

La timidité est-elle héréditaire?

Vraiment vous n'êtes pas timide? Jamais?

Ne vous est-il jamais arrivé de revivre, à certains moments, des phases de timidité héritées de l'enfance où la machine s'emballait? Devant un auditoire, par exemple.

A quoi peut ressembler un timide?

Le timide est un sensible : tel événement qui, pour un autre, passerait inaperçu, a sa répercussion dans tout son être.

Une froideur apparente, un regard qui ne lui semble pas sympathique le blesse, et ceci d'autant plus fort que son défaut l'isole, tout en développant en lui une grande perspicacité.

Mais comme ces observations sont basées sur des indices et non sur des faits, comme ces jugements sont édifiés sur des détails longuement commentés, mais partant souvent d'une donnée fautive, il arrive que le timide se prépare bien des souffrances inutiles, dont la confiance surprendrait fort les gens de raison pondérée.

?On pourrait, dit le philosophe Yoritomo, comparer la timidité à un verre grossissant qui souligne et centuple la taille des infiniment petits, mais qui, n'embrassant qu'un étroit espace, ne permettrait de voir qu'une faible partie des choses essentielles.?

Il est indéniable que la timidité enlève tous les moyens à ceux dont elle anéantit la volonté.

Ceux qui en souffrent particulièrement sont ceux que tenaille l'idée des railleries.

Ce genre de timidité est, du reste, un des moins intéressants, car il prend sa source dans un amour-propre exagéré et dans l'appréhension de ne pas briller suffisamment.

Ainsi la timidité peut être produite par une croyance exagérée en son importance, qui fait qu'on s' imagine sentir tous les yeux fixés sur soi.

Dans cet état, leur amour-propre, violemment contrarié par le sentiment de leur infériorité, les aveugle, ils perdent contenance et commettent toutes les gaucheries qu'ils redoutaient et qui les rendent parfaitement ridicules.

Une autre variété de timides sont ceux qu'un besoin méconnu de sympathie fait se replier sur eux-mêmes, au point de se trouver étrangers au milieu de tous.

Mais cette timidité conserve rarement la pureté de ses débuts. Il s'y greffe très vite l'orgueil de la solitude et la conviction secrète d'une supériorité à laquelle le timide attribue l'éloignement des autres.

La meilleure preuve de cette tendance est qu'avec les personnes que le timide considère comme inférieures, il redevient naturel, affable même, et devant les autres, sa gaucherie farouche se mue en une très louable réserve.

Que de vies gâchées par la timidité!

La timidité est une arme redoutable qui a détruit et qui continue à détruire de nombreuses vies humaines, car elle empêche l'homme d'oser et lui fait rater toutes ses chances de vie meilleure.

La timidité est-elle transmissible?

Du point de vue biologique, l'enfant ne naît pas timide.

La timidité n'est pas inscrite dans les gènes. Dans l'état de la connaissance, il n'y a pas débat sur l'existence d'un ou plusieurs gènes de la timidité, bien naturellement.

La timidité peut naître chez les enfants lorsqu'une éducation maladroite les a rendus farouches et défiants de leur propre mérite.

Des événements hors du cercle familial (écoles, centres de vacances, ...) peuvent aussi, bien sûr, déclencher des processus multiples de « timidisation » de l'enfant.

La timidité peut, également, trouver sa racine dans l'histoire familiale. Cela peut être un processus inconscient de mimétisation d'un père ou d'une mère timide.

Ainsi, on parle de transfert, d'héritage de caractéristiques humaines d'une génération à une autre.

L'enfant peut également avoir développé un processus de « timidisation » résultant d'un caractère opposé de domination d'un des parents.

Ainsi, le rôle des parents et des éducateurs est primordial et il dépend d'eux d'empêcher l'éclosion de cette déviance ou de ne pas transmettre ses propres mêmes en leur donnant le sentiment des responsabilités et de leur inculquer l'orgueil de leur personnalité tout en évitant, naturellement, de faire naître dans leur esprit un sentiment erroné de supériorité qui, dans la suite, leur rendrait vaniteux à tort.

Lorsque cette fonction importante des parents et éducateurs est ignorée ou baclée, il existe multiples approches pour vaincre la timidité de l'enfant ou de l'adulte.

Parallèlement, il convient de rappeler certaines évidences.

L'activité de penser, selon certains observateurs avisés, serait le propre de l'homme. Peut-être qu'une démonstration évidente est que les animaux et les plantes ne souffriraient pas de problèmes psychologiques. Ou que nous n'avons pas les outils de perception adéquate ...

Pour revenir à la fonction de penser que nous exerçons tous, il est juste d'ajouter qu'en réalité elle est une activité compulsive. Très compulsive.

Notre mental est en permanence occupé par une suite de pensées. Certaines peuvent être récurrentes pour aboutir à de l'obsession. Hormis les phases de sommeil, il peut exister certains laps de temps de répit entre deux pensées, peut être le temps entre un expir et un inspir.

Prenez conscience des longs discours intérieurs que l'on se fabrique du réveil jusqu'au coucher, tous les jours.

La fonction de penser qui est un formidable et efficace outil au service de l'homme devient, dans le cas du timide par exemple, un appareil destructeur.

Ainsi, c'est la fonction, l'outil qui prend possession de l'utilisateur, de l'homme en général et en particulier du timide, comme du prétentieux, ou du colérique, ...

Lorsque l'outil prend possession de l'utilisateur, nous arrivons à une situation où l'individu est pris au piège et aura toutes les difficultés à s'en sortir tout seul.

Comment s'en sortir?

Les mauvais ouvriers se querellent généralement avec leurs outils.

Le bon ouvrier doit donc reprendre possession de son outil.

L'hypnose ou l'autohypnose peut constituer un outil efficace pour cela.

Au sujet de l'auteur

contact@succes-durable.com

[Succes durable](#)

Source: <http://www.webmaster-gratuit.com>