

POSTULER AUX ÉCOLES COMMERCIALES L'EFFET DE L'AUTO-THÉRAPIE ET DE LA NEURO-SÉMANTIQUE

Par **Kau Valluri**

Traduit par Richard Parent

Jusqu'à maintenant, je me suis efforcé de traduire des articles pouvant aider directement les personnes qui bloquent/bégaient (PQBB) dans divers aspects du syndrome du blocage/bégalement. Cette fois, voici un témoignage. Je dois préciser que certains de mes correspondants font preuve d'une même ténacité et d'un même courage en fonçant dans la vie et en poursuivant leurs rêves. On ne peut que les en féliciter. R.P.

Bonjour à vous tous. Mon nom est 'Kau' (je sais, ça sonne comme "vache" [cow] en anglais !) et je suis sorti du bégalement. Je partagerai avec vous mon cheminement personnel vers la fluence par une série d'articles, dont voici le tout premier. Je tiens à remercier Bobby Bodenhamer de me fournir cette plateforme afin de partager mon expérience.

J'ai choisi de rédiger ces articles pour deux raisons. Premièrement, cela me permet d'en apprendre davantage sur moi-même et de mieux observer l'évolution, dans le temps, de ma conception du blocage/bégalement. Deuxièmement, j'espère que mes articles convaincront les autres PQBB qu'elles ne sont pas isolées dans leur combat vers la fluidité en plus de leur fournir un message de courage et d'inspiration.

Nous sommes à Austin, Texas, à l'été 2004. Je travaillais depuis plus de cinq ans chez un équipementier de semi-conducteurs et j'étais frustré. Mon travail n'était pas la cause de cette frustration ; la cause, c'était moi. J'étais un professionnel avec un certain succès et une vie sociale active ; mais je ne pouvais m'accomplir dans ce genre de vie. Je n'étais pas satisfait. J'étais intelligent, assidu et optimiste, certes ; j'avais pourtant l'impression de passer à côté de ce que je voulais vraiment faire. J'attribuais tous mes revers à mes disfluences¹ et je me sentais misérable dans la plupart des situations de parole. J'étais en perte de pouvoir, me sentant inadapté. J'étais impuissant.

Bien que sachant que le voyage vers la fluence serait long, j'avais espoir. J'avais pleinement confiance d'apercevoir, un jour, la lumière au bout du tunnel. Pour l'instant, je me trainais les pieds. Œuvrer comme ingénieur dans l'industrie des semi-conducteurs n'est pas facile, spécialement si vous êtes une PQBB. Pendant les premiers mois de mon travail, mon anxiété et la peur avaient pris le contrôle sur moi. Je m'isolais. Je me retenais. Pas étonnant que mes collègues m'identifiaient comme "celui qui ne fait pas de bruit." Au fur et à mesure que je devenais plus à l'aise avec eux, je commençai à m'ouvrir. Pendant la majeure partie de mon existence, j'avais été un bègue « qui n'osait sortir du placard » et j'excellais à substituer les mots. J'étais fluent 80% du temps avec mes collègues de travail (et mes amis). Le reste du temps, je substituais âprement. J'étais fier de mon habileté à substituer ; ce n'est que plus tard que j'allais réaliser à quel point cette habitude avait été nocive pour ma parole.

¹ J'étais, depuis presque 15 ans, une PQBB au moment où j'ai décroché ce travail et j'avais suivi une thérapie conventionnelle au laboratoire de parole de l'Université du Texas.

Travaillant dans cet environnement depuis plus de cinq ans, je savais que mes ambitions se trouvaient ailleurs. Je désirais faire quelque chose de différent, quelque chose que personne n'avait fait auparavant. J'étais très intéressé à explorer comment mettre à profit le pouvoir de la technologie pour le mieux-être des fermiers des pays en développement. Mais la PQBB en moi craignait de ne pas avoir de succès en dehors de cette *zone de confort* que m'offrait mon travail. J'étais totalement déchiré entre ma passion (contribuer à changer les choses pour les pays en voie de développement) et mon manque de confiance (à cause de mes blocages et du bégaiement).

Mais à cette époque, je lisais des livres inspirants écrits par des leaders du monde des affaires. Un de ces livres fut, justement, "Straight from the Gut" de Jack Welch. Dans son livre, Jack mentionne avoir été une PQBB dans sa jeunesse et avoir refusé de permettre que ce comportement affecte sa vie. Ce fut le déclic dont j'avais besoin.² Je réalisai clairement à quel point ce manque de confiance en ma parole me *reléguait (!)* à des positions qui ne sauraient me rendre heureux. De toute évidence, le bégaiement affectait ma vie et je voulais casser ce moule ! Je voulais définir moi-même ma carrière plutôt que de laisser quiconque ou quoi que ce soit la définir pour moi !

J'avais deux options :

-
- 1) M'enliser dans la routine tout en continuant à me complaire dans ma zone de confort.
 - 2) Ou j'affrontais de nouveaux défis et courais la chance de mener une vie plus satisfaisante.
-

Je savais qu'en m'extirpant de ma "zone de confort," ma vie serait bien plus stimulante. C'est alors que je me fis la réflexion que Dieu ne m'avait donné qu'une vie à vivre et qu'il valait mieux que je m'arrange pour en faire bon usage ! Je décidai de foncer "et de suivre mon inspiration," 😊 peu importe les difficultés auxquelles j'allais me heurter.

Afin de faire une différence pour les pays en voie de développement, il me fallait une solide formation en affaires. Je rassemblai tout ce que j'avais de courage et présentai des demandes d'admission aux dix meilleures écoles de commerce des États-Unis. Grâce à un travail acharné, à la persévérance, au soutien (de ma famille et d'amis) et, en dernier mais non la moindre, à la CHANCE, je décrochai des entretiens dans 9 écoles sur 10. J'étais fou de joie ! Mais cette euphorie s'accompagnait d'anxiété !

Étant une PQBB, il n'était pas difficile de deviner la raison de cette anxiété ! Les E N T R E - V U E S ! J'en faisais des cauchemars.

Ma première entrevue se déroula à la Wharton School. Je savais qu'en performant "décentement" à l'entrevue, je serais admis. Je me suis donc préparé jour et nuit pour l'entrevue. J'étais fin prêt pour les 3 questions standard du "Pourquoi" :

² En mars 2005, j'eus la chance de rencontrer Jack Welch lors d'une séance de signatures à Ann Arbor. Lorsque je lui demandai comment il avait vaincu son bégaiement, il me dit : « Ma mère avait l'habitude de me dire que je bégayais parce que je pensais plus vite que je pouvais parler et que ma bouche n'arrivait pas à rattraper le tempo de mon cerveau. Elle me dit de ne plus y penser. Alors, je ne me suis jamais inquiété de ma parole et je ne l'ai pas laissé me contrarier. Peu après, le bégaiement avait disparu ! »

- 1) Pourquoi un MBA ?
- 2) Pourquoi Wharton ?
- 3) Pourquoi maintenant ?

Questions faciles, n'est-ce pas ? Oui, si je pratique seul ; mais pas lorsque je suis évalué par un interviewer ! J'ai tellement raté cette entrevue que je ne voulais plus montrer mon visage à qui que ce soit ! Je m'en souviens encore aujourd'hui : je fus incapable de dire ne serait-ce qu'un mot sans bloquer/bégayer. Oui, oui ! Pas même un SEUL mot !

Je savais bien qu'un de mes rêves venait d'être anéanti mais, heureusement pour moi, il en restait huit autres ! 😊

Je ne suis pas du genre à accepter un non comme réponse. J'ai donc continué avec mes entrevues "cauchemardesques." La suivante : Yale. Elle aussi s'est mal déroulée. En troisième lieu, une entrevue téléphonique avec Cornell. Horrible ! Puis Kellogg – Mauvais. MIT – Horrible, Horrible ! J'assistais, impuissant, à l'anéantissement de mes rêves, un après l'autre.

Mais j'ai tout de même persisté. Pour moi, je n'avais aucune autre alternative que d'accepter ces revers, un après l'autre, jusqu'au moment où j'allais réussir.

Pendant les mois qui suivirent, je passai les autres entrevues et, assez rapidement, je réalisai que je "m'endurcissais" à chacune d'elles. Ma dernière entrevue, avec Columbia le 12 avril 2005, se déroula sans anicroche !!! Je me présentai à l'entrevue avec une attitude de « la façon dont je parle n'a plus d'importance. » À la fin de l'entrevue, l'intervieweuse fut à ce point impressionnée par moi qu'elle allait faire une recommandation spéciale à mon sujet ! Oh boy ! Mon cauchemar s'était finalement transformé en véritable aventure ! Bien que ne pouvant affirmer avoir été enchanté par un tel processus, j'étais fier d'avoir pris l'initiative de jouer le jeu.

Le résultat final fut mon admission auprès de cinq des dix meilleures écoles de commerce des États-Unis ! Ayant accepté une position à l'Université de Chicago en mai 2005, j'y suis toujours depuis cette date.

Qu'ai-je donc appris de cette enrichissante et gratifiante expérience ?

J'appris que

- 1) Peu importe les dialogues internes de mon esprit (bavardages), je dois poursuivre mes rêves et ne pas laisser des choses insignifiantes, telles que le blocage/bégaiement, définir ma vie. Savoir regarder au-delà de tels comportements est la clé de la réussite.
- 2) Être franc pendant tout le processus (en avouant être une PQBB) m'a fait plus de bien que de tort. J'ai réalisé que de vouloir le cacher était loin d'être une bonne idée après tout !
- 3) Bien que quelques personnes m'aient déprécié parce que j'étais une PQBB, je suis le seul à savoir ce dont je suis capable. Pourvu que je croie en moi-même, c'est tout ce qui compte.
- 4) Modifier nos perceptions face au blocage/bégaiement favorise la fluence. Passer d'une attitude « *Oh, mon Dieu ! C'est l'entrevue la plus importante, je ne dois surtout pas*

bégayer » à une attitude du genre « *La façon dont je parle n'a plus d'importance* » généra des résultats diamétralement opposés !

- 5) Une bonne part de ma parole repose sur ma technique respiratoire (*prana*).³ La méditation contribue à calmer l'esprit.
- 6) La lecture/l'écoute d'ouvrages inspirants (livres et DVD) m'a motivé et suscita des *R.É.F.L.E.X.I.O.N.S. !*
- 7) Je suis bien plus que les comportements de bégaiement/blocage.

Pour ceux qui ignorent qui est Jack Welch, il est un **homme d'affaires** américain, ancien président du groupe **General Electric** de 1981 à 2001 et l'un des dirigeants les plus emblématiques des États-Unis dans la période 1980-2000. J'ai appris récemment que l'architecte de la réussite de Bombardier, véritable fleuron québécois, Laurent Beaudoin, le considérait comme son modèle. R.P.

Catégorie : articles de Kau Valluri.

Traduction de Richard Parent, Mont St-Hilaire, Québec. Aout 2013. Rév. : 01/2014

Pour consulter la liste des traductions françaises, allez sur <https://drive.google.com/folderview?id=0BydM9-AV4MpjTjNsaFluVjVNRzA&usp=sharing>

Pour vous inscrire au forum de discussion *Le Cercle Très Privé des PQB*, allez sur <https://www.facebook.com/groups/1444972825724073/> puis cliquez sur *Rejoindre ce groupe*.

(Les liens hypertextes ne fonctionnant pas, vous devez copier/coller l'adresse.)

Ce forum est là pour vous aider et répondre à vos questions en mettant à profit les connaissances, l'expérience et le vécu d'autres PQB.

³ **Prāṇa** est un terme **sanskrit**. La signification de ce nom composé est complexe car elle intègre simultanément les notions de souffle *et* de principe vital du souffle *et* de sa manifestation organique dans la respiration. Qui pense « souffle vital respirant » énonce le mot *prāṇa*, dont le pluriel s'écrit *prāṇās*, forme qui désigne un ensemble de cinq souffles vitaux