

2331

FLS

780

La dure vérité de l'honnêteté

Il est indéniable que les amis sont essentiels dans une vie humaine. Selon l'Étude de Harvard, Study of Adult Development, chaque individu connaît en moyenne 100 à 150 personnes dans son réseau social, compte environ 10 à 15 personnes dans son cercle social et a trois à cinq amis très proches. La relation avec ces individus « très proches » est le plus vital à notre survie. Study of Adult Development a renforcé que ce n'est pas le montant de camarades qu'à un individu, mais plutôt la qualité et la fidélité de ces amis qui mènent au bonheur, à la bonne santé et par-dessus tout, à une vie plus longue. En outre, cette recherche a prouvé que l'authenticité et l'honnêteté sont des qualités nécessaires pour pouvoir bénéficier d'une amitié. Considérant ces qualités, nous renforçons nos camaraderies courantes et veillons à ce que nos nouvelles relations soient positives, tout en profitant des bénéfices fournis par des amitiés durables.

Tout cela dit, il est difficile d'être honnête, puisqu'on ne veut pas faire du mal aux personnes qui nous tiennent à cœur. Ce qu'il faut comprendre par contre, c'est que cacher la vérité au lieu d'être sincère pourrait aggraver la situation plus qu'il ne lui serait bénéfique. Lors de mon premier examen de mathématiques à l'école secondaire, par exemple, je n'ai obtenu que soixante pourcent. Extrêmement déçu, j'ai passé le reste de la semaine à m'en plaindre. Finalement, mon amie m'a confronté et m'a dit que j'agissais de manière insensible en m'expliquant que je l'avais blessée parce que ce n'était pas si rare qu'elle obtienne soixante pourcent en mathématiques. Je me sentais mortifié avant tout et j'ai été tenté d'agir sur la défensive, mais après y avoir réfléchi, je me suis rendu compte que je devrais apprécier son honnêteté. Son commentaire m'a aidé à devenir une personne plus respectueuse et consciente, tout en donnant une perspective sage sur ce que je considérais comme un échec. En résumé, sa franchise m'a aidé à éviter de blesser les autres de la même manière à l'avenir et a étouffé dans l'œuf toute tension sous-jacente qui aurait pu se former dans notre amitié. Elle a prouvé que s'il est livré de la bonne manière et aux bons moments, l'honnêteté entre compagnons crée un lien de confiance qui augmente la valeur de l'amitié et ses bénéfices pour chaque personne impliquée.

Tout en contribuant à renforcer des liens déjà établis, la véracité attire les personnes qui partagent nos valeurs. En étant complètement sincère de la façon dont nous nous présentons, nous assurons que nos amitiés soient authentiques et confirmons qu'il n'y aura pas de découverte malaisée à l'avenir que nous sommes en désaccord fondamental avec les valeurs de notre « ami ». Pour illustrer, lorsque je suis arrivé à l'école secondaire, je voulais faire un effort pour m'attirer de nouveaux camarades. En me faisant paraître extraverti et tapageuse, j'ai enfin atteint mon objectif d'être invité à une fête. Pourtant, quand je suis arrivée à la fête et que j'ai commencé à passer du temps avec les filles avec qui je voulais auparavant être ami, j'ai découvert que nos valeurs ne s'alignaient pas du tout. J'aurais plus de plaisir à parler avec les individus calmes qui partagent de plus près mes valeurs fondamentales, telles que la compassion, ou même l'école. La façade exubérante à travers laquelle je me suis présenté plus tôt m'avait mis en relation avec le mauvais type de personnes pour ma personnalité. Cela démontre

l'importance d'être honnête avec nous-même et avec les autres sur qui nous sommes et ce que nous apprécions dans une amitié, afin de ne pas nous retrouver coincés dans un conflit profond quand l'eau aura coulé sous les ponts.

Pour conclure, c'est la sincérité qui est la qualité la plus importante dans les bons amis. Même si c'est parfois difficile d'être honnête ou de recevoir une opinion véridique de quelqu'un qu'on considère très proche, cette rectitude est la base de toute autre qualité des compagnons dévoués. On ne peut pas établir la loyauté, la confiance, le respect ni l'empathie sans avoir une relation où chaque personne est sincère. Reconnaître ceci au moment où on reçoit de la rétroaction et de sentir reconnaissant au lieu de blessé, c'est la partie la plus difficile. Il faut comprendre que cette expression d'honnêteté évite la douleur plus tard dans l'amitié et constitue véritablement un acte de bienveillance. À cet égard, chaque individu est encouragé à se surprendre dans un instant où il pourrait naturellement cacher la vérité de quelqu'un qui lui tient profondément à cœur et à se rappeler: Qu'est-ce qui fait un.e bon.ne ami.e?

Bibliographie :

"Harvard Second Generation Study." Harvardstudy, www.adultdevelopmentstudy.org/. Accessed 18 Dec. 2024.