

Jean-Philippe Vincent

Les 3 temps

« Dans la vie, tout est une question de temps »



Jean-Philippe Vincent

Les 3 temps

© Jean-Philippe Vincent, 2024

ISBN numérique : 979-10-405-5712-8

Librinova”

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l’auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Prologue

Un but : vivre en harmonie avec son temps.

Nous connaissons tous des expressions de la vie de tous les jours ayant trait au temps.

« Être dans l'air du temps », « laisser le temps au temps », « par les temps qui courent », « le temps, c'est de l'argent », « perdre son temps », ou encore « tuer le temps » sont autant d'expressions connues de tous dont je ne ferai pas ici la liste exhaustive, même si une petite compilation de ces expressions se trouvera inmanquablement au gré des pages de cet ouvrage.

Ces expressions démontrent aisément notre rapport au temps qui passe et sur lequel nous semblons ne pas avoir de prise. Il est vrai qu'en naissant, nous sommes confrontés à ce sablier qu'est la vie et dont les grains de sable s'égrènent sans marquer la moindre pause, quels que soient les moments que nous vivons, d'effacés ou joyeux.

Je ne parle même pas de notre obsession concernant le temps météorologique et dont les bulletins rythment nos journées, impactent nos décisions et influent parfois jusqu'à notre humeur. Là aussi, il existe une multitude d'expressions populaires, et un livre ne suffirait pas à les lister et en tirer les enseignements qu'ont voulu nous transmettre nos ancêtres.

L'objet de ce livre est tout autre que l'énumération de dictons sur le temps et ses notions, même quelques-uns émailleront forcément les pages que vous allez parcourir, car ces proverbes et expressions nous éclairent parfois.

Ce livre n'est pas non plus une compilation de réflexions philosophiques, d'autres personnes, écrivains, essayistes, philosophes et personnages bien plus éminents que moi l'ont déjà fait, le feront encore avec méthode et précisions. Cet ouvrage ne se veut pas scientifique, ni

complexe.

Ce livre a pour ambition de parler des trois temps et de leurs nuances afin de les appréhender du mieux que nous pouvons, les revisiter, les vivre, les induire et ainsi tendre vers un équilibre de vie.

Mélange d'apprentissages personnels, d'observations, d'expériences vécues ou partagées, ces chapitres et ces lignes se veulent être une expression de ce que l'on peut faire pour vivre en harmonie avec son temps.

Faisons un parallèle avec la cuisine. Il existe mille et une façons de faire la cuisine et chaque livre sur le sujet n'est pas inutile, ni une redite. Chaque recette, même culte, peut faire l'objet d'une revisite et à son tour devenir culte. La diversité des approches et des techniques ou méthodes contribue à rendre accessible la cuisine à toutes et tous. Cette multiplicité de livre nous incite à la création, au dépassement de soi en s'appropriant des recettes pourtant très connues, ils nous encouragent à nous ouvrir à une autre vision des plats, etc.

Un livre, une page, une recette peut entrainer le déclic et inciter à réaliser un plat que nous avons peur de réaliser.

C'est ce que je souhaite partager avec vous dans cet ouvrage et qu'à l'instar d'une recette vous trouviez de petites et grandes astuces pour bien vivre votre temps sur terre, votre incarnation, que votre rapport aux autres soit apaisé et que votre rapport à vous-même soit pacifié et en perpétuel mouvement pour continuer chaque jour à vivre avec votre temps.

Ces trois temps sont le passé, le présent et l'avenir.

On pourrait se dire que la réflexion est assez simpliste et que nous venons d'enfoncer une porte ouverte.

Il existe bien d'autres temps dans notre grammaire, le Bescherelle étant la référence dans le domaine.

Nous allons voir que ces trois temps, quand ils sont nuancés, détaillés et expliqués, peuvent, si l'on y prête attention, nous donner des indications précieuses sur ce que l'on a vécu, sur ce que l'on vit et sur ce que l'on va vivre.

Vivre ces trois temps et les visualiser quasiment en temps réel, en les percevant intimement, permet de nous situer sur cette échelle de temps et équilibrer notre être intérieur quant à nos émotions, nos ressentis, nos envies, nos peurs.

La compréhension des temps et de leurs nuances aide à trouver un équilibre dans sa vie, à trouver son chemin de vie et à l'emprunter.

Si je devais apporter des précisions à ce stade, je dirais que **le passé comporte trois nuances : le passé des passés, le passé complexe et le passé simple (pacifié).**

Ces trois nuances sont importantes à distinguer lorsque l'on veut comprendre nos réactions, nos actions, nos ressentis, nos vibrations, ce que l'on ressent à un moment T.

Dans tous les cas, le passé est « dépassé » et nous ne pouvons plus rien y faire, mais ce passé est-il le nôtre ? L'avons-nous créé ? L'avons-nous seulement vécu ? Le connaissons-nous vraiment ? Le regardons-nous correctement ?

Le présent se décompose lui en deux nuances, le présent passif et le présent actif qu'il convient de ne surtout pas opposer. Ces deux sous-temps nous indiquent qu'il faut distinguer un présent souvent issu du passé, pouvant être pesant et immobile, et un présent actif, qui se vit résolument et s'ouvre vers l'avenir.

Le futur est quant à lui décomposé en trois nuances appelées : le conditionnel futur, le futur d'avenir et le futur certain.

Ces indications et précisions sur les nuances de nos trois temps vont constituer l'ossature de cet ouvrage et nous donner le lien intime et quasi magique qui existe entre ces temps. Elles vont révéler ce qui rend leur perception difficile dans nos vies trépidantes, remplies de distractions en tout genre, cachant la signification de nos actes, leurs origines, leurs causes et leurs conséquences.

Se situer dans ces temps devrait permettre à chacun de se réaliser par l'action, en trouvant un sens dans la vie grâce à une croissance personnelle.

Dans ce livre, nous allons tenter de transcender les expériences douloureuses et les difficultés de la vie pour les englober dans une vision plus positive et les travailler de manière constructive.

Merci d'avoir investi dans ce livre !

Bravo de prendre du temps pour vous.

Pour que ce livre soit utile et vous aide à poser les choses, il faudra vous munir :

D'un stylo ;

De crayons de couleur ;

D'un classeur ;

De feuilles de la taille que vous voulez ;

Avec des carreaux de la taille que vous voulez (mais qui rentrent dans le classeur)

D'une dizaine d'intercalaires.



À chaque fois que vous rencontrerez ce signe, il conviendra de prendre votre classeur et, selon le cas, créer un intercalaire ou venir compléter des pages ou en créer de nouvelles au fur et à mesure de votre tri et de votre travail personnel.

L'avantage du classeur par rapport à un simple cahier ou un journal de bord réside dans le fait que vous pourrez classer chronologiquement vos expériences passées, vos actions présentes et vos rêves d'avenir.

Cela apportera certainement du sens et vous donnera des perspectives.

Il vous faudra également trouver un endroit calme et propice à l'introspection. Un endroit ou des endroits, des lieux qui vous inspirent, vous apaisent et aussi des moments propices. Ces endroits ne sont pas

forcément chez vous. À vous de le ou les choisir !

Il vous faudra aussi une bonne mémoire, une bonne dose de courage, une bonne dose d'autodérision, peut-être un paquet de mouchoirs, voire une boîte de mouchoirs, beaucoup d'empathie vis-à-vis de vous-même, une bonne dose d'estime de soi et bien sûr...

du temps...

Vous savez, ce temps que vous ne trouvez jamais POUR VOUS.

CHAPITRE 1

LE PASSÉ

Le passé, c'est pour apprendre, pas pour vivre.