

Article 8 : « Au milieu de la difficulté, repose toujours une opportunité »

Phạm Hoàng Minh

24/01/2002

[CONFINEMENT, CE N'EST PAS ENFERMEMENT]

“Le confinement n’est pas une suprématie, c’est être responsable en agissant pour un lendemain meilleur”

Il est sans aucun doute que la pandémie de Covid-19 sème à l’humain un cauchemar séculaire. On doit subir alors une très longue durée de confinement qui provoque des conséquences très lourdes sur l’économie, l’interruption des activités sociales, etc... D’un autre côté, je peux aussi voir ce confinement de cette façon plus positive : il me permet de “rafraîchir” la vie quotidienne et de reconnaître des valeurs significatives.

L’importance de prendre soin

La santé, c’est vraiment le plus important. Pendant cette période, j’ai pris conscience de l’importance de ce travail du “care” (“prendre soin”). En effet, je fais régulièrement du sport chez moi et mange sainement avec des recettes de “fait maison”. De plus, je me couche et me lève plus tôt. Du coup, après quelques semaines de confinement, je me sens mieux en termes de santé et de statut spirituel.

Moins projets, plus de vivre

Au-delà de la part du soin physique, je veux parler du soin de la relation familiale, du développement personnel. À vrai dire, j’ai eu plus de temps pour communiquer avec mes parents et mes grands-parents. Cela me permet de mieux les comprendre. Parfois, en les observant, j’ai reconnu avec surprise qu’ils deviennent de plus en plus âgés. Je me souviens alors de la parole d’un film “Nous avons beaucoup de temps, mais les parents n’en ont pas”. C’est pourquoi, je souhaite mieux me comporter avec ma famille et mes entourages. Autrement dit, cette durée a renforcé le lien entre nous.

Comme mes projets ont été remis à plus tard et que je restais presque 100% du temps à la maison, j’ai eu la chance d’apprendre beaucoup de choses. Effectivement, j’ai lu, appris par Youtube le photographie et édité des vidéos. Enfin, je pouvais aussi apprendre à cuisiner des plats liés au confinement comme le café Dalgona et l’omelette soufflé. Tout cela m’a donné des expériences inoubliables durant cette période.

Pour conclure, le Covid-19 a soufflé un vent nouveau dans ma vie habituelle. Et, je veux juste dire qu’au lieu de rester immobile et grignoter l’ennui du confinement, ce serait une bonne idée d’en profiter pour se développer et se rafraîchir. N’oublions pas qu’au milieu de la difficulté, repose toujours une opportunité.