

Thème du jour: la lecture

Bientôt un an que notre vie a changé avec l'apparition du virus. Fini les voyages, le cinéma, les concerts, le restaurant, les grands rassemblements familiaux et amicaux.....Pas d'autre solution que s'adapter pour vivre au mieux cette période difficile.

Il y a de nombreuses possibilités pour occuper les journées: lecture, cuisine, voyages virtuels via internet, activité physique en solo, mise à jour du carnet d'adresse, tri et grands rangements, reprise de contact par mail ou téléphone avec des relations qu'on a perdu de vue depuis quelques années.....

Le blog 1 du premier confinement m'avait bien plu et je souscris tout à fait à la mise en place du blog 2. Dans cette page, je vais parler d'un livre que j'ai lu récemment, « La stratégie de la libellule» de Thierry Marx, le célèbre chef étoilé que nous voyons le samedi après midi dans l'émission les carnets de Julie. Pas de recette de cuisine dans cet ouvrage, un abcdaire où il dévoile son parcours, sa personnalité, ses idées sur le bio, le management, la rigueur. De A à Z, de agressivité à zen avec entre autre apprentissage, boxe, colère, échec, formation, judo, maîtrise de soi, rigueur, le temps, le silence, la tristesse.....

Pourquoi la libellule ? Dans les premières pages de l'ouvrage, Thierry Marx parle de cet insecte en voie de disparition du fait de la pollution. La libellule possède des performances extraordinaires et une technique de vol qui lui permet à 95% de vaincre les difficultés en déployant une stratégie semblable à celle des arts martiaux. Confrontée à un obstacle, elle ne cherche pas à passer en force, elle observe, analyse, change d'axe jusqu'à réussir à trouver un passage.

Proposition de Thierry Marx: pour chaque problème rencontré, prendre de la distance pour rechercher les opportunités qui peuvent apparaître.

En conclusion, un ouvrage intéressant

Michelle Delporte