

« j'ai faim ! je peux prendre un biscuit ?

-Non Nounah, nous passons à table dans 20 minutes, attends et prends ton mal en patience ! »

Ah, attendre, il faut toujours attendre quand on est petit ! Attendre que la maîtresse ait fini de s'occuper d'un élève alors qu'on lève l'aile depuis dix minutes, attendre que les toilettes se libèrent alors qu'on se dandine depuis un quart d'heure devant la porte, attendre le prochain album de son rappeur préféré... c'est casse-pied, non ?

Ma grande sœur m'a expliqué que le mot « patience » venait du latin « patio », souffrir, comme le patient du médecin qui est malade, mais qu'aujourd'hui la patience est synonyme de courage et de contrôle de soi. Car il en faut du courage pour résister à ne pas parler quand la maîtresse pose une question, que je connais la réponse mais qu'elle attend que tout le monde ait le temps de lever la main pour interroger un élève.

La maîtresse dit que la patience s'apprend, comme les tables de multiplication, et que cette qualité aide à être moins stressé.

Alors je vais essayer un truc qu'elle nous a donné pour ne plus penser à ma faim : je prends une grande inspiration, puis j'expire doucement, en me concentrant. Je peux même fermer les yeux. Et je recommence cinq fois l'exercice. Cela fait un bien fou !

« Nounah, à table !

-quoi, déjà ? je n'ai pas vu le temps passer ! ».

