.*
- ✓ *Pour les mariés : Nous serons enchantés d'être de nouveau invités à vos noces d'or.*

- ✓ *Pour la mariée* : Partage tout avec ton mari, même les tâches du ménage.
- ✓ *Pour le marié* : Tu nous laisses pour une vie meilleure. Mais nous, nous ne te laisserons pas.
- ✓ *Pour le marié* : Que tu vives autant que tu veux, et que ce que tu désires dure toute la vie.
- ✓ *Pour les mariés* : Vivez aujourd'hui comme si c'était le dernier jour ! Souvenez-vous que ceci est le premier jour du reste de votre vie.
- ✓ *Pour le marié* : Pour ce nerveux, agité, inquiet, impatient, incommode mais enviable ami, le marié.
- ✓ *Pour la mariée* : Rappelle à ton mari qu'il est à l'épreuve ; tu peux le rendre ou le changer, mais l'amour ne peut jamais se rendre.
- ✓ *Pour la marraine* : Qu'aujourd'hui se fasse réalité le dicton qui dit qu'une marraine heureuse rend un mariage heureux.
- ✓ *Pour les mariés* : Lorsque vous glisserez le long de la rampe de la vie, que les écharde soient de l'autre côté.
- ✓ *Pour les mariés* : Je vous souhaite la santé, je vous souhaite du bonheur, je vous souhaite la richesse, je vous souhaite le ciel. Que puis-je vous souhaiter d'autre ?
- ✓ *Pour les mariés* : Le mariage est une institution. Le mariage est l'amour. L'amour est aveugle. Alors, le mariage est une institution pour aveugles.

PLAISANTERIES ET ANECDOTES AMUSANTES POUR LES MARIAGES

Les temps ont changé et maintenant nous pouvons introduire dans les discours de mariage des anecdotes amusantes et des plaisanteries. Bien entendu, cela n'inclut pas les commentaires cruels, les anecdotes embarrassantes ni les plaisanteries de mauvais goût.

Le parrain a parmi d'autres fonctions celle d'être une espèce d'« animateur » de la célébration. Les invités s'attendent donc à ce que son discours soit amusant. Les

anecdotes amusantes et l'humour font que les discours prennent vie, et s'écoutent de meilleur gré. La majorité d'entre nous ne possédons pas le talent humoristique des professionnels, mais ne vous inquiétez pas, vous n'en aurez pas besoin.

Si l'humour n'est pas votre fort, il vaut mieux chercher des anecdotes amusantes, des situations curieuses dans lesquelles vous vous êtes vus impliqués avec un des mariés. Essayez, également, d'adapter les plaisanteries à la situation. De cette manière, elles seront mieux acceptées, et vous ne paraîtrez pas un simple conteur de blagues.

Vous trouverez maintenant une sélection de commentaires humoristiques appropriés aux mariages ; utilisez-les si cela vous convient.

Pour le père de la mariée

Lorsque Marthe était petite, elle revint à la maison en criant qu'une enfant l'avait frappée. Sa mère lui demanda : « c'était une des grandes ? tu lui as rendu le coup ? ». Et Marthe répondit : « Non, non, je l'ai frappée en premier ».

*

Avis pour la mariée. Traite-le comme si c'était ton animal de compagnie ; trois repas par jour, beaucoup d'amour, et une longue laisse.

*

Les choses ont changé. Quand nous rentrions du travail, nous avions l'habitude de demander : « Qu'y-a-t'il pour dîner ? ». Maintenant ils demandent : « Qu'est que nous décongélons ? ».

*

Deux hommes sont assis au bord de la rivière, en train de pêcher. C'est dimanche, le matin, et les cloches de l'église sont en train de

sonner. « Je me sens un peu coupable -dit l'un-, nous devrions être à l'église, au lieu d'être ici, en train de pêcher ».

« Moi je ne me sens pas coupable -dit l'autre-, de toutes façons je ne pouvais pas aller à l'église aujourd'hui, ma femme est malade ».

✱

La meilleure manière de se souvenir à jamais de l'anniversaire de ta femme, est de l'oublier une fois.

✱

Une femme récemment mariée dit à son mari: « Chéri, j'étais en train de repasser ton pantalon et il s'est brûlé, il y a un trou terrible ! ». « Ne t'inquiète pas, ce costume a deux pantalons ». « Oui, je le sais -dit-elle- j'ai utilisé l'autre pour rapiécer le trou ».

✱

Adam : Eve, c'est vrai que tu m'aimes ?

Eve : et qui vais-je aimer, sinon ?

✱

Tout le monde dit que le mariage apprend la modération, la tempérance, la fidélité. Et d'autres vertus dont nous, célibataires, n'avons pas besoin.

Pour le marié

André est une personne réellement tolérante. Il dit toujours : « Soyez tolérant envers ces personnes avec lesquelles vous n'êtes pas d'accord. Ils ont le droit d'avoir ces opinions stupides ».

✱

Lors de notre premier rendez-vous, le père de Carmen me dit qu'elle lui avait dit qu'elle était en train de faire les retouches à son maquillage, qu'elle descendait immédiatement. Il ajouta ensuite : « Prêt pour une partie d'échecs ? ».

✱

J'ai une recette infallible pour guérir tous les maux. Nous n'avons besoin que d'une bougie et d'une bouteille de champagne. Vous allumez la bougie, vous buvez une coupe et vous attendez cinq minutes. Après, vous buvez une autre coupe et vous répétez l'opération jusqu'à ce que s'éteigne la bougie. Vous pouvez continuer jusqu'à consommer trois bougies. Pour terminer, vous soufflez et vous allez vous coucher.

✱

Elle : Nous nous marierons rapidement ?

Lui : Chérie, nous devons encore économiser pour acheter notre maison.

Elle : Nous pourrions aller vivre avec tes parents...

Lui : Impossible, ils continuent à vivre avec les leurs !

✱

Il est curieux de voir comment les femmes préfèrent les hommes ayant un passé. Un homme avec un présent est, bien sûr, trop populaire.

Pour le parrain

Deux dames âgées parlent de leur mariage.
« Il y a vingt ans que je ne vois pas mon mari -dit l'une-, il partit chercher un chou-fleur et ne revint jamais ». « Et toi, qu'est-ce que tu fis ? », -demanda l'autre-. « Oh !, j'ouvris une boîte de petits pois... ».

*

Le mariage d'un météorologue est ainsi : deux fronts orageux se rencontreront, après, il y aura du soleil.

*

Beaucoup de couples ont des ménages malheureux, mais ils ne le savent malheureusement pas.

*

Marie et Georges sont un couple très indépendants. Je ne pense pas que ce soit une mauvaise chose, mais ils envoient des cartes de vœux individuelles aux mêmes personnes !

*

Tony, souviens-toi que l'on ne peut être mieux que chez soi, surtout quand tous les autres endroits ont déjà fermé.

FIANÇAILES ET ENTERREMENT DE LA VIE DE GARÇON

Les fiançailles ne sont très cérémonielles. Normalement, les invités ne s'attendent pas à écouter de grands discours. Ils préfèrent évoluer à leur guise, bavarder avec les autres personnes et profiter d'une fête animée. Si

vous devez faire un discours de fiançailles, vous n'avez qu'à suivre l'exemple suivant :

Exemple

CE SOIR, nous célébrons la bague de fiançailles offerte à Marthe par Xavier. Nous les félicitons et leur souhaitons d'être très heureux. Ils ont tous deux beaucoup de chance, personne ne peut dire que Marthe soit une chasseuse de fortunes.

C'est d'ailleurs Xavier qui sortira bénéficiaire de ces fiançailles, car Marthe va le transformer en un grand propriétaire.

Merci de nous avoir permis de partager ce moment, et merci d'être nos amis.

Un cynique me disait l'autre jour que les fiançailles étaient le moment où elles se demandaient si elles n'auraient pas pu trouver quelqu'un de mieux.

Marthe ne pense pas cela. Elle désire qu'arrive le jour où Xavier lui mette l'alliance au doigt. Nous aussi attendons ce jour avec impatience, et nous vous souhaitons bonne chance.

Mais il y aura encore une troisième bague, autour de laquelle nous nous réunirons et nous féliciterons de nouveau. Laquelle ? Ne devinez-vous pas quelle bague ? La bague dentaire, bien sûr !

Je veux porter un toast en l'honneur de Marthe et Xavier. Que Dieu soit bon envers eux et leur donne santé et bonheur. Pour Marthe et Xavier !

Enterrement de la vie de garçon

Les fêtes pour enterrer la vie de garçon sont très variables. Elles consistent uniquement à ce que les amis du fiancé et ce dernier sortent s'amuser sans leurs fiancées ni

leurs femmes. La seule chose qui est interdite durant ce type de fête sont les allusions à la fiancée : comment elle est, comment elle a été, son aspect et son anatomie. Un quelconque stupide commentaire à ce propos pourrait ruiner la fête et gâcher le mariage.

Parfois, l'enterrement de la vie de garçon consiste en un simple dîner entre amis, et les discours forment alors une partie importante de la fête. Nous vous proposons un exemple que vous pouvez utiliser comme référence :

Exemple

CECI EST LA DERNIÈRE SOIRÉE de Jean en tant que célibataire. Je ne sais pas quelle mouche l'a piqué pour qu'il se fiance.

Il a peut-être entendu dire que c'est moins cher de vivre en ménage. Je crois que ceci est vrai seulement à Noël. Le reste de l'année, c'est une bêtise.

Visiblement, Jean en doute. Je lui suggère de calculer combien va lui coûter la lune de miel. C'est seulement une petite partie de ce qui l'attend. Après ces mini-vacances, il aura un autre chef.

Ne pensez pas que j'ai quelque chose contre Isabelle. C'est une fille fantastique, et je suis certain qu'elle sera une épouse merveilleuse pour Jean.

J'espère que lorsque tu seras vieux, tu continueras à apprécier autant la capacité de conversation d'Isabelle, souviens-toi que le mariage, c'est pour toujours...

Le problème est que Jean est peut-être fatigué de la vie de célibataire, de butiner de fleur en fleur.

Je pense que cela ne se produira pas..., seul un miracle pourrait sauver notre ami du mariage. Et nous savons bien que de nos jours, il se produit peu de miracles. Il y a même des

personnes qui ne savent plus ce que c'est. Une d'elles était originaire de Saint-Valéry. Elle demanda au curé de son village qu'il lui expliquât ce qu'était un miracle. Après de longues explications, le villageois demanda au curé de lui donner un exemple, car ce n'était pas très clair pour lui. Le curé lui dit : « Oui, bien sûr, tourne-toi ». L'homme de Saint-Valéry se tourna et le curé lui donna un grand coup de pied aux fesses.

« Tu as senti le coup de pied ? » -lui demanda-t-il ?

« Bien sûr, un peu que je l'ai senti ! » -lui répondit-il.

« Bien, cela aurait été un miracle que tu ne le sentes pas » -conclut le curé.

Pauvre petit Jean ! Tu vas recevoir quelques bons « coups » ce soir. Je commence à avoir des remords de conscience. Je l'avoue, je me moque de lui par pur égoïsme. J'ai peur que lorsqu'il soit marié, il s'enferme et oublie les amis du passé.

Je lui souhaite d'avoir le plus de chance possible. Je sais que ce mariage sera un succès complet. Buvons à cela !

Présentation d'artistes

Lors de certains enterrements de la vie de garçon, des artistes de différentes catégories sont engagés ; ils peuvent être professionnels ou des amis ayant une quelconque qualité artistique.

Dans ce cas, il convient que quelqu'un exerce le rôle d'organisateur et d'animateur. Le mieux est que ce soit le parrain lui-même, sauf si une personne du groupe a de l'expérience dans l'organisation de ce type d'évènements. Le programme des spectacles doit être soigneusement planifié, et l'animateur doit voir les spectacles au préalable. Quant à la durée, le mieux est que chaque numéro dure au maximum dix minutes. Ainsi personne n'a le temps de s'ennuyer.

L'animateur se chargera de présenter chaque spectacle ; il peut le faire selon l'exemple suivant :

Exemple

IL Y A LONGTEMPS, les seigneurs s'ennuyaient énormément dans leurs châteaux, jusqu'à ce que quelqu'un inventa les artistes. Nous aurons maintenant le plaisir d'apprécier le travail de certains des meilleurs artistes.

Mais avant, asseyez-vous et mettez-vous à l'aise. Il est prévu que vous puissiez aller au bar commander des boissons durant les pauses entre les numéros. Si vous commandez aussi celles de vos amis, ils vous en seront reconnaissants.

Messieurs, j'ai le plaisir de vous présenter le show de [prénom de l'artiste].

Une fois terminés les spectacles, vous pouvez continuer ainsi :

Je suis certain que vous voudrez me remercier du fantastique spectacle que nous venons de voir. La durée des applaudissements me semble une preuve convaincante de votre satisfaction. Merci beaucoup. Portons un toast à notre amitié et à votre bon goût pour le spectacle.

Il y a un autre type d'enterrement de la vie de garçon, beaucoup plus habituel. Il se célèbre normalement dans des établissements d'hôtellerie. Dans ce cas, les spectacles ont un caractère plus privé et la boisson coule plus à flots.

L'organisation est, d'habitude, également à la charge du parrain, qui sera responsable de faire une estimation du coût économique de la fête afin que chaque invité donne sa part.

Dans ce type de fête, il n'y a pas de discours, et il n'est pas nécessaire que le parrain présente les artistes, une

personne du local s'en chargera. Il est normal qu'il y ait beaucoup de toasts, et ils se parent de plaisanteries et d'anecdotes diverses.

Souvenez-vous que même si c'est une fête très informelle, y compris un peu délirante, nous ne devons pas perdre le bon goût. Évitez les plaisanteries cruelles et grossières.

Toasts humoristiques

Lors des enterrements de la vie de garçon, il est habituel, après avoir pris quelques verres, de porter des toasts de caractère humoristique, afin de continuer à boire allègrement.

Vous avez ici un exemple dans lequel tous les assistants à la fête participent. Au cas où ils ne le connaissent pas, il vaut mieux distribuer une copie à chacun d'entre eux.

Exemple 1

Animateur (A) : Nous sommes tous là ?

Participants (P) : Nous sommes tous là.

A : Comme chevaliers

P : nous nous comportons

A : et les femmes

P : nous aimons,

A : mais avant tout,

Tous : buvons, buvons, buvons.

A : Est-ce que notre père Adam but ?

P : Il but.

A : Est-ce que notre mère Eve but ?

P : Ah, elle était si bonne !

A : celui qui boit,

P : se soûle.

A : Celui qui se soûle,

P : dort.

A : celui qui rêve,

P : ne pêche point.

A : Celui qui ne pêche point,

P : va au ciel,

A : et comme au ciel nous allons,

Tous : buvons, buvons, buvons.

A : Ah, liquide infernal ! qui grandit entre les touffes vertes et fait marcher à quatre pattes jusqu'à l'homme le plus loyal.

Exemple 2

A : Pour elles.

P : Pour les plus belles,

A : pour celles qui ont le cul large,

P : pour celles qui ont le cou étroit,

A : pour celles qui offrent leurs lèvres d'une manière désintéressée

P : même si elles sont remplies de toiles d'araignée.

A : Pour les femmes.

Tous : Non, pour les bouteilles !

Exemple 3

A : Dieu vint au monde ?

P : Il vint.

A : Et pourquoi vint-il ?

P : Il vint pour tous.

A : Et comment vint-il ?

P : En bottes.

A : Et la femme ?

P : Nue comme un ver.

Exemple 4

A : Si Dieu nous trouve soûls

P : c'est parce que cela lui conviendra.

A : Avant, lorsque nous ne nous connaissions pas,

P : nous buvions.

A : Maintenant que nous nous connaissons,

P : buvons.

Tous : Et bien buvons, buvons, buvons jusqu'à ce que nous nous connaissions.

AUTRES CÉLÉBRATIONS FAMILIALES

Noces d'argent et noces d'or

Lors des noces d'argent, les ménages sont encore suffisamment jeune pour que ce soit une célébration amusante. Les discours constituent un mélange de sérieux et de légèreté.

Exemple 1

IL CIRCULE BEAUCOUP D'HISTOIRES à propos du mariage. La plupart sont d'habitude peu flatteuses envers la femme. Vous savez bien, celles telles que : « un bon mari est celui qui fait la vaisselle lorsqu'on le lui demande, et qui la sèche lorsqu'on le lui dit ». « A chaque fois que tu te disputes avec ta femme, tes mots se retourneront contre toi ». « Le mariage est une bonne affaire, et il y en a qui se retrouve avec de ces bonnes affaires... ! ». Si quelqu'un veut vérifier l'authenticité de ces blagues, il n'a qu'à venir à une célébration comme celle-ci.

Un ménage, qui est heureux depuis 20 ans de mariage, dit que le secret de leur bonheur réside dans le fait que chacun pense que l'autre est son meilleur ami. Le mot pour désigner tous les autres amis est « nos ».

François et Marie, nous célébrons aujourd'hui vos noces d'argent. 25 ans représentent beaucoup de temps. Après tant d'années, vous vous reconnaissez encore l'un l'autre ?

Physiquement, c'est sûr que oui. Mais je crois que votre personnalité a changé, peu à peu, avec le temps. Vous avez, tous les deux, tout donné à l'autre, et tout reçu de l'autre. Vous avez été un. Et chacun de vous est aujourd'hui le produit de cette union.

Il nous est agréable de partager avec vous cette célébration, et nous espérons nous réunir de nouveau lors de vos noces d'or. Et maintenant, le toast : Santé, et de longues années de bonheur pour Bertrand et Marie !

Lors des noces d'or, les discours peuvent être plus sentimentaux. Sont habituellement présents les enfants, les petits-enfants et peut-être un arrière-petit fils. L'exemple suivant convient à cette situation :

Exemple 2

NOUS CÉLÉBRONS AUJOURD'HUI un évènement peu fréquent de nos jours. Cinquante ans de mariage, c'est remarquable. De fait, cinquante ans d'un quelconque travail est aujourd'hui un record. Et le mariage est un travail, tu dois y travailler afin qu'il fonctionne bien, et qu'il dure longtemps. Isabelle et Eric ont très bien travaillé, donnant et recevant, aimant et étant aimés, comme les parties indivisibles d'un tout.

Il y a cinquante ans, Isabelle et Éric étaient deux jeunes pleins d'énergie et d'ambitions, en train de se préparer à une nouvelle vie ensemble. Il est difficile de croire de type de plaisanteries qui se racontaient alors, en ces jours lointains, à propos du mariage : « Dans chaque foyer, il y a deux ingrédients pour un assassinat parfait : un mari et une épouse ».

Ou cette autre plaisanterie : « Chez nous, je prends les décisions importantes et ma femme décide des détails ». « Quelles sont les décisions importantes ? ». « Je ne sais pas, en vingt ans de mariage, je n'ai toujours pas pris de décision ».

Je suppose qu'elles devaient paraître très drôles alors.

En cinquante ans de vie matrimoniale, Isabelle et Éric auront entendu beaucoup de plaisanteries ainsi, ils auront ri et les auront répétées.

L'autre jour, j'entendis, par hasard, qu'un homme demandait à un autre s'il croyait à la réincarnation. Il répondit rapidement : « Oh, oui, je veux être le second mari de ma femme ». Je suis sûr que c'est également l'ambition d'Isabelle et d'Éric, si nous avons effectivement une seconde opportunité de vivre.

Ils peuvent être très fiers l'un de l'autre. Leur famille est enchantée avec eux. Je pense que les souvenirs affluent maintenant à leur esprit. Ceci est un moment pour les sentiments et les félicitations.

Je me sens très honoré d'avoir le privilège de proposer un toast en l'honneur de deux personnes adorables comme Isabelle et Eric.

Que Dieu vous concède de longues années de bonheur, en compagnie de votre famille, de vos amis et de vos voisins. Mesdames et messieurs, levez vos verres et portez un toast avec moi. Pour Isabelle et Éric ! Que Dieu les bénisse !

Baptêmes

Les baptêmes ne sont pas des fêtes avec de longs discours, sinon des célébrations intimes lors desquelles sont habituellement prononcées peu de paroles.

Exemple

L'autre jour, un enfant demandait à sa mère : « Est-ce la cigogne qui apporte les enfants ? ». « Oui -dit la mère- ». « Et le Seigneur les alimente tous les jours ? ». « Oui mon chéri ». « Et le Père Noël apporte les cadeaux ? ». « Oui ! ». « Mais alors, que font les parents ! ».

J'aimerais dire à cet enfant ce que fait un père. Nous ne serions pas ici, en train de profiter de cette fête, sans un père.

Mais ce n'est pas le moment de philosopher à propos de la figure du père. Nous sommes ici pour féliciter Jean et Marthe de l'adorable enfant qu'ils ont eu. Je suis certain qu'il va les combler de fierté et de bonheur.

Je vous souhaite sincèrement que le bonheur que reflètent aujourd'hui vos visages vous accompagne à jamais.

Je suis sûr que vous serez de bons parents, et que vous prendrez toujours les bonnes décisions.

La majorité

Les fêtes pour célébrer la majorité doivent être très amusantes, et ne laissent donc pas d'espace à de longs discours.

Dans certains lieux, la tradition consiste à offrir à la personne à qui l'on rend hommage une clé en or, comme symbole de sa nouvelle condition d'adulte. Si vous voulez faire un discours, le moment le plus approprié sera celui avant de remettre le présent.

Exemple

MESDAMES ET MESSIEURS, nous avons l'habitude de dire que la maturité est très honorable. Mais il est vrai que le meilleur âge est dix-huit ans. C'est l'anniversaire que nous attendons avec le plus d'illusion. Le plus convoité par tous. Celui dont nous nous souvenons le mieux. Ensuite, beaucoup de personnes aimeraient se souvenir de leurs anniversaires, mais non de l'âge qu'ils ont.

Mais vous êtes encore trop jeunes pour penser à cela. Vous avez toute la vie devant vous. Laissez-moi vous donner un conseil de George B. Shaw : « Ne résiste pas aux tentations ; goûte à tout, garde ce qui est bon et méprise ce qui est mauvais ».

Nous nous sommes réunis afin de féliciter Jean, qui a atteint aujourd'hui la majorité. Pour cette raison, je vous demande de porter un toast avec moi à sa santé et à son bonheur. Qu'ils t'accompagnent tous deux durant toute ta vie. Buvons à cela.

LE CADRE SOCIAL ET PROFESSIONNEL

Il est assez habituel d'avoir à prononcer des discours dans le cadre de ces deux milieux. On demande normalement à l'amphitryon de prononcer quelques mots. Celui-ci simule qu'il ne s'y attendait pas, et sort de sa poche des notes préparées pour l'occasion.

Lorsqu'il s'agit d'actes protocolaires, ce sont les départements de Relations Externes, de Relations Publiques ou de Presse qui se chargent d'élaborer le discours. Mais dans la majorité des cas, il vaut mieux se limiter à quelques mots, brefs, dits sincèrement. Les discours longs, et lus, ennuient d'habitude, et plus encore après un succulent et copieux repas.

Si le discours doit être prononcé lors d'un repas, le moment approprié peut être :

- ✓ A la fin des desserts, lorsque l'on sert les cafés et les liqueurs, pourvu qu'ils soient servis à une autre table.
- ✓ Cinq minutes après que les cafés et liqueurs soient servis, s'ils sont servis à la même table.

ORDRE DES DISCOURS

Les discours qui se font en dehors des repas et avec plus d'un orateur, impliquent que l'on établisse un ordre de passage à l'avance.

Selon le protocole, c'est la personne de plus haute catégorie, présente durant l'acte, qui commence et termine. Les autres orateurs interviendront selon leur importance, de façon croissante.

Voyons un exemple : on inaugure un congrès en Catalogne, et les orateurs qui vont intervenir sont : l'amphitryon, le maire de la ville, le président de la communauté autonome, le vice-président et le président du congrès. Suivant le protocole, l'ordre serait le suivant :

- ✓ Le président de la communauté autonome, qui salue le président et cède la parole, successivement, aux personnes suivantes.

- ✓ Le vice-président du congrès.
- ✓ Le président du congrès.
- ✓ Le maire de la ville.
- ✓ Le président de la communauté autonome intervient une nouvelle fois, en concluant par de brèves paroles, et en déclarant inauguré le congrès.

Un acte de ce genre a une brève durée, environ 20 minutes, ce qui suppose à peu près cinq minutes par orateur.

Vous pouvez parfois négocier avec les responsables du protocole des mairies et des gouvernements autonomes, de façon à ce que l'amphitryon commence (le président du congrès), suivi du maire, qui donne la bienvenue aux assistants, et laisser le président de la communauté autonome clore l'acte. Soyez conscient que lors des actes d'entreprises, le protocole peut être plus ouvert que lors des actes institutionnels.

PRESENTATION DES CONFERENCIERS OU DES INVITES

La base de toute présentation est de bien se souvenir du nom de l'invité. Cela paraît évident, mais les nerfs du moment peuvent vous jouer un mauvais tour. Évitez ce problème en ayant les noms clairement notés par écrit. Ne croyez pas que c'est une erreur peu courante : en 1970, durant les élections générales du Royaume-Uni, le dirigeant d'un des partis politiques devait présenter Edward Heath. Il le fit ainsi :

«Peu de temps s'est écoulé depuis que notre invité d'honneur fût choisi leader de notre parti, mais son nom est pour nous tous déjà familier. J'ai l'honneur et le plaisir de vous présenter à notre premier ministre, monsieur... euh... euh... euh... ».

L'auditoire ne dut pas garder une très bonne impression des deux personnes.

La formule usée « il n'est pas nécessaire que je vous présente l'invité d'aujourd'hui » s'interprète normalement

comme quoi vous n'avez pas pris le peine de vous informer. Ce n'est pas si difficile d'obtenir des renseignements sur n'importe quel invité, vous pouvez recourir à la bibliographie ou faire appel à ses collaborateurs. Au cas où vous ne disposiez pas de temps pour la recherche, posez directement des questions à l'invité. Approchez-vous de lui quelques minutes avant de commencer, et dites-lui quelque chose du genre : « Je vais avoir l'honneur de vous présenter à notre auditoire. Comment aimeriez-vous que je vous présente ? A laquelle des vos fonctions préférez-vous que je me réfère ? ».

En tout cas, il vaut mieux bien s'informer, car certaines personnes préfèrent souligner certaines facettes et maintenir les autres à l'arrière-plan. Imaginez que vous êtes en train de présenter une personne d'humble origine qui a progressé socialement. Il se peut qu'elle aime le souligner ou, qu'au contraire, elle préfère le maintenir occulte.

Le mieux est de recourir aux aspects connus de la vie de l'invité. Essayez d'intercaler des éloges à son entreprise ou à sa famille, mais évitez de dire des choses telles :

- ✓ « *Nous sommes enchantés d'avoir avec nous M. X. Ce sera un plaisir d'écouter le fils d'une personne si importante dans notre industrie... »*
- ✓ « *M. X est le fils distingué d'une famille célèbre... »*
- ✓ « *M. X n'a malheureusement pas pu venir à cette réunion. Mais nous avons la chance que M. Y ait consenti à nous adresser quelques paroles. »*

Essayez d'autres formules plus appropriées, comme dans l'exemple suivant :

Cette entreprise s'est sentie fière de vos liens de parenté. Beaucoup de personnes, parmi nous, sommes amis ou collègue d'Antoine Leloup, et c'est pour nous une grande satisfaction de voir que votre fils participe d'une façon si active à notre fondation. Bien qu'il soit encore jeune, il a déjà récolté de grands succès.

Il a et il est en train d'apporter son savoir-faire à notre fondation, et nous voulons que cela continue ainsi de longues années. Mesdames et messieurs, M. Leloup.

Au cas où l'orateur prévu ne puisse assister à l'acte, et doit être remplacé, ne vous excusez pas. Dans ces circonstances, vous avez deux alternatives. La première est d'éluder le fait ; évidemment, cela se saura de toutes façons, mais c'est moins violent si l'on ne dit rien. L'autre possibilité est d'essayer de tirer parti de ce qui est inévitable. Par exemple :

MESDAMES ET MESSIEURS, nous sommes tous chagrinés par la maladie soudaine de M. Durand, notre invité. Mais vous vous réjouirez de savoir qu'il récupère très rapidement. Ne croyez pas qu'il nous ait abandonné, un télégramme vient d'arriver, dans lequel il nous adresse un salut. Je suis sûr que tout le monde est d'accord pour lui répondre en lui exprimant le souhait d'une rapide convalescence.

Je veux remercier M. Duclos de sa bonne disposition à s'unir à nous. C'est une preuve supplémentaire de sa loyauté envers notre entreprise.

Logiquement, les invités très connus ne doivent pas être présentés. Il serait ridicule de présenter un président de gouvernement ou le propriétaire de l'entreprise.

SOUHAITER LA BIENVENUE ET LES REMERCIEMENTS

Comme nous l'avons dit auparavant, c'est à l'amphitryon de donner la bienvenue et de remercier.

Généralement, la présentation, la bienvenue et les remerciements, s'unissent en un même discours, à moins

qu'ils ne se fassent lors de jours différents. Dans ce cas, la bienvenue se donnerait le premier jour, et nous remercierions l'auditoire de sa présence. Le dernier jour, nous le remercierions de sa participation.

Nous vous présentons, ci-après, des exemples de différents discours dans lesquels on présente, on remercie et on donne la bienvenue.

Exemple 1

MONSIEUR LE PRÉSIDENT, MONSIEUR LE SECRÉTAIRE d'État, mesdames et messieurs. Nous sommes tous très reconnaissants envers monsieur le ministre de se réunir avec la grande famille de notre secteur, alors qu'il lui aurait été plus facile et plus agréable de passer ce temps avec sa propre famille. Nous apprécions ses paroles, et le fait qu'il ait pris un peu de temps sur sa vie privée afin de nous accompagner aujourd'hui.

Il y a longtemps, je demandai à un ami qui travaille comme responsable de la sécurité d'une grande entreprise, comment il définirait son travail. Il me répondit : « Je me charge des accidents ». Selon cela, le ministre est responsable du chômage, des carrières professionnelles de nos jeunes. Il fait face, chaque jour, à nos problèmes et aux siens, avec une immense sérénité, et pour le bien de tout le pays, nous lui souhaitons beaucoup de succès.

Il s'est dit, parfois, qu'un homme d'état est un homme politique mort. Nous sommes fiers de compter sur des hommes d'état vivants, comme notre invité, qui se préoccupent des problèmes du pays. [Mentionnez un des points traités par l'invité].

Une fois encore, je veux remercier monsieur le ministre du soutien qu'il nous a apporté par sa présence, et je vous demande de vous unir à moi afin de lui exprimer notre dévouement.

Exemple 2

MESDAMES ET MESSIEURS. Je suis vraiment navré de ne pas avoir pu connaître notre invité avant ce jour, personnellement, bien sûr. Tout comme vous, je le connaissais au travers des médias, et j'ai toujours admiré sa lutte pour améliorer les conditions de vie des plus défavorisés. L'opportunité, qui nous réunit aujourd'hui, n'est pas accompagnée de dramatiques notes, mais qu'elle soit la bienvenue.

Monsieur [nom de l'invité], nous vous sommes tous très reconnaissants, et nous espérons que vous nous accompagnerez en d'autres occasions. Nous vous souhaitons le plus vif succès dans votre travail, et nous vous remercions de nous en parler.

Exemple 3

MONSIEUR LE PRÉSIDENT, COMPAGNONS ET AMIS. Il est très étrange d'assister à une réunion de [...] et que monsieur X ne la préside pas. Lors de ces dernières années, il a constitué le vivant exemple de ce qu'il y a de meilleur dans notre organisation. Nous lui devons beaucoup.

Je veux le remercier de s'être référer à moi de cette agréable façon. Il a été cordial, généreux et très précis. Je peux affirmer que ses qualités de [...] et de [...] ont été une constante dans son travail, et qu'elles ont aidé à créer une vigoureuse organisation.

La majorité d'entre nous sommes individualistes, c'est pour cela que nous faisons ce travail. Nous pouvons ne pas être d'accord dans la forme de servir les intérêts de nos clients. Mais nous sommes tous unis dans notre admiration envers monsieur X.

Permettez-moi de vous rappeler quelques-uns de ses succès [mentionnez le plus grand nombre de ces derniers].

Maintenant que s'achève sa vie professionnelle, nous savons qu'il nous offrira, en tant que membre honoraire de notre organisation, la même chaleureuse, simple et affectueuse bienvenue, que lorsqu'il détenait la plus haute charge.

Notre ami a travaillé avec nous durant des années, et il a consacré sa vie à notre organisation. Nous l'en remercions, et nous lui souhaitons le meilleur.

Exemple 4

Mesdames et messieurs. Étant donné l'absence irréparable de notre président, on m'a demandé, au nom des invités, de remercier les amphitryons de ce splendide *lunch*.

Je veux en particulier remercier nos invités de l'honneur que représente leur compagnie, et de leurs paroles enthousiastes. Comment ils réussissent à supporter, physiquement et psychiquement, leurs continuels voyages de par le monde, est pour moi un mystère.

Un de nos hôtes est avocat ; un autre est financier. Lorsque la justice et l'argent s'unissent dans une même structure, il est évident que nous sommes en présence d'une cause commune.

J'ai écouté avec plaisir leurs discours, et ils peuvent être sûrs que nous sommes heureux de nous associer à leur tâche [dites quelque chose à propos de cette tâche].

Nous nous y impliquons tous, et nous remercions les invités d'augmenter notre degré de participation. Nous espérons vous avoir très rapidement de nouveau parmi nous, et que votre prochain séjour soit beaucoup plus long.

Exemple 5

MONSIEUR LE PRÉSIDENT, MESDAMES et messieurs, J'ai passé, comme la majorité des personnes présentes, de nombreuses années, heureuses sans aucun doute, mais à l'étroit et respirant avec peine, dans nos anciens locaux. C'est donc un authentique plaisir d'annoncer l'inauguration de ce nouvel édifice.

Pensez à tout ce que nous pourrons faire à partir de maintenant. Nous pourrons évoluer à notre aise, faire pivoter notre fauteuil sans causer un accident, et y compris prendre un café sans laisser un collègue sans petit-déjeuner.

Parlons sérieusement, nous serons en condition d'augmenter notre volume d'affaires et, pour autant, nos bénéfices, tout en procurant une grande satisfaction à notre directeur et à nos actionnaires. Nous serons capables de faire notre travail avec plus d'économie, de rapidité et de commodité. Je veux faire remarquer que l'environnement de travail a précisément été le facteur prioritaire de la conception du nouvel édifice.

Monsieur le président, mesdames et messieurs : ce temps est celui de la construction. Les briques, le ciment, le mortier... tout est prêt. Nous devons maintenant bâtir notre entreprise selon les paroles que nous avons prononcées. Je remercie les architectes, messieurs X ; et vous tous, qui avez accepté avec la meilleure des volontés les désagréments du déplacement, ainsi que les organisateurs de cette réception. C'est avec un grand plaisir que je déclare inauguré cet édifice.

Exemple 6

MONSIEUR LE PRÉSIDENT, MESDAMES et messieurs. Dans cette branche industrielle, nous ne sommes pas aussi excessifs que les collègues de la construction navale. Nous ne briserons pas de bouteilles de champagne sur les bateaux.

Nous les remplacerons par un bon vin pour les toasts.

En premier lieu, nous porterons un toast à la prospérité de l'entreprise. L'effort que nous entreprenons, aujourd'hui, est d'une importance vitale pour tous.

En second lieu, nous boirons à la santé de tous ceux dont l'effort et la ténacité ont fait de cette exposition une réalité, du président aux peintres, des menuisiers au personnel de nettoyage. Nous vous sommes tous sincèrement reconnaissants.

Pour terminer, nous porterons un toast au futur de notre nouveau produit [expliquez les détails].

Je suis fier d'inaugurer cette exposition. Monsieur le président, mesdames et messieurs, l'exposition est ouverte.

DISCOURS POUR LANCER UN APPEL ET POUR LES COLLECTES

Si le cinéma est le septième art, le huitième devrait être, sans aucun doute, l'art d'obtenir de l'argent du public. C'est une activité qui requiert beaucoup d'habileté, de prudence et de capacité d'adaptation aux circonstances. La personne qui veut collecter des fonds pour une institution bénéfique, pour une fondation ou dans un but quelconque, doit obtenir l'argent pièce par pièce. Y réussir ou non dépend du public et de la motivation.

Il y a des personnes qui donnent de l'argent uniquement par générosité, mais les intérêts personnels, et les sentiments de culpabilité, sont normalement les motifs les plus forts et les plus habituels.

Certaines personnes consacrent leur temps et leurs efforts à obtenir un résultat bénéfique, d'autres ne le font pas, ni ne le feront jamais. Mais ces dernières peuvent donner une partie de l'argent qu'ils ont gagné pendant qu'ils ne luttent pas pour de nobles causes. Ces deux manières

d'aider sont valides l'une comme l'autre. Si vous voulez qu'ils donnent leur argent, faites-leur savoir d'un mode délicat :

Certains ont la possibilité de consacrer leur temps à cette cause. D'autres n'ont pas cette possibilité, mais je veux leur faire un appel particulier. Vous pouvez mettre les moyens, et nous ferons le travail. Cette tâche a besoin de tout l'argent que vous puissiez apporter, jusqu'à la dernière pièce.

Une autre grande difficulté pour l'orateur est de stimuler l'intérêt personnel. Convaincre une personne, jeune et saine, qu'elle cède son argent afin d'aider des vieillards ou des malades, peut être très difficile. Rappelez-lui que cette situation est transitoire, qu'elle sera vieille un jour, qu'elle peut perdre son travail ou la santé à n'importe quel moment. Elle transforme ainsi son apport en un investissement pour le futur, au cas où... évidemment, vous ne pouvez pas le dire crûment ; utilisez une formule comme celle-ci :

Je vous demande votre aide, en vous priant de la considérer comme une expression de gratitude, pour le fait de ne pas vous voir obligés à recourir à cette grande institution bénéfique en qualité de nécessiteux. J'espère qu'aucun de vous ne se verra jamais dans l'obligation d'occuper un des lits de la clinique X, et que personne ne doive recevoir un subside provenant de nos fonds. Mais qui sait ce qui peut arriver dans le futur ? [Faites une pause significative]. Cependant, même si nous échappons au besoin de ce type d'aide, comme nous le désirons tous, nous pouvons nous sentir fiers d'être si proche de ceux qui en ont effectivement besoin. Ce sont des personnes qui ont bien travaillé, qui ont mérité chaque centime qu'ils ont reçus, qui ont souffert des revers de fortune que nous avons pu éviter [...]

Tenez toujours compte de la possibilité d'utiliser les avantages fiscaux en votre faveur.

Il est également habituel de mettre en place le « chantage émotionnel » Entrez en contact avec votre principal fournisseur et dites-lui : « Pierre, notre organisation a besoin d'obtenir dix millions. Puis-je compter sur votre donation de dix pour cent de cette somme ? »

Pierre se sent coincé et dit : « Bien sûr, mais tu me pubieras une annonce dans le programme de votre fête de bienfaisance ? ». Les deux gagnent quelque chose, c'est un échange licite.

Cette même tactique peut s'utiliser lors des actes publics. Pendant que vous parlez, regardez votre fournisseur, tout spécialement au moment de demander de l'argent. Il déviera peut-être le regard, mais il devra sortir son portefeuille. Il savait qu'on allait le « taper », en assistant à l'acte.

L'argent ne fait pas le bonheur, mais il peut payer un groupe de conseillers afin qu'ils étudient le problème. (Bill Vaughan)

Une autre possibilité est de l'aborder avant le discours, et de lui demander la quantité de son apport. Durant le discours, faites savoir son généreux apport, ce sera un bon stimulus pour les autres invités. Ils se sentiront obligés d'égaliser ou d'améliorer leurs donations, jusqu'à un niveau qui soit digne d'être annoncé. Souvenez-vous que c'est pour une bonne cause, aucune de vos « victimes » ne dira jamais qu'elle se repentit de sa donation.

Considérez que lorsqu'il s'agit d'obtenir l'argent d'autrui pour les défavorisés, nous ne pouvons nous permettre le luxe de nous sentir honteux ou de nous soucier des possibles refus.

Le meilleur moment, pour « rentrer à fond » dans les poches pleines de ses invités, est lorsque ceux-ci sont étourdis par l'effet d'un copieux repas et de ses émouvantes paroles (effectivement, le vin et les liqueurs aident aussi). Si vous percevez qu'ils sont de bonne humeur, gais et réceptifs,

profitez du moment : demandez-leur alors l'argent ou écrivez-leur, le jour suivant, en disant :

Cela a été très agréable de passer la soirée avec vous. Vous trouverez, ci-joint, l'ordre de débit de votre compte bancaire. Je suis sûr que je pourrai continuer à compter sur votre aide généreuse dans le futur.

Le discours ne doit pas paraître une entité indépendante du projet pour lequel vous collectez des fonds. L'appel à la générosité doit s'associer à la campagne antérieure et postérieure au discours. Vous devez adapter le discours au public et aux circonstances concrètes du cas.

La personne qui demande de l'argent ne peut pas perdre trop de temps en parlant. Elle a seulement besoin de deux minutes pour tout dire. Naturellement, elle ne doit jamais provoquer une attitude négative de la part du public. Quoi que vous dites, vous devez créer un état d'âme propice à ce qu'il donnent leur argent. Vous devez savoir quand vous arrêter.

Considérer l'auditoire comme une orange juteuse : il faut la presser, mais sans aller jusqu'à lui retirer les pépins. Votre intuition ou votre psychologie vous diront quand vous arrêter.

Ne lisez jamais un discours lors d'une collecte, ce que vous dites doit venir du cœur. Vous devez obtenir que le public se sente heureux ; lorsque l'acte se termine, les assistants doivent être contents. Les personnes savent reconnaître la sincérité de celui qui leur demande de l'argent.

Dans l'exemple suivant, nous profitons de l'heureuse circonstance de l'inauguration d'une résidence pour personnes âgées pour rappeler le besoin de continuer à donner de l'argent :

Exemple 1

MONSIEUR LE PRÉSIDENT, MESDAMES ET MESSIEURS. Un sage classait les œuvres de charité en différents catégories selon leur mérite. La plus basse de toutes est celle dans laquelle les

deux parties ne se connaissent absolument pas. Cette résidence s'est créée grâce à la générosité de personnes de notre ville, de particuliers, de petites et grandes entreprises, qui ont ainsi contribué à ce que d'autres personnes puissent profiter de leur vieux jours.

Il y a beaucoup de rhétorique à propos de la vieillesse, les années dorées, le troisième âge, les années de repos bien méritées... Bien entendu, elle devrait ainsi, idyllique, mais trop fréquemment, ces années sont celles de la solitude, de la pauvreté et de l'abandon.

Ce ne sera pas le cas de ceux qui vivent dans cette résidence. Ils auront ici de l'intimité, dans leurs propres chambres, de la compagnie, dans les salons sociaux, de l'attention médicale et toute l'aide dont ils aient besoin.

Nous avons eu plus de problèmes pour sélectionner les résidents que pour obtenir l'argent. Comment choisir uniquement quelques personnes, parmi tant de nécessiteux ? Qui allons-nous sélectionner pour une vie confortable, et qui allons-nous laisser dans la rue ? Tous ont travaillé, ils le méritent tous.

Ma fonction est double. D'abord, je me joins à vous dans la fierté et dans la satisfaction de ce que nous avons déjà obtenu. Ensuite, je vous exhorte à travailler ensemble, pour améliorer et agrandir la résidence.

Il y a quelques années, je visitai un millionnaire et lui demandai un don pour construire un édifice pour une œuvre de bienfaisance. Il me répondit : « Comment pensez-vous l'équiper, trouver le personnel et subvenir aux dépenses de maintenance, une fois ouvert ? Je suis fatigué de donner de l'argent pour construire des édifices, et qu'ensuite on me demande de nouveau de l'argent afin de les maintenir ».

Nous avons maintenant un édifice, que beaucoup de personnes ont payé. Et nous avons également suffisamment d'argent pour couvrir les frais durant [...] mois. Savez-vous que le coût par résident est de [...] pour un an.

Ainsi donc, en vous remerciant tous de votre amabilité et de votre générosité, de votre présence aujourd'hui et de l'aide prêtée, je me permets de vous demander votre soutien pour le futur. Une étape est close uniquement lorsqu'une autre commence.

Monsieur le président, mesdames et messieurs. C'est avec la plus grande fierté, et en confiant dans l'espoir que cette résidence procurera confort et bonheur à ses résidents, que je déclare inauguré cet édifice.

CEREMONIES DE REMISE DE PRIX

Lors des cérémonies de remise de prix, la sincérité est fondamentale. Nous aimons tous les éloges, et un compliment sincère est toujours bien reçu. Mais n'oubliez pas de maintenir une certaine modération. Dans ces cas-là, l'exagération produit l'effet contraire à celui désiré : « Monsieur Martin est le chef d'entreprise le plus brillant, le plus honnête et aimable, un modèle de vertus commerciales... ». Personne n'y croira, ni monsieur Martin. Comparez avec cet autre exemple :

Exemple 1

JE COMMENCERAI EN DISANT QUE monsieur Martin a été le cerveau d'une importante et prospère entreprise. Voyant le degré de compétition que prenait le monde de l'entreprise, il prit la désagréable décision de durcir les attitudes commerciales de son entreprise, obtenant ainsi sa survie.

D'autre part, il s'est toujours efforcé de maintenir la réputation de son entreprise, et il a

continué à maintenir des relations satisfaisantes avec fournisseurs, clients et employés.

Pour avoir su maintenir dans une bonne position l'entreprise sans perdre l'honnêteté, pour sa capacité à développer le bien-être de l'entreprise sans perdre l'intégrité, pour avoir augmenté la réputation de l'entreprise et la sienne propre, nous sommes heureux, pour toutes ces raisons, d'être réunis pour cet hommage, et nous exprimons notre peine à cause de l'annonce de votre retraite.

Il peut s'agir également de l'hommage à un employé suite à de longues années consacrées à l'entreprise.

Exemple 2

IL EST TYPIQUE, DANS CES SITUATIONS, d'offrir une montre, mais cela ne nous a pas paru approprié : à partir de maintenant, vous n'avez plus à dépendre d'un horaire. Ce service à café nous a semblé une meilleure idée. Nous vous le remettons avec l'entière gratitude, admiration et reconnaissance de l'entreprise.

Nous voulons témoigner de l'affection et de la considération de vos collègues de travail, qui ont participé à l'acquisition de ce cadeau. Nous espérons tous qu'il serve à vous rappeler l'affection sincère que nous avons pour vous, et la reconnaissance de ces années consacrées à l'entreprise.

Nous vous souhaitons de jouir d'une longue retraite en compagnie de votre épouse et d'une excellente santé. Nous espérons que vous nous visiterez souvent, vous serez ici toujours chaleureusement accueilli par vos collègues et amis.

Vous devez éviter les faux éloges, la sensiblerie, les compliments exagérés et pompeux. Il est préférable de se limiter à quelques paroles simples, sincères et sensibles, qui puissent être réellement appréciées par la personne à qui on rend hommage.

Afin que votre discours paraisse sincère, évitez la rhétorique et les exagérations ; éliminez les effets mélodramatiques et théâtraux (tels les larmes et les soupirs), et les phrases comme « je suis si ému que je ne peux rien dire ». N'utilisez jamais de superlatifs, ils ne paraissent pas sincères. La meilleure louange se fait à l'aide de paroles brèves et sereines.

Recevoir un prix

Si c'est vous qui devez recevoir le prix, préparez-vous à l'avalanche d'éloges qui va vous tomber dessus. Remarquez comment répondirent des personnes connues :

- ✓ *Je suis reconnaissant de cette généreuse élogie que m'a réservé monsieur Smith. (Adlai E. Stevenson)*
- ✓ *Il y a une différence entre un discours laudatif, comme celui-ci, dédié à une personne vivante, et une messe funèbre, en hommage à un défunt. Dans le premier cas, et non dans le deuxième, il y a au moins une personne qui soit disposée à croire que tout ce qu'on lui a dit est vrai. (Chaïm Weizmann)*

Les formules les plus habituelles pour répondre sont :

- ✓ *En premier lieu, je voudrais remercier monsieur X des aimables paroles qu'il a utilisées pour se référer à mon épouse et à moi-même. Nous lui sommes sincèrement reconnaissants, bien que nous nous contenterions de ce que la moitié des éloges correspondissent à la réalité.*
- ✓ *Je vous remercie profondément, monsieur le président, de la générosité avec laquelle vous avez fait référence à mon organisation et à moi-même. Nous ferons tout ce qui est possible pour correspondre à vos aimables attentions.*

La sincérité est importante pour la personne qui doit faire les éloges. De la même manière, le récepteur de ces dernières doit maintenir une attitude de modestie et de décence. Il serait terriblement discourtois et dénué de sincérité de donner des réponses comme :

- ✓ *Bien que ce soit vrai, vous n'auriez pas du dire tout cela.*
- ✓ *Vos paroles sont insuffisantes.*

L'immodestie est seulement permise envers les autres, de sorte que vous pouvez effectivement dire : « Tout ce que vous avez dit à propos de mon épouse est vrai. Je suis très fier d'elle... c'est un bijou ! ».

L'étape suivante est de répondre aux compliments en faisant l'éloge de la personne ou de l'organisation qui vous a rendu hommage.

Exemple 1

CELA A ÉTÉ POUR MOI UNE GRANDE CHANCE de travailler dans cette entreprise durant tant de temps. Je me sens privilégié d'avoir pu travailler avec vous. Je vous laisse maintenant, mais j'espère vous voir fréquemment.

Exemple 2

VOUS AVEZ ÉTÉ TRÈS AIMABLES de me concéder un prix, même si mon intention serait précisément de vous rendre hommage. Les honneurs doivent retomber sur ceux qui les méritent réellement. J'essaierai d'équilibrer la balance en signalant la grande importance que représente le travail de cette organisation, surtout étant donné la situation actuelle [...].

Exemple 3

MONSIEUR X S'EST MONTRÉ TRÈS AIMABLE en parlant si bien de moi. Tous les présents savent que la majorité des vertus qu'il m'attribue lui appartiennent en réalité. Cette entreprise a beaucoup de chance de pouvoir compter sur quelqu'un comme lui, à la direction.

Exemple 4

Je veux terminer mon discours en vous remerciant. Merci, monsieur X, pour vos paroles. Merci à vous tous, mes chers compagnons, pour votre bonté et votre généreux cadeau. Mon épouse et moi le garderons à jamais, avec les souvenirs qui nous unissent à vous. Bonne chance à tous.

Exemple 5

EN ACCEPTANT CE PRÉSENT, je vous remercie de l'honneur que vous nous faites à moi et à mon organisation, au nom de laquelle je le reçois. Mes compagnons et moi sommes très contents d'avoir pu faire notre travail d'une manière satisfaisante.

Nous nous compromettons à dépasser les précédents succès pour lesquels aujourd'hui vous nous rendez hommage. Merci beaucoup à tous.

Lorsque vous recevez un prix ou une reconnaissance, incluez une anecdote, des souvenirs, ou tout ce qui puisse servir à exprimer votre satisfaction, mais terminez toujours par des paroles de remerciement.

DISCOURS DE L'INVITÉ D'HONNEUR

Lorsque vous serez l'invité d'honneur d'un acte, on vous demandera de prononcer quelques mots. Il vaut mieux que vous les ayez préparés.

Souvenez-vous que vous devez adapter votre discours à l'organisation et aux personnes qui vont l'écouter. Lisez avec attention les exemples suivants :

Exemple 1

MONSIEUR LE PRÉSIDENT, MESDAMES ET MESSIEURS. Il y a des personnes dont le handicap s'avère évident, parce qu'ils ont perdu un membre, ou qu'une partie de leur corps ne fonctionne pas correctement. Je veux féliciter cette organisation, car elle aide ces personnes à utiliser au mieux leurs facultés, et parce qu'elle stimule toutes les personnes présentes à mettre à profit leur esprit et à compenser par l'intelligence les difficultés physiques.

Nous sommes moralement obligés d'utiliser au mieux ce que nous avons : cette organisation aide ses membres à reconnaître ce fait et à exploiter toutes leurs facultés au maximum.

Il y a beaucoup trop d'handicapés qui se trouvent dans l'obligation de rester chez eux, avec le téléviseur pour unique stimulation. Vous les aiderez à s'intégrer dans la société. C'est leur droit, inaliénable, puisqu'ils font partie de la société. Ce sera pour eux une grande satisfaction de contribuer par leur effort au bien-être social.

Les membres du comité sont également des handicapés physiques, mais ils ont réussi par leur dur travail à aider les autres, et à enrichir ainsi leur propre vie.

Ainsi donc, je félicite le comité pour ses efforts, et je donne la bienvenue aux nombreux membres qui nous accompagnent aujourd'hui. Je me sens très honoré d'être votre invité

d'honneur et de soutenir votre travail. Je vous remercie sincèrement de votre invitation.

Que la fête continue !

Exemple 2 : commémoration scolaire

MONSIEUR LE DIRECTEUR, PARENTS, les enfants. Je suis ici en tant que représentant du comité directeur de cette école. Cela ne signifie pas grand chose, je suis une personne parmi d'autres du collectif qui collabore à la direction de cette école, avec les professeurs et le personnel auxiliaire, afin que vous, les élèves, développiez vos facultés.

Qu'est-ce qui fait que cette école soit différente des autres ? Pourquoi me suis-je toujours senti si fier de mes liens avec l'école ?

Premièrement, [...].

Deuxièmement, [...].

Troisièmement, [...].

Peut-être connaissez-vous l'histoire d'Henry VIII. Étrange époque n'est-ce pas ? Je vous dirai la même chose que ce qu'il disait à toutes ces épouses : « Je ne vous retiendrai pas longtemps ».

N'a-t-il jamais dit cela ? Enfin, nous savons que certaines des meilleures anecdotes ne sont pas tout à fait exactes. Mais nous savons avec certitude que Charles II fit déterrer Oliver Cromwell et que, suivant les ordres du roi, ils lui coupèrent la tête et la piquèrent au bout d'une lance. Ils la maintinrent exposée durant six ans sur le toit du Westminster Hall, l'ancienne salle du palais de Westminster, qui est l'unique partie du Parlement britannique qui s'est quasiment conservée comme lors de sa construction.

Ce qui ne peut se prouver est la vieille histoire selon laquelle le tête de Cromwell continua à saigner durant toutes ces années. Une nuit, cependant, il y eut une tempête terrible, et

la tête roula au sol avec un sinistre fracas. A ce moment précis, un chat affamé sortit rapidement de la crypte, prit la tête entre ses canines, et était déjà en train de fuir lorsqu'un sergent d'armes dégaina son épée, transperça le chat et récupéra la vieille tête de Cromwell.

La partie suivante du récit est véridique. La tête fut amenée au Sidney Sussex College de Cambridge, où elle fut enterrée, et où elle est conservée aujourd'hui encore.

Je ne vous recommande pas d'utiliser cette version de l'histoire lors de vos examens, mais si vous allez visiter le Westminster Hall, regardez avec attention les dalles, on peut encore y voir le sang de Cromwell.

Enfin, je n'aimerais pas terminer comme le pauvre Cromwell pour avoir vous dérobé trop de temps. Je désire vous souhaiter une bonne année scolaire, vous féliciter pour une année d'efforts et de succès, et vous souhaiter de bonnes vacances [ou ce que dicte l'occasion]. Bonne chance à tous !

Exemple 3 : remise de prix

MONSIEUR LE DIRECTEUR, PARENTS, les enfants. Il est fantastique d'être le premier de la classe, l'âme de l'école, délégué ou moniteur. N'est-ce pas ? Être en dernière année donne même une espèce de statut spécial. Vous êtes mûrs, vétérans, les nouveaux vous admirent et vous envient. Malheureusement, lorsqu'on arrive au sommet, on commence à glisser vers le bas, et on fait de nouveau partie de la masse des « nouveaux ».

Tous ceux qui abandonnent aujourd'hui l'école, commencent déjà à sentir un peu de nostalgie. Lorsque vous débuterez dans une nouvelle école ou un nouveau travail, vous devrez recommencer depuis le premier échelon.

Ceux qui ont aujourd'hui gagné un prix, ce dont je les félicite sincèrement, garderont longtemps dans leur mémoire ce moment de joie et de triomphe. Mais ils ne seront pas supérieurs à leurs nouveaux camarades, même s'ils n'ont pas reçu de prix. Il est possible que cela soient eux qui gagnent lors de la prochaine opportunité.

Les prix ont également une triste facette, beaucoup d'entre vous ont travaillé dur, et non pas eu la reconnaissance publique que méritait tant d'efforts. Ne vous découragez pas, votre tour arrivera.

Souvenez-vous de tous ces triomphateurs, qui durant des années, ont reçu des prix et des félicitations. Qui s'en souvient passées de longues années ? Ils jouissent tranquillement de l'oubli publique.

En dehors de la remise de prix, qui me plaît énormément, mon travail se limite à vous souhaiter bonne chance où que vous alliez. J'espère que vos ambitions et vos rêves pourront s'accomplir.

Je veux également dire à ceux qui restent ici, que de bons moments les attendent. Cette année, vous passerez à une classe supérieure. Profitez-en. Jimmy Durante, un célèbre comique nord-américain, dit en une occasion : « sois aimable avec les personnes que tu rencontres sur ton chemin lors de ton ascension, parce que tu les rencontreras de nouveau lors de ta chute ».

A ceux qui montent, ou qui descendent, à ceux qui sont stabilisés, bonne chance, et merci de m'avoir invité à partager cette journée avec vous.

Exemple 4 : invité à un acte de bienfaisance

MESDAMES ET MESSIEURS. CERTAINS pensent que les maisons sont uniquement des biens immobiliers qui s'achètent et se vendent.

Nous, qui sommes ici, pensons que le foyer est un concept lié à celui de la personne. Pour cette raison, nous avons honte de que tant de gens vivent dans des conditions infimes.

C'est pour moi un honneur d'être avec vous, car il y a déjà longtemps que je connais votre lutte pour donner un toit aux démunis et pour les aider à s'enraciner et à faire face à la vie avec dignité.

Voici les défis. D'abord, trouver une solution au problème physique, leur donner un endroit où vivre avec un certain bien-être. En second lieu, accepter le fait que beaucoup de personnes ne se sentent pas capables de faire face à leur situation actuelle.

Nous rencontrons, dans cette catégorie, beaucoup de personnes démunies et déshéritées de notre société. Elles ne sont pas organisés, personne ne les représente, parce qu'elles ne sont pas inscrites comme citoyens, elles errent sans but dans un monde qui préfère plisser le front et regarder ailleurs.

De la même manière que certains ignorants recommandent aux malades qui souffrent une dépression de « chasser ces idées de leur tête », ce qui aggrave la situation, ceux qui ont réussi dans la vie ne comprennent habituellement pas ceux qui n'ont pas réussi à la vivre de la forme appropriée.

Cette organisation [parlez des objectifs].

Cette organisation [mentionner ce qui a été obtenu].

Cette organisation [parlez des problèmes non résolus, et de la manière de les résoudre].

Je peux seulement exprimer mes plus sincères encouragements à l'organisation, à ceux qui luttent pour elle, et à ceux qui l'aident de toutes les manières possibles. Chaque fois que vous aurez besoin de moi, je serai enchanté de

collaborer. Vous n' imaginez pas à quel point je suis heureux de collaborer avec vous et de participer à votre travail.

CONFÉRENCES ET SÉMINAIRES

Beaucoup de chefs d'entreprise et de dirigeants ont peur de parler en public, y compris des thèmes qu'ils connaissent parfaitement. Les conférences et les séminaires ont leur propre technique, et il est facile de la maîtriser si on se le propose.

Les objectifs de la conférence peuvent être très divers : présenter un produit pour capter de nouveaux clients ou pour renforcer la fidélité des actuels, former des délégués à n'importe quelle discipline utilisée pour leurs tâches habituelles. En tout cas, vous devez être bien sûr de ce que vous prétendez obtenir à l'aide de votre conférence, dans le cas contraire, ce sera un échec.

Une conférence doit être animée ; même si le sujet paraît très aride, il faut trouver le moyen de le rendre intéressant pour l'auditoire. Nous disposons actuellement de systèmes audiovisuels qui, avec de l'envie et de l'ingéniosité, peuvent transformer n'importe quelle dissertation en un spectacle.

De toutes façons, la technologie ne supplante pas un bon orateur, qui doit suivre les normes habituelles de tout discours, que nous avons mentionnées auparavant. Mais dans ce cas, il est beaucoup plus important que vous soyez un grand connaisseur du sujet, que vous sachiez communiquer avec les assistants, que vous ayez un bon style et de l'habileté au moment de parler.

La terre est un théâtre, mais l'œuvre a une distribution déplorable. (Oscar Wilde)

Indépendamment de la quantité de personnes qui l'écoutent et de leur rang social, l'orateur doit montrer le plus

grand respect, et s'il prétend qu'ils l'écoutent de nouveau la fois suivante, il devra les distraire.

Les organisateurs et les intervenants sont responsables de l'échec des conférences à cause de l'ennui. Les assistants, l'auditoire, ne sont pas obligés d'écouter. Ils peuvent aller à la cafétéria, ou visiter la ville.

Essayez d'arriver en avance à l'endroit où vous parlerez, vous pourrez ainsi vérifier le cadre du local, que les appareils fonctionnent correctement, le type de public et son état, ainsi que l'acoustique. Faites particulièrement attention aux aspects suivants :

- ✓ Aimez-vous la disposition de la scène, de l'estrade ou de la table ?
- ✓ Comment pourriez-vous mieux tirer profit de l'installation sonore ? Pouvez-vous retirer le microphone de son support, vous mouvoir avec lui et le régler ? Vérifiez, en tout cas, qu'il soit à la bonne hauteur pour vous. Souvenez-vous de la terrible image de la reine Isabelle II, lors de sa visite aux États-Unis : le service du protocole oublia la taille de la reine, et celle-ci parla devant tout le monde avec un microphone lui cachant complètement le visage.
- ✓ Vérifiez les projecteurs, leur fonctionnement et leur emplacement. Essayez d'obtenir un assistant qui se charge des diapositives et du maniement des projecteurs.
- ✓ Tâchez de vous procurer tout ce qui peut vous aider à être à l'aise : bouteilles ou carafes d'eau, infusions ou boissons rafraîchissantes pour les pauses, etc.
- ✓ Au cas où vous soyez payé pour votre participation, assurez-vous que les conditions sont claires pour les deux parties ; si vous pouvez le confirmer par écrit, c'est encore mieux.
- ✓ Prenez connaissance des possibles normes relatives au tabac.
- ✓ Tâchez que la salle se remplisse à partir des premiers rangs ; si elle n'est pas totalement occupée, il sera

alors très difficile de convaincre les personnes du fond qu'ils se déplacent aux premiers rangs, et vous aurez la sensation de parler dans le vide.

- ✓ Prenez connaissance de l'emplacement des salles de repos ; si elles sont à l'écart, on évitera le bruit durant les pauses. Si la séparation est uniquement réalisée par des panneaux, préparez-vous au désastre.
- ✓ Si une personne va vous présenter, assurez-vous que cette personne possède toute l'information pertinente.
- ✓ Assurez-vous que vous avez à portée de main tous les documents et le matériel nécessaires pour faire une bonne présentation.

DISCOURS D'AFFAIRES

Assemblées générales de sociétés

Plus longue est l'assemblée, plus il y a de possibilités pour que surviennent des discussions et des conflits. Le discours du président doit donner le ton, exposer les données fondamentales que doivent savoir les actionnaires, et indiquer les futures perspectives.

Soyez conscient que ce rapport est normalement publié, ce qui signifie que vous devez particulièrement soigner votre préparation. Vous pouvez maintenant lire le discours que le président des grands magasins Mark & Spencer dédia à ses actionnaires il y a un certain temps :

Exemple 1

DURANT LES SIX DERNIERS MOIS, la récession économique s'est aggravée, en même temps qu'augmentait le chômage et se maintenait élevée l'inflation. Dans de telles circonstances, nos chiffres de vente s'avèrent stimulants, surtout si nous considérons leur augmentation durant les mois d'août et de septembre.

Cette augmentation est fondamentalement due à une amélioration de l'offre dans la confection de qualité et des produits alimentaires, domaines dans lesquels nous avons réduit de manière substantielle, avec la coopération de nos fournisseurs, le prix de nombreux et importants articles. Nos articles de confection valent seulement 2% de plus qu'il y a un an, et ceux d'alimentation uniquement 8%. Tout cela s'est obtenu en maintenant inchangés nos niveaux élevés de qualité.

Si la tendance actuelle continue, nous espérons que le bénéfice final de l'exercice soit satisfaisant.

Nous avons poursuivi notre politique invétérée d'« acheter des produits britanniques ». Ces dernières années, plusieurs de nos principaux fournisseurs ont investi des sommes substantielles dans les équipements les plus modernes. Grâce à une étroite collaboration avec ces derniers, nous avons pu, dans la majorité des cas, faire face au défi de la confection importée.

Le premier avril, trois mois plus tôt que lors de l'année antérieure, nous avons concédé à notre personnel une augmentation de salaires. En conséquence, et en comparaison avec l'exercice antérieur, les coûts incluent une quantité additionnelle, à titre d'augmentation de salaires, durant un trimestre ; cette somme s'élève à environ 3,75 millions de livres. Ainsi se complète l'actualisation de nos révisions salariales, qui s'effectuera toujours, lors des prochaines années, au début du mois d'avril.

Nos succursales au Canada sont en progression. En ce qui concerne le continent, nous faisons face à des problèmes économiques similaires à ceux du Royaume-Uni. Une partie substantielle de la marchandise vendue est de manufacture britannique, et les marges bénéficiaires se sont ressenties du renforcement de la livre.

Le conseil d'administration a décidé de répartir un dividende d'un penny et demi par action, le même que l'année dernière ; il sera versé le prochain 16 janvier, aux actionnaires dont les noms figurent sur le registre d'actionnaires au 14 novembre de cette année.

[...] Le diagnostic de notre secteur est très clair : il faut remédier à la faiblesse que la récessions a engendrée. Pour cela, nous aurons besoin de capital et d'investissement, mais surtout de confiance et d'enthousiasme.

Le temps où chaque industriel essayait d'étrangler les activités des autres est révolu. C'est le moment de travailler ensemble en faveur de la survie du secteur, et de comprendre que la crise d'une entreprise est un avis de tempête pour les autres.

Mes compagnons et moi-même proposons donc les démarches suivantes, qui ont pour objectif d'exposer nos problèmes au gouvernement, et de demander sa collaboration. Premièrement, [...]. deuxièmement, [...]. troisièmement, [...].

Voici les propositions que nous soumettons à votre considération, et je vous demande de les approuver à l'unanimité. Nous avons besoin de toute la confiance que vous puissiez nous donner, et d'une politique décidée et bien orientée que nous puissions tous ensemble mener à bon terme.

Syndicats et organes de direction

Nous avons commenté, auparavant, que vous devez toujours vous adresser à l'auditoire avec le plus grand respect, quel que soit votre âge, votre sexe ou votre condition sociale. Une grande partie du succès d'un discours est basée sur le fait de traiter l'auditeur d'égal à égal.

Les syndicats sont extrêmement sensibles aux apparentes condescendances, même si elles sont uniquement un masque pour cacher la timidité.

Plus les personnes à qui vous parlez sont jeunes et peu formées, plus elles sont capables de découvrir le manque de sincérité. Vous ne tromperez les syndicats qu'une fois, ils n'auront pas confiance en vos paroles la fois suivante.

La clé pour parler avec les employés, tout particulièrement avec les syndicats, réside dans le fait de partager avec eux l'information, les inquiétudes et les espoirs, avec sincérité et franchise. En définitive, vous devez vous mettre à leur hauteur.

Exemple 2 : pour le comité d'entreprise

MESDAMES ET MESSIEURS. JE VOUS REMERCIE d'avoir accédé à participer à cette réunion. Je veux vous exposer la situation dans laquelle nous nous trouvons, nos plans et nos espérances pour le futur.

Notre secrétaire, Manuel Aubert, qui est à mes côtés, nous a apporté les dernières statistiques. J'ai apporté, pour ma part, un résumé pour chacun de vous. Une fois terminé l'exposé, Manuel sera enchanté de se joindre à moi afin de répondre à toutes vos questions. Les comptes que nous avons devant nous marquent à la direction le chemin de nos obligations et de nos perspectives. Ils vous donneront également une idée de la situation de la société dont nous dépendons tous.

Je vous rappelle que la période couverte par le rapport est l'année prise de [...] à [...], et je procède à vous faire un résumé :

Premièrement : durant cette période, le volume des ventes chuta de [...] à [...].

Deuxièmement : notre personnel augmenta de [...] à [...].

Troisièmement : le nombre de jours de travail perdus par absentéisme et maladie augmenta de [...] à [...].

Quatrièmement : et, s'il vous plaît, considérez cette information comme strictement confidentielle, en termes généraux, nous avons au début de cette période, dans notre carnet de commandes, de quoi nous maintenir occupés durant [...] semaines. Actuellement, nous pouvons seulement envisager le futur avec sérénité jusqu'à [...].

Nos plans pour le futur sont les suivants :

Nous ferons le maximum pour maintenir le personnel actuel. Si, à un moment déterminé, nous sommes obligés de le réduire, nous essaierons de le faire de façon naturelle. C'est-à-dire en ne remplaçant pas les employés qui nous abandonnent. Mais si une réduction de personnel devient inévitable –j'insiste de nouveau sur le fait que nous ne pensons pas que cela se produise– nous traiterons du problème avec tous les syndicats impliqués, et nous tâcherons que cela se fasse de la manière la moins traumatique possible.

De toutes façons, je répète que je suis convaincu que nous n'arriverons pas à cette extrémité. Le conseil et la direction sont disposés à faire tout le nécessaire pour maintenir l'entreprise unie.

Vous pouvez maintenant formuler toutes les questions que vous désirez. Nous vous répondrons avec une sincérité absolue, car nous sommes convaincus que nous travaillons tous ensemble pour le futur de l'entreprise.

Exemple 3 : pour les collègues de la direction

JE VOUS REMERCIE SINCEREMENT d'être présents à cette réunion. Certains ont dû faire un long déplacement, merci. Il était très important de tous nous réunir, afin de décider comment nous pouvons tirer le meilleur profit de cette opportunité qui s'est soudain présentée à nous.

Je veux d'abord faire quelques commentaires sur les notes que nous vous avons remises. Je veux que vous fassiez particulièrement attention aux points suivants. Premièrement, [...]. Deuxièmement, [...]. Troisièmement, [...].

Le conseil de direction pense que nous devrions prendre les mesures exposées ci-après. Nous voulons connaître votre opinion avant de prendre une décision. Premièrement, [...]. Deuxièmement, [...]. Troisièmement, [...].

Nous attendons vos commentaires et vos contre-propositions. Nous estimons vos critiques et apprécions votre aide, sans elle nous ne serions pas ici.

Exemple 4 : briefing à l'équipe commerciale

J'ai demandé à l'équipe de ventes de se réunir avec moi afin de planifier ensemble le futur de la société. Par le passé, les clients venaient à nous grâce à notre bonne réputation. Aujourd'hui, nous devons nous-mêmes les poursuivre et arriver avant la concurrence.

Pierre Leconte, notre chef de production, va vous présenter le produit que nous allons immédiatement lancer sur le marché, et qui sera la cible de nos efforts. Pierre... [Pierre intervient].

Vous connaissez maintenant la nouveauté du produit et nos projets. Efforçons-nous de tirer le meilleur profit de cette nouvelle opportunité. La prospérité de l'entreprise et la nôtre sont en jeu.

HOMMAGES POSTHUMES

Il se peut que vous soyez obligé de prononcer, un jour, quelques mots lors de tristes évènements survenant dans le cercle de la famille, des collègues de travail ou des amis. Les normes pour ces discours sont celles que vous connaissez déjà, mais tenez compte des considérations spécifiques à ce type d'actes :

- ✓ Ne dites jamais quelque chose de négatif du défunt, mais faites en sorte que vos louanges soient sincères, et si possible, méritées.
- ✓ Il est très important d'avoir du tact (lisez le dernier paragraphe de ce livre). Toutes les personnes attendent que vous fassiez un résumé des idées et des images de bonheur qu'ils veulent garder en souvenir du défunt ; ces souvenirs servent à encourager et à soulager les proches. Les membres de la famille reçoivent, par le biais de ces paroles, l'affection de l'assistance, et remémorent l'immortalité du défunt, étant donné que son œuvre lui survivra dans le temps.
- ✓ L'extension de l'élégie doit être brève, plus ou moins la durée d'une prière.

Exemple

MESDAMES ET MESSIEURS, COMPAGNONS et amis. Avant de commencer, j'essaierai d'exprimer la douleur que nous éprouvons tous à cause de la perte de notre cher compagnon et directeur, M. X.

C'était un homme très enthousiaste, qui communiquait à tout le monde son énergie et sa capacité d'initiative. Il fut toujours fidèle envers ses amis et son entreprise, à laquelle il dédia de longues années de travail aux succès innombrables. L'organisation qu'il créa, en particulier le réseau d'usines, demeureront dans le futur comme un tribut permanent à son talent en tant que chef d'entreprise.

A nous, ses amis et ses compagnons, il nous manquera. A l'entreprise aussi. Je vous demande quelques instants de silence en mémoire de M. X.

DISCOURS EN PLEIN AIR

Il n'est pas très fréquent de prononcer des discours à l'air libre, mais même ainsi, il convient d'être préparé. Ils peuvent se faire devant les portes d'une usine, dans une foire-exposition, dans une fête populaire ou « à pied d'œuvre ». Vous pouvez être obligé de parler lors de l'inauguration d'une place ou d'un monument de la ville. Quoi qu'il en soit, vous devez tenir compte de certaines normes basiques :

- ✓ Assurez-vous qu'on vous entendra ; pensez que dans les espaces ouverts, la voix se propage très faiblement. S'il y a un microphone ou un mégaphone, utilisez-les. Vérifiez leur fonctionnement avant que ne commence l'acte.
- ✓ Dans cette circonstance, vous pouvez vous mouvoir avec plus de liberté que dans un espace fermé, profitez-en.
- ✓ La théâtralité paraît moins fausse. Vous pouvez utiliser des procédés d'ancienne oratoire.
- ✓ Il est possible que le public ne s'approche pas, si vous ne l'attirez pas. Il est parfois nécessaire d'augmenter le volume de la voix afin qu'ils se fixent sur l'orateur.
- ✓ N'ayez pas peur de faire des pauses...d'attendre...de montrer, de toutes les manières possibles, que vous êtes tranquille et sûr de vous.
- ✓ Même si le public vous attaque verbalement, ne vous laissez pas dominer par la panique. Restez ferme et serein face aux provocations.
- ✓ Parlez haut et fort, sans avoir peur de perdre la voix. Perdre le public serait réellement terrible.

DÉBATS PUBLICS

Lors de ces actes, le public a la possibilité de connaître un minimum de deux points de vue différents, sur un même sujet. L'orateur a l'avantage de ne pas avoir à préparer son discours à l'avance, bien qu'il doive prévoir les questions et les thèmes qui seront évoqués.

Ne discute jamais à table, celui qui a faim aura toujours le meilleur argument. (Richard Whately)

L'organisation met normalement à la disposition des assistants des feuilles et des stylos, mais amenez votre propre carnet de notes et votre propre stylo au cas où.

Lorsqu'on vous pose une question, prenez des notes, et notez d'un côté les premières idées qui vous viennent à l'esprit, afin de répondre. Si vous ne pensez à rien, indiquez au modérateur qu'il cède votre tour à un autre participant. Pendant que les autres parlent, pensez à votre réponse. Si vous ne savez toujours pas quoi dire, ajoutez seulement : « Je suis d'accord avec ce qui s'est dit ».

Ne donner pas de réponses hâtives, et pensez toujours avant de répondre. Ne dites rien que vous puissiez regretter. Chaque réponse devrait être comme un petit discours : ordonnée, concise et concrète. C'est la difficulté majeure des débats : ils paraissent improvisés, mais vous devez bien les préparer.

Il est très probable que le modérateur ou un autre participant vous interrompe, acceptez-le avec sérénité. Pensez qu'un débat est moins formel qu'un discours, et n'ayez pas peur d'interrompre le fil de vos pensées pour le reprendre plus tard. Si vous vous égarez, ne vous inquiétez pas ; dites avec toute la tranquillité du monde : « Où en étais-je avant l'amusante interruption de monsieur X ? ». Le modérateur ne verra aucun inconvénient à renouer le fil de la conversation.

Ceux qui participent à un débat sont conscients du fait que le public veut s'amuser. Pour cette raison, les plaisanteries et les satyres sont fréquentes, bien que dans les limites de la correction. Acceptez les plaisanteries

sportivement, et essayez de répliquer ingénieusement et subtilement. Evitez l'agressivité et l'hostilité. La cruauté et la vulgarité ne sont pas justifiées. Il s'agit de démontrer du talent et de l'ingéniosité, non d'attaquer son prochain.

DISCOURS QUI SONT RENTRÉS DANS L'HISTOIRE

Certains discours méritent que nous nous en rappelions, de par leur importance historique et leur bonne construction ; les deux discours que vous trouverez ci-après sont un illustre exemple. Lisez-les avec attention, et utilisez-les comme source d'inspiration. Ils sont tous deux des chefs d'œuvres de l'oratoire.

Martin Luther King : « Je rêve que... »

Je rêve que mes quatre petits enfants vivront un jour dans un pays où on ne les jugera pas à la couleur de leur peau mais à la nature de leur caractère.

Je fais aujourd'hui un rêve ! Je rêve que, un jour, même en Alabama où le racisme est vicieux, où le gouverneur a la bouche pleine des mots « interposition » et « nullification », un jour, justement en Alabama, les petits garçons et petites filles noirs, les petits garçons et petites filles blancs, pourront tous se prendre par la main comme frères et sœurs.

Je fais aujourd'hui un rêve ! Je rêve que, un jour, tout vallon sera relevé, toute montagne et toute colline seront rabaissées, tout éperon deviendra une pleine, tout mamelon une trouée, et la gloire du Seigneur sera révélée à tous les êtres faits de chair unis.

Telle est mon espérance. Telle est la foi que je remporterai dans le Sud. Avec une telle foi nous serons capables de distinguer, dans les montagnes de désespoir, un caillou d'espérance. Avec une telle foi nous serons capables de

transformer la cacophonie de notre nation discordante en une merveilleuse symphonie de fraternité.

Avec une telle foi, nous serons capables de travailler ensemble, de prier ensemble, de lutter ensemble, d'aller en prison ensemble, de nous dresser ensemble pour la liberté, en sachant que nous serons libres un jour.

Ce sera le jour où les enfants du Bon Dieu pourront chanter ensemble cet hymne auquel ils donneront une signification nouvelle : « Mon pays c'est toi, douce terre de liberté, c'est toi que je chante, pays où reposent nos pères, orgueil du pèlerin, au flanc de chaque montagne que sonne la cloche de la liberté ».

Et si l'Amérique doit être une grande nation, il faut qu'il en soit ainsi. Aussi faites sonner la cloche de la liberté sur les prodigieux sommets du New Hampshire. Faites-la sonner sur les puissantes montagnes de l'État de New York. Faites-la sonner sur les hauteurs des Alleghanys en Pennsylvanie. Faites-la sonner sur les neiges des Rocheuses, au Colorado. Faites-la sonner sur les collines ondulantes de la Californie. Mais cela ne suffit pas : faites-la sonner sur la Stone Mountain de Géorgie. Faites-la sonner sur la Lookout Mountain du Tennessee. Faites-la sonner sur chaque colline et chaque butte du Mississippi, faites-la sonner au flanc de chaque montagne.

Quand nous ferons en sorte que la cloche de la liberté puisse sonner, quand nous la laisserons carillonner dans chaque village et chaque hameau, dans chaque État et dans chaque cité, nous pourrons hâter la venue du jour où tous les enfants du Bon Dieu, les Noirs et les Blancs, les juifs et les gentils, les catholiques et les protestants, pourront se tenir par la main et chanter les paroles du vieux « *spiritual* » noir : « *Libres enfin. Libres enfin. Merci Dieu tout-puissant, nous voilà libres enfin* ».

Jawaharlal Nehru : « Une gloire nous a quitté »

Le premier ministre de l'Inde s'adresse à l'Assemblée Constitutionnelle, à New Delhi, trois jours après l'assassinat de Mahatma Gandhi :

Que pouvons-nous dire de lui, aujourd'hui, à part de montrer notre humilité ? Nous n'avons pas suffisamment de valeur afin de faire son éloge, lui que nous ne pûmes suivre de la forme appropriée et nécessaire. Il est pratiquement injuste de nous référer à sa personne à l'aide de paroles, alors que lui nous exigeait travail et sacrifice ; Il réussit, dans une large mesure, à mener ce pays à des degrés de sacrifice qui n'ont été égalés nulle part ailleurs. Ces derniers temps, cependant, des événements le firent souffrir énormément, sans aucun doute, bien que son visage rayonnant de bonté ne perdît jamais son sourire, et que sa bouche ne prononçât jamais une parole amère envers qui que ce soit. Mais il dut souffrir à cause des erreurs de cette génération qu'il éduqua, car nous nous étions éloignés du chemin qu'il nous enseigna. Et, finalement, la main d'un de ses fils –car après tout, il est également son fils, comme le sont tous les indiens-, la main de ce fils a mis fin à sa vie.

L'histoire jugera, dans un temps futur, cette période que nous traversons, les succès et les échecs. Nous sommes trop impliqués pour être de justes juges, et pour comprendre ce qui est arrivé. Nous savons seulement qu'il y eut une gloire, et qu'elle n'est plus ; nous savons seulement que, maintenant, il n'existe que l'obscurité, bien qu'elle soit moins sombre, car lorsque nous regardons dans nos cœurs, nous y trouvons encore la flamme vivante qu'il y alluma. Si ces flammes demeurent, il n'y aura pas d'obscurité sur cette terre, et nous serons capables, avec notre effort, à l'aide de son souvenir, et en suivant ses pas, de l'allumer de

nouveau . Enfin, malgré notre petitesse, nous aurons encore le feu qu'il nous insuffla.

Il fut peut-être le plus grand symbole de l'Inde du passé, et je me risquerais à dire que de l'Inde du futur, aussi. Aujourd'hui, alors que nous nous trouvons sur le dangereux fil du présent, entre le passé et un futur incertain, nous devons faire face à toute sorte de dangers, le plus grand étant l'absence de foi qui nous guette, le sentiment de frustration qui nous enveloppe, la défaillance de notre cœur et de notre esprit en voyant partir en fumée les idéaux qui furent les nôtres, et de voir comment toutes ces grandes choses dont nous parlions devenir des mots creux, et de voir la vie prendre une direction différente. Mais, malgré tout, j'espère que cette période passera rapidement.

Il est parti, et aujourd'hui, le sentiment de se trouver totalement désemparée plane sur toute l'Inde, abandonnée. Nous l'éprouvons tous, et nous doutons de notre capacité de nous débarrasser de cette sensation ; cependant, il y a un autre sentiment, uni à ce dernier, de profonde reconnaissance, d'avoir permis à notre génération de partager la vie de cet être extraordinaire. Lors des temps à venir, lors des prochains siècles et peut-être millénaires après notre passage, les gens se souviendront encore du temps où cet homme de Dieu marcha sur la Terre, et il nous rappellera que, bien que petits, nous pûmes suivre ces pas et fouler le sol sur lesquels se posèrent ses pieds. Faisons en sorte d'être dignes de lui.

Une gloire nous a quitté, et le soleil qui nous réchauffait et qui nous éclairait est parti avec elle, pendant que nous tremblons dans le froid et l'obscurité. Cependant, il n'aurait pas voulu que nous nous sentîmes ainsi. Tout compte fait, cette gloire que nous contemplâmes durant tant d'années, cet homme qui portait le feu divin nous transforma également ; tout compte fait, il

modela les êtres que nous sommes aujourd’hui durant toutes ces années, et beaucoup parmi nous, prirent de ce feu divin un flambeau qui nous fortifia et nous encouragea à travailler, d’une forme ou d’une autre, dans la direction qu’il nous indiquait. Pour cela, lorsque nous le louons, nos paroles paraissent plus insignifiantes, et nous ne cesserons pas de nous louer nous-mêmes. Les grands hommes, les hommes éminents, ont des monuments de marbre et de bronze élevés en leur honneur ; mais ce porteur du feu divin réussit, au cours de sa vie, à être présent dans des millions et des millions de cœurs, et nous sommes ainsi tous faits, d’une manière ou d’une autre, de la même matière dont lui était fait, bien que dans une proportion infiniment moindre. Il pénétra ainsi dans toute l’Inde, non seulement dans les palais, dans les centres intellectuels ou les assemblées, sinon dans les contrées les plus misérables, dans les cabanes où vivent ceux qui souffrent. Il vit dans les cœurs de million d’êtres, et il vivra éternellement.

RECOURS A INCLURE DANS LE DISCOURS

Une anecdote ingénieuse, dans un discours, est comme le sel entre les mains d'un bon cuisinier. Un peu d'humour, une touche d'ingéniosité, une citation mordante pour provoquer les sourires ; toutes ces « notes de couleur » sont toujours bien reçues par l'auditoire.

Il a été nécessaire, pour préparer ce chapitre, de recourir à des centaines de notes compilées durant des années lors de discours et d'actes de célébration. Toutes les anecdotes, plaisanteries et citations ont été utilisées avec succès.

Nous savons tous que la grâce d'une plaisanterie, d'une anecdote ou d'une citation, vient, dans une grande mesure, de la grâce avec laquelle nous la racontons. Faites un essai avant et demandez à vos proches leur opinion.

Certaines de ces anecdotes s'ajusteront parfaitement à votre discours, d'autres non. La majorité peuvent s'adapter à la situation concrète. Vous pouvez vous-même effectuer les changements qui vous paraissent nécessaires.

MANIÈRES SYMPATHIQUES DE COMMENCER LE DISCOURS

Comme Henri VIII dit à chacune de ses épouses : « Je ne vous retiendrai pas longtemps... »

*

La dernière fois que le président devait me présenter, et qu'on lui demanda d'être bref, il commença ainsi :

« Mesdames et messieurs, moins je parlerai de monsieur Delatour, mieux ce sera ». Votre président vient de me dire : « Voulez-vous parler maintenant, ou les laissons-nous profiter encore un peu ? ».

✱

Une dame commenta à l'orateur après qu'il ait terminé son intervention : « Vous n'étiez pas très en forme aujourd'hui, hein, monsieur Leroy ? ».

Une autre femme, qui avait écouté ses paroles, s'adressa au conférencier : « Je regrette ce qui vient de se passer, mais, s'il vous plaît, ne faites pas attention à madame Green. C'est une tête creuse sans personnalité..., elle se limite à répéter ce qu'elle entend autour d'elle ».

✱

On m'a permis de parler avant Monsieur X dû au fait que j'ai différents rendez-vous le [dites une date d'ici à deux mois] auxquels j'aimerez assister.

✱

Je suis obligé de prononcer de nombreux discours, et je crains que je doive parfois recourir au même éléments. Les mots que je vais vous adresser, ensuite, forment essentiellement une répétition de la conférence que je donnai la semaine dernière à [nom de la prison la plus proche]. Je demande à ceux qui l'auraient déjà écoutée de bien vouloir m'excuser [assurez-vous auparavant qu'il n'y a aucun ex-prisonnier parmi l'auditoire].

✱

Lorsque, lors d'une réception, ils présentèrent différentes personnalités à la reine, je lui commentai que cela devait être épuisant de s'adresser à tant d'inconnus en même temps :

Elle me répondit :

« Ce n'est pas aussi difficile que cela en a l'air. En vérité, j'ai à peine à me présenter. Ils savent tous qui je suis ! ».

✱

Mark Twain dit une fois : « Je peux vivre d'une éloges durant deux mois. Eh bien, vous m'avez couvert d'éloges pour de nombreuses années ».

✱

Le Président : « Nous voici de nouveau réuni ici pour un nouveau congrès annuel, une année s'ayant écoulée... »

✱

Un prêtre, récemment ordonné, arriva en tant qu'auxiliaire à une paroisse rurale, et il remarqua, découragé, que son supérieur s'endormait chaque fois qu'il prononçait le sermon de la semaine. Il ne fit cependant aucun commentaire jusqu'au jour où ce dernier commença à ronfler. Une fois terminé l'office, il s'adressa au vétéran curé et lui demanda très aimablement : « Je regrette de le mentionner, mais cela ne vous paraît pas un mauvais exemple que mon supérieur s'endorme durant le sermon ? ».

Et le supérieur répondit : « Absolument pas. C'est précisément une preuve de la confiance que j'ai en vous ! ».

✱

Lors d'un congrès d'humoristes, ils connaissaient tous si bien les blagues des uns et des autres qu'ils se limitaient à utiliser des numéros. Un homme monta sur la scène et dit : « 35 ».

Tous les assistants gardèrent le silence, à l'exception de deux personnes qui se tordaient de rire sur leurs fauteuils. A la question de pourquoi ils riaient, le premier répliqua : « c'est que j'ai beaucoup aimé comment il l'a racontée ». Et le second : « Je ne l'avais jamais entendue ».

✱

Un homme d'affaires doit apprendre quand prononcer les discours. Il devient alors plus sage, et apprend quand il ne doit pas les prononcer.

✱

Alors qu'il s'adressait à un groupe de nombreuses personnes, un homme politique se montra préoccupé par le

fonctionnement du microphone. « Vous m'entendez bien là-bas, au fond ? », demanda-t-il.

« Moi je ne vous entends pas » cria une voix du fond.

« Moi je vous entends » -dit une des personnes assises devant-. « Le monsieur du fond accepterait-il d'échanger sa place avec la mienne ? ».

*

« Vous m'entendez bien... ? J'en suis heureux, moi aussi je peux vous entendre ».

*

Un invité à un dîner, en ayant assez d'écouter la verbosité excessive de l'orateur, passa une note au président qui disait : « pourquoi ne mettez-vous pas fin à ceci en lui donnant un coup sur la tête avec un cendrier ? ».

Le président prit le cendrier, mais celui-ci lui échappa des mains et il frappa l'invité d'honneur, assis de l'autre côté. Alors, pendant que le pauvre homme glissait lentement sous la table, on l'entendit gémir : « Frappez-moi de nouveau, je l'entends encore ! ».

PLAISANTERIES

Plaisanteries sur les couples, les ménages et l'amour.

Une femme demande à une amie qui vient de se marier avec un vieillard millionnaire :

-Comment va ta vie sexuelle avec ton nouvel époux ?

-Eh bien nous sommes en traitement.

-En traitement ?

-Oui, on le traite et moi je mens.

*

Sur son lit de mort, un homme dit à son épouse :

-Marie, avant de mourir, je veux te confesser que je t'ai été infidèle avec ta meilleure amie.

-Et pourquoi penses-tu que je t'ai empoisonné ?

✱

Entre amies :

-Mon mari aime tant la contradiction que s'il se noyait, il faudrait le chercher en amont du fleuve.

✱

Je m'oppose aux relations sexuelles avant le mariage à cause du risque d'arriver en retard.

✱

Un homme marié sollicite un emploi à une entreprise dirigée par une femme, et le secrétaire lui demande :

-Cela vous est égal de recevoir des ordres d'une femme ?

-Oui, je me sentirai comme chez moi.

✱

Deux jeunes mariés se trouvaient dans un train lorsque le convoi entra dans un tunnel. Lorsqu'il en sortit, le marié dit à la mariée :

-Si j'avais su qu'il était aussi long, je t'aurais fait l'amour.

Et elle lui répondit :

-Ah ! Mais ce n'était pas toi ?

✱

Le mari arrive chez lui et trouve son épouse avec un autre homme, nus dans le lit :

-Mais Marie, qui est ce type ?

-Écoute, Pierre, cela me fait mal de te le dire ainsi, mais, à vrai dire, il fallait bien que tu le saches un jour... C'est lui qui paye nos factures !

-Hé bien couvre-le, qu'il n'attrape pas froid.

*

-Salut Michel, tu sais que je me suis séparé ?

-Hé bien mon gars, il était temps. Je ne te l'avais jamais dit, mais ta femme s'est tapée tous les hommes du village, ceux du village d'à côté, quelques touristes et même le curé. Enfin, même moi je me la suis envoyée plusieurs fois !

-Hé, je me suis séparé de mon associé...

*

-Chérie, quand nous fêterons nos noces d'argent, je t'emmènerai à Cancun.

-Et quand nous fêterons celles d'or ?

-Qui sait, je passerai peut-être te récupérer...

*

-Ma femme me trompe avec un électricien.

-Comment le sais-tu ?

-L'autre jour, je ne trouvais pas mes chaussures de sport, je regardai sous le lit et je trouvai un tournevis.

-Hé bien la mienne me trompe avec un plombier.

-Comment le sais-tu ?

-L'autre jour je ne trouvais pas mes chaussures de sport, je regardai sous le lit et je trouvai un chalumeau.

-Hé bien moi, ma femme me trompe avec un cheval.

-Comment le sais-tu ?

-L'autre jour je ne trouvais pas mes chaussures de sport, je regardai sous le lit et je trouvai un jockey.

*

Une amie demande à une autre :

-Alors, vous vous êtes enfin mis d'accord ton mari et toi ?

-Oui madame.

-Quand ?

-Quand nous nous sommes séparés !

*

Deux petits vieux de 80 ans vont faire l'amour et il lui demande :

-Patricia, où veux-tu que nous le fassions aujourd'hui ?

-Par terre –répond-elle.

-Par terre ? Pourquoi ?

-Pour sentir quelque chose de dur.

*

Une femme est avec son amant et arrive alors son mari.

-Vite ! Par la fenêtre, c'est seulement un étage.

-Mais Julie, il pleut à torrent, et tout nu, je vais attraper une pneumonie.

-Cours, cours, mon mari est une brute !

L'homme sort nu et rencontre des individus qui font du footing. L'homme se joint à eux, en courant pour se cacher.

-Et vous courez toujours comme ça ? –lui demandent-ils.

-C'est plus sain, on se sent plus libre, et le survêtement ne vous gêne pas.

-Et vous avez toujours un préservatif de mis ?

-Non, non, seulement quand il pleut.

*

Un ménage célèbre son anniversaire. La femme demande :

-Chéri, que m'as-tu acheté pour célébrer notre anniversaire ?

-Une tombe au cimetière.

La scène de ménage est évidemment phénoménale. L'année suivante :

-Chéri, que m'as-tu acheté pour célébrer notre anniversaire ?

-Rien, tu n'as pas encore utilisé ce que j'ai acheté l'année dernière...

*

-Mon amour, c'est aujourd'hui notre anniversaire de mariage. Pourquoi ne tuons-nous pas un poulet ?

-Le poulet n'y est pour rien, non ? Pourquoi ne tuons-nous pas ton frère, ce fut lui qui nous présenta, non ?

*

Après vingt ans de mariage, je continue à être amoureux de la même femme.

Que c'est beau !

-Oui, mais le jour où ma épouse l'apprendra...

*

Les hommes de plus de 40 ans ont des problèmes pour trouver des femmes du même degré de maturité ; c'est pour cela qu'ils sortent avec des femmes de 20.

*

Un homme pleure sur la tombe d'un autre.

-Pourquoi est-tu parti ? Pourquoi as-tu abandonné ce monde ? Pourquoi ?

Le gardien du cimetière, compatissant, lui demande :

-Il était de votre famille ?

-Non, ce fut le premier mari de mon épouse.

*

L'épouse demande :

-Où est le livre *Comment vivre cent ans* ? Je ne le vois pas.

-Je l'ai caché, au cas où ta mère veuille le lire.

*

Bonjour, chère belle-mère. Vous vous souvenez que vous avez dit l'autre jour que vous donneriez la moitié de votre vie pour une pastèque ?

-Oui, mon fils.

-Hé bien en voici deux.

*

La dame dit à la servante :

-Figure-toi que je viens d'apprendre que mon mari sort tous les jours avec sa secrétaire.

-Je n'y crois pas. Vous dites ça pour me rendre jalouse.

*

-Tu crois à l'amour libre ?

-T'ai-je déjà enchaîné ?

Guerre des sexes

L'homme demande à Dieu :

-Pourquoi as-tu fait la femme si belle ?

-Pour que tu tombes amoureux d'elle –répond Dieu.

-Mais alors, pourquoi l'as-tu faite si sotte ?

-Pour qu'elle tombe amoureuse de toi.

*

Pourquoi a-t-on suspendu la pratique de la circoncision ?

Parce que les médecins craignent qu'elles ne causent des dommages au cerveau.

*

Pourquoi la psychanalyse est-elle plus brève pour un homme que pour une femme ?

Parce que lorsqu'il s'agit de parler de l'enfance, les hommes y sont encore.

*

Pourquoi la tribu d'Israël mis tant de temps pour traverser le désert ?

Parce que les hommes ne s'arrêtèrent pas pour demander leur chemin.

*

Dieu créa l'homme et dit :

-Je peux vraiment faire mieux.

Et il créa alors la femme.

*

Pourquoi les hommes les préfèrent-ils blondes et sottes ?

Parce qu'ils recherchent une compagnie intellectuelle.

*

Qu'est-ce que l'on déduit instantanément de voir un homme bien vêtu ?

Que sa femme a bon goût.

*

Pourquoi les hommes sont-ils comme les ovnis ?

Parce que nous ne savons pas d'où ils viennent, quelle est leur mission, ni combien de temps ils vont rester.

*

Pourquoi les hommes sont-ils comme le climat ?

Parce que quoi que tu fasses, tu ne peux pas les changer.

*

Quelle est la différence entre un homme et un bébé ?

L'un peut se plaindre en permanence et être jusqu'à insupportable, l'autre n'est qu'un bébé.

*

Pourquoi les hommes sont-ils comme les diplômés ?

Parce que l'on met des années à en obtenir un, et une fois que tu l'as, tu ne sais pas quoi en faire.

ANECDOTES

Abraham Lincoln

Dans la pratique légale, Abraham Lincoln essayait d'éviter autant que possible le litige. Une fois, un homme qui voulait faire un procès à un pauvre débiteur, qui lui devait 2,50 dollars, vint à lui. Abraham Lincoln eut beau s'efforcer, le plaignant s'obstinait à se venger du débiteur. Voyant qu'il n'y avait pas de manières de l'apaiser, Lincoln annonça que ses honoraires s'élevaient à 10 dollars, ce que le plaignant accepta. Lincoln donna la moitié de cette somme au débiteur, qui confessa tout heureux sa faute devant le juge, et paya les 2,50 dollars qu'il devait.



Au moment critique de la guerre civile des États-Unis, Abraham Lincoln fit référence, durant un discours, aux gens des états du sud comme des « êtres humains dans l'erreur ». Après le discours, une vieille dame s'approcha de lui, furibonde, et lui demanda comment était-il possible qu'il les appelât de cette manière, étant donné qu'ils étaient en train de tirer contre les soldats de l'union.

Vous devriez les voir comme des ennemis irréconciliables qu'il faut combattre –conclut la vieille dame.

-Madame –répondit Lincoln- Ne détruisez-vous pas vos ennemis lorsque vous les convertissez en amis ?

Mahatma Gandhi

En 1931, Gandhi visita le *duce* Mussolini en Italie. Lors de sa visite, il emmena la chèvre qui l'accompagnait partout à cette époque. Les fils de Mussolini se moquèrent aigrement de lui quand ils le virent, mais Mussolini les réprimanda sévèrement :

-Cet homme que vous voyez là, avec sa chèvre et tout le reste, est en train de faire trembler les fondations de l'Empire Britannique.

Alfred le Grand

Alfred le Grand fut roi des saxons d'Angleterre au neuvième siècle. Ce fut un roi qui s'impliqua dans la défense de son pays et dans son alphabétisation, raisons pour lesquelles il fut un des monarques les plus populaires de son époque.

Durant son règne, l'Angleterre fut envahie par les danois, qui jouirent initialement d'un grand avantage numérique et qui récoltèrent de nombreuses victoires. Lors d'une des batailles, l'armée d'Alfred fut décimée et chacun dut se sauver comme il put. Le roi lui-même dut se déguiser en berger et fuir dans les bois. Il erra durant plusieurs jours jusqu'à ce qu'il arriva à une cabane dans la forêt. Il était fatigué et affamé, de sorte qu'il frappa à la porte, et demanda

à l'épouse du bûcheron qu'elle lui donnât quelque chose à manger et un endroit où se reposer.

La femme regarda le vagabond déguenillé qui se trouvait devant elle, et elle ne se rendit pas compte qu'elle avait face à elle le roi en personne.

D'accord –lui dit-elle- Tu vois ces galettes en train de cuire sur le feu ? Fais attention à ce qu'elles ne brûlent pas pendant que je vais à l'étable, et à mon retour, nous dînerons ensemble.

Le roi accepta et s'assit devant le feu, mais ses pensées prirent immédiatement le cours de la situation de la guerre. Il resta absorbé en pensant aux danois, à sa pitoyable armée, et à la manière de lutter contre l'ennemi. Pendant qu'il pensait, il ne rendit pas compte que les galettes étaient en train de brûler.

Peu après, l'épouse du bûcheron revint et porta les mains à la tête en voyant la cuisine pleine de fumée et les galettes totalement brûlées. Le roi était toujours assis face au feu, absorbé, ne se rendant absolument pas compte de la situation.

-Maudit fainéant !- cria la femme-, regarde ce que tu as fait ! Maintenant aucun des deux ne pourra manger.

Sur ce arriva le bûcheron, qui, lui, reconnut le roi, et pris de panique, il s'adressa à sa femme :

-Tais-toi ! Sais-tu que tu es en train de réprimander le roi d'Angleterre ?

La femme, horrifiée, se jeta aux pieds du roi en le suppliant de la pardonner, mais celui-ci la fit se relever et répliqua :

-Vous avez parfaitement raison de me réprimander. J'ai dit que j'allais surveiller les galettes et je ne l'ai pas fait. Lorsque quelqu'un accepte un devoir, important ou non, il doit l'accomplir.

Willy Brandt

Une fois, celui qui serait chancelier allemand et prix Nobel de la Paix, Willy Brandt, fut invité, alors qu'il était maire de Berlin Ouest, à visiter le grand auditorium Mann de

Tel Aviv. Brandt exprima sa reconnaissance et son admiration envers le peuple d'Israël d'avoir dédié un superbe auditorium au grand écrivain allemand Thomas Mann. L'amphitryon corrigea aimablement son invité, en lui indiquant que l'auditorium avait été nommé en honneur d'un certain Frederic Mann, de Philadelphie.

-Cet homme, qu'a-t-il écrit ? –demande Brandt.

-Un chèque –fut la laconique réponse.

Le « conseil » de Samuel Goldwyn

Durant une mauvaise passe, l'écrivain de théâtre nord-américain Michael Arlen alla à New York en 1994. Il fit une visite au fameux restaurant 21 afin de noyer ses peines. Il rencontra au bar Samuel Goldwyn, qui lui donna un conseil assez stupide : de se consacrer aux courses de chevaux. Après avoir pris congé, il vit Louis Mayer, une vieille connaissance, qui l'interrogea à propos de ses plans pour le futur.

-Je viens de parler avec Samuel Goldwyn –commenta Arlen, dubitatif.

-Ne m'en dis pas plus. Combien il t'a proposé ? –coupa brusquement Mayer.

-Pas assez. –répondit évasivement Arlen.

Accepterais-tu 15.000 dollars pour trente semaines ? –demanda Mayer.

Cette fois-ci, il n'y eut pas de doutes : la réponse fut « oui ».

La pauvreté de Balzac

Une nuit, durant la pauvre époque d'Honoré de Balzac, un voleur s'introduisit dans son appartement et se mit à l'œuvre, essayant de forcer la serrure du bureau. Il était totalement absorbé par sa tâche lorsqu'il entendit un rire sarcastique provenant de la chambre. C'était Balzac, qui aurait normalement du être en train de dormir.

-De quoi riez-vous ? –demanda le voleur.

Je ris parce que cela m'amuse de voir le risque que vous courez en entrant ici, en pleine nuit, essayant de trouver de l'argent dans un endroit où le légitime propriétaire ne réussit pas à trouver une pièce en plein jour.

Léon Tolstoï

Lors de ses dernières heures, de nombreux compagnons de Tolstoï essayaient de convaincre ce dernier, sans succès, qu'il se réconcilie avec l'Église orthodoxe russe, ce qu'il refusait de toutes ses forces.

Même dans les ombres de la vallée de la mort –disait Tolstoï- deux plus deux ne font pas six.

Caton

Un soldat se présenta face à Caton, tremblant de peur, en lui disant qu'il avait eu un signe qui indiquait de mauvais augures.

-Qu'est-ce qu'il t'est arrivé ? –demanda Caton.

Cela a été très étrange : pendant que je dormais, un mulot a rongé ma sandale. C'est quelque chose de terrible et un signe de mauvais présages.

-N'aie pas peur –répondit Caton, apparemment sérieux-, c'est un fait absolument normal. Cela aurait réellement pire que ta sandale dévorât le mulot.

Chrétiens ?

En 1948, lors de la guerre qui opposait les juifs d'Israël à leurs voisins arabes, l'ambassadeur nord-américain Warren Austin déclara face aux Nations Unies que les deux peuples devaient chercher des voies de solution pacifique à leurs problèmes « comme de bons chrétiens ».

Héros

Lorsque le roi de Perse, Xerxès, marchait contre la Grèce, un général grec, Argesilao, s'infiltra dans ses rangs. Déguisé en soldat perse, il assassina le noble Mardonios.

Capturé et attaché, il fut amené en présence de Xerxès, qui lui demanda pourquoi il l'avait fait.

-Je pensais que c'était toi que je tuais, Xerxès, ennemi des grecs -répondit le général.

Face à une telle audace, Xerxès donna l'ordre de torturer le général afin qu'il révélât les plans de son armée.

Argesilao, devant ses bourreaux, mit une de ses mains dans le feu, et l'y laissa jusqu'à ce qu'elle fut totalement brûlée, sans émettre une seule plainte de douleur, et sans montrer aucune grimace de souffrance sur son visage. Ceci fait, il se tourna vers Xerxès et, provocant, lui dit :

-N'importe quel général grec l'aurait fait, car aucun de nous ne dira jamais quelque chose qui puisse profiter à l'ennemi.

Et ensuite, afin de démontrer ses paroles, il introduisit son autre main dans le feu.

-Arrête !- s'exclama Xerxès, étonné par une telle démonstration de courage-. Retire cette main du feu, car ton courage m'a ému. Va rejoindre les tiens, puisqu'un homme aussi courageux que toi ne tardera pas longtemps à tomber de nouveau entre nos mains.

Isaac Newton

Isaac Newton fut élu membre du parlement britannique en 1689. Il occupa son siège pendant de longues années, bien qu'il n'intervînt jamais. Une fois, Newton se leva durant une session, et un grand silence se fit afin d'écouter ses paroles. Newton demanda seulement que l'on fermât une fenêtre ouverte, parce qu'il y avait beaucoup de courants d'air.

Galien et le rire

Galien, un des médecins les plus célèbres de l'antiquité, fut requis pour traiter la femme d'un aristocrate romain. Son docteur habituel lui avait administré des herbes pour soigner un mal supposé, mais la femme ne ressentait aucune amélioration.

Galien lui prit le poignet et, tandis qu'il prenait le pouls, mentionna par hasard le nom d'un acteur que l'on associait à la femme dans les commérages du peuple. En entendant son nom, le pouls s'accéléra subitement. Alors, Galien se pencha et lui murmura quelque chose à l'oreille qui la fit longuement éclater de rire. Le rire marqua le début de son rétablissement, et constitue un des premiers exemples documentés du traitement psychiatrique de maladies psychosomatiques.

Les mathématiques de von Neumann

John von Neumann (1903-1957) avait l'habitude d'écrire sur le tableau les solutions des problèmes qu'il posait. Les étudiants, évidemment, lui demandait comment résoudre le problème, la solution ne leur suffisant pas.

Une fois, un d'eux essaya de se montrer plus diplomate, et au lieu de lui demander directement comment se résolvait le problème, lui dit :

-Professeur, ce problème pourrait-il se résoudre d'une autre manière ?

Laissez-moi penser... Oui !

Et il continua d'écrire des solutions sur le tableau.

La prochaine fois que quelqu'un vous dit que sa parole vaut autant que son argent, prenez son argent. (Alec Douglas)

Nixon-Castro

En 1959 se célébra une rencontre entre l'alors vice-président des États-Unis , Richard Nixon, et le leader cubain Fidel Castro. Comme on s'y attendait, la rencontre fut un désastre complet.

On raconte que juste avant de commencer la réunion, pendant que la délégation cubaine était en train d'attendre, un fonctionnaire américain entra en déclamant avec fierté :

-Je vous présente M. X, responsable des affaires cubaines.

Ce à quoi Castro répliqua :

-Et moi qui pensait que le responsable des affaires cubaines, c'était moi !

Bismarck

Lorsque le chancelier allemand commença à développer un cancer, sa femme appela un jeune médecin afin qu'il l'examinât.

Je n'aime pas les questions ! –fut la réponse que donna Bismarck au docteur quand celui-ci commença à s'enquérir de ses indispositions.

Eh bien cherchez-vous un vétérinaire ! –lui répondit le docteur sans sourciller-. Eux ne posent pas de questions à leurs patients.

Insultes ingénieuses

Une fois, George B. Shaw, qui ne supportait pas Churchill, lui envoya deux invitations pour voir une de ses premières. Il indiquait dans la note : « L'une des invitations est pour vous, et l'autre est pour un de vos amis, si vous en avez ».

Sans perdre la contenance, Churchill s'excusa en indiquant qu'il lui était impossible d'assister à la première, et s'il était possible de disposer d'invitations pour la deuxième soirée, « si il y en a une ».



Cicéron, un des plus célèbres orateurs de l'histoire, était souvent attaqué à cause de son origine plébéienne. Il eut une fois pour adversaire le noble romain Nepos, qui lui demanda en permanence durant tout son discours :

-Après tout, qui est ton père ?

Après avoir patiemment écouter comment cette question surgissait sans cesse, Cicéron, finalement, interrompit le romain pétri d'orgueil avec les paroles suivantes :

Ta mère a fait que, pour toi, il soit difficile de répondre à cette question.

*

George B. Shaw, à cause de son esprit subtil et satyrique, se créa de nombreux ennemis parmi la haute société britannique. Une fois, un jeune *lord* lui demanda :

Monsieur Shaw, votre père étant un modeste tailleur irlandais, comment ne l'êtes-vous pas vous-même ?

Ce à quoi répondit rapidement Shaw :

Excusez-moi, mais je crois que le même doute m'assaille : votre père étant un parfait gentleman, comment ne l'êtes-vous pas vous-même ?

*

Lors d'une des réceptions de la Commonwealth, caractérisée par le *glamour* et la présence de hauts dignitaires des pays membres, le chef du protocole s'approcha de Churchill, et lui commenta, à l'oreille, qu'il avait vu comment un des illustres invités cachait dans sa poche une salière en argent. Churchill, rapidement, cacha dans sa poche la poivrière correspondante.

A la fin du dîner, Churchill s'approcha de l'invité voleur et murmura :

- Oh, monsieur, ils nous ont vus. Je crois que nous ferions mieux de remettre les deux salières à leur place.

*

Alors que Goethe et Beethoven étaient ensemble, en train de se promener, Goethe fit un commentaire, gêné par les incessants saluts que les passants lui adressaient.

-Ne vous inquiétez pas, Excellence -lui répondit Beethoven-, les saluts étaient peut-être pour moi.



Oscar Levant, pianiste et ami intime de George Gershwin, se plaignit une fois du fait que lorsqu'ils voyageaient en train, Gershwin prenait toujours la couchette d'en bas, et que lui, par contre, devait se contenter de celle d'en haut.

-C'est inévitable, Oscar –répondit Gershwin-, c'est la différence entre le talent et le génie.

Sagesse

Ils demandèrent à Zénon d'Elée, disciple de Parménide et auteur du fameux paradoxe d'Achille et de la tortue, si les sages pouvaient tomber amoureux.

-Bien sûr que oui ! - répondit Zénon.

-Alors, les sages agissent comme les idiots et les sots ? -lui demandèrent-ils ?

-Pas du tout –répondit le philosophe-, les sots croient savoir pourquoi ils aiment, les idiots donnent mêmes leurs raisons, mais seuls les vrais sages savent qu'il n'y en a pas, que personne ne peut savoir pourquoi l'amour apparaît et pourquoi il disparaît.

Giotto et Dante

Quand il connut pour la première fois les fils de Giotto, l'artiste de la Renaissance, le poète italien Dante, fut surpris de leur laideur :

-Comment ! –s'exclama-t-il. Tu fais des personnages si magnifiques pour les autres, et cependant, les tiens sont si déformés.

Giotto, sans se troubler, répondit :

-Les personnages pour les autres, je les fais durant le jour.

Benjamin Franklin

Lorsque Benjamin Franklin était jeune, il commit une erreur dont il se rappellerait toute sa vie.

Il tomba fou amoureux d'un sifflet d'un magasin local. Son obstination était telle que lorsqu'il remplit enfin sa tirelire, il la cassa immédiatement et alla au magasin. Il entassa toutes les pièces sur le comptoir et demanda le sifflet, sans même demander combien il coûtait.

Il rentra ensuite chez lui, jouant allègrement avec le sifflet tout au long du chemin et à l'intérieur de la maison. Il était fou de joie, jusqu'à ce que sa mère et ses frères lui demandèrent combien lui avait coûté le sifflet ; lorsqu'ils entendirent l'in vraisemblable réponse, ils éclatèrent franchement de rire.

Le pseudonyme d'Asimov

Étant donné la similitude de styles entre Arthur C. Clarke et Isaac Asimov, on attribue fréquemment à ce dernier des œuvres du premier. Une des œuvres les plus célèbres de Clarke est *La fin de l'enfance*. Une fois, une jeune fille commenta à Asimov :

-Dr Asimov, franchement, je ne pense pas que *La fin de l'enfance* soit à la hauteur du reste de vos œuvres.

-Eh bien, ma chère –répondit Asimov-, c'est pour cela que je l'ai écrite avec un pseudonyme.

Remises de décorations

Durant la guerre franco-prusse de 1870, un prince germanique se plaignit auprès du chancelier Otto von Bismarck que la Croix de Fer, la plus haute décoration prussienne, était remise trop facilement à des personnes qui ne la méritaient pas.

-Excellence –répondit Bismarck-, ceci est inévitable. Vous devrez décorer un certain nombre de personnes même si c'est uniquement pour des motifs de convenance ou de protocole. Pensez qu'après tout, vous tout comme moi l'avons.

Humilité

Une fois, pendant que Mahatma Gandhi montait dans un train, une de ses sandales tomba sur la voie. Gandhi et ses accompagnateurs essayèrent de la récupérer, mais sans succès, car le train s'était mis en marche. A la surprise de tous, Gandhi, absolument calme, retira l'autre sandale et la jeta également sur la voie.

-Pourquoi as-tu fait cela ? –lui demandèrent-ils.

-Le pauvre homme qui trouvera la sandale jetée sur la voie –répondit-il- aura ainsi une paire qu'il pourra maintenant utiliser.



Tycho Brahe, un des plus célèbres astronomes de tous les temps, mourut d'« excessive éducation ».

L'astronome avait oublié d'aller aux toilettes, avant un long banquet offert par le baron de Rosenberg, et ses bonnes manières l'empêchèrent de s'absenter durant ce dernier. Le banquet se fit interminable, et sa vessie, finalement, éclata littéralement, lui causant une infection qui le tua en deux semaines.

Jorge Luis Borges

Durant l'époque de la dictature péroniste, en Argentine, l'écrivain Jorge Luis Borges refusa d'accrocher dans son bureau un portrait du dictateur. Ceci motiva son expulsion de l'Association d'Écrivains. Une nuit, un ardent péroniste appela chez lui et menaça la mère de Borges de la tuer elle ainsi que son fils.

Bien, monsieur –lui répondit-elle-, si vous voulez tuer mon fils, c'est très facile : ils sortent tous les jours de son bureau à huit heures du matin et vous n'avez juste qu'à l'attendre. Quant à moi, j'ai déjà quatre-vingts ans et si vous voulez me tuer, il vaut mieux que vous fassiez vite, il se peut que je meure avant.

CITATIONS, PROVERBES ET PENSÉES

Action

L'homme qui dit « on ne peut pas le faire » sera surpris par celui qui le fera. (Anonyme)

*

Il vaut mieux agir en s'exposant à le regretter, que regretter de n'avoir rien fait. (Boccace)

Joie

Si nous exagérions nos joies telles que nous le faisons avec nos peines, nos problèmes perdraient beaucoup de leur importance. (Anatole France)

Amitié

Un ami est quelqu'un avec qui on peut ne rien faire et passer un bon moment (anonyme)

*

Acceptez une faveur d'un ami, c'est lui en faire une autre. (John C. Collins)

*

Si tu veux trouver où que ce soit amitié, douceur et poésie, emmène-les avec toi. (George Duhamel)

*

Est mon ami celui qui m'aide, non celui qui me plaint. (Thomas Fuller)

✱

Un ami est une personne qui sait tout de toi et qui t'aime malgré tout. (Elbert Hubbard)

✱

Les amis : une famille dont les individus se choisissent à volonté. (Alphonse Karr)

✱

Dieu me livre d'inimitiés d'amis ! (Lope de Vega)

✱

Les vrais amis doivent se fâcher de temps en temps. (Louis Pasteur)

✱

Une personne ne se fait pas d'amis : elle les reconnaît au fur et à mesure qu'elle les rencontre. (Isabelle Paterson)

✱

Il y a peu de liens d'amitié qui ne puissent être coupées par la chevelure d'une femme. (Santiago Ramón y Cajal)

✱

Savez-vous que lorsqu'une personne est amie de soi-même, elle l'est également de tout le monde. (Sénèque)

✱

Je ne pense pas que les amis soient nécessairement les gens qui te plaisent le plus, ce sont simplement les gens qui furent là en premier. (Peter Ustinov)

*

Si nos amis nous font des faveurs, nous pensons qu'ils nous les doivent à titre d'amis, mais nous ne pensons pas qu'ils ne nous doivent pas leur amitié. (Marquis de Vauvenargues)

*

N'importe qui peut sympathiser avec les peines d'un ami ; sympathiser avec ses succès requiert une nature très délicate. (Oscar Wilde)

Chute

L'homme qui se relève est encore plus grand que celui qui n'est pas tombé. (Concepción Arenal)

*

Celui qui est en bas n'aura pas à craindre la chute. (John Bunyan)

*

Si tu tombes sept fois, relève-toi huit. (Proverbe chinois)

*

Tomber est permis ; se relever est obligatoire. (Proverbe russe)

Constance

Ceux qui renoncent sont plus nombreux que ceux qui échouent. (Henry Ford)

*

La constance est la vertu qui permet que toutes les autres donnent leur fruit. (Arthur Graf)

Le génie commence les grandes œuvres, mais seul le travail les termine. (Joseph Joubert)

*

Le talent est quelque chose de courant. L'intelligence ne manque pas, mais la constance oui. (Doris Lessing)

*

L'homme le plus lent, qui ne perd pas de vue l'objectif, va toujours plus vite que celui qui va sans poursuivre un point fixe. (Gotthold W. Lessing)

Démocratie

La démocratie, aussi bien nationale que sociale, a besoin de l'équilibre limpide des propres intérêts satisfaits. (G. Janner)

Argent

Je suis un homme de principes, mais un de mes principes est l'utilité. (Lloyd George)

*

Il y a lieu de soupçonner, de manière fondée, que celui qui pense que l'argent peut tout faire, sera capable de faire quoi que ce soit pour de l'argent. (Benjamin Franklin)

*

La magnitude des sommes d'argent peut varier d'une façon notable, selon qu'elles doivent se payer ou s'encaisser. (Aldous Huxley)

✱

Il y a tant de choses plus importantes dans la vie que l'argent ! Mais elles sont si chères... ! (Groucho Marx)

✱

On appelle le chien qui a de l'argent monsieur le chien. (Proverbe arabe)

Lorsqu'il s'agit d'argent, tout le monde est de la même religion. (Voltaire)

Dissuasion

La dissuasion implique l'existence de pouvoirs, la volonté de les utiliser, et que l'adversaire sache que, si c'était nécessaire, nous ferions usage de ces derniers. (Abba Ebban)

Les âges de l'homme

Vieillir est le seul moyen de vivre longtemps. (D.F. Auber)

✱

Nous sommes encore jeunes durant l'âge mûr, mais avec beaucoup d'efforts. (Jean L. Banault)

✱

De mes bêtises de jeunesse, la seule chose qui me donne de la peine n'est pas de les avoir commises, sinon de ne pas pouvoir les commettre de nouveau. (Pierre Benoît)

L'homme naît sans dents, sans cheveux et sans illusions. Et il meurt pareil : sans dents, sans cheveux et sans illusions. (Alexandre Dumas)

*

On reproche souvent à la jeunesse de croire que le monde commence avec elle. C'est vrai. Mais la vieillesse croit encore plus souvent que le monde termine avec elle. Qu'est-ce qui est pire ? (C. Friedrich Keibel)

*

Nous désirons tous parvenir à la vieillesse, et nous nions tous que nous y sommes parvenus. (Francisco de Quevedo)

Ennemis

Consulte l'œil de ton ennemi, car c'est le premier qui voit tes défauts. (Antisthène)

*

Les inimitiés occultes et silencieuses sont pires que les ouvertes et déclarées. (Cicéron)

*

Qui n'a pas d'ennemis, n'a normalement pas d'amis non plus. (Baltasar Gracián)

*

Choisissez avec précaution vos ennemis. Assurez-vous qu'ils soient importants, car votre propre importance dépend d'eux. (Nahum Goldmann)

Erreurs

Si je vivais de nouveau ma vie, je commettrais les mêmes erreurs, mais plus rapidement. (Tallulah Bankhead)

*

Se tromper, et malgré cela, accorder de la confiance à son être intérieur ; c'est cela l'homme. (Gottfried Benn)

J'aimerais vivre éternellement, au moins pour voir comment, en cent ans, les personnes commettent les mêmes erreurs que moi. (Winston Churchill)

*

Les erreurs possèdent leur valeur, même si cela se produit seulement une fois ; toutes les personnes qui vont en Inde ne découvrent pas l'Amérique. (Erich Kastner)

*

L'homme qui ne commet normalement pas d'erreurs ne fait rien. (Edward J. Phelps)

Effort

N'importe quel effort résulte léger avec l'habitude. (Tite-Live)

L'homme se consacre à désirer à voix haute ce qu'il ne s'efforce jamais d'atteindre. (Noel Clarasó)

*

Maintiens vivante en toi la faculté de l'effort, en la soumettant tous les jours à un petit exercice gratuit. (William James)

Expérience

Le meilleur conseil le donne toujours l'expérience, mais il arrive toujours trop tard. (A. de la Houssaye)

✱

Une personne, jeune en années, peut être vieille en heures, si elle n'a pas perdu de temps. (Francis Bacon)

✱

Si nous pouvions vendre nos expériences selon ce qu'elles nous coûtent, nous serions tous millionnaires. (Abigail van Buren)

Bonheur

Tout avoir pour être heureux n'est en aucune façon une raison pour l'être. (J. Normand)

✱

Le secret du bonheur réside plutôt dans le fait de le donner que de l'attendre. (L.M. Normand)

✱

Le bonheur est une chose qui ne dépend pas de la position, sinon de la disposition. (J.G. Pollard)

Guerre

Il faut être deux pour faire la paix, mais pour faire la guerre, un seul suffit. (N. Chamberlain)

L'homme doit mettre fin à la guerre : Sinon, la guerre mettra fin à l'homme. (J.F. Kennedy)

✱

Lorsque les riches se font la guerre, ce sont les pauvres qui meurent. (Jean-Paul Sartre)

Faire

Le meilleur plaisir de la vie est de faire ce que les gens disent que tu ne peux pas faire. (Walter B. Geoth)

*

Il vaut mieux agir en s'exposant à le regretter, que regretter de n'avoir rien fait. (Boccace)

*

Les choses ne sont pas difficiles à faire, ce qui est difficile est de se mettre en situation de les faire. (Constantin Brancusi)

*

Un homme qui décide de faire quelque chose, sans penser à rien d'autre, surmontera tous les obstacles. (Giacomo Casanova)

Colère

Un sage colérique n'est plus un sage. (Talmud)

Justice

Le jury se compose de douze personnes choisies pour déterminer qui a le meilleur avocat. (Robert L. Frost)

*

L'homme juste n'est pas celui qui ne commet aucune injustice, sinon, celui qui pouvant être injuste, désire ne pas l'être. (Ménandre)

Jeunesse

La jeunesse sait ce qu'elle ne veut pas avant de savoir ce qu'elle veut. (Jean Cocteau)

*

Il vaut mieux gaspiller sa jeunesse que de rien en faire du tout. (G. Courteline)

*

Si la jeunesse est un défaut, c'est un défaut dont on guérit trop rapidement. (James R. Lowell)

Livres

Un bon livre est celui qui s'ouvre avec expectation et se ferme avec profit. (Louise M. Alcott)

*

Un foyer sans livres est comme un corps sans âme. (Cicéron)

*

L'auteur qui parle de ses propres livres est pire que la mère qui parle seulement de ses enfants. (Benjamin Disraeli)

*

Celui qui lit beaucoup et marche beaucoup voit beaucoup et sait beaucoup. (Cervantès)

*

Les livres ont leur orgueil : lorsqu'ils se prêtent, ils ne reviennent jamais. (Theodor Fontane)

*

Je trouve la télévision très éducative. Lorsque quelqu'un l'allume, je me retire à une autre pièce et je lis un livre. (Groucho Marx)

*

Il y a deux sortes d'écrivains géniaux : ceux qui pensent, et ceux qui font penser. (Joseph Roux)

Folie

Cinglé : on appelle ainsi l'homme aux idées neuves, jusqu'au moment où il a du succès. (Mark Twain)

*

Si les gens entendaient nos pensées, peu éviteraient d'être enfermés pour fous. (Jacinto Benavente)

*

Quand tout le monde est fou, être sage constitue une folie. (Paul Samuelson)

Méchanceté

Ce que les méchants font de pire est de nous obliger à douter des bons. (Jacinto Benavente)

*

Le monde n'est pas en danger à cause des personnes méchantes, sinon à cause de ceux qui permettent la méchanceté. (Albert Einstein)

*

N'importe quel fou peut jeter une pierre dans un lac, mais cent hommes sages ne peuvent pas la récupérer. (Proverbe grec)

*

On peut faire confiance aux mauvaises personnes, elles ne changent jamais. (William Faulkner)

*

Tout le monde est puissant lorsqu'il s'agit de faire du mal. (Fray Luis de León)

Mort

La naissance et la mort ne sont pas deux états différents, sinon deux aspects du même état. (Gandhi)

*

Tout comme je ne me suis pas préoccupé de naître, je ne me préoccupe pas de mourir. (Federico García Lorca)

Monde

Le monde est de celui qui naît pour le conquérir, et non de celui qui rêve qu'il peut le conquérir. (Fernando Pessoa)

*

Ne donnons pas au monde des armes contre nous, car il les utilisera. (Gustave Flaubert)

*

En fin de compte, dans ce monde, chacun a ce qu'il mérite. Mais seuls ceux qui atteignent le succès le reconnaissent. (George Simenon)

Père et fils

Nos parents nous gâchent la première moitié de notre vie ; la seconde, ce sont nos enfants. (Clarence S. Danow)

*

Le parents ont beaucoup à faire afin de compenser le fait qu'ils aient des enfants. (Friedrich Nietzsche)

Passé, présent et futur

La dépendance du futur est l'unique élément qui peut remplacer la dépendance du passé. (John Dos Passos)

*

Oublions ce qui fut déjà, car nous pouvons le regretter, mais non le modifier. (Tite-Live)

*

Le passé a fui, ce que tu attends est absent, mais le présent t'appartient. (Proverbe arabe)

*

Il y a un passé qui est parti pour toujours, mais il y a un futur qui nous appartient encore. (F.W. Robertson)

Journalisme et publicité

Une nouvelle est tout ce qu'une personne, quelque part, essaye de réprimer ; le reste sont des publicités. (Lord Northcliffe)

Politique

La conséquence de n'appartenir à aucun parti est que vous les gênez tous. (Lord Byron)

*

Un politique pense aux prochaines élections ; un homme d'état à la prochaine génération. (James F. Clarke)

Religion

Je m'oppose à toute superstition, qu'elle soit musulmane, chrétienne, juive ou bouddhiste. (Bertrand Russel)

*

Le christianisme pourrait être bon si quelqu'un essayait de le pratiquer. (George B. Shaw)

*

Chacun interprète à sa manière la musique des ciels. (Proverbe chinois)

Richesse

La richesse est comme l'eau salée ; plus on en boit, plus on a soif. (Schopenhauer)

*

Il faut avoir l'appétit du pauvre afin de jouir de la richesse du riche. (Antoine Rivarol)

*

Il est moins désagréable de voir mendier un pauvre qu'un riche ; un panneau publicitaire est comme un riche qui mendie. (Anonyme)

Secrets

Si je sais quelque chose que tu ignores, tu sais que je ne peux pas te le dire, et si je ne sais pas quelque chose que tu ne sais pas non plus, tu ne voudras de toutes façons pas m'écouter. (Anonyme)

*

La vanité, produite par le fait que les autres sachent que l'on nous a confié un secret, est normalement un des principaux motifs pour le révéler. (Samuel Johnson)

*

Lorsqu'on révèle un secret, la faute est de celui qui l'a confié. (La Bruyère)

*

Si tu veux qu'une autre personne garde ton secret, garde-le toi-même. (Sénèque)

Être humain

Nous ne devons pas perdre la foi envers l'humanité, qui est comme l'océan : il ne se salit pas parce que quelques unes de ses gouttes sont sales. (Gandhi)

*

L'homme se croit toujours supérieur à ce qu'il est, et il s'estime moins que ce qu'il vaut. (Goethe)

Survivre

Le porc-épic est peut-être moins attractif qu'un lapin, mais il a plus de chances de survivre, et moins d'être ingéré. (Anonyme)

Tentations

Ne rends pas responsable la souris, sinon le trou dans le mur. (Talmud)

Travail et relations dans le cadre du travail

Il y a deux sortes de leadership. L'une consiste à aller au front et à diriger à partir de là ; l'autre à attendre de voir

où vont les gens, à faire rapidement le tour, et à se mettre à la tête. (Julius Bermann)

*

« Nous prions les directeurs de profiter des services de leurs secrétaires durant les premières heures de la matinée ». (Affiche sur le tableau d'annonces d'une compagnie d'assurances)

*

Si je gagne plus que toi, c'est une « différenciation ». Si tu gagnes plus que moi, cela constitue une « anomalie ».
(Anonyme)

*

Le risque calculé est un risque que calculent les ingénieurs, et que courent les pilotes. (Pilote anonyme de lignes aériennes)

Vie

Vous me demandez pourquoi j'achète du riz et des fleurs ? J'achète du riz pour vivre, et des fleurs pour avoir quelque chose qui me donne envie de vivre. (Confucius)

**PHRASES APPROPRIÉES
AUX SITUATIONS
DIFFICILES**

QUESTIONS BASIQUES A CONSIDÉRER

Parler avec tact

« Si seulement je m'étais tu ! ». Vous avez sûrement parfois pensé cela, après avoir donné une mauvaise réponse lors d'une situation difficile. Cela nous est arrivé à tous, nous ne sommes pas toujours préparés à dire ce qui est correct pour chaque situation. Parfois, nos réponses blessent les autres sans que nous ne soyons conscients de la cause.

Dans ce chapitre, nous vous montrerons comment éviter ces incidents. En suivant quelques règles simples, vous pourrez dire ce que vous pensez sans blesser les sentiments de vos semblables, de donner des nouvelles désagréables de la meilleure façon possible, et de répondre de manière affirmative dans des situations compromettantes.

Nous avons l'habitude de dire que tel ou tel sujet doit se traiter avec beaucoup de tact, mais personne ne nous a jamais appris en quoi cela consiste, et comment cela se fait. Le tact est la capacité de reconnaître la partie délicate d'une situation, et de dire ce qui est le plus approprié et réfléchi. Pour cela, il est nécessaire d'être sensible, de comprendre les autres et d'être capable de parler avec eux de manière affirmative sans qu'ils se vexent. Un peu d'ingéniosité et d'habileté sont également nécessaires afin qu'ils se sentent mieux après avoir parlé avec quelqu'un.

Si vous pensez que cela vous résulte difficile de communiquer avec les autres, continuez à lire, vous verrez qu'il est facile d'apprendre à « avoir du tact ». Vous devez seulement suivre les sept règles basiques pour sortir la tête haute des conversations difficiles.

Penser avant de parler

La première norme pour prévenir les « dérapages verbaux » est de penser les choses avant de les dire. Il est facile d'éviter un commentaire malheureux si vous pensez auparavant durant quelques secondes à ce que vous voulez

dire, et à comment vous allez le dire. Respirez un peu, et posez-vous les questions suivantes :

- ✓ Comment me sentirais-je si quelqu'un me disait cela ?
- ✓ Que veux-je obtenir à l'aide de mes paroles ?
- ✓ Quelle est la réponse que j'attends ?
- ✓ Mes attentes sont-elles raisonnables ?
- ✓ A qui profitera ce que je dirai ?
- ✓ Comment se sentiront les autres une fois que j'aurai parlé ?
- ✓ Mes commentaires sont utiles ou nuisibles ?

Dans la majorité des cas, il suffit de se mettre à la place de l'autre personne afin d'agir avec tact. Vos propres sentiments constituent la mesure pour calculer les possibilités de blesser son prochain. Si vous pensez que vous seriez gêné par ce que vous allez dire, vous pouvez être sûr que votre interlocuteur le sera également. Dans ce cas, reconsidérez vos paroles, et cherchez la meilleure manière de le dire.

Excusez-vous rapidement après vous être trompé

Nous nous trompons tous parfois ; lorsque cela se produit, vous devez réagir rapidement, souvenez-vous du vieux proverbe : « Se tromper est humain, et rectifier est l'œuvre des sages ». Tenez compte de la réponse de votre interlocuteur, de son langage verbal et corporel, et vous pourrez voir si vous avez dit quelque chose d'incorrect. Dans ce cas :

- ✓ Excusez-vous tout de suite.
- ✓ Reconnaissez votre erreur.
- ✓ N'essayez pas de donner une explication longue et compliquée, vous finirez certainement par aggraver la mauvaise impression causée.
- ✓ Excusez-vous de nouveau très humblement.
- ✓ Passez à un thème de conversation plus détendu.

Par exemple : une collègue de travail présente son mari à une amie, Marthe, et cette dernière dit : « Sarah, je pensais que ton mari était plus jeune ». Elle se rend tout de suite compte qu'elle a commis une erreur, l'expression de mécontentement de Sarah est évidente. Marthe peut sauver la situation en suivant les points suivants :

Pardon Sarah ! Je suis désolé, mais comme tu parles toujours de lui d'une façon si « juvénile », je supposais que c'était une jeune personne. Je n'imaginai pas que c'était un homme si distingué... Au fait, vous m'avez dit que vous aviez passé quelques jours en vacances. Qu'avez-vous fait ?

Converser n'est pas être en concurrence

Lors d'une conversation, personne ne doit se sentir gagnant ou perdant ; il ne s'agit pas d'être en concurrence, sinon de partager.

Certaines personnes aiment impressionner les autres, les acculer par leur verbosité excessive, jusqu'à ce qu'ils acceptent leur opinion comme étant la leur. Ces styles de conversation, si agressifs, impressionnent certainement... mais négativement. Après quelques conversations de ce genre, personne ne voudra renouveler l'expérience.

Converser, c'est débattre, échanger des informations, des opinions, des idées et des sentiments.

Si vous désirez converser avec tact, ne soyez pas agressif ; exposez vos idées et écoutez celles de votre interlocuteur respectueusement, c'est l'unique façon de converser.

Choisissez le moment approprié

Assurez-vous que la personne avec laquelle vous allez parler est disposée à vous écouter. Il n'y a pas de formule qui vous permettent de calculer quel est le meilleur moment ; en fait, il n'y a normalement pas de moment parfait. Contentez-vous du meilleur moment possible, ou du « moins compromettant », selon le cas.

Bien que nous ne sachions pas quel est le meilleur moment, nous savons quels sont les pires moments pour entamer une conversation :

- ✓ Lorsque nous sommes dans la rue ou entourés d'amis ou de collègues de travail.
- ✓ Le moment où l'autre vient d'arriver au travail.
- ✓ Peu après s'être levé, durant les premières heures de la matinée.
- ✓ Lorsqu'un des deux est fâché ou de mauvaise humeur.
- ✓ Lorsqu'il peut y avoir des distractions telles la télévision, le téléphone, les enfants, etc.
- ✓ Juste avant, pendant, ou juste après avoir fait l'amour.

Vous aurez plus de possibilités de succès si vous essayez de :

- ✓ Convenir un moment approprié aux deux personnes.
- ✓ Aller à l'essentiel, poser le problème sans détour.
- ✓ Ne pas insister pour obtenir un accord ou des réponses immédiates.
- ✓ Vous montrer disposé à écouter.

En définitive, il s'agit de comprendre l'autre personne, et de lui donner du temps afin qu'elle réfléchisse au sujet.

Concentrez-vous sur la conduite, non sur la personnalité

Une personne adulte possède déjà une personnalité complètement définie. Il est quasiment impossible que vous ou moi puissions la modifier. Par contre, nous pouvons obtenir que quelqu'un abandonne un comportement particulier. Il est plus facile de modifier des actions concrètes que les traits de caractère de la personne.

Essayez d'isoler les comportements concrets que vous désirez modifier ; de cette façon, vous ne mettez pas en cause

l'individu, sinon uniquement des actes concrets, mesurables et évitables.

Par exemple, si votre collègue de travail est très nerveux, vous ne pourrez pas « le transformer » en une personne tranquille, mais vous pouvez le convaincre de ne pas agiter compulsivement ses pieds sous la table.

Il peut également arriver qu'une personne de votre entourage soit excessivement perfectionniste, et corrige en permanence vos propos en signalant vos erreurs ou en ajoutant des détails aux histoires. Si cela vous résulte désagréable, parlez avec elle. La prochaine fois qu'elle vous corrige, dites-lui quelque chose ressemblant à :

Pouvons-nous parler un moment en privé ?
[...] Je sais que tu le fais pour mon bien, mais chaque fois que tu me corriges ou me contredis, je me sens idiot. Je sais que ce n'est pas ton intention, mais cela me résulte très embarrassant, et pas seulement pour moi, les autres le remarquent également, et cela les gênent. Pourrais-tu laisser tomber ces détails et, au moins, ne pas les corriger en public.

Découvrir les sentiments occultes

Souvent, le manque de tact est la conséquence de ne pas savoir interpréter les sentiments d'autrui. Par exemple, supposez que vous voulez monter une affaire et que lorsque vous l'expliquez à votre famille, ils vous disent que votre projet n'est pas digne d'une personne responsable. Ne commettez pas l'erreur de leur dire : « Occupez-vous de vos affaires, c'est mon argent et j'en fais ce que je veux ! »

Cette réponse est celle d'un enfant à la défensive. Pensez aux sentiments occultes de votre famille. Il est possible qu'ils veuillent vous protéger d'une erreur qu'ils commirent déjà auparavant. Ou peut-être que votre projet ne leur paraît pas assez solide pour que vous misiez tout sur cette carte.

Les hommes sont comme les poissons : ils n'auraient jamais de problèmes s'ils n'ouvraient pas la bouche. (Anonyme)

Une fois que vous aurez découvert les sentiments occultés dans cette opinion, vous pourrez répondre avec tact, sans que votre famille se sente offensée, et sans que vous paraissiez un enfant de mauvaise humeur. Essayez quelque chose comme :

J'apprécie votre opinion et votre conseil, mais je pense que vous êtes trop prudents sur ce thème. Avez quelque chose de plus à me dire à ce propos ?

Écouter la réaction

Nous nous laissons souvent emporter par notre désir de convaincre ou de maîtriser la conversation, et nous oublions ce que pense et éprouve l'autre personne.

Si vous prêtez attention aux réactions de votre interlocuteur, vous verrez s'il vous écoute attentivement et s'il comprend ce que vous voulez lui dire.

Beaucoup de malentendus apparaissent parce que nous ne faisons rien pour chercher à savoir si la personne qui nous écoute nous comprend.

A l'aide de ces sept normes basiques, votre capacité de communication augmentera considérablement. Répétez jusqu'à ce que cela devienne quelque chose de mécanique, et n'oubliez pas les points suivants :

- ✓ Soyez direct, courtois, et montrez-vous calme.
- ✓ Ne soyez ni rude ni agressif.
- ✓ Ne prenez pas mal les conseils que l'on vous donne, même si vous ne les avez pas demandés.
- ✓ Ne soyez ni paternaliste, ni supérieur ou sarcastique.

- ✓ Soyez conscient que nous n'avons pas tous le même niveau de vocabulaire, et que nous ne comprenons pas de la même manière les expressions familières.
- ✓ Ne faites pas d'insinuations ni d'attaques personnelles.
- ✓ Dites d'abord la partie fondamentale de votre message, ajoutez ensuite les détails nécessaires.
- ✓ N'attendez pas que les autres soient toujours d'accord avec vous, ou qu'ils tiennent compte de vos conseils.
- ✓ Prêtez attention aux sentiments occultes.
- ✓ Ne demandez à personne des changements impossibles.

DANS LE CADRE DES RELATIONS PERSONNELLES

Les relations personnelles sont très délicates, elles sont basées sur la confiance et requièrent du temps pour se développer. Un commentaire peu approprié peut anéantir une amitié naissante, déboucher sur une relation détériorée, ou rendre impossible toute possibilité d'y remédier. Le pire est, dans la majorité des cas, que nous n'avions aucune mauvaise intention. Au contraire, la plupart des « désastres communicatifs » que nous provoquons ont pour but d'aider notre prochain ou de résoudre le problème.

Il faut faire très attention à ce que l'on dit, parler ouvertement, et proposer nos suggestions aimablement.

Vous trouverez ci-après des situations habituelles entre amis, couples et membres de familles lors desquelles il est facile de blesser les sentiments des autres, et la meilleure manière de les résoudre. Pensez qu'il s'agit d'exemples assez courants, mais ne les considérez pas comme étant l'unique façon de traiter chaque thème. Vous devez adapter ces exemples à la situation particulière à laquelle vous devez faire face. Adaptez le vocabulaire à votre langage habituel, et surtout, soyez sincère.

Situations difficiles avec les amis

Un ami a besoin d'une aide professionnelle

Il se peut qu'un de vos amis ou une de vos amies traverse une mauvaise passe. Peut-être vous appelle-t-il sans cesse, vous demandant conseil et soutien, accablé par ses problèmes personnels. Vous voyez, impuissant, qu'il commet sans cesse les mêmes erreurs, sans être conscient du vrai problème.

Il est très naturel que notre premier pas, face à un problème quelconque, soit de rechercher l'aide d'un ami, mais tous les problèmes ne peuvent pas se résoudre simplement grâce à une amicale conversation. Il y a des questions qui peuvent uniquement se résoudre avec l'aide d'un professionnel.

Dans ce cas, le plus difficile est de convaincre l'autre qu'il s'adresse à un professionnel sans qu'il pense que nous nous montrons condescendants, trop critiques ou que, simplement, nous prétendons nous débarrasser de lui.

Les grecs, lorsqu'ils se réfèrent à un vrai ami, disent : « J'ai partagé le pain et le sel avec lui ».

Votre ami sera plus réceptif si vous transformez votre suggestion en une question à laquelle il répondra lui-même. Ne critiquez pas ses erreurs, et n'essayez pas de lui proposer une solution concrète. Commencez par exposer un bref résumé de la situation dont souffre votre ami, et posez-lui ensuite la question avec beaucoup de douceur. Faites attention à ces exemples :

J'ai le sentiment que tes problèmes font que tu sois très frustré et abattu. N'as-tu jamais penser à t'adresser à un professionnel, afin qu'il t'aide à trouver une solution ?

✱

Il est certain que tu es vraiment perdu avec X. Pourquoi n'essayes-tu pas d'y voir un peu plus clair, avec un thérapeute qui puisse te donner une aide professionnelle ? Je pense qu'il le ferait réellement mieux que moi. De plus, tu ne perds rien à essayer.

✱

Si tu es si inquiet et que tu ne sais pas quoi faire, pourquoi ne recherches-tu pas l'aide d'un professionnel ?

Si vous remarquez que votre ami a encore des doutes et vous dit quelque chose du genre :

Oh ! Je ne sais pas. L'idée d'aller voir un spécialiste me rend nerveux. On ne sait jamais ce qu'il va te demander ou ce qu'il voudra savoir de toi ! De plus, je ne pense pas être capable de raconter ces choses à un inconnu.

Vous pouvez lui répondre de la manière suivante, en faisant en sorte d'avoir un ton compréhensif :

Je comprends qu'une telle décision t'impressionne un peu, mais un bon spécialiste peut t'aider à regarder en toi et à arriver à tes propres conclusions. J'en connais un très bon avec qui tu seras, j'en suis sûr, très à l'aise. Pourquoi ne l'appelles-tu pas afin de considérer ce qu'il te dit ?

Vous êtes fâchés, quelqu'un a blessé vos sentiments

Un ami vous a-t-il déjà dit ou fait quelque chose qui vous a profondément gêné ? Il est certain que oui, mais vous

ne devez pas pour autant perdre une amitié précieuse selon d'autres aspects.

Lorsqu'un ami commet une erreur, vous devez lui dire avec précaution, il n'avait certainement pas l'intention de vous blesser. Votre ami n'était probablement pas conscient qu'il attaquait vos sentiments. Il pensait peut-être que son comportement ne vous offensait pas, ou il était convaincu que l'amitié qui vous unit lui permettait de faire ou de dire quoi que ce soit.

Lorsque vous éclairez la situation, soyez compréhensif, parlez calmement, sans détours superflus, et avec un ton de voix doux. Le dialogue pourrait être, plus ou moins, ainsi :

-Je veux que tu saches que cela m'a fait beaucoup de peine que tu aies... [dit ou fait ceci ou cela].

-Un moment ! Qu'est-ce que j'ai fait pour te gêner autant ? Rien. Ce que j'ai dit était seulement une plaisanterie...

-Il se peut que tu ne le fasses pas avec mauvaise intention, mais tu fais toujours des plaisanteries à propos de [...] devant des personnes. Cela me fait me sentir très mal, y compris fâché. Pourquoi n'essaierais-tu pas de dire des choses bonnes sur moi, au lieu de ces plaisanteries ?

-Bien sûr ! Je voulais juste être sympathique et amusant ; je ne savais que cela te gênait.

[Et vous pouvez trancher la question :] -Je sais bien que tu ne le faisais pas consciemment, c'est pour cela que je t'ai demandé de cesser de le faire. Mais ne faisons pas une montagne d'un grain de sable, d'accord ?

Un ami va divorcer

Que peut-on dire à un ami qui subit depuis des années un mauvais mariage, lorsqu'il décide enfin de divorcer ? Nous

n'allons évidemment pas lui exprimer notre joie, ni lui demander des détails scabreux, ni énumérer les défauts de son épouse.

Le plus probable est que cet ami éprouve alors un tourbillon d'émotions : depuis le soulagement, d'avoir mis fin à quelque chose de douloureux jusqu'à la dépression motivée par l'impuissance de ne pas avoir trouvé de solutions. C'est une situation très délicate qui requiert beaucoup de tact, et qui peut donner lieu à des commentaires que l'on puisse ensuite regretter.

Voyons une liste de ce que vous ne devez pas dire :

- ✓ Nous pensions tous que vous formiez le couple parfait. Que s'est-il passé ?
- ✓ Je pensais que ton mariage, c'était pour toujours. Pourquoi vous êtes-vous séparés au premier problème ?
- ✓ Je ne peux pas y croire ! Votre ménage, si solide, et c'est fini...
- ✓ J'attendais de voir pendant combien de temps tu tiendrais en réprimant tes sentiments.
- ✓ Qui demanda le divorce ?
- ✓ Il y a une autre personne ?
- ✓ Qu'a dit la famille ?

Il est difficile de trouver les mots appropriés à un tel moment, mais vous pouvez dire :

- ✓ Je suis franchement désolé que cela se soit terminé ainsi.
- ✓ Un divorce est très difficile, mais tu le surmonteras. Tu es un survivant.
- ✓ Comment te sens-tu ?

Vous voulez aller au-delà de l'amitié

Une des situations les plus délicates qui peuvent se produire dans le cadre d'une amitié est qu'une des deux

personnes désire passer à une relation plus « romantique ». Il est difficile d'évoquer ce changement sans avoir l'air d'un idiot et sans gêner l'autre.

Une multitude de questions surgissent : éprouvera-t-elle la même chose que moi ? Est-ce une bonne idée de tomber amoureux d'une amie ? Quels risques cela présente ?

Un changement de cette sorte peut être un grand succès. Si tout va bien, l'union de l'amitié et de l'amour donnera pour résultat un couple parfait. Cependant, si la chose ne fonctionne pas, vous ne pourrez peut-être pas sauver l'amitié.

Pour plus de sécurité, il vaut mieux, avant de dire quoi que ce soit, réfléchir sincèrement à la nature de vos sentiments et aux possibilités de cette relation. Si vous n'avez pas de réponse claire, il vaut mieux en rester à l'amitié. Si, au contraire, vous pensez qu'il existe la possibilité que cette relation fonctionne, essayez de dire quelque chose ressemblant à :

Tu sais que je suis sorti avec d'autres personnes, mais je ne me sens aussi bien qu'avec toi. Ce que je veux dire, c'est que j'aimerais que nous soyons plus que des amis.

*

Je me suis rendu compte que nous nous amusons beaucoup lorsque nous sommes ensemble, je me sens très bien avec toi, mais j'aimerais que nous sortions seuls plus souvent. Tu me plais beaucoup, et je pense que nous devrions être plus que des amis.

*

Je ne suis pas sûr que ce soit une bonne idée de te dire cela, mais mes sentiments envers toi ont changé depuis un certain temps. Je veux être plus qu'un ami pour toi.

SITUATIONS DIFFICILES DANS LE COUPLE

Expliquer un secret

Révéler un aspect obscur de notre vie n'est pas facile, principalement parce que nous ne savons pas comment réagira l'autre personne. Il se peut que votre secret fasse qu'elle se mette en colère, ou qu'il blesse ses sentiments. Il est possible également qu'elle se montre compréhensive et qu'elle y accorde peu d'importance, ou qu'elle se propose afin de vous aider à résoudre le problème.

*Lorsqu'on révèle un secret, la faute est de celui qui l'a confié.
(La Bruyère)*

Avant de considérer le problème de parler de votre secret, il est conseillé de se poser quelques questions. Pensez aux possibles conséquences de ce que vous allez dire, et dans quelle mesure cela peut affecter votre relation dans le futur. Certains des secrets que nous gardons si jalousement ne sont que des vestiges du passé, et votre partenaire peut le comprendre ainsi. Pensez si cela vaut réellement la peine de le dire, ou, comme c'est quelque chose qui appartient au passé, de l'omettre. De toutes façons, soyez conscient que si votre partenaire l'apprend d'une autre forme, cela peut lui faire du mal. Certains secrets sont plus importants et plus nuisibles que d'autres, lisez cette liste :

- ✓ Contracter le sida ou une maladie sexuellement transmissible.
- ✓ Avoir été victime de mauvais traitements dans le passé.
- ✓ Les problèmes avec l'alcool ou les drogues.
- ✓ Avoir une maladie mentale ou un handicap physique.
- ✓ Être ruiné.
- ✓ Avoir été arrêté une fois.
- ✓ Avoir été en prison.

De tels secrets sont difficiles à expliquer. Si vous avez une quelconque maladie contagieuse, il est fondamental de prévenir sa ou son partenaire comme mesure de prévention, et pour le bien de la relation. Lorsque nous désirons maintenir une relation sérieuse et stable, il faut être très sincère et parler ouvertement des problèmes, quels qu'ils soient.

Quant à comment le dire, il est important de trouver un moment approprié, lors duquel les deux personnes puissent parler calmement et en privé. Vous commencez par dire :

Je dois te dire quelque chose très difficile et très désagréable.- J'ai un herpès qui apparaît et qui disparaît. Ce n'est rien de très grave, mais c'est très gênant. Je voulais te le dire, tu as le droit de le savoir avant que notre relation ne devienne plus intime. Je comprendrais que tu veuilles y mettre fin maintenant.

Rappelez-vous que la sincérité est normalement un élément en faveur de celui qui se confesse. Voyons différentes manières de commencer à parler de vos secrets :

- ✓ Maintenant que nous commençons à nous connaître, il y a quelque chose que je t'ai toujours caché, mais je veux que tu saches que...
- ✓ Je suis en train de suivre un traitement parce que je fus victime de mauvais traitements durant mon précédent mariage. Je suis encore en train d'apprendre à canaliser ma colère et mes peurs.
- ✓ J'ai été alcoolique et toxicomane. J'ai cessé de l'être il y a cinq ans ; cela n'a pas été facile, mais je n'ai jamais rechuté.
- ✓ Je fus totalement ruiné une fois, mais maintenant, ma situation financière est très solide.
- ✓ On me diagnostiqua un cancer de la peau il y a six ans. J'ai suivi le traitement et il faiblit, mais je pensais que tu devais le savoir.

- ✓ Je consommait beaucoup de drogues et d'alcool.
- ✓ Ils m'expulsèrent du lycée à seize ans, mais j'étudiai de nouveau jusqu'à obtenir le diplôme du baccalauréat.
- ✓ Je fus un certain temps en prison.
- ✓ Je me suis marié et j'ai divorcé trois fois.
- ✓ Ils abusèrent de moi étant petit.

Beaucoup de personnes ont peur de perdre la personne aimée s'ils lui révèlent leur secret ; de fait, cela arrive parfois, mais pensez qu'une relation ne peut se baser sur des secrets et des vérités occultes.

Prenez en considération les sentiments de votre partenaire, donnez-lui l'occasion d'exprimer ce qu'il ou elle éprouve, et proposez-lui de dissiper tous les doutes qui pourraient lui venir à l'esprit. Essayez de dire :

Maintenant que tu connais mon secret, veux-tu que nous en parlions ? Comment te sens-tu après ma confiance ?

Prenez néanmoins quelques précautions :

- ✓ Il vaut mieux ne pas révéler certains secrets. Ne vous sentez pas sous pression, décidez ce que vous pensez être le mieux pour votre partenaire et pour vous-même.
- ✓ En cas de doute, gardez le secret jusqu'à ce que vous connaissiez mieux votre partenaire.
- ✓ Vous n'êtes pas obligé de révéler quoi que ce soit de votre passé sentimental ou sexuel au début d'une relation.
- ✓ Si vous vous sentez coupable de quelque chose, parlez d'abord en privé avec un représentant de votre église ou avec un psychologue. Cela vous servira d'orientation et d'aide pour en parler avec votre partenaire.

Rompre une relation

Imaginez un couple : cela fait deux ans qu'ils sortent ensemble, et ils ont parlé, parfois, de se marier ou de vivre ensemble dans le futur.

Au début, leur relation était très passionnée, mais dernièrement, elle s'est beaucoup refroidie. Ils ont parlé de la situation, mais sans arriver à proposer une séparation.

Elle veut rompre parce qu'elle ne voit pas que la relation ait un futur, bien qu'il lui plaise beaucoup, et lui, pour sa part, adore faire l'amour avec elle. Ils sont tous deux enfermés dans une situation reflétée par un vieux proverbe : « On connaît ce que l'on a, on ne sait ce que l'on aura ».

Rompre une relation est toujours difficile, mais on ne peut pas la maintenir dans un état d'« hibernation » non plus. Lorsqu'on veut en finir avec un partenaire, il faut donner une brève explication, et laisser bien clair que la responsabilité est partagée.

Vous pouvez utiliser certains de ces exemples :

Cela ne m'est pas facile de te dire cela, mais notre relation ne progresse pas comme je désirais. Nous avons des valeurs et des goûts très différents.

*

Nous ne sommes pas aussi bien qu'avant. Nous terminons toujours par nous disputer et cela n'est bon pour aucun de nous deux. J'ai essayé que cela fonctionne, mais quelque chose ne tourne pas rond. Je crois que c'est le moment de nous séparer.

*

Nous avons des attentes différentes de cette relation. Je suis sûre que tu seras plus heureux avec une autre femme. Je crois que le mieux pour toi est de commencer à sortir avec d'autres personnes.



Si votre partenaire vous propose : « Penses-tu que nous pourrions continuer à être amis ? », répondez : « Bien sûr, pourquoi pas ? Je suis sûr que nous entendrons mieux en tant qu'amis ». De toutes façons, pensez que, dans la majorité des cas, lorsque cela se termine, c'est fini, et c'est normalement mieux comme ça...

Demander le mariage

Lorsque cela fait un certain temps qu'un couple a une relation, il semble qu'une petite voix intérieure dise : « Je veux me marier avec cette personne ». Cela signifie que vous êtes déjà en train de vous préparer à accepter l'idée du mariage. Il faut alors uniquement se décider à le demander, et attendre la réponse.

C'est un moment important, et vous ne devez pas permettre qu'une mauvaise proposition ne le gâche. Il est fondamental de bien choisir ses mots. Ne dites jamais :

- ✓ Veux-tu que nous nous fiançons ? Si tu m'aimes réellement, tu te marieras avec moi.
- ✓ Nous allons essayer, et on verra bien.
- ✓ Marie-toi avec moi, ou je chercherais quelqu'un d'autre.
- ✓ Ma mère est fatiguée que je vive avec elle chez elle, marions-nous.
- ✓ Mon conseiller fiscal dit que j'aurai une bonne réduction si je me marie avant le 31 décembre. Qu'en penses-tu ?
- ✓ Rendons officielle notre relation. Un certificat de mariage est seulement un papier, et cela ne modifiera pas nos sentiments.

Comment proposer le mariage

Si vous désirez vous marier avec votre partenaire, vous devrez faire votre proposition d'une manière romantique. Cherchez le lieu, le moment et la situation appropriés, et dites :

- ✓ Je ne peux pas vivre sans toi. Veux-tu te marier avec moi ?
- ✓ Je t'aime et je veux vivre avec toi le reste de ma vie. Veux-tu te marier avec moi ?

Comme vous pouvez voir, il s'agit d'aller à l'essentiel, mais sans oublier le romantisme. De toutes façons, cela ne vous garantit pas que le mariage fonctionne bien, ni même que l'on accepte votre proposition. Mais, au moins, vous aurez fait bonne impression.

Annuler le mariage

Le mariage divise en deux ta tristesse, double tes joies et quadruple tes frais. (G.K. Chesterton)

Vous vous êtes déjà fiancés, mais vous n'êtes pas sûr que ce mariage soit une bonne idée. Vous pensez que les fiançailles sont une période de connaissance mutuelle et une étude de compatibilité. Si quelque chose va mal, il vaut mieux que vous annuliez le mariage.

L'annulation fera évidemment du mal à beaucoup de personnes, mais cela sera toujours mieux que de vivre un mariage malheureux. Lisez ces quelques façons de soumettre l'annulation :

J'ai quelque chose d'important à te dire. Je sais que cela va être très dur pour toi et je suis désolée de devoir le faire. Je pense que nous commettrions une grande erreur si nous nous mariions.

On vous répondra peut-être : « Une grande erreur ? Je n'arrive pas à croire ce que tu dis ! A quoi penses-tu ? ». Vous pouvez alors dire :

Cela fait des semaines que j'y pense et je suis arrivée à la conclusion que nos valeurs et nos goûts sont trop différents pour que nous envisagions le mariage. Ce fut une erreur d'accepter ta proposition. Je dois rompre nos fiançailles. Je suis franchement désolée.

Si l'on vous réplique alors : « Tu es désolée ? Et que vais-je dire maintenant à ma famille ? », répondez sereinement :

Je sais que c'est dur pour toi, mais je ne vais pas me marier. Personne n'est coupable. Nous ne serons jamais heureux ensemble.

Si l'on vous dit : « Pourquoi acceptas-tu alors lorsque je te le demandai ? », répondez sincèrement :

Je pensais que je t'aimais suffisamment pour pouvoir nous marier, mais j'étais dans l'erreur.

Demander le divorce

La décision de mettre fin à un mariage est une des plus dures ; douleur, confusion et peur se mêlent dans l'esprit de celui qui passe un moment critique. Communiquer cette décision au conjoint suppose une charge émotionnelle gigantesque. Étant donné son importance, il est nécessaire de préparer ses mots, Faites un petit résumé de ce que vous voulez dire. Répétez à voix haute, écoutez-vous.

Si vous craignez une réaction très violente, cherchez un lieu public, et dites quelque chose ressemblant à :

C'est très pénible pour moi de te dire ceci, mais j'y ai beaucoup pensé. Je veux que nous nous séparions. Notre ménage ne fonctionne plus, et je veux le divorce. Nous devons discuter des détails, et je suis sûr que nous arriverons à un accord à l'amiable, mais il vaut mieux que nous laissions cela pour plus tard.

*

J'ai décidé que je voulais rompre. Ce n'est la faute de personne. Cela ne fonctionne plus, simplement, nous sommes tous deux responsables. Je vais demander le divorce et nous verrons les détails plus tard.

Il est possible que votre conjoint refuse d'accepter les faits et vous réponde : « Que vont penser les gens ? Que va-t-il se passer avec les enfants ? Mes parents vont piquer une crise ! » Répondez ainsi :

J'y ai beaucoup réfléchi, et je suis résolu. Ce que pensent les gens, c'est leur affaire, et cela ne m'intéresse pas. Cela nous concerne nous et les enfants ; cela ne va pas être facile, mais nous nous en sortirons.

Expliquer le divorce à un enfant

Un divorce peut être traumatique pour un enfant. Les parents doivent essayer de le protéger, mais sans tenter de le tromper.

Tous les experts sont d'accord pour dire que les parents doivent expliquer tous les deux la situation aux enfants. Ils doivent être sincères et donner des explications simples, que l'enfant puisse comprendre.

Quelque chose qui ressemble à :

Lorsque ton père [ou ta mère] et moi nous sommes mariés, nous nous aimions beaucoup. Nous avons été heureux, surtout lors de ta naissance, mais tout cela a changé. Notre famille fonctionna très bien pendant un temps, mais nous nous disputons trop dernièrement. Nous sommes tous les deux très malheureux en vivant ensemble. C'est pour cela que nous pensons qu'il vaut mieux que nous nous séparions. Si nous divorçons, nous ne devons pas vivre ensemble plus longtemps.

Ne transmettez pas aux enfants votre souffrance. Et insistez réellement sur le fait qu'aucun des deux n'est en train de l'abandonner.

Bien que nous ne vivions plus ensemble, votre père et moi vous aimerons toujours, nous continuerons à vous voir et à être vos parents.

Lorsque cette situation se produit, les enfants ont beaucoup de doutes concrets auxquels il faudra répondre clairement :

- ✓ Que va-t-il se passer avec moi ?
- ✓ Avec qui est-ce que je vais vivre ?
- ✓ Où est-ce que je vivrai ?
- ✓ Qui s'occupera de moi ?
- ✓ Est-ce que je verrai toujours mes grands-parents ?
- ✓ Qu'est-ce que je peux dire à mes amis et à mes professeurs ?

Vous devez vous préparer à leur donner des réponses appropriées et à les soutenir émotionnellement.

Si passé un certain temps l'enfant ne surmonte pas la situation, vous devrez envisager de faire appel à une aide professionnelle.

SITUATIONS DIFFICILES DANS LE CADRE DU TRAVAIL

Demander une augmentation

Avant de vous présenter face au chef, afin de lui demander une augmentation de salaire, rappelez-vous que vos problèmes économiques ne le concernent pas.

Vous devez être préparé afin d'obtenir une augmentation de salaire. Vous devez exposer des exemples concrets de votre travail, et être parfaitement sûr de ce que vous allez dire.

Cinglé : on appelle ainsi l'homme aux idées neuves, jusqu'au moment où il a du succès. (Mark Twain)

Choisissez un moment de tranquillité, essayez que personne ne vous interrompe durant une dizaine de minutes. Entrez dans le bureau du chef et dites :

Je désire vous parler de mes apports au département. J'ai obtenu il y a peu de temps [tel ou tel contrat ou profit] pour l'entreprise, mais je suis capable de faire mieux. Je sais que de nombreux changements sont en train de se produire au sein de ce département, et j'aimerais assumer plus de responsabilités. Qu'en pensez-vous ?

Si ce que vous voulez est une augmentation rapide :

Je désire parler avec vous à propos d'une augmentation. Je fais un bon travail, et nous

savons tous deux que mes tâches actuelles sont supérieures à celles décrites pour mon poste. Pour ces raisons, je désire que mon travail et mon salaire soient reconsidérés.

Supposons qu'il vous réponde : « D'accord, combien voulez-vous ? ». Soyez alors prêt à dire une quantité concrète.

La quantité de X de l'heure [ou par mois ou par jour] serait appropriée. C'est ce qu'il se paye dans l'industrie aux personnes qui occupent mes fonctions.

Les objections du chef

Votre chef sera sûrement également préparé à cette situation, il est possible qu'il vous dise : « Vous voulez une augmentation parce que vous n'avez pas assez d'argent ! Nous ne pouvons pas donner de l'argent, ainsi, à ceux qui nous le demandent, sans plus ! ». Répondez ainsi :

Je sais que le budget est limité. Mais il y a d'autres manières de compenser l'effort. Vous pourriez augmenter ma commission, ou me donner l'opportunité de m'occuper des comptes.

Et le chef : « Je suis désolé, mais il n'y a pas de nouveaux postes dans le département. De fait, nous sommes en train de procéder à une réduction de personnel ». Vous :

Dans ce cas, vous pourriez peut-être me transférer à un autre département, dans lequel il y ait de meilleures opportunités. Nous pourrions étudier cette possibilité, non ?

Le chef dit : « Eh bien, je n'aimerais pas vous perdre, vous êtes un des meilleurs employés du département ». Vous répondez :

J'apprécie beaucoup votre opinion à propos de mon travail. C'est précisément pour cela que je vous demande une augmentation.

Le chef : « Le problème est que si je vous concède une augmentation, tout le département attendra la même chose : Que diront les autres ? ». Vous :

Nous ne formons pas un syndicat, et je ne suis en train de négocier uniquement pour moi. Je prétends uniquement améliorer mes opportunités au sein de cette entreprise. Est-ce une erreur ?

Le chef : « Ce n'est absolument pas une erreur, mais vous pouvez être sûr que mon supérieur nous dira que non ». Vous :

Je suis enchanté du fait que vous pensiez également que je le mérite. Pourquoi ne le dites-vous pas à votre supérieur ? S'il refuse, vous pourrez peut-être, à vous deux, trouver une façon de compenser un employé tel que moi.

Le chef : « Je suis désolé, mais je ne veux pas vous donner de faux espoirs. Je sais qu'il est impossible qu'il vous la concède ». Vous :

Je comprends. Je vous suis très reconnaissant de m'avoir consacré ces quelques minutes. Pouvons-nous en discuter de nouveau dans deux ou trois mois environ ?

Communiquer un licenciement

Pour beaucoup de chefs, licencier un employé est la pire facette de leur travail. Un chef ne doit pas seulement tenir compte des lois qui protègent le travailleur, sinon également de ses sentiments.

Lorsqu'il ne reste plus d'alternatives, à part le licenciement, le mieux est de maintenir le calme, d'être professionnel et empathique. Vous pouvez commencer par dire :

M. X, nous sommes dans l'obligation de vous licencier. Lors des dernières semaines, j'ai essayé de vous expliquer les erreurs que vous deviez corrigées, mais je n'ai noté aucun changement.

Une autre possibilité est :

M. X, après y avoir bien réfléchi, nous avons décidé de nous passer de vos services. Je pense que nous sommes tous deux d'accord pour penser que cela vaut mieux pour tout le monde.

SITUATIONS DE DEUILS

Lors des situations de chagrins, les personnes recherchent le réconfort et le soutien des amis et des membres de la famille. Les aider n'est pas le travail exclusif des professionnels. Un ami peut également constituer une bonne bouée de sauvetage lors d'une période de doute, quelqu'un sur qui s'appuyer lors d'un moment difficile.

Il n'est pas indispensable d'avoir vécu les mêmes souffrances que la personne que vous voulez aidée. Si vous êtes capables de comprendre sa douleur, cela peut vous être très utile, même si vous n'êtes pas veuve ou que vous n'avez pas perdu d'enfants, votre empathie suffira à mitiger la douleur.

L'aide que vous devez apportée se base sur la reconnaissance des sentiments, non de les occulter ou de les nier. La peine doit être comprise afin de pouvoir l'accepter.

Le chagrin est une réponse naturelle des personnes face à n'importe quel type de crise, décès, divorce, licenciement ou perte matérielle. Il apparaît, dans une certaine mesure, chaque fois que nous perdons quelque chose qui nous est cher. Il est inutile d'essayer de classer ou d'étiqueter le type de douleur que vous ou l'autre personne éprouvent. Cela ne vous servira pas à comprendre les sentiments qui sont en train d'affleurer.

Lorsqu'une personne décède, les survivants doivent faire face à une nouvelle réalité qui affecte de nombreux aspects de leur vie. Afin de les aider, vous devez tenir compte de différentes variables importantes :

- ✓ Le type de relation qu'ils avaient, au niveau qualitatif et quantitatif.
- ✓ Les circonstances de la mort.
- ✓ Le réseau d'aide et de soutien dont ils disposent.
- ✓ L'impact de pertes antérieures.
- ✓ D'autres problèmes personnels.
- ✓ La manière de faire face aux problèmes qu'a normalement la personne affectée.

L'éventail de réactions que produit la peine est très ample, depuis la colère jusqu'à la tristesse, en passant par la négation religieuse. La plupart sont passagères ; après un certain temps, l'individu reprendra ses valeurs et ses comportements habituels.

Certaines personnes pensent qu'il n'est pas bon de mentionner la personne disparue. Elles évitent ainsi de prononcer son prénom, ou changent de conversation si quelqu'un introduit un élément de souvenir. La peine ne disparaît pas parce que l'on évite le sujet ; au contraire, les sentiments occultes affleurent habituellement d'une forme traumatique.

Lisez avec attention ces deux dialogues, et faites attention aux différences entre les deux :

-L'autre jour, j'ai parlé avec Jacques, mon voisin. Nous avons remémorés ces vacances durant lesquelles nous sommes partis camper avec François et les enfants. Ce fut vraiment très bien cet été-là.

-Oui, François adorait aller à la campagne avec les enfants. Maintenant, sans lui, cela ne sera plus la même chose...[pleurant].

-Je suis désolé ! Je n'aurais pas dû en parler. Je t'ai contrarié.

*

- L'autre jour, j'ai parlé avec Jacques, mon voisin. Nous avons remémorés ces vacances durant lesquelles nous sommes partis camper avec François et les enfants. Ce fut vraiment très bien cet été-là.

-Oui, François adorait aller à la campagne avec les enfants. Maintenant, sans lui, cela ne sera plus la même chose...[pleurant].

-Tu as raison. Il nous manquera beaucoup cet été. Surtout à toi, tu regretteras beaucoup son absence.

-C'est certain. Maintenant je dois m'habituer à tout faire seule. Tu sais, parfois, je suis désorientée et je lui mets les couverts à table. Lorsque je m'en rends compte, je sombre de nouveau.

-Cela doit être très dur de se souvenir de lui dans toutes ces petits actes quotidiens...

Dans cette seconde version, la veuve pleure, mais elle continue à parler et à exprimer ce qu'elle éprouve. La conversation est détendue et fluide. Beaucoup de veuves

disent que parler de leur mari les reconforte, car bien qu'il soit mort, il a existé, et il a fait partie de leur vie. Elles ne peuvent pas feindre qu'il n'ait jamais été présent.

Il faut encourager ceux qui souffrent à exprimer leur souffrance, c'est la seule manière de pouvoir accepter les faits.

Une personne peut se sentir seule, même lorsque beaucoup de gens l'aiment. (Du journal d'Ana Frank)

La période de deuil est nécessaire afin que notre esprit assume la nouvelle situation. Pensez aux anciens rituels. Ils proposent de nombreuses manières d'exposer sa peine et de l'accepter afin de pouvoir surmonter la perte.

Il est difficile d'exprimer ses sentiments et de répondre à des questions telles que : « Comment te sent-tu ? ». La réponse naturelle à cette question est toujours : « Bien, merci ». C'est ce que l'on nous a appris à dire, et ce que nous nous attendons à entendre.

Il vaut mieux utiliser des questions ouvertes, qui permettent de parler à la personne affectée :

- ✓ Comment ça va ces derniers jours ?
- ✓ Que s'est-il passé depuis la dernière fois que nous nous sommes vus ?
- ✓ Parle-moi des enfants...Comment le prennent-ils ?
- ✓ Comment fais-tu face à cela ?

Vous ne devez jamais dire :

- ✓ Pense à d'autres parents qui n'ont qu'un enfant. C'est réellement pire. Toi, tu en as deux autres.
- ✓ Ta situation n'est pas aussi dramatique que celle des X. Elle était très jeune lorsque son mari décéda. Ton mari put au moins connaître ses petits-enfants.

- ✓ C'est une chance qu'il soit mort aussi rapidement. Tu ne sais pas combien a souffert X avec la maladie de son mari.

Avec des commentaires de ce type, vous réussirez uniquement à mettre en colère ceux qui les reçoivent. Souvenez-vous toujours que les tragédies d'autrui ne soulagent pas la souffrance propre, sinon qu'elle tend à l'augmenter. Ce que vous ne devez jamais faire :

- ✓ Donner des conseils.
- ✓ Utilisez des phrases toutes faites et des clichés.
- ✓ Critiquer ce que l'on vous dit.
- ✓ Changer de sujet.
- ✓ Minimiser la situation.
- ✓ Prétendre guérir la blessure ; certaines ne se referment jamais.