

Conférence

Pouvons-nous éduquer avec bienveillance et structure sans punir ni récompenser ?

SAINT-VAAST

19 octobre 2007

Avec Monsieur Thomas D'ANSEMBOURG

auteur du best-seller « *Cessez d'être gentil, soyez vrai !* »

Thomas d'Ansembourg nous propose d'envisager la signification des mots comme : *respect, autorité, obéissance, concentration, engagement, motivation...* Diverses questions au cœur de la relation d'éducation sont ainsi évoquées :

- comment se parler et s'écouter vraiment, sans fausse gentillesse ni agressivité ?
- comment transmettre des valeurs stimulantes et motivantes sans les imposer ?
- comment se mettre des limites claires et éclairantes sans s'enfermer ni enfermer l'autre ?
- comment montrer et démontrer que la liberté n'est jamais totale, qu'elle ne peut se vivre que dans la contrainte ?
- comment donner le goût du sens et de l'adhésion responsable ?
- comment accepter de grandir ensemble dans et par la relation, chacun de nous étant chaque jour sur les bancs de l'école de la vie ?

Présentation et introduction par Ivan Vanaise

Chef du secteur des animations et des formations

Cette conférence est organisée par la Direction Générale des Affaires Culturelles du Hainaut, section des formations et des animations. Je pense pouvoir dire que vous êtes nombreux à déjà connaître le conférencier d'aujourd'hui que j'aurai plaisir à accueillir dans un moment.

Pour faciliter le jeu des questions – réponses qui suivra l'exposé, vous êtes invités à utiliser le feuillet inséré dans votre farde.

Nous ferons ensuite la synthèse de vos interrogations, réactions et commentaires sous la forme de quelques questions que nous proposerons au conférencier. Puis, vous disposerez à nouveau de la parole.

La conférence de ce jour est la deuxième d'un cycle de trois.

Nous accueillons aujourd'hui Monsieur Thomas D'Ansembourg.

Avocat de formation, Monsieur D'Ansembourg, vous êtes ensuite devenu consultant juridique dans une banque américaine. Votre vie professionnelle, si ce n'est *votre vie*, semblait ainsi toute tracée. Mais une rencontre est survenue et a produit un déclic. C'est lorsque vous avez rencontré des jeunes délinquants. En les écoutant, vous avez constaté que la plupart de leurs comportements, le plus souvent considérés comme déviants, sont en fait l'expression de besoins non comblés : besoin d'identité, besoin de tendresse, besoin de reconnaissance. Autant de besoins qui n'ont pu trouver d'autres modes de manifestation pour se dire. Donc : une véritable appétence, laissée en jachère... Et donc un terrain miné, peu propice aux échanges, à la compréhension des autres et par les autres, à la mise en œuvre d'un beau projet de vie. « *Qui manque de mots, parle avec ses poings...* »

Monsieur D'Ansembourg, vous êtes à présent consultant en relations humaines et en communication non violente. Beaucoup de personnes ont entendu parler de vous ou ont lu votre livre. Car vous êtes l'auteur, faut-il le rappeler, de « *Cessez d'être gentil, soyez vrai !* » qui a été tiré à 200 000 exemplaires en Belgique, ce qui n'est pas courant !

Le contenu de votre livre nous a interpellé. N'avons-nous pas tous été des enfants et n'avons-nous pas tous entendu les adultes nous dire des milliers de fois *qu'il fallait être gentil* ? Et puis, voilà que vous nous conseillez *de cesser de l'être*...

Aujourd'hui, nous vous posons la question « *Pouvons-nous éduquer avec bienveillance et structure, sans punir ni récompenser ?* »

Je suis très heureux de vous accueillir. Je vous cède la parole avec curiosité, intérêt et, oserais-je le dire, un soupçon de gentillesse...

Conférence de Thomas D'Ansembourg

Je suis moi-même très honoré d'être invité à partager cette matinée avec vous sur ces sujets qui me tiennent tant à cœur et qui sont au cœur de la relation humaine. Pouvons-nous éduquer avec structure et bienveillance, sans punitions ni récompenses ? Je ne prétends pas pouvoir faire aujourd'hui le tour de toute la question. Je vais plutôt vous proposer quelques pistes de réflexion sur ce sujet ; pistes qui m'ont personnellement bien éclairé et qui continuent de me guider dans l'accompagnement de mon enfant intérieur et qui continuent aussi de m'orienter, en tant qu'adulte, pour escorter la recherche de ces parents qui s'interrogent : *comment accompagner nos enfants, comment les aider à grandir... ?*

Quelques propositions de clarification sur les mots, pour commencer.

Eduquer ! Il semble bien que cela veuille dire, selon l'origine latine du mot, *educare* : conduire en dehors, mener vers, orienter, accompagner vers... Cela suppose qu'on sache où l'on va et aussi qu'on soit inspiré. Or, on ne peut être inspirant si on n'est pas inspiré. Plus notre direction est claire, plus elle fait sens pour l'autre. Mais si nous sommes nous-mêmes confus, comment ne pas générer de la confusion autour de nous ?

Conduire vers... Avec structure... La structure, c'est ce qui permet à toute chose d'exister. C'est ce qui permet à une cathédrale de tenir debout ou à un pont d'enjamber une rivière. Mais c'est

aussi ce qui permet à la fougère la plus gracieuse de nous réjouir le cœur ou au papillon le plus élégant de voler... Sans structure, la fougère est un cracha de chlorophylle et le papillon un petit magma de matières organiques. La structure est notre support. Elle est à notre service. Elle n'est pas notre ennemie.

Avec structure... et bienveillance... Cette bienveillance, il semble bien qu'elle soit au cœur de chacun d'entre nous. Aimer, propager de l'amour, recevoir de l'amour..., il semble bien que ce soit là un besoin fondamental à travers la planète. Même si, souvent, ce besoin est tellement en souffrance qu'il s'exprime de façon très violente.

Et sans punitions ! La punition semble être une vieille habitude bien ancrée dans les fonctions humaines et destinée à obtenir ce qu'on veut. Ainsi, lorsque nous souhaitons que nos valeurs soient reconnues et que nous n'y arrivons pas, nous passons à l'acte de la punition. Comme si nous pouvions obtenir du bien en faisant du mal. Comme si nous pouvions inviter à la conscience et à la responsabilité en infligeant une peine... N'y a-t-il pas une incohérence dans le propos lui-même ? Ne devons-nous constater qu'en fait, nous nous mettons en colère parce que n'avons pas trouvé d'autres moyens ? Ne devrions-nous savoir que d'autres moyens existent, pour autant que nous nous y mettions un tant soit peu ; et que nous pouvons nous y prendre autrement pour faire valoir les valeurs qui nous permettent de vivre ? Ce sera le sens de mon propos d'aujourd'hui.

Récompense. La récompense n'est-elle pas l'inverse de la punition ? Choisissons-nous la carotte ou le bâton ? Si le bâton ne marche pas, allons-nous tendre la carotte ? Est-ce dans ce fonctionnement pavlovien que nous voulons fonder une humanité responsable ? Une humanité qui fait des choix, qui adhère, qui réfléchit, qui se remet en question, qui s'ajuste par l'intérieur ? Ne craignons-nous pas de créer une humanité qui agit par peur du bâton ou par quête de la carotte ? Or, en absence de tout choix personnel, et selon ce que l'histoire propose comme carotte ou comme bâton, nous pouvons deviner les pires stratégies... Dès lors qu'il n'y a pas de conscience personnelle pour dire : « *Stop ! Je n'entre pas là-dedans, même si vous me valorisez, même si vous me faites peur...* » Et... dans l'histoire récente de l'Europe, tant de tragédies sont liées à cette peur du bâton et à cette quête de la carotte extérieure...

Je vous propose d'emblée de visiter deux notions que nous allons rencontrer sur ce thème. La première, c'est le conflit.

Nous rencontrons le conflit entre des valeurs qui nous tiennent à cœur, mais qui sont transgressées. Un comportement vient transgresser nos valeurs. En tant que communautés, familles, couples, parents ou écoles, nous avons clarifié des valeurs et nous les avons formulées dans des règles. Puis, à un moment ou à un autre, il y a transgression de ces valeurs et de ces règles. Comment faisons-nous pour ne pas l'ignorer ? Tout va très bien, et puis on bascule dans l'anarchie...

Allons-nous choisir d'être complètement aveugles, comme dans certaines pédagogies anciennes où il n'y a pas de place pour la moindre discussion et où la compréhension est impossible ?

La règle est la règle, *un point c'est tout !* Ou : *point à la ligne !* Comment allons-nous pouvoir rencontrer la transgression ? Et cela, d'une façon qui intègre et qui incarne l'humanité que nous entendons porter en nous, à travers les modalités de la compassion et de l'amour ...

Nous rencontrons donc inévitablement, à un moment ou à un autre, la question des valeurs et le dilemme des conflits que ces mêmes valeurs suscitent...

Il nous revient donc d'identifier nos valeurs et de vérifier notre processus de transmission de ces mêmes valeurs. Comment transmettons-nous nos valeurs ? Le faisons-nous sous la forme d'injonctions ou sous la forme de l'*infusion* ? De la *diffusion*, comme pour un sachet de tisane qui diffuse dans la tisanière et qui finit ainsi par parfumer toute la pièce, tellement cette herbe-là a du goût... !?

Injonction ou infusion ?

Diffusion ? Propagation ? Tout cela nous permet de poser deux questions.

La première est : « *Comment vivons-nous nos conflits ?* »

Nous ne pouvons guère faire l'économie du conflit dans nos vies. Même si nous aimerions bien l'éviter ! Qui d'entre-nous aime le conflit ? Il fait partie de nos vies... Ce n'est pas nécessairement un simple accident de parcours ; c'est presque un ingrédient. Nous sommes tellement nombreux sur terre et nous manifestons tellement de sensibilités différentes que nous ne pouvons guère espérer vivre une vie entière sans conflit. Le souhaiter c'est, en un sens, se garantir d'être malheureux !

Par contre, nous dire que la vie comportera des conflits, mais que nous les acceptons par avance, parce que c'est l'une des conditions de base de la vie... cela nous conduit à tout autre chose... Nous n'essayons plus de les éviter, ces conflits ; nous les accueillons quand ils sont là, nous les utilisons pour grandir et pour nous émanciper de la couche d'ego qui nous encombre... Nous ne sommes plus seuls à avoir une bonne position ; l'autre occupe, peut-être, lui aussi, une bonne position. Et cela suppose que nous nous assoyions et que nous nous rencontrions.

Comment vivons-nous nos conflits ? Souvent sous la forme d'un rapport de force. Domination – soumission ! Il semble que ce principe soit chevillé à nos habitudes de fonctionnement. Nous ne le voyons pas autrement. Certes, nous rêvons d'une solution « *win – win* » - « *gagnant- gagnant* » ; et nous souhaitons que tout le monde s'y retrouve... Mais une partie de nous-mêmes continue à penser « *de toute façon, c'est un rapport de force ! Il faut que j'écrase l'autre ! Ou bien... que je m'écrase ?* »

Ces habitudes sont bien ancrées en nous. Avant que nous puissions faire autrement, des générations et des générations auront franchis – et le pont, – et la rivière... Mais, bien entendu, je souhaite que nous y parvenions et je souhaite y contribuer.

Mais pour changer cette vieille habitude, il faut tout d'abord voir et comprendre combien elle est bien ancrée ! Rappelez-vous ce que j'écris dans mon bouquin sur le bonheur : on ne peut pas sortir d'un piège tant qu'on ne sait pas qu'on est pris dedans ! Quand on ne sait pas qu'on est pris au piège, on fonctionne comme ça, comme si le piège n'existait pas...

Le piège du rapport de force est que nous ne pensons en sortir qu'en nous imposant et qu'en écrasant l'autre. Or, il existe d'autres solutions. Nous pouvons sortir de nos petits enfers, de nos enfermements et de nos habitudes de fonctionnement... Mais, pour sortir d'un piège, nous devons en prendre conscience. Tout passe par là : prendre conscience qu'il n'existe pas une seule façon de fonctionner et que nous pouvons évoluer autrement, si nous prenons conscience de « *comment nous fonctionnons d'habitude* »...

La seconde clef pour sortir du piège est de comprendre que je ne saurais en sortir tant que je n'ai pas compris comment ce piège s'est enclenché !

Imaginez que j'aie les pieds pris dans un piège à loups... Il nous arrive à tous de le percevoir ou de le sentir ce piège : *ah oui ! c'est mon éducation, c'est ma famille, c'est la civilisation dans laquelle je me trouve...* Eh bien oui ! L'homme a toujours fonctionné comme ça ! Il a toujours été un loup pour les autres hommes ! C'est comme ça ! Je connais bien le piège ! Mais je ne fais rien pour le changer !

Alors, qu'est-ce qui peut m'arriver ? Avec une trappe à loups au pied ? Je ne puis qu'avancer dans la vie en claudicant. Ce n'est pas très agréable... Cela ne me donne pas beaucoup d'aisance... Ce n'est pas très fluide et cela ne me permet guère d'aller très loin... Mais c'est comme ça !

Une troisième étape utile pour sortir du piège, après en avoir pris conscience, est d'aller voir comment il s'enclenche... Sur quoi avons-nous poussé, sur quoi avons-nous tiré pour déclencher le piège ? Et comment, ensuite, retrouver une aisance de circulation dans notre vie (à savoir, concrètement, dans notre propre relation à nous-même) ? Cela suppose de commencer à circuler avec

plus d'aisance entre toutes les parties de notre moi, même celles que nous n'aimons pas trop voir... Puis, à mieux circuler dans notre relation avec l'autre, en contact avec toutes les parties de l'autre, même celles qui sont moins confortables. Et puis, à mieux nous mouvoir dans notre relation avec la vie, avec la nature, avec l'univers, avec Dieu, si vous voulez...

Retrouver une telle aisance nous permet de clarifier ce vers quoi nous voulons tendre. Car, au fond, vers quoi voulons-nous tendre ? S'il est question pour nous d'*éduquer*, c'est qu'il s'agit de *conduire dehors, de tendre vers...* Vers quoi tendons-nous, au fond ? Quel est le sens de notre vie ? Qu'est-ce qui fait que nous sommes là, ce matin ? Qu'est-ce qui m'a conduit ce matin à me déplacer pour partager cette matinée avec vous ? Qu'est-ce qui a fait que Monsieur Vanaise, depuis plusieurs mois, planche avec son équipe pour organiser cette conférence ? Qu'est-ce qui fait qu'on a décidé un jour de créer ce bâtiment de récréation en plein air ? Qu'est-ce qui fait qu'autour de nous, les gens courent jour après jour et dans tous les sens ? Quel serait entre tout cela le commun dénominateur ?

Une proposition, parmi des milliers : c'est celle qui fait sens pour moi, depuis que j'accompagne des êtres humains et qui fait que je m'accompagne moi-même, dans la quête de sens...

Où que nous soyons sur la planète, quel que soit notre sort, quel que soit notre état de santé... il semble bien que nous ayons tous envie de goûter un profond contentement intime. On peut l'appeler un sentiment de communion, de plénitude, ou une profonde satisfaction intime, dans notre relation avec nous-même... Quitter la guéguerre intérieure, trouver la paix dans son cœur, dans notre relation avec les autres, trouver l'harmonie et la compréhension, même si ce n'est pas facile, et aussi dans notre relation avec la vie, avec l'univers, avec la nature, avec Dieu... Et quitter du même coup l'hostilité par rapport à la vie, la peur du lendemain, la crainte par rapport au temps (le temps est limité) et la désolation par rapport aux enjeux d'espace (je ne peux pas être partout à la fois)...

En définitive, est-ce que j'ai fait la paix... ou est-ce que je suis toujours en guéguerre ? Avec le temps, avec l'espace, avec les conditions de base, avec mon incarnation... ?

Voilà une proposition qui va nous guider tout au long de la conférence... Il y est question d'un profond contentement intérieur. D'un contentement que nous puissions porter avec nous, à travers les intempéries de la vie. Bien sûr, il y a aussi les deuils, les séparations, les ennuis financiers. Mais à force de tirer parti des expériences et de grandir en conscience, quelque chose de solide s'instaure en nous. Quelque chose qui fait en sorte que nous vivions mieux nos intempéries, avec plus de confiance, comme un bateau se leste solidement dans sa quille pour pouvoir traverser la mer, même par gros temps...

J'en reviens à la notion de conflit. Comment vivons-nous nos conflits ? Rappelons-nous que nous les avons vécus longtemps, dans un rapport de pouvoir. Ces conflits et cette manière de faire sont très anciens.

Souvenons-nous, par boutade et pour mieux figurer la chose, l'image de notre cousin Cro-Magnon, le gourdin sur l'épaule, sortant de sa grotte, avisant son voisin dans la vallée et se demandant si, d'un bon coup de gourdin, il pourrait s'approprier son troupeau, sa grotte et puis, aussi, peut-être, sa femme... Tout ça, si le voisin est assez chétif... Sinon, s'il est plutôt balaise, il faut sans doute mieux que notre cousin Cro-Magnon rentre chez lui, dans sa propre grotte et qu'il se mette à l'abri, derrière sa pierre...

Dans cette image, il y a – ou agression, – ou fuite... Il n'y a pas de rencontre.

Je vous propose d'aller voir combien ce processus de gestion des conflits (agression ou fuite) se retrouve encore aujourd'hui... quoique la technologie ait bien changé...

Quand je suis assez fort ou que je crois l'être : « *Je ne suis pas d'accord avec toi ! Je t'envoie mes missiles et mes avions !* »... Mais si je suis plutôt chétif, alors je me replie dans l'attentisme et

j'attends que ça passe... Cela se vérifie aussi bien sur le plan international que dans nos vies de couple. « Ah ! j'ai peur d'un coup de gueule, d'une critique ! » Je m'écrase ! Ou bien « J'en ai assez ! » et là, j'écrase ! Et tant pis, je veux pas savoir comment l'autre le vit et comment il se débrouille avec ça !

Est-il donc si difficile de dire : « *Ecoute, je ressens un malaise depuis longtemps, j'aimerais le partager avec toi. Est-ce que nous pouvons parler ? Et nous asseoir ?* » Difficile, justement, d'instaurer les gestes du dialogue, de la rencontre, quand on pense que, de toute façon, c'est toujours l'autre qui a raison et qu'on se trouve définitivement dans un rapport de force.

Derrière cet enjeu de « *comment vivons-nous nos conflits ?* » nous pouvons juste nous interroger : comment vivons-nous nos frustrations ? Sommes-nous toujours à l'aise pour nous asseoir avec nos tristesses, nos doutes, nos incertitudes, nos frustrations, pour les comprendre, pour les décoder, pour clarifier nos besoins non satisfaits ? – Et pour nous formuler, à nous-mêmes, nos propres besoins, – et pour formuler aux autres nos demandes... ? Ou encore pour mettre en place une action, une stratégie, pour aller mieux... ? Avons-nous cette conscience ? Avons-nous appris cette clarté intérieure pour utiliser la frustration en vue de grandir, en vue de nous transformer ? En vue de causer avec l'autre ? En vue de se mettre soi-même en route ?

Ne nous retrouvons-nous pas, plutôt, dans cet autre scénario : *je ressens de la frustration, mais qu'est-ce que j'en fais ?* Je passe à la critique, au reproche, immédiatement, sans avoir rien compris de ce qui se passe en moi. Ou bien gentil que je suis, j'ai trop peur de la critique en retour. Alors, j'accumule, je rentre mes frustrations dans ma cocotte minute. J'accumule tristesse, rancœur, ras-le-bol, colère, solitude, désarroi. « *C'est pas grave ! C'est pas grave ! C'est pas grave !* » J'empile ! Je peux subir ! Et je serre bien par-dessus le couvercle du conditionnement familial, tout d'abord, scolaire ensuite, professionnel enfin. « *Qu'est-ce qu'on va dire si j'exprime mon désaccord, ma colère ? On ne va plus m'aimer !* » Donc, je rends tout et je serre bien le couvercle. Mais le temps dure... Donc le feu bout en dessous de la cocotte minute. Alors, tout ou tard, la cocotte minute explose !

Qui d'entre nous ne s'est pas trouvé dans la situation de la goutte qui fait déborder le vase ? A ce moment-là, on en vient assez aisément à dire les quatre vérités à l'autre. Parce qu'on n'a pas la conscience de la vérité qui est en soi, ni l'éclairage sur ce qui se passe en soi. Finalement, on est alors assez à l'aise pour dire les quatre vérités à l'autre, mais très mal à l'aise pour comprendre la vérité de ce qui se passe en soi.

Pourquoi y a-t-il cette fameuse goutte qui fait déborder le vase ? Nous avons tôt fait d'en attribuer la responsabilité à l'autre. « *Tu es la goutte qui fait déborder mon vase !* » Mais regardez l'économie de la chose : c'est quand même moi qui suis responsable de mon propre vase ! Il n'y a que moi qui peux savoir que mon vase est en train de se remplir ! L'autre est là, il passe, il arrive, mais il est extérieur à moi... C'est moi qui pilote l'avion. C'est moi qui conduis ma voiture. L'autre arrive, il est extérieur à moi.

Si un clignotant sur mon tableau de bord me prévient : « *Attention ! ton vase est presque plein !* », c'est à moi d'en prendre soin ! Est-ce que je vais interpellé quelqu'un dans la rue pour lui reprocher de n'avoir pas fait le plein d'essence ? Un signal m'indiquait que j'avais besoin de faire le plein. Je ne l'ai pas regardé, je ne n'ai pas écouté. Je l'ai négligé. Ou bien, je n'ai même pas fait réparer le signal de la jauge au moment de l'entretien de ma voiture. Peu importe..., je suis seul responsable ! Mais, dans nos vies, nous avons tôt fait d'attribuer la responsabilité de ce qui nous arrive aux autres. C'est une vieille habitude !

Comment vivons-nous nos frustrations ?

Sommes-nous capables de nous asseoir sur la chaise de la frustration, pour la vivre, sans tout de suite l'exporter chez l'autre ? Evidemment, ça dégage : la colère exportatrice a pour bénéfice de

produire une bonne décharge d'adrénaline. Tous ceux qui parmi nous ont explosé une bonne colère le savent : ça fait du bien !

Sur le plan physique, c'est un vrai dégagement d'énergie ! Puis, on se dit qu'on a été un peu fort... Les mots ont dépassé notre pensée. Ainsi s'instaure une petite culpabilité, une gêne, une honte. « *Qu'est-ce qu'on va dire de moi !? Est-ce qu'on va encore m'aimer ? Ce n'était pas tout à fait juste...* » Pour pouvoir 'réussir' une colère juste, il s'agit de la travailler tout d'abord intérieurement. Alors, elle a plus de chance de sortir de façon adéquate. Attention ! je ne suis pas en train de dire qu'il convient que nous dirigions notre colère, je suis en train de nous inviter à lui donner pleinement sa portée.

Voilà le premier point : comment vivons-nous nos conflits et nos frustrations ? Sommes-nous à l'aise pour nous asseoir à la table du dialogue et pour composer avec nos différences ? Sommes-nous à l'aise pour entrer dans la compréhension de nos propres frustrations ? En sorte que nous puissions les exprimer d'une façon qui soit audible par l'autre et qui suscite le goût de collaborer, plutôt que l'envie de nous rebeller ?

Souvent, nous utilisons des mots tellement cinglants pour obtenir de l'aide ou de l'écoute, que nous obtenons juste le contraire de ce que nous voulons. « *Tu ne m'écoutes jamais !* » Au fond, je suis triste et tellement à bout. J'aurais tellement besoin qu'on m'écoute « *Est-ce que tu serais d'accord de t'asseoir et de parler un moment ?* » Il est clair que si je sors un « *Tu ne m'écoutes jamais !* » accusateur et vindicatif, ou plaignant et soupçonneux, je n'ai plus en face de moi quelqu'un avec tout l'élan de son cœur pour me faire plaisir en m'écoutant. J'ai quelqu'un qui me dit : « *Mais si, je t'écoute, et puis, c'est toi qui ne m'écoutes jamais !* » Et on est parti pour le ping-pong... C'est le vieux rapport de pouvoir du genre « gourdin – grotte ». Il va s'agir – si nous sentons de l'agacement parce que nous ne sommes jamais écouté – de nous attabler avec nous-même, sur la chaise de l'intériorité, pour prendre conscience : « *C'est vrai, il y a une grande fatigue en moi, un grand besoin d'écoute ; c'est vrai que si je veux vraiment être écouté, il s'agit que j'exprime mon besoin autrement que sous la forme d'une critique. Sinon... les portes claquent et l'autre fuit dans sa propre grotte...* »

Il y a une économie de la relation (ou une écologie, si vous préférez). Il y a un système à respecter. Sinon j'obtiens exactement le contraire de ce que je veux. J'ai la porte qui se referme sur mon nez. Je suis encore moins écouté qu'avant et donc je suis encore plus amer. Et mon vase se remplit encore d'une goutte en plus.

Tout cela nous invite à voir que, pour beaucoup d'entre nous (et j'en ai été, et j'en suis encore), l'apprentissage de la gestion des émotions et des frustrations est un vrai chemin de vie.

Après cette question des conflits (comment gérons-nous nos conflits et nos frustrations ?) je propose d'aller voir l'enjeu des valeurs. Ce dont il s'agit c'est de l'identification de nos valeurs, puis de leur transmission.

Pour ce qui est des valeurs, il semble bien que tout être humain porte un rêve, plus ou moins consciemment. Un rêve d'un monde meilleur ! Un rêve d'un monde dans lequel les valeurs de base de notre humanité se retrouveraient : amour, tendresse, partage, solidarité, respect mutuel, écoute, disponibilité, attention, harmonie, joie, célébration de la vie... Je pense bien que, de nouveau, les êtres humains tendent profondément vers ça ! Vous pouvez vérifier si cela vous parle... ; si vous sentez cet élan à l'intérieur de vous ; si c'est de cela que vous rêvez.

Or, si c'est de cela que nous rêvons, il peut être intéressant de nous poser la question suivante (et qui n'est pas nécessairement confortable – mais l'inconfort est inéluctable si on veut grandir..) : est-ce que notre façon d'être au monde, avec nous-mêmes, avec nos proches, avec la vie

comme elle se passe (et qui n'est pas toujours comme je rêverais qu'elle se passe) – est-ce que notre façon d'être au monde, dans nos démarches, dans nos rencontres, dans nos attitudes, dans nos comportements, est-ce qu'elle incarne les valeurs auxquelles nous croyons et dont nous rêvons ?

Est-ce que ma façon d'écouter et de m'exprimer incarne la compassion, la solidarité, le respect que je rêve de voir un jour s'instaurer dans le monde ?

Est-ce que ma façon d'accueillir ma propre différence et de la respecter, de la faire valoir, sans ostentation, mais sans déni non plus, et est-ce que ma propre façon d'accueillir la différence de l'autre, de l'accepter tel qu'il est et non tel que je rêverais qu'il soit, est-ce que cette double attitude incarne vraiment ces valeurs de respect, d'accueil de la différence dont je rêve et qui (me semble-t-il) font partie du rêve collectif de l'humanité ?

C'est intéressant d'aller voir que ce rêve risque de ne rester qu'un rêve si chacun de nous ne l'instaure pas tous les jours. Si je cotise à *Amnesty International* parce que je suis contre les enfermements, les procès iniques et sans débats qui existent de par le monde ; mais que, dans le quotidien, je juge sans avoir écouté l'autre, ou j'interprète sans l'avoir rencontré, je reproduis en fait ce contre quoi *Amnesty International* se bat : l'interprétation, l'a priori, le préjugé, le clivage, le cloisonnement. Et cela, sans même le voir, parce que c'est dans mes habitudes de fonctionnement. Oui, je suis dans mon petit *enfer – mement*, dans mes habitudes de fonctionnement.

D'une certaine façon, je dirais : « *Arrêtez de cotiser pour Amnesty International ! Travaillez plutôt à instaurer dans votre vie quotidienne les valeurs auxquelles vous croyez !* » En même temps, bien entendu, je tiens aussi à soutenir des initiatives comme celles-là. J'invite juste à la priorité.

C'est quoi l'enjeu ? C'est quoi la cohérence, surtout ?

La cohérence !

Notre façon d'être au monde incarne-t-elle le monde et les valeurs dont nous rêvons ? Suis-je le témoin du monde vers lequel je tends ? Dans l'entreprise (et vous avez sans doute déjà entendu cela), quand vous arrivez avec une difficulté, on vous demande « *Est-ce que vous faites partie du problème ? Ou est-ce que vous faites partie de la solution ?* » Est-ce que ma façon d'être contribue à entretenir le problème ? Ou est-ce que ma façon d'être, ma propre mesure, ma petite goutte d'eau dans l'océan... contribue à la solution ? Sont-elles un petit élément utile dans le processus du changement ?

Nous pouvons évidemment étendre ou transposer cette question : *est-ce que notre façon de faire respecter nos valeurs et de les transmettre, de les éduquer (lorsque nous sommes en position d'éducation et donc de mener vers) est cohérente par rapport à ces mêmes valeurs ?*

Compassion, respect de la différence, facilité à se remettre en question, concertation, recherche de la solution 'gagnant – gagnant'...

Est-ce que ma façon de transmettre les valeurs est cohérente par rapport à ça ? Et puis, plus pétillant encore : est-ce que ma façon d'être adulte... fait envie à mes enfants ? Est-ce qu'en me promenant dans mon habit d'adulte, dans mes choix d'adulte, dans mes rythmes d'adulte, dans mes priorités d'adulte..., tout le long du jour, depuis six heures trente jusqu'à vingt-trois heures, est-ce que tout cet ordonnancement est cohérent avec mes valeurs ? Est-ce que toutes les stratégies que j'ai mises en place pour vivre mon besoin de communion avec les autres et avec la vie, font envie ? Est-ce qu'en regardant tout cela, mes enfants vont se dire : « *Ah ! ça a l'air super d'être adulte ! J'ai envie de ça ! Cela m'éclaire ! Cela m'inspire ! Donc je suis prêt à faire des concessions pour rejoindre ce genre d'objectif, parce qu'il est clair et réjouissant ! Oui j'ai envie de tendre vers ça. Et je comprends bien que pour aller vers cet objectif, il y a des choses à laisser sur le côté. Sinon, je vais rester en rade. Et comme mon état d'enfant ne me plaît pas tellement, j'ai envie d'aller vers ça... Oui, je vois bien que cela suppose des limites, mais je sens aussi qu'être adulte, ce sera encore plus passionnant !* »

Est-ce que notre façon d'être adulte fait envie à nos enfants..?

J'aimerais que nous puissions nous poser cette question sans aucune culpabilité ; au risque sinon d'entretenir à nouveau une division à l'intérieur de nous-mêmes... « *Oui, c'est vrai, peut-être ne suis-je pas très rigolo... Oui, peut-être, mon rythme de vie n'est-il pas très stimulant. Mais comment transformer ma façon d'être, pour que le contact avec l'autre soit plus inspirant, pour qu'il y ait moins de frictions de carrosserie... ? Parce que je sais bien que mes attitudes extérieures peuvent parfois être dérangeantes* »

Ainsi sont précisés les deux thèmes que nous allons développer au cours de cette conférence : le conflit, d'une part et, de l'autre, l'identification et la passation des valeurs.

Je vous propose à présent deux témoignages en vue d'éclairer (en tout cas, je le souhaite) ce double thème. Ces expériences proviennent de l'époque où je m'occupais de jeunes de la rue.

Dans l'association « *Flic et voyous* », nous essayions d'organiser des activités susceptibles de donner du sens. Telle était l'idée : donner du sens. Nous avons observé que les jeunes ne respectent pas la règle parce qu'ils ne la comprennent pas. Tout le travail était donc d'indiquer que la règle a du sens. Ensuite, que les valeurs humaines ne sont pas des devoirs, mais des ingrédients de bien-être.

Première histoire. Nous avons programmé quelques expéditions dans le désert, en Tunisie, en Algérie et au Maroc, en vue de permettre à des gamins très dépendants de leur bistro, de leurs drogues, de leur mode, de leur musique, de leur réseau habituel... de goûter le fait que l'essence même de la vie peut se vivre avec très peu de choses, avec très peu de décorum et avec très peu de confort, au-delà de tous les repères jugés indispensables.

Nous emmenons donc une vingtaine de jeunes dans le désert. Parmi eux, il y a Michel. A l'époque, on aurait pu estimer qu'il était le plus difficile du groupe. On aurait volontiers émis un gros jugement comme ça ! Parce que Michel rouspète, rouscaille, bouscule, critique, emploie des mots d'oiseaux de toutes les couleurs. Il n'est jamais là quand il faut donner un coup de main, quand il faut vider les camions, monter le camp, dresser les tentes, préparer la tambouille... Il est le premier à se servir à table, en bousculant tout le monde. C'est vraiment la personne dont tout le comportement nous donne de la difficulté. Autrefois, nous l'aurions jugé intraitable ; maintenant nous savons que c'est sans doute celui qui souffre le plus et qui n'a pas trouvé d'autres façons de nous indiquer son mal-être.

Après quelques jours de randonnée dans le désert, les conditions recherchées commencent à s'installer. Nous changeons régulièrement de camp. Les camions mènent les bagages plus loin et nous rejoignons le nouveau camp, à pied, dans le désert. Le soir, nous nous réchauffons autour d'un feu de brindilles.

Et je propose aux jeunes de leur lire quelques textes écrits par des personnes qui, elles aussi, ont voyagé dans le désert, tout comme eux. Saint Exupéry, par exemple, et d'autres... J'avais prévu trois textes, en me disant que leur capacité à recevoir ce langage ne serait sans doute pas très grande. Je leur fais donc cette proposition, comme je leur aurais suggéré un petit morceau de guitare.

Au moment où je compte terminer et où je leur dis : « *Maintenant, nous allons passer à table, c'est tout pour ce soir* »... « *Non non ! continue* », me dit Michel ! Et comme les autres sont d'accord, je poursuis avec quelques beaux textes qui parlent de la nuit sous les étoiles. Puis, Michel vient me trouver par derrière et me dit : « *Thomas, j'ai pas compris grand-chose à ce que tu as lu, mais c'était tellement beau...* »

Cela m'a troublé le cœur de voir que ce gamin rebelle s'était laissé toucher justement par la poésie des mots, la douceur des visages autour du feu, peut-être aussi le plaisir d'une voix qui conte doucement. Mais aussi cette atmosphère de recueillement d'une bande de gamins perdus sous la nuit

des étoiles. Quelque chose de tout cela l'a touché. Cette magie-là l'a touché et cela a ouvert une petite porte de tendresse dans ce cœur si dur.

Au fil du voyage, Michel s'approprie complètement. Cette expérience a été comme un déclic. Et il est le premier, chaque soir, à redemander un moment de lecture, parce qu'il se délecte et qu'il goûte quelque chose à quoi il ne pensait pas. Il a vécu dans les murs d'institutions qui font du mieux qu'elles peuvent avec les gamins abandonnés par leurs parents. Mais ces murs ne sont pas des bras d'amour, ils ne sont pas les bras d'une maman. Et il semble que Michel goûte ici un peu de la tendresse d'une sorte de maman collective, dans ce groupe qui commence à l'adopter. Et il devient un petit peu la mascotte du groupe, parce qu'il sait être drôle et, finalement, très joyeux.

Plus tard, et alors que nous remontons depuis Marseille avec le bus qui nous ramène en Belgique, une étudiante en psychologie qui faisait un stage avec nous demande aux jeunes s'ils sont d'accord de remplir un formulaire d'évaluation du séjour. Ils sont d'accord et ils acceptent même que je leur lise ensuite les commentaires inscrits par chacun. Bien sûr que les remarques de Michel m'intéressent tout particulièrement. J'attends le dernier chapitre où la question est à choix multiples : « *Qu'est-ce que tu rêves d'être plus tard ? Un homme ou une femme d'affaires ? Un politique puissant et reconnu ? Une star du showbiz ou du sport ? Un père ou une mère de famille ? Ou... autre chose ?* »

Michel n'a pas coché « *un homme d'affaire puissant* » ou « *un homme politique important* »... Durant le séjour, Dieu sait combien de fois il disait qu'il reviendrait avec son hélicoptère, quand il sera riche, dans le désert... Il n'a pas coché « *j'aimerais être une star* ». Dieu sait qu'il n'avait pas son pareil, pourtant, pour nous mimer Johnny, avec un morceau de bois, au coin du feu, avec beaucoup de talent. Dans la rubrique « *veux-tu être un père de famille* », il a coché *oui*. Et dans la rubrique « *autre chose* », il a ajouté d'une main remarquablement maladroite : « *Je voudrais être un homme merveilleux !* »

Voilà vers quoi tend Michel, derrière les coups de pied, les portes qui claquent, les injures, les refus d'aide, l'attitude rebelle à tout... Michel tend vers la merveille ! La joie d'être en vie ! De communiquer avec la vie ! D'être bien avec lui ! D'être en paix avec les différentes parties de lui ! D'être bien avec les autres ! D'être en paix avec les différentes parties des autres ! D'être bien avec le groupe ! Et avec la nature ! Et avec l'univers ! Et avec la vie aussi ! C'est cela que Michel cherche.

Il me semble que nous ne cherchons pas autre chose. Si nous pouvions nous rappeler cela, dans l'enjeu avec les autres, quand il va s'agir de sanctionner un comportement, une transgression... Si nous pouvions nous rappeler que nous recherchons la merveille d'être ensemble. Ce qui suppose évidemment que nous mettions en place tout ce qu'il faut... pour entretenir cette merveille d'être ensemble... Sans cohérence par rapport à un tel objectif, je ne puis créer la merveille d'être ensemble...

Second témoignage que je vous propose : nous avons souvent été accueillis dans le camp des paracommandos de Marche-les-Dames où, comme vous le savez peut-être, il y a toutes sortes de falaises, de pistes d'alpinisme, de plans de vertige, de ponts de singe... qui sont destinés à l'entraînement et au dépassement de la peur. Les paras doivent là se maîtriser et se connaître. C'est un *travail* très opportun pour les jeunes qui, souvent, ont des comportements qui jouent avec le danger et qui frôlent le risque, parce que cette expérience leur donne l'impression d'exister.

Dans ce camp, on peut s'aventurer en toute sécurité et sans porter préjudice aux autres. Cela permet aux jeunes d'identifier que, dans leur vie, effectivement, ils ont besoin de trouver de l'intensité. Or, quand ils ne la trouvent pas dans leur quotidien, ils fracassent des vitrines, ils agressent des gens dans la rue. Parce que cela leur donne un sursaut de virulence. Ce besoin d'intensité est un besoin commun... Mais comment le vivre autrement qu'au préjudice des autres ?

On amène donc les jeunes dans ce camp. Certains proviennent d'institutions fermées où les directeurs nous disent : « *Mais vous êtes fous ! Là où vous allez, il n'y a pas de gardiens ! C'est un camp d'entraînement. Il n'y a pas de clôtures ! Il n'y a pas de guérites ! Ils vont donc sortir dans la nature et faire du grabuge à gauche et à droite !* » Nous, nous leur répondons que nous leur faisons confiance à ces jeunes. N'empêche ! pour certains camps, nous avons dû signer une décharge...

Sur place, au pied de la falaise, on prépare le jeune : « *Tiens, prends ton baudrier, et voilà tes gants. Et voici ton partenaire. Vous êtes deux, l'un assure l'autre...* » Toute la journée se passe au grand air, dans ce décor magnifique, au bord de la Meuse, au-dessus de la sapinière, avec la brume qui monte de la falaise. C'est magnifique.

Je peux vous dire que quand on a passé la journée comme ça, à respirer, à constater les valeurs humaines d'entraide, de respect mutuel, d'écoute et d'attention à l'autre, ce n'est pas du prêché prêcha, c'est la condition de base de la survie ! Si, en escalade, tu ne m'entends pas quand je crie « *Arrête* », c'est que je suis en difficulté et que je vais me retrouver coincé à mi-course, avec cent mètres de vide... ; si tu ne vérifies pas que tu m'as bien assuré, et si en cela tu me manques de respect... je meurs !

Alors... les valeurs humaines viennent et se précisent... Par une simple montée de conscience... Car ici, vivre sans se respecter, sans s'écouter, sans se porter mutuellement attention, c'est l'horreur ! C'est dangereux ! Inversement, vivre avec des valeurs, c'est agréable ! Ce n'est donc pas un principe moral, c'est un principe de plaisir, propre à la vie commune, à la joie partagée.

Le soir, quand on se retrouve dans le verger à monter les tentes et à camper, effectivement, il n'y a pas de barbelés, pas de chiens de garde, pas de milice. On allume un feu, on fait le spaghetti sur le butagaz, on tire un bac de bière et on papote... Il n'y a pas un gamin qui voudrait être ailleurs ! Il n'y en a pas un seul dans les cafés du village. Pas un seul qui fait une fugue. Alors, qu'est-ce qui les fédère ? Qu'est-ce qui fait qu'ils sont tous là ? Eux, ces gamins, qui sont là avec des cicatrices et la tête comme ça ! Et dont les directeurs d'institution avaient tellement peur qu'ils s'égaillent un peu partout... Qu'est-ce qui les rassemble ? Je vous propose d'explorer ensemble trois choses qui vont servir dans ce propos.

La première est la chaleur de l'amour et, dans le cas présent, la chaleur de l'amitié. En situation de camaraderie, il fait bon, il fait chaud et on est bien. Pourquoi irait-on ailleurs ?

La deuxième est la sécurité du respect : « *Personne ne m'a demandé d'où je venais, ce qu'il y a dans mon dossier, si j'en ai longtemps à tirer en institution, si c'est grave, si je suis dangereux... On m'a dit : bienvenue ! Prends ton baudrier, prends ta paire de gants. Tu as un passage dans la falaise, par ici... Et prends celui-ci comme collègue de cordée. Et en avant ! Pas : en arrière ! On m'a pris comme je suis, pas comme on voudrait que je sois. Je me suis senti respecté. Et cela m'ouvre à tout autre chose. Mais quand je ne me sens pas respecté, je me ferme et je n'intègre rien. Ici, je me suis senti respecté et j'ai intégré la beauté de ces valeurs humaines, de cette chaleur, de cette solidarité. Et aussi qu'on peut vivre l'intensité de la vie autrement qu'en faisant des mauvais coups. J'ai appris qu'on peut faire de bons coups !* »

Troisième valeur : la clarté et la motivation du sens. « *Çà a ben du sens...* » comme on dit au Québec... Cela a bien du sens ... une jouissance pareille ! Avec des adultes qui ne sont pas là pour nous régenter, mais pour nous inspirer, pour nous dire : « *Viens par ici* ». Pas des adultes qui nous disent « *Vas où tu veux...* » Comme dans la chanson de William Sheller⁽¹⁾.

¹ *Moi j'suis un homme de peu, je suis le fils de rien
On m'a bandé les yeux avant qu'j'ai vu le chemin
On m'a jamais dit: " viens ", on m'a dit: " vas où tu veux " (N.D.L.R.)*

Eh bien, justement, on dit : « *Viens par ici, regarde comme c'est marrant de faire ça* ». Comme c'est stimulant ! Comme ça génère quelque chose de joyeux, de frétilant, de partager, d'échanger, d'être dans la solidarité et l'entraide. Et puis, aussi, d'avoir un peu peur, de faire des efforts, de se dépasser, de mettre un peu d'inconfort dans sa vie. On n'est pas au bistro avec une chope ! On est sur un pont de singe avec cent mètres de vide en dessous. Oui ! Mais c'est joyeux ! Parce qu'après, on s'embrasse, on se félicite, on est tout content !

Je répète ces trois valeurs : la chaleur de l'amitié, la sécurité du respect et la clarté, donc la motivation du sens. Cela a du sens ! On a envie d'y aller ! On voit où cela mène !

Ces deux histoires n'ont pas cessé de m'inspirer lorsque j'ai eu à rencontrer des difficultés de fonctionnement dans une famille. « *Mon enfant n'écoute jamais rien ! Il n'en fait qu'à sa tête ! Il est toujours rebelle ! Il reste dans sa chambre ! Il ne descend plus pour le repas ! Il ne veut plus aller à l'école !* » Tous ces symptômes me rappellent Michel. Et je dis qu'il n'y a pas suffisamment de merveilles et de conscience de la merveille dans cette cellule familiale pour que l'enfant ait le goût de descendre de sa chambre, de partir vers l'école ou vers d'autres activités. Est-ce qu'il y a dans cette famille un appel vers quelque chose d'inspirant ? Ou est-ce que les choses sont rançonnées : « *Faut aller à l'école, parce que t'as pas le choix, c'est comme ça ! Faut manger ensemble ! Pourquoi ? Parce que c'est comme ça !* »

Comment les valeurs sont-elles transmises ? De façon alléchante, attirante, parfumée ? Y a-t-il un bon repas qui donne envie de descendre et de se mettre à table ? Ou s'agit-il d'un impératif de fonctionnement ? Est-on dans l'être ou dans le faire ? *Faire* ses devoirs... *Faire* à manger... *Faire* l'école...

J'ai encore eu l'occasion d'observer d'autres fonctionnements. Des parents m'amènent un enfant en disant : « *Il se bagarre sans cesse, il commence à faire de la petite délinquance, il commence à fumer des joints... On est inquiet !* » Chaleur de l'amour ? Est-ce que l'amour est vraiment inconditionnel pour cet enfant ? Est-ce qu'il se sent vraiment aimé, quoi qu'il fasse ? Ou est-ce que son comportement est pour lui le moyen de vérifier : « *Est-ce que vous m'aimez vraiment, jusqu'au bout ? Est-ce que vous allez m'aimer, même délinquant ?* N'y a-t-il pas là une sorte de quête, pour sentir si l'amour est sûr ?

Respect ! Est-ce que vous acceptez que ce jeune ne sera peut-être pas le futur ingénieur que vous verriez bien reprendre la boîte familiale ? Il est peut-être poète, ou artiste... Il a peut-être envie de faire des études artistiques... Ou de suivre des ateliers créatifs ? Respect... pour sa spécificité ! Condition du sens !

Arrivez-vous à discuter à table des enjeux du sens ? « *Ah oui ! On se parle ! On se dit tout !* » J'ai souvent entendu cela : « *On se dit tout !* » Oui ! *Bla bla bla...* Mais est-ce qu'on s'écoute ? Tiens quand mon fils dit : « *J'en ai marre de l'école* », moi j'enchaîne : « *Bah ! ce n'est pas grave...* » Et puis, je parle de mon projet à moi. Autre chose serait de demander : « *T'as ras-le-bol de l'école ? Qu'est-ce que tu veux dire ? Tu es déçu par ce qui s'y passe, pour le moment ?* Ou bien, disons-nous plutôt : « *Taratata ! il faut aller à l'école !* » Eh ! Et le sens !? Et l'inspiration !? Et la merveille d'être en vie !?

Je pense – et de plus en plus – que les jeunes sont aujourd'hui beaucoup plus exigeants sur la question du sens. Beaucoup d'entre nous ont fait un tas de choses, parce qu'on n'a pas eu le choix, parce que c'était comme ça ! Il fallait le faire ! J'ai si souvent entendu : « *Tu feras ce que tu voudras, quand tu seras chez toi, plus tard ! Mais tant que tu es à la maison, tu fais ce que je te dis !* » Bon !

C'était quand mes parents étaient un peu à bout... Sinon, ils étaient quand même pleins de bonnes intentions et soucieux de composer. Moi, j'étais très questionnant sur les enjeux du sens. Je voulais connaître *l'essence du sens*... Je ne me contentais pas du : « *Faut aller à l'école, parce qu'il faut ! Parce qu'il faut grandir et avoir un bon métier plus tard !* » Mais pourquoi ? si c'est pour tourner comme un fou dans les embouteillages, pour se retrouver au chômage ? Cela n'a pas de sens ! C'est quoi au juste la réponse ? Pourquoi on travaille, pourquoi on étudie, pourquoi on s'astreint, pourquoi on se concentre, pourquoi on passe huit heures par jour assis devant des bouquins ? C'est quoi le sens ?

Eh bien, je crois qu'aujourd'hui les jeunes nous disent quelque chose à ce propos, ou bien qu'ils nous le font comprendre par leurs comportements. « *Dis moi le sens de ce que tu me demandes, je verrai si j'adhère... Et puis, si j'adhère pas, tu peux toujours courir...* » Cela nous interpelle pas mal ! Mais, en tant qu'adultes, avons-nous un jour questionné nos propres comportements ? Nous sommes-nous demandé pourquoi nous faisons ceci ou cela ? Et quel en était le sens ? Et en quoi nous étions ou en quoi nous n'étions pas habités par le sens ?

Je ne dis pas que toutes les choses à faire sont nécessairement joyeuses en elles-mêmes. Bien évidemment ! Je nous demande simplement de vérifier si nous restons inspirés par le sens de ce que nous avons mis en place ? Nous avons choisi de nous mettre en couple, nous avons choisi de faire des enfants, nous avons choisi de leur donner une éducation... parce que nous pensions que cela en valait vraiment la peine. Nous avons choisi de conduire nos enfants au sport, parce que nous pensions que c'était pertinent de se déployer et de faire des efforts. Et aussi de faire une activité, la musique, ou la danse. Nous avons choisi tout cela. Bien sûr ! Mais une fois qu'il s'agit de mettre tout cela en place..., nous courons beaucoup... Mais sommes-nous pertinents dans la course ou sommes-nous tout juste en train de le faire, sans la conscience et sans la joie du sens qu'elle peut ou qu'elle pourrait avoir ? Certes, nous assumons les choix que nous avons faits... Mais, parfois, nous aimerions aussi disposer d'une journée tranquille à ne rien faire du tout... Et parfois nous nous l'accordons, justement, pour décompenser...

Il y a une distinction utile et précieuse entre le *faire* et l'*être*. Par exemple, je peux *faire* la vaisselle, si personne ne la fait, parce que si je la fais pas, personne dans la maison ne la fera... Et donc, je *fais* la vaisselle ! Mais avec quelle énergie ? Je suis dans le *faire*. C'est une fonction. Je peux aussi prendre conscience du « *Pourquoi je fais la vaisselle* ». Je fais la vaisselle... parce que je tiens beaucoup à l'ordre. Je tiens beaucoup à la propreté, à l'hygiène, à l'harmonie... Et, parce que j'ai un peu de jugeote et que ces valeurs-là ne tombent pas du ciel. Oui mais ... « *Si tous les jours je ne travaille pas à l'ordre, à la propreté, à l'hygiène et à l'harmonie, alors c'est le boxon !* » (Passez-moi l'expression). Donc je fais la vaisselle, non pas parce qu'il faut, parce que je n'ai pas le choix, mais parce que j'ai choisi une certaine qualité de vie et que j'accepte les conséquences désagréables d'un tel choix.

Il y a donc là la manifestation d'une valeur et, quand je suis habité par cette valeur, je suis plus détendu que quand je suis piégé dans ou par le *faire*. Parce que je me rappelle alors que je suis simplement un être humain en train d'avancer vers son objectif ; pas simplement une sorte de robot exécutant des tâches à *faire* !

Mais pour réaliser ou vivre ce petit moment de réflexion, cela demande de s'installer avec soi, pour vérifier « *Pourquoi je fais ça ?* » Quel en est le sens ? Qu'est-ce qui m'inspire là-dedans ? Et cela n'apparaît pas tout de suite.

Au contraire, si je dis à mon enfant : « *Il faut faire la vaisselle parce qu'il faut faire la vaisselle.. ! Et puis, moi, j'en ai ras-le-bol de la faire ! Et c'est comme ça !* ».. ce n'est guère intéressant, ce n'est guère efficace... Cela va vous demander à nouveau de la disponibilité pour reclarifier avec votre enfant vos valeurs communes et pour vérifier sa possible adhésion.

Parmi les jeunes dont nous nous sommes occupés dans l'association, certains ont pu bénéficier d'une expérience qui les a conduit au déclic et qui les a fait comprendre qu'on pouvait vivre autrement. Mais tous ne sont pas devenus de gentils garçons, du jour au lendemain, bien évidemment. Et je pense à Jo qui est reparti dans sa galère, pendant trois ans, après avoir fait plusieurs stages avec nous. Comportement de dealer, prison, drogues, prostitution... Et puis, après un nouveau séjour en prison, Jo revient et il nous dit : « *Je reviens vers vous, parce que vous êtes mon seul bon souvenir... Si loin que je tourne ma mémoire, les seuls souvenirs chaleureux, chauds, réchauffants, inspirants, qui me donnent l'odeur d'une bonne soupe, c'est ceux que j'ai vécus avec vous. Et donc, je m'oriente vers vous !* »

Cela ne manque pas de nous éclairer ! Si nous voulons que les choses s'orientent d'elles-mêmes vers le bien, le beau, le bon..., créons-en les conditions. Si à la table familiale, les conversations sont joyeuses, animées, nourries, inspirées... c'est alors attirant d'y participer. Je suis content d'y descendre, même si j'ai envie de *chatter* avec mes copains sur Internet. Venir à table, c'est chouette ! C'est gai ! On y mange bien, la nourriture est bonne. Il y a une bonne odeur. Il y a une ambiance agréable. Je me sens accueilli.

Mais si, à la table familiale, on ne parle que des choses « à faire », ou d'ennui, ou de difficultés, ou de tracas, ou de soucis ... c'est bien le dernier endroit où j'ai envie d'être. Je préfère *chatter* avec mes copains.

Si Jo revient vers nous après des années de galère, c'est qu'en lui une boussole intérieure s'est aimantée vers ce qu'il aime. Il a galéré longtemps et il a perdu le sens de sa boussole... Et pourtant, son aiguille s'est tout de même, à un moment donné, tournée vers ce qu'il aime : vers cette qualité de vie, vers le respect, l'entraide, le partage d'un projet commun.

Un jour, j'ai lu une jolie phrase dans une compilation d'articles traitant de la violence dans les banlieues en France (et je rends hommage à son auteur parce que la formule est belle). Il écrivait ceci : « *Si à la maison on se bat... eh bien partout où l'on se bat, je me sens à la maison ! Et si à la maison on chante, et bien là où l'on chante je me sens à la maison !* ». C'est à nouveau une invitation à voir dans quel climat, comme parent ou éducateur, nous créons la relation. Est-ce que je crée une ambiance de tension et de rapport de force : « *Je suis le patron, tu m'obéis ! Je suis le chef, c'est moi qui sait ! Toi tu ne sais pas ! Je suis le 'sachant', toi tu es le non sachant !* » ? D'où, véritablement, une séquence « gourdin – grotte », à tour de rôle. C'est tantôt le gamin qui balance des coups de gourdin et moi qui remonte dans ma grotte, et c'est tantôt l'inverse. Ou bien, au contraire, je crée plutôt une ambiance de feu de camp où on se sent bien... Où on est fédéré par le plaisir d'être ensemble. Ce qui ne veut pas dire qu'il n'y a jamais de conflit... Mais les conflits sont traités sur un plan d'humanité et non sur un plan d'hostilité.

Cela nous conduit à considérer quelques vieilles croyances dans le rapport de force. Ainsi : « *Il faut se battre dans la vie !* » L'éducation est souvent transmise comme ça : « *Attention, mon ami, parce qu'ici, c'est l'école ! C'est un milieu particulier... Mais plus tard, dans la vie, tu devras te battre et trouver ta place dans un monde de compétition !* » D'ailleurs, que voit-on quand on ouvre la télévision ou les journaux ? Nous avons véritablement créé un monde rempli de combats et de combattants ; un monde que nous déplorons, ensuite... Encore et toujours la guerre ! Encore et toujours des combats ! Mais n'avons-nous pas, en tant que conscience collective, créé ça depuis l'enfance en répétant sans cesse : « *Attention, tu dois te battre dans la vie !* » ?

Nous avons complètement loupé et oublié la merveille, la communion avec soi, avec l'autre, avec la vie... Et malgré nos bonnes intentions et nos valeurs de compassion et d'humanité, nous avons créé un monde de méfiance. « *Attention ! l'autre est peut-être un ennemi, un envahisseur, un compétiteur ! Et toi, tu n'es peut-être pas aussi valable que tu le crois ! Peut mieux faire !* » Si bien que, par méfiance, par doute, par peur, je ne sais pas très bien, je ne sais plus très bien ... qui je suis... Ni qui est l'autre...

Je pense que nous pouvons changer ce logiciel en changeant les croyances.

Une autre vieille croyance, encore assez courante et qui nous vient de la tradition judéo-chrétienne, est cette impression qu'il y a quelque chose de mauvais en l'homme, quelque chose qu'il faut expurger. C'est bien entendu une vieille idée, mais elle a longtemps imprégné la conscience collective. Je vous renvoie à ce propos aux ouvrages d'Alice Miller ⁽²⁾ et notamment à son ouvrage « *C'est pour ton bien* ». Rien que dans ce titre on peut sentir le frémissement devant le châtiment corporel. *C'est pour ton bien* !

Je ne crois pas du tout à cette idée selon laquelle il faut expurger quelque chose de mauvais. En m'occupant de jeunes dans la rue dont les comportements pouvaient être tragiques, j'ai pu voir leur richesse de cœur et leur difficulté à montrer leurs trésors intérieurs. Comme pour Michel..., la difficulté de goûter la merveille, parce que la porte d'accès ne s'est ouverte. Alors que quand on ouvre l'accès à la merveille, quel déploiement !

D'où vient une telle méconnaissance de l'homme et de son intimité ? Cette sous-estimation du trésor qui est en nous ? Et vous-mêmes, comme adultes, peut-être avez-vous perçus ces richesses en vous-mêmes, mais auxquelles vous avez peu accès. « *Je sens là une sensibilité, une délicatesse, une fantaisie, une créativité, dont je fais si peu usage, parce que je ne suis pas familiarisé avec ça. Pourtant, quand je vais au théâtre, quand je vais voir un spectacle de danse ou un concert..., j'ai le pied qui frétille, j'ai envie de 'faire comme...', mais je ne parviens pas à instaurer ça dans ma vie et je n'ai pas le temps d'aller faire un stage ou d'aller suivre une formation...* »

Ne ressentons-nous toutes ces ressources intimes dont nous faisons si peu usage, Personnellement, je crois profondément que nous disposons de très grandes ressources auxquelles nous avons peu accès par l'éducation. Celle-ci nous a largement coupés de nous-mêmes, à force de conditionnement. La bonne nouvelle, c'est qu'il y a précisément un conditionnement ! Réjouissons-nous donc de pouvoir comprendre le piège. C'est le premier pas pour en sortir. A l'inverse, si je ne comprends pas le piège, je reste dedans...

Le conditionnement consiste à avoir stimulé, voir sur-stimulé cette partie de notre intelligence intellectuelle : notre compréhension mentale. Nous savons très bien réfléchir, analyser, stocker des informations, faire fonctionner notre esprit logique et cartésien. Et, par rapport aux questions posées aujourd'hui, tout cela va nous conduire à vouloir résoudre les conflits par l'argumentation : « *J'ai raison, tu as tort !* » Et, effectivement, nous savons très bien argumenter et convaincre à coup de gourdin... C'est affolant ! Puis, quand nous en avons ras-le-bol et que nous nous épuisons, nous allons changer de tactique : « *Oui, c'est intéressant...* » Et nous rentrons dans notre grotte. Non parce que nous adhérons à la position de l'autre, mais parce que nous en avons ras-le-bol de cette chamaillerie. Or, notre adhésion est simplement le signe de notre fatigue. C'est une vieille habitude !

Cependant, pouvons apprendre à développer d'autres intelligences et à nous défaire de cette tragique coupure culturelle qui fait que nous sommes coupés de nos sentiments et de nos besoins. Certes, nous avons du mal à ressentir. Nous avons donc du mal à nous asseoir sur la chaise de la frustration, de la colère, pour les comprendre et les transformer. Nous les vivons de façon confuse et

2

Alice Miller est docteur en philosophie, psychologie et sociologie, ainsi que chercheuse sur l'enfance. Elle est l'auteur de nombreux ouvrages. Dans « *C'est pour ton bien* » (Ed. Aubier, 1985) elle dénonce les méfaits de l'éducation traditionnelle qui a pour but de briser la volonté de l'enfant pour en faire un être docile et obéissant. (N.D.L.R.)

chahutée et, souvent, pour expurger tout cela, nous sortons tout cela en vrac à la gueule de l'autre ou nous le calons sous le couvercle.

Nous sommes donc coupés de nos sentiments, mais également de nos besoins, de ce qui est au cœur de notre intimité, de ce que nous avons dans nos tripes. Et nous sommes aussi coupés de nos valeurs.

Nous sommes... coupés ! Parce qu'on nous dit : « *Faut pas écouter tes besoins ! Péché mortel ! Narcissisme ! Nombriisme ! Egocentrisme ! Non ! Il faut écouter les besoins des autres !* » Belle intention, bien sûr ! Intention généreuse, mais dont l'effet est piégeant. Comment en effet puis-je écouter l'autre adéquatement et au bon endroit, si je ne m'écoute jamais moi-même, adéquatement et au bon endroit ? Comment puis-je comprendre l'autre, tel qu'il est, et non tel que je rêverais qu'il soit, si je ne me comprends pas moi-même et si je continue de me rêver autre que je suis ?

Ma capacité à comprendre l'autre sera fonction de ma capacité à me comprendre moi. Et cela suppose un réflexe d'écoute de soi. J'ose l'appeler 'l'accès à l'intériorité', ce qui est très peu encouragé dans notre société où nous sommes valorisés sur '*le faire*', sur le savoir faire, sur les résultats obtenus, sur le paraître ; pas du tout sur *l'être*.

Ainsi sommes-nous piégés dans le fonctionnement d'une société que nous avons simplement et nous-mêmes créée, croyant bien faire, bien entendu....

Aussi, je vous propose de changer de logiciel en commençant de façon citoyenne, individuelle, par créer un espace d'intériorité qui nous permette d'abord de mieux cohabiter avec nous-mêmes et aussi avec l'autre, et puis avec la vie. Un espace d'intériorité, à savoir un espace de recul où le sens de la vie peut un peu plus et un peu mieux se décanter, et où nous sommes moins piégés dans l'immédiateté, dans l'habitude machinale de l'action – réaction.

On m'a fait ceci ? Je vérifie ce qu'on m'a fait... Je décanter et je réagis de façon adéquate et en tenant compte des conséquences.

Il y a là incontestablement un besoin de valeurs. La conscience même de ce besoin va nous aider à sortir de la dernière chape de béton qui consistait à ne pas savoir faire la démarche. J'ai une tête et j'ai des jambes... C'est pour pouvoir faire des démarches, sous forme d'une demande ou d'une action. Ce qui suppose que je clarifie ce que je ressens, parce que je le ressens. Comprendre mon besoin, parce que je le ressens. Et en clarifiant ainsi mon besoin, je découvre derrière un autre besoin. Car les besoins sont souvent comme les poupées russes, l'une cachant l'autre... C'est un processus de conscience. C'est le principe de la communication non violente. C'est entrer en non violence avec soi. C'est aussi apprendre à faire cohabiter les différentes parties de soi, en non violence les unes avec les autres. C'est apprendre à cohabiter avec l'autre, même si parfois ça frictionne pas mal... Ce qui, pour beaucoup d'entre nous, requière de nouveaux apprentissages.

Ainsi, des pièges s'insinuent dans notre façon de faire passer nos valeurs, alors même qu'ils risquent de nous amener à la punition pour obtenir ce que nous voulons (bâton par derrière) ou de nous conduire à la récompense pour que l'autre avance vers où nous voulons (carotte par devant). Si bien que nous faisons comme si nous avions en face de nous un âne, pas un être humain, attiré comme nous par la merveille d'être ensemble. Juste un âne, que nous allons battre ou récompenser !

Comme sortir de ça ?

Voici un premier piège fortement lié à notre éducation. Pour percevoir ce piège-là, je vous propose de nous remettre dans les baskets du petit garçon ou dans les sandalettes de la petite fille que nous avons été. Et cela, sans vouloir critiquer nos parents... Nos parents ont fait pour le mieux et avec leurs meilleures intentions, souvent même avec amour et, la plupart du temps, avec les moyens dont ils disposaient.

Je tiens d'ailleurs à ce que chaque génération soit respectée dans ses moyens. Ce qui va suivre n'est donc pas une critique des parents, c'est une appréhension du piège qui s'est enclenché autrefois et qu'aujourd'hui je peux mieux comprendre.

Remettons-nous donc dans nos baskets ou nos sandalettes. Nous avons souvent entendu des choses comme : « *Tu serais gentil de ranger ta chambre, s'il te plait ! Tu serais gentille d'aller aider maman à la cuisine... Tu serais gentil d'aider au jardin... Tu serais gentil de mettre ton beau costume pour aller chez bonne-maman dimanche. C'est sa fête et elle aimera bien ça ! Tu serais gentil de ramener de beaux points de l'école...* ».

Çà, c'est ce que nous avons entendu. Mais ce n'est pas ce que nous avons capté ou encodé. Parce qu'au moment du décodage, nous étions peut-être la marionnette de notre inconscient. Il tirait les ficelles, tout en nous laissant très peu d'espace de liberté. Ce que nous avons encodé est d'un tout autre ordre. Nous n'avons pas capté « *Sois gentil* » ou « *Tu serais gentille de...* », mais : « *Je t'aime si ! Si tu ranges ta chambre, si tu accomplis tes tâches ménagères, quand je l'ai décidé. Je t'aime si tu es serviable quand j'en ai besoin. Si tu mets les vêtements que j'ai choisis pour toi. Si tu performs à l'école, pour me rassurer, moi, ton parent angoissé !* »

Ce n'est évidemment pas cela que nos parents disaient... Ils nous donnaient sans doute juste un petit coup de pied au derrière, pour que nous avancions, et cela avec tout leur amour. Ce que je veux indiquer ici c'est que ces injonctions n'ont sans doute pas été dites comme ça, mais c'est comme ça que nous les avons comprises. « *On m'aime si je délivre un résultat. Si je performe. Si j'assume. Si je suis au bon endroit. Si je fais bonne figure. Si je me montre propre sur moi, bien gentil... Alors, on m'aime ! Mais si jamais je suis plus lent(e), si je respecte moins les consignes, si je fais des choses qui sont justes pour moi mais qui ne le sont pas pour les autres, on ne m'aimera pas. L'amour est à acheter !* »

Bien sûr que tout cela enclenche du même coup le piège du « *faire* » ! Nous avons tous beaucoup plus appris à *faire* des choses qu'à *être*. C'est d'autant plus piégeant qu'une partie des choses à faire est gratifiante et que cela « comble » une partie de notre besoin de responsabilité, d'implication sociale, d'appartenance à la communauté, de création, de contribution au bien-être de nos proches et aussi notre besoin fondamental d'exister et de co-crée la vie ensemble. Mais une autre partie du *faire*, si nous grattons un petit peu, ne correspond pas tant à notre don d'amour et d'implication dans la vie qu'à notre peur de ne pas recevoir l'amour des autres...

Scrutez donc et passez au scanner toutes ces choses que vous avez accepté de *faire* et vérifiez s'il y a encore des choses que vous acceptez aujourd'hui de *faire* parce que vous avez peur de ne pas être aimé...

Vous avez peur du coup de bâton. Alors vous cherchez plutôt la carotte. « *Si je fais tout bien, si je suis toujours la personne disponible, si je prête toujours mon échelle ou ma voiture, si je suis toujours en train de garder les enfants des autres... on va m'aimer ! J'aurai la récompense, la gratification, l'amour des autres. Mais à force de faire toutes ces choses, au-delà de mes limites, à force de ne pas arriver à dire non ! parce que je suis si gentil... ma cocotte-minute se remplit et, à un moment donné, j'explose !* »

Si au moins j'arrivais à exploser dans une bonne colère... Cela pourrait encore, peut-être, dégager et changer quelque chose... Mais souvent le conditionnement est si fort que je n'arrive pas à exploser. Tout est tellement rentré depuis si longtemps, que le couvercle de ma cocotte est scellé.

Qu'est-ce qui se passe alors ? Eh bien la catastrophe : j'implose ! Et c'est la dépression, la maladie, le burnout⁽³⁾ !

Je ne suis pas médecin, mais il me semble qu'un bon nombre de maladies sont liées à des émotions refoulées. On commence à comprendre ça ! On est tous rentrés un jour ou l'autre dans la cocotte... Mais si l'élan de vie est bloqué et qu'il ne peut pas sortir... dans une expression juste de soi, que se passe-t-il ? Eh bien il se retourne contre lui-même, il s'auto dévore ! Le cancer... serait ainsi un disfonctionnement de la vie. Toutes les cellules se mettent à réagir. C'est la vie qui se révolte ! Je pars alors en dépression, en maladie... Je dis ainsi que ce que je *réprime*, il faut que je l'*exprime* ! Ou alors, tôt ou tard, je *déprime*... C'est mécanique. En grande partie, tout au moins.

Quand je parle de « réprimer » ce qu'il faudrait que « j'exprime », ce ne sont pas seulement des mots. Ce n'est pas juste une colère à dire à temps et à la bonne personne. Ce n'est pas un « *Non !* » à signifier à bon escient, au lieu d'accumuler des « *Oui ! je suis gentil !* » Ce n'est pas juste de l'expression de choses ressenties, c'est aussi la manifestation de parties de soi ! Ces parties sont notamment les ressources dont je parlais tout à l'heure : ces parties de moi fantaisistes, artistes, créatrices, voyageuses, exploratrices... voire même fragiles, délicates ; autant de parties que je néglige et sur lesquelles j'ai mis le couvercle. Je ne les exprime pas. Donc, elles me tirent en bas.

C'est comme si j'étais un avion dont le moteur s'arrête. Cela demande de la vigilance pour, petit à petit, remettre les choses en place. Il ne s'agit pas de tout balancer et de partir au bout du monde, avec son sac sur le dos... Mais de se dire par exemple : « *Tiens, le voyage, tout compte fait, j'aime bien ça... Je vais m'offrir trois jours de randonnée...dans les Ardennes... Cela ne coûte rien ; je vais loger à la belle étoile. C'est faisable.* » Ainsi j'instille un peu de voyage dans ma vie. Ou de méditation. Ou de yoga. « *Oui mais, je n'ai pas le temps d'aller suivre un cours deux fois par semaine !* » Ou bien : « *Oui mais, je n'ai pas le budget !* » Eh bien... j'instille tout de même dix minutes de yoga, de détente, de musique, dans ma vie quotidienne. Ça ne coûte rien C'est faisable.

« *Tiens ! la danse, ça me ferait plaisir ! Mais je n'ai pas le temps d'aller suivre un cours de danse...* » Eh bien, j'instille chaque soir un petit 'tour' de danse, seul, ou avec mon conjoint, ou avec mes enfants. C'est à la portée de tout le monde. Et cette façon de parfumer sa vie est contagieuse. J'instaure la tisane dans la tisanière. Cela ne coûte pas cher, une tisane, mais ça parfume beaucoup.

Piège du *faire* ! Il est clair qu'avec une telle attitude, la disponibilité à l'autre n'est pas très grande ! On n'arrête pas ! On n'arrête plus ! On fait la vaisselle, on range la maison, on prépare le départ à l'école... Et puis, soudain : « *Si tu n'es pas dans la bagnole dans cinq minutes, je te supprime la liaison à Internet pour toute la semaine !* » Par contre : « *Si tu es prêt à l'heure, j'irai acheter ton jeans ce week-end !* » Punition ou récompense ! La petite mécanique est déclanchée ! Celle qui fait que l'âne va très gentiment faire ce qu'on lui dit de faire. Or, si l'âne fait très gentiment ce qu'on lui dit, eh bien il ne grandit pas, il obtempère.

Pour acheter la paix, l'âne mange sa carotte, il évite le coup de bâton, il rentre dans sa petite écurie ou dans son pré. Et, un jour, l'âne se retrouve à quarante-cinq ans... Et à quarante-cinq ans, il est peut-être devenu haut fonctionnaire, comme Jean, dans une grosse boîte. Il est consciencieux. Mais il a peur de la critique. Il prend la critique comme un coup de bâton. Il est très allergique. Donc il est très intolérant dans ses réunions. Il est insupportable pour ses collègues. Il a un poste de direction et il devrait être à même d'écouter la différence, de trouver des solutions concertées avec son équipe. Mais au lieu de cela, il implose, parce qu'il ne supporte pas la critique. En même temps, il est désespérément

³ Le Burnout (ou Burn Out chez les anglophones) est un syndrome d'épuisement professionnel, consécutif à l'exposition à un stress permanent et prolongé. N.D.L.R.

en quête d'appréciation. Il n'a pas appris à bien s'aimer. C'est un âne bien battu et qui cherche la carotte. Il est donc avide de compliments. Il se vante de ce qu'il fait, parce qu'il ne s'aime pas beaucoup. Il espère donc recevoir l'appréciation par le dehors. C'est pompant pour tout le monde ! On aimerait que Jean s'aime un peu mieux, qu'il s'estime un peu plus et qu'il soit un peu moins quémandeur. Qu'il ait la sécurité en lui ! Qu'il puisse accueillir des propositions différentes que les siennes...

De son côté, Jacqueline est une fille bien ! Elle a choisi d'être proche des gens. Elle adore les gens ! Elle a la relation humaine dans la peau. Jacqueline est infirmière et elle est très généreuse. Elle trouve beaucoup de joie dans son travail. Mais elle est tellement idéaliste qu'elle voudrait que tout le monde soit content, tout le temps ! Elle *fait* donc en sorte que tout le monde soit content, tout le temps !

Cependant, dans le gros hôpital où Jacqueline travaille, il y a une restriction du personnel. C'est donc difficile... Il y a toujours des patients qui se plaignent, ou qui geignent, ou qui font des critiques acerbes : c'est ainsi qu'ils expriment leur souffrance. Mais Jacqueline a du mal à voir que tout cela appartient à la souffrance des autres. Cela devient sa souffrance ! Et, pourtant, elle fait du mieux qu'elle peut ! En fait..., elle ne voudrait pas faire du mieux qu'elle peut, elle veut être la meilleure ! L'infirmière parfaite ! Celle qui fait tout bien, tout le temps ! Elle a tellement peur du coup de bâton de la critique, qu'elle cherche la carotte de l'appréciation totale, tout le temps !

Jacqueline est au bord du burnout. Dans quelques semaines, elle sera en dépression. Et sa bulle de générosité ne sera plus au service des gens. Elle s'installe petit à petit dans sa souffrance. Elle travaille à sa dépression. On aurait tellement préféré que Jacqueline s'aime un peu mieux et qu'elle ait un peu moins peur de la critique. Qu'elle cherche un peu moins l'appréciation et qu'elle ne tente pas à être la meilleure. Mais qu'elle ait plutôt conscience qu'elle peut, comme chacun de nous, et simplement, essayer de donner le meilleur d'elle-même, en acceptant ses limites, avec bienveillance, avec compassion pour elle-même. Des gens comme Jacqueline, il en existe des millions ! Cela ne s'est pas instauré comme ça, par hasard. Cela s'est mis en place à l'époque de la carotte et du bâton...

Comment sortir de ça ?

Je vous propose une autre illustration susceptible de nous indiquer comment nous pouvons aller vers la structure dont nous parlions tout à l'heure et qui nous invite à nous construire, à poser les piliers de la cathédrale ou les pilastres du pont. Comment pouvons-nous construire autrement que dans cet enjeu tragique du conditionnement « carotte – bâton » ?

Abordons donc quelques notions sur la structure.

Je travaille sur le double principe de la liberté et de la responsabilité dans les écoles. Mais, en fait... c'est quoi l'enjeu de la liberté ? C'est quoi : « être libre » ? Je pose la question aux adolescents...

Une réponse fréquente : « *Ah ! moi, je voudrais faire tout ce que je veux, quand je veux, comme je veux !* »

Ma réaction : « *J'adhère en partie à ta vision... Il y a effectivement en moi aussi une partie qui rêve de pouvoir faire tout ce que je veux, quand je veux, comme je veux...* »

Réplique : « *Oui, mais moi, c'est vraiment ce que je veux !* »

- *Ah oui, je comprends, tu rêves de ça. Mais regarde si c'est ça qui t'habite. Quelle est ta vraie conception de la liberté ? On va voir comment ça marche... Tu es en train de marcher sur ton chemin et t'arrives à un carrefour. Là, tu vois plusieurs chemins devant toi. Que vas-tu faire avec ta conception de la liberté ?*

- *Ah ben ! c'est simple, je vais prendre tous les chemins, à gauche, à droite, comme je veux !*

- *Oui, je comprends de nouveau ton rêve que tous les chemins soient possibles en même temps... Mais regarde un peu comment ça se passe concrètement dans la dimension 'espace – temps'. Tu n'auras pas fait un pas sur le chemin-là qui te tente, que tu découvriras que tu as refusé tous les autres. Bien entendu, tu peux très bien constater, en marchant, que c'est vraiment le chemin qui te convient... Mais tu peux aussi revenir au carrefour pour prendre un autre chemin qui te tente pas mal, lui aussi. Tu n'auras pas fait un pas sur ce nouveau chemin que tu ressentiras que tu as donc renoncé aux autres... Or, ce renoncement-là n'intervient pas pour t'emmerder, mais pour te permettre d'avancer sur le chemin que tu as choisi. Ben oui ! Si tu ne choisis pas, tu n'avances pas ! Imagine que tu dises : c'est mon chemin, je vais par là, je l'ai choisi... Tu fais un pas... et puis tu te dis : oui, mais l'autre n'était pas mal non plus. Mais j'ai quand même choisi ! Il faut que j'aille par là. Oui, mais celui-ci n'est pas mal... C'est que tu n'as pas choisi ! T'avances pas ! Tu stagnes...*

Il n'y a pas que les adolescents qui pensent comme ça... De nombreux adultes sont aussi comme ça : « *J'ai choisi la vie de couple... Oui, mais la vie d'aventure et la vie de célibataire... c'est quand même bien agréable aussi ! Oui..., mais la vie de couple, c'est bien ...* » Ou bien : « *J'ai choisi de gagner ma vie de façon sécurisante et structurée. Donc je suis plutôt dans une entreprise ou une administration, comme salarié. C'est pas mal. Oui mais, indépendant ce serait bien aussi... Oui mais, enfin, la sécurité c'est pas mal...* »

Au lieu de me déployer pleinement dans ce que je fais, je suis tiraillé. Cela comporte donc, par nature et par essence, ce mot particulier qui n'est pas courant dans notre culture en dehors de quelques circonstances tragiques : des *deuils* ! Je ne peux exercer ma liberté d'avancer sur mon chemin si je ne fais pas systématiquement le deuil des chemins que je laisse de côté. Faire son deuil, c'est ici constater que, oui, j'aurais aimé prendre ce chemin-là... Il a l'air super. Il m'aurait sans doute permis de... Je devine telle perspective derrière... Mais, dans la balance, je perçois bien que l'autre chemin a plus d'attrait. Donc je renonce en toute conscience à ce chemin-là, pour pouvoir avancer pleinement sur celui que je choisis. Ces mots : « en toute conscience » constituent la phrase du deuil. C'est par là que j'ai choisi. C'est très bien. Mais je suis encombré par quelque chose qui me tire de l'autre côté. Si je n'entre pas dans ma vie de couple en ayant lâché le plaisir de la vie de célibataire, je ne suis pas vraiment dans mon couple. Il y a quelque chose qui me tire la jambe et qui m'empêche d'être là, présent à l'autre.

Si vous entrez dans votre vie d'employé ou d'indépendant, mais avec la nostalgie de ce que vous avez quitté, cela vous empêche d'être pleinement là... Et ainsi de suite...

Alors le gamin me dit : « *Ah bon ! Tu es en train de me dire qu'au fond, la liberté, ça ne va pas sans renoncement...* » « *Oui ! c'est absolument ça ! Ce n'est pas parce que tu fais des choix que c'est tout bénéf !* »

Personnellement, je peux témoigner qu'il m'a fallu arriver à l'âge de trente-quatre ans pour prendre enfin conscience que si je voulais vraiment avancer devant toutes ces portes que je gardais ouvertes, il fallait que j'en élise une et que je renonce à toutes les autres. Et j'ai bien failli être piégé par mon attentisme, ce côté adolescent qui m'incitait à garder toutes les portes ouvertes. Il y a là comme un refus de nous incarner, là, maintenant, par peur du renoncement.

Tous nos comportements ont des conséquences. Si je transgresse une valeur reconnue comme utile pour notre communauté, cette transgression a une conséquence. Quel est le risque pour la communauté ? De voir son bien-être fragilisé ou remis en question. S'il y a dommage, celui-ci mérite réparation. A partir de là, il est important d'envisager la sanction adéquate sous deux angles : elle doit être un signal clair qu'une valeur convenue (à laquelle on adhérerait tout d'abord et donc : non imposée) est en cause ; et elle doit découler d'une convention selon laquelle il doit y avoir une mesure adéquate

de réparation. Ce processus amène infiniment plus de citoyenneté et de responsabilité. C'est heureusement (de plus en plus souvent) de mise sur le plan judiciaire. Cela commençait à se préciser, il y a une bonne vingtaine d'années, quand j'étais avocat.

Je me souviens d'avoir assisté à la première mise en application d'une telle sanction adéquate. Des gamins étaient entrés dans un hôtel particulier, à Schaerbeek. Ils avaient cassé un peu tout et ils avaient volé deux ou trois objets. Et, surtout, ils avaient déposé quelques souvenirs très personnels en déféquant à différents endroits de la maison, vraiment par vengeance vis-à-vis de cette maison bourgeoise.

La maison est donc dans un état lamentable et le juge a la bonne idée ..., plutôt que de punir en disant : « *Vous allez faire quelques jours de prison, ça vous apprendra ce qui est bien et ce qui est mal...* », de leur dire : « *Vous allez réparer, vous allez ramasser vos crottes...* » Alors, voilà les petits malins, frondeurs dans la rue, en train de ramasser leurs affaires dans des sacs en plastique. Là ! ils reçoivent une fameuse leçon de conscience. « *Effectivement, j'ai transgressé... ; effectivement je suis rentré chez l'autre et j'ai fait du grabuge..., effectivement c'est dégueulasse et ça pue, effectivement je suis responsable de ça et j'assume, et je nettoie.* » Pour les avoir rencontrés par la suite, je peux vous dire qu'ils étaient drôlement secoués d'être mis ainsi... le nez dans leur caca..., comme on fait avec les petits chats.

Tous nos actes ont des conséquences... Et la sanction ne doit pas être annoncée comme une menace : « *Attention, si tu fais ça, il y aura ça...* » La principale idée est ici liée à la prise de conscience : « *Attention, tel type de comportement comporte tel type de conséquence...* » C'est très différent. « *Si tu restes sur Internet toute la semaine, je ne suis pas assuré que tu auras suffisamment étudié pour ton examen. Alors... est-ce que cela te va de rester toute la semaine sur Internet ? Si tu choisis ça, tu ne sors pas le week-end et tu repasses ton examen. Je vois mal comment tu pourrais à la fois être sur Internet toute la semaine et encore sortir le week-end... Qu'en penses-tu ?* » Ce n'est donc pas : « *Je te supprime ton week-end, c'est ta punition !* » C'est : « *C'est la conséquence d'un acte que tu as toi-même choisi... Et moi, je t'invite à te responsabiliser. Et je discute avec toi.* » Mais je suis aussi capable de dire : « *Ah bon, tu te sens complètement prêt pour cet examen, tu es parfaitement à l'aise, tu l'as déjà révisé et tu n'as donc pas de souci à sortir aussi ce week-end...* » Je peux entendre ça. J'ai en face de moi quelqu'un que je souhaite autonome et libre. Je ne vais pas lui imposer ma façon d'être et de penser. J'entre dans une concertation. Ainsi se conjuguent les notions de liberté et de responsabilité.

Voyons à présent le rapport à la règle. Bien des gamins me disent : « *Je n'aime pas la règle, elle m'empêche de vivre.* » Je peux comprendre, la règle est parfois contraignante. Alors je leur dis : « *Que penses-tu du feu rouge, par exemple ?* » « *Oh ! le feu rouge ça m'emmerde ! Ça m'empêche de traverser la ville avec mon vélomoteur à la vitesse que je veux !* » « *Eh oui, c'est vrai ! C'est sûr ! Mais regarde, tu n'es pas tout seul, on est dans une communauté d'êtres humains et on est nombreux. Ça fait partie des circonstances de notre incarnation... On les accepte ou on ne les accepte pas. Mais imagine simplement que tu veuilles sortir le vendredi soir. Tu es sur la grand-place et tu veux te rendre à Waterloo. On est vendredi soir, à cinq heures. Tout le monde sort des bureaux et part en week-end. Tu fais quoi de ta liberté de circuler avec ton vélomoteur, s'il n'y a pas de feu rouge ? Tu peux voir que le feu rouge n'est pas ton ennemi, mais ton allié !* » C'est effectivement la structure que les êtres humains ont trouvée pour s'adapter à la circulation abondante, pour permettre aux citoyens d'exercer leur liberté de circuler en sécurité. Alors, cela comporte une contrainte... « *Tu ne circules pas exactement à la vitesse que tu voudrais, en fonçant dans la ville. Mais ça permet ta liberté de circuler en sécurité. Le feu rouge est ton ami, pas ton ennemi...* »

Avons-nous suffisamment conscience de ce que la règle est là pour traduire une valeur ? C'est ce qui devrait la rendre concrète, incarnée et proche de nous. On ne respecte pas le feu rouge parce

qu'il faut le respecter, mais parce qu'il est un indicateur de sécurité. Et c'est si vrai que la chose n'a aucune valeur en soi. Aux carrefours où ils ne sont pertinents, parce qu'ils freineraient la fluidité du trafic, on place plutôt des sens giratoires.

Bien entendu, nous adoptons une tout autre démarche ou stratégie quand il s'agit de mon besoin de sécurité vis-à-vis de mon petit enfant. Nous aurons sans doute alors une attitude un peu plus contrôlante, parce qu'il a deux ou trois ans et que nous n'avons évidemment pas envie qu'il tombe dans la rivière ou qu'il place ses doigts dans la prise électrique. Par contre, s'il a quinze ans, notre besoin de sécurité nous amènera plutôt à l'inviter à se faire confiance et à oser sortir vers le monde. Nous voulons le voir s'épanouir et nous l'encourageons donc à sortir, à avoir confiance en lui ; alors que quelques années plus tôt, c'était : « *Reste ici !* » Même besoin, mais stratégie différente.

Pour clarifier la règle, notre attitude vis-à-vis d'elle est importante. Je travaille cela avec les gamins. Imaginez que vous soyez une bande de vingt jeunes, sur un terrain vague, au soleil. Qu'allez-vous faire ? Oh ! je dispose de toutes sortes de réponses... « *Ben... on va glander...* » Ou bien : « *On va aller faire un mauvais coup dans le quartier...* » Imaginez que je vous impose la contrainte de diviser ce terrain vague en deux parties. Imaginez que je vous impose ensuite de diviser ce groupe en deux sous-groupes égaux. Et puis, contrainte subtile, que je vous donne un seul ballon pour les deux groupes... C'est du football, uniquement basé sur la contrainte acceptée...

Et le jeune d'être le premier à dire « *Hors jeu !* » ou « *La partie est terminée !* » et à faire valoir la règle, parce que celle-ci est la condition même du jeu. Ici, c'est parce qu'il y a règle... qu'il y a jeu. Et si le jeune est fatigué du football, il peut aller jouer au tennis, ou au handball, ou peu importe... Et chaque fois, il retrouvera la règle du jeu. Et s'il en a ras-le-bol du sport, il fera une partie de whist ou de bridge. Et là aussi il va retrouver la règle. Elle est partout en tant que structure qui permet du plaisir. Et s'il veut faire de l'escalade sans accrocher son baudrier, il va s'écraser et devenir un petit crachat de matières organiques. C'est la règle : baudrier et ceinture qui permettent de monter en sécurité... Et ainsi de suite.

La règle est notre alliée, elle n'est pas notre ennemie. Elle nous permet de vivre. De nouveau, cela demande une vigilance citoyenne pour vérifier si la règle est au service de la vie ou pas. Et là, nous retrouvons le risque de la carotte et du bâton. C'est que, plutôt que de voir en face de nous un être qui a un esprit, une intelligence intellectuelle, une conscience de ce qu'il vit dans son intériorité, avec ses sentiments et ses besoins ; et qui est capable d'une démarche personnelle, nous risquons à nouveau de mettre en place le mécanisme d'une poulie ou d'une roue dentée... Dans une roue dentée, si j'influe un mouvement d'un côté, l'autre roue tourne de l'autre côté. C'est automatique. Et Alice Miller décrit cela admirablement dans son livre : « *C'est pour ton bien !* ».

Le phénomène hitlérien n'est pas venu par hasard. Tout un peuple éduqué, dressé à distinguer qui détient le bien et qui détient le mal, suit un chef charismatique qui leur promet de les sauver de la misère. Le mal, l'ennemi, c'est le peuple juif ! La roue dentée tourne de ce côté-là et tout le monde suit, sans conscience, avec le respect d'une règle déconnectée des valeurs.

Je terminerai mon exposé, sans prétendre avoir fait le tour de la question, en indiquant que lorsque nous sommes dans un rapport d'éducation, il peut nous venir (parce que nous sommes à bout ou fatigués) le réflexe de vouloir punir, parce que le manque de forme ne nous permet pas de voir clairement comment nous pourrions faire autrement. Ou nous pouvons avoir le réflexe, pour les mêmes raisons, de vouloir proposer une récompense, parce que nous ne savons plus très bien comment faire autrement pour aiguiller l'autre... Vérifions alors pourquoi nous tenons tellement à cela. Quel est vraiment notre besoin derrière ça ? Et comment pouvons-nous formuler notre besoin de façon que ce soit aussi stimulant pour l'autre, pour que cela fasse sens. Que ce ne soit pas juste le feu rouge pour le feu rouge, mais le feu rouge comme un élément nourrissant le bien-être et la sécurité. Comment

pouvons-nous en revenir au principe du bien-être, même si la règle qui y conduit comporte des conséquences désagréables ?

La première question porte donc sur soi : « *Comment puis-je clarifier les enjeux en les rendant vivants et en les ancrant dans la vie ? Comment puis-je être inspirant et donc dire : viens par ici, ‘ça a ben du sens...’ ?* »

La seconde question est de savoir comment je peux clarifier mon attitude pour dispenser les valeurs auxquelles je crois, en sorte qu’elles soient cohérentes avec ma façon de les partager ou de tenter de les promouvoir. Exemple : je souhaite que les êtres humains soient ouverts, autonomes, responsables, généreux ; qu’ils s’impliquent, qu’ils s’engagent, qu’ils adhèrent. Mais alors : est-ce que “soumettre quelque chose” est une façon pour inviter les autres à adhérer ? Est-ce que “contraindre” est une invitation à devenir responsable ? Marshall Rosenberg qui a mis au point la communication non violente (dont je vous ai entretenu un tout petit peu) pose la question : *pour quelle raison est-ce que je souhaite que l’autre adhère à ce que je lui demande ou qu’il obtempère à ce que je lui transmets ?* Et de l’autre côté, *pour quelle raison l’autre souhaiterait-il exécuter ce que je lui demande ?* Par peur de représailles ? Par honte de déplaire à papa ou à maman ? Par culpabilité, si on ne fait pas son devoir d’étudiant, d’élève, de fils, de fille ? Et est-ce que je souhaite que l’autre agisse avec ce carburant-là : la peur, la honte, la culpabilité ? Est-ce cela le rêve que, nous humains, nous avons ? Fonctionnons-nous par honte, par peur, par culpabilité ? Ou est-ce que nous souhaitons que l’autre agisse par adhésion ?

C’est là que nous avons sans doute encore des apprentissages à faire. Nous n’avons pas appris les ressorts et le langage de la vie intérieure. Nous avons appris à *faire*, à donner des instructions ; nous n’avons pas appris à *être*.

Je vous propose simplement de constater cette difficulté, non pour nous dire que c’est impossible, mais pour dire : « *Ah oui ! je réalise qu’il y a des apprentissages à faire.* » C’est dans ce sens là que je vous propose de travailler notre échange par la suite...

Le débat

Ivan Vanaise : J'ai établi quelques liens entre les questions ou les réflexions que les participants ont inscrits sur les fiches qui ont été distribuées. Dans un deuxième temps, vous aurez directement la parole pour intervenir.

Voici une première question à propos de l'adulte : mon regard d'enfant s'attendait à autre chose. Mes parents m'ont inculqué le respect de l'autre et des biens, et je pensais donc que tous les adultes étaient eux aussi respectueux... Et que le passage de l'enfance à l'âge adulte était forcément un moment ou un événement particulier. Aujourd'hui, je pense qu'on n'est jamais vraiment adulte, tel que je l'imaginai en tout cas... Mais qu'on progresse, si on le veut. Et cela, sans cesse !

Et voici une interrogation : Beaucoup de parents acceptent de plus en plus de choses de leurs enfants. Or, ceux-ci les testent, toujours plus loin, pour savoir jusqu'où ils peuvent aller. Alors, comment trouver et placer les bonnes règles ?

Et voici encore une autre question : peut-on appliquer tout cela..., je veux dire ces principes et ces règles, à un tout petit enfant de deux ans ?

Thomas D'Ansembourg : Cet enjeu du respect est vraiment au cœur de l'actualité. Nous avons connu la crise de l'enfant roi à qui on laisse tout faire, parce qu'on ne sait plus comment lui indiquer les repères nécessaires. Cela s'est retourné contre nous. Nous avons fait des enfants sans limites et qui, finalement, ne sont pas heureux, parce qu'ils n'ont pas de périmètre. Ils ne trouvent donc pas leur centre. Pour trouver son centre, il faut sentir qu'on dispose d'un périmètre. L'agissement attendu des parents est donc d'être au clair par rapport à leur propre périmètre. C'est selon moi la meilleure façon pour indiquer des limites.

Je veux dire par là qu'il ne s'agit pas tant de désigner les limites des autres que de faire respecter les siennes. C'est cela qui est guidant ! Je ne peux employer n'importe quel mot pour parler à maman ou pour m'adresser à papa. Papa m'indique quand sa limite est dépassée : *« Stop ! je voudrais du respect ! Tu pourrais me dire cela autrement ! Tu peux choisir d'autres mots ! Stop ! Ces mots-là, tu peux les employer à la récréation si tu veux ; je n'ai pas de pouvoir là-dessus. Mais je ne veux pas les entendre à la maison. Ici, je souhaite qu'on s'exprime avec un langage qui soit plus clair, plus généreux et plus beau. S'il te plait ! Est-ce que tu comprends ça ? Et je t'indique aussi, par mon attitude, et ma vigilance, que j'ai un espace et que je suis au centre de cet espace. Et que si tu entres à l'intérieur de mes frontières, je peux tolérer de l'humour et je peux tolérer que mon enfant me traite de gros patachon, si c'est à l'intérieur d'un moment de câlin. Mais si c'est dans un moment d'hostilité, je ne suis pas d'accord ! »*

Et tout cela, je l'indique avec un ton qui n'est pas en train de montrer que je ne l'aime plus. Je lui signale avec un ton qui annonce que, pour vivre dans l'amour commun, l'ingrédient du respect est vraiment très précieux. *« Je tiens à te respecter et je n'emploie pas des noms d'oiseaux à ton égard. Je ne te traite pas de toutes sortes de trucs. Je ne dis pas que tu es paresseux, 'je m'empoutiste' et traînard. Par contre, effectivement, si j'ai des préoccupations par rapport à certaines choses, je t'évoque mes besoins. Si tu restes dans ton lit jusqu'à dix heures du matin, j'ai besoin d'être rassuré. J'ai besoin de savoir si tu seras disponible pour ton cours de piano, j'ai besoin de savoir si tu ne vas pas louper ton engagement pour la partie de foot. Je t'indique ça. Mais je ne te dis pas que tu es paresseux... »*

Vous voyez que l'invitation consiste à trouver un langage qui nous permette de nous situer à l'intérieur plutôt qu'à l'extérieur de la relation. Je sais que c'est difficile. Je sais que cela suppose des apprentissages. Parmi vous, je pense pouvoir dire que ceux et celles qui ont acquis une certaine aisance

en informatique ont tout d'abord suivi une formation ou un stage. Et ceux et celles qui disposent d'une certaine aisance dans une langue étrangère l'ont tout d'abord apprise. Je pense que presque tout le monde dans cette salle a appris à conduire une voiture. Comment avez-vous appris toutes ces choses ? En vous impliquant. En y consacrant du temps. Nous nous sommes donné cela comme priorité, à un moment donné, et maintenant nous avons l'aisance pour fonctionner. Mais rappelez-vous vos premières démarches avec l'informatique. N'aviez-vous pas envie de tout balancer par la fenêtre ? Et d'en rester à votre vieille machine à écrire ? Rappelez-vous vos premiers balbutiements dans l'apprentissage d'une nouvelle langue pour en intégrer la structure et la grammaire. Rappelez-vous le pédalier de la voiture, et l'embrayage, et le changement de vitesse, et le fait de penser à mettre le clignotant, et le code de la route... Tout cela à intégrer et à mémoriser ! Difficile ! Et pourtant, maintenant, vous êtes dans l'aisance... Vous avez intégré ! Cela fait partie de vous. Qui se préoccupera encore, tout à l'heure, en prenant sa voiture, de tous les gestes nécessaires ? Cela va tout seul ! C'est pourtant passé par le stade de l'apprentissage.

Ma proposition est de comprendre que ce que je vous invite à assimiler aujourd'hui est assez nouveau. Cela demande de l'apprentissage. Cela ne va pas tomber tout seul. Vous n'arriverez pas à vous piloter dans la relation tout seul, comme vous ne seriez pas arrivés à rouler tout seuls en voiture, si un guide ne vous avait dit comment on embraie, comment on change de vitesse, comment ça fonctionne...

J'en reviens à la question posée à propos du petit enfant. Bien sûr que c'est un être humain qu'on a en face de soi ! De nouveau, on n'est plus là dans un rapport de pouvoir, mais dans un rapport de collaboration et de fréquentation, de personne à personne.

Il se fait qu'il y a les apprentissages de la vie. Ainsi, je suis sur la planète depuis un peu plus longtemps que mon enfant... J'ai donc conscience de certaines conséquences qu'il n'a peut-être pas encore intégrées. Et je vais les lui indiquer. Mais ce n'est pas parce que je suis un « sachant », avec le pouvoir de celui qui fait face à celui qui ne sait rien ! C'est juste parce que j'ai acquis un peu plus d'expérience et que je suis devant quelqu'un qui est plutôt nouveau sur terre. On est donc là dans un écolage mutuel.

Quel est le parent qui ne peut dire : « *Qu'est-ce que mes enfants m'ont appris ! Je me retrouvais à l'école ! J'étais l'élève ! Mes enfants m'ont appris la patience, la disponibilité, l'attention, la présence... Je ne savais pas tout ça, moi qui court tout le temps... J'ai appris à être présent, parce que mes enfants, eux, sont bien là !* » C'est une vraie école !

Je pense profondément qu'il n'y a pas d'âge pour fonctionner dans l'être. Personnellement, j'ai élevé mes enfants de cette façon-là et ils ont complètement été sidérés en découvrant à l'école qu'existait un système « *punition – récompense* ». « *C'est quoi, la punition, papa ? Mes copains se font punir à la maison. Ça veut dire quoi ? Jamais je n'ai été puni à la maison.* » Si quelque chose ne correspond pas aux qualités des valeurs qu'on voudrait vivre ensemble, on en parle, on s'assoie, on cause, et on comprend ensemble. On ajuste. Et c'est une fête. Ce n'est pas une peine. C'est une proposition.

I.V. : Pour assurer une suite logique dans notre réflexion, je vais sélectionner certaines interventions en fonction de ce que vous venez de dire. Une personne dans la salle écrit : *pour que ça marche, il faut être deux !* Et un autre, à propos de la discussion : *j'aime qu'on puisse trouver des solutions ensemble et qui conviennent aux deux parties. Mais j'ai malheureusement l'impression qu'il est impossible de discuter avec certaines personnes, tant elles pratiquent le déni du problème.* Alors, que faire lorsqu'on est confronté à des personnes qui discutent plutôt de la forme que du fond, au cours d'une conversation ?

T. D'A. : Je ne sais si ma réponse va vous convaincre... J'aimerais en tout cas la partager avec vous et témoigner de ceci : il ne faut pas être deux pour transformer une relation ! Si vous êtes dans une partie de ping-pong, il ne faut pas être deux pour décider d'arrêter. Vous pouvez décider : « *Je pose la raquette...* » Et la partie s'arrête ! Nous disposons d'un pouvoir bien plus grand que nous le croyons, pour transformer l'écologie de la relation. Cela nous demande d'être attentifs à ce que l'autre vit. Et de quitter cette idée, encore très répandues, selon laquelle on peut ou on doit changer l'autre ! On ne peut changer personne ! Personne d'autre que soi-même ! C'est déjà assez difficile d'accepter de se changer soi... Et donc, on attend souvent que l'autre change. « *Quand tu auras changé, j'irai mieux !* » Oui !? Mais je peux attendre deux cent cinquante ans !

Ma proposition consiste à ne pas / plus laisser son bien-être et son bonheur dans les mains de l'autre. C'est de rapatrier tout ça et de se dire : « *Moi, je vais changer. Moi, je vais développer une autre façon d'être avec l'autre.* »

Derrière son attitude, l'autre a des sentiments et des besoins. S'il est prisonnier dans sa tête et dans son mental, il a du mal à comprendre le sens de mes mots. Pour régler un conflit, nous argumentons. Et c'est partout une véritable salve de mitraille. Cela se solde la plupart du temps par la grotte et le gourdin. Parfois, nous employons des mots que l'autre ne comprend pas ou qui n'ont pas le même sens pour lui. On pense être clair, mais on ne se comprend pas.

Ainsi, si je dis à mon enfant de six ou de sept ans : « *Les enfants ! Il est l'heure ! On va dormir !* » Vous aurez déjà perçu que ce n'est pas de nature à mobiliser les énergies et que l'enfant continuera à lire sa BD ou à regarder son programme de télévision. Ça peut durer deux cents ans ! Et quel est le parent qui ne s'est pas accroché à cette idée : « *Mais j'ai été clair ! J'ai dit qu'il était l'heure et qu'on allait dormir !* » Non ! Ce n'est pas clair ! L'autre est sur la planète depuis beaucoup moins longtemps que nous. Dans son contexte, l'heure n'a encore aucune importance et c'est sans doute heureux. Il sera suffisamment vite encodé comme nous le sommes dans le passage du temps. Cela va donc demander un travail que d'indiquer mes sentiments et mes besoins. Et que de parvenir à dire : « *Ecoute, il est sept heures, je suis préoccupé par notre temps de sommeil, tant le tien que le mien. Je vois bien que quand on ne dort pas assez, on est nerveux... Et donc je voudrais savoir si tu es d'accord d'aller dormir ? En sorte d'être à l'aise demain...* »

Donc : clarifier le sentiment et le besoin... Mais, vous l'aurez perçu, cela ne suffit pas. « *Quoi !? L'heure !? Mais je joue encore un peu !* » Alors, nous oublions souvent l'une des parties de la communication. Dans la partie que je viens d'illustrer, j'ai été aussi vrai que possible. J'ai clarifié mes sentiments et mes besoins. Et j'ai fait une demande vers l'autre. Mais l'autre aspect que nous oublions presque toujours est l'écoute aussi respectueusement que possible de ce que l'autre vit. Et ça c'est difficile !

Nous arrivons assez bien à nous exprimer et à demander... Mais nous avons du mal à accepter et à écouter. Et quand j'ai le cas avec mes propres enfants, je vais entendre quelque chose comme : « *Non non papa ! je joue avec les cadeaux que Mamy m'a donnés... Ben oui ! Regarde ! Elle m'a offert ça pour mon anniversaire. C'est un jeu super !* » Réponse : « *Ben, je suis content de voir que (pour une fois...) Mamy t'a donné un jeu que tu aimes bien. Montre-moi un peu comment ça marche...* » Un moment, j'accompagne donc mon enfant dans son propre mouvement. Vous pensez bien que l'enfant qui vient de recevoir des cadeaux pour son anniversaire a tout autre chose en tête que de penser à son temps de sommeil. Il est pris dans le plaisir. Il est dans l'être. J'accompagne donc l'être en lui, un moment.

Et je dis : « *Ça me fait plaisir de jouer un peu avec toi et j'aurai encore envie de jouer avec toi demain. C'est vraiment un super jeu !* » En même temps, attention... j'ai cessé d'être gentil, du genre : « *Joue tant que tu veux, pas de problème ! Moi, je suis fatigué et je vais dormir. Tu monteras et tu éteindras la lumière tout à l'heure !* » Là, je démissionne ! Et je fais un enfant roi qui n'a aucun

repère. Le risque serait aussi de lui dire : « *Tu veux bien aller dormir !!* » Et hop ! je l'empoigne ! J'ai effectivement la force physique pour le faire ! Est-ce d'un monde comme ça que je rêve ? Un monde où, quand on n'est pas d'accord, on s'empoigne ? Si je le dénonce à la télévision, mais que je le pratique chez moi... je suis complètement incohérent !

Alors, il va s'agir d'accompagner le vivant : « *J'aime que tu joues et j'ai encore envie de jouer avec toi demain, parce que je trouve vraiment chouette ce moment de complicité avec toi... En même temps, j'ai ce souci pour notre emploi du temps... Quand je rentre tard d'une conférence, je suis un peu fatigué, je suis un peu moins disponible. Et quand tu es fatigué le matin, je vois que tu te disputes avec ta sœur. Le climat est moins sympa. Cela t'irait d'aller dormir, en sorte qu'on soit en forme demain ?* » Et là, la plupart du temps, sans que ce soit tout à fait magique, bien entendu, cela permet d'accéder à la solution « win – win », « gagnant – gagnant », parce qu'on a fonctionné dans la souplesse, dans l'écoute de ce que chacun vit, sans démissionner.

Dans cet exemple, je clarifie ce qui se passe en moi et j'exprime une demande. En même temps, je tente de clarifier ce qui se passe chez l'autre, j'écoute ses sentiments et ses besoins. Je lui apporte ma présence. Mais ma présence et mon appréciation ne veulent pas dire que je suis d'accord. Je ne démissionne pas. Nous tentons plutôt de trouver ensemble un mouvement de rencontre entre nous. Je n'impose rien et je ne m'écrase pas. Et on cause. On se rencontre.

De tout cela, je ne puis vous convaincre. Je peux juste témoigner de cette volonté d'organiser notre vie sur cette volonté de chercher ensemble l'émerveillement d'être en vie. De sorte de ne pas se trouver dans un rapport de force. Au contraire : de s'ajuster... Parce que mon enfant sent bien qu'effectivement, avoir bien dormi, c'est quand même agréable. Alors..., il ne vit pas cela comme une contrainte ou un empêchement. Il le vit comme une opportunité.

Cela demande évidemment de la vigilance. Parce qu'il peut arriver, par exemple, que j'aspire moins à ce que mon enfant ait ses heures de sommeil qu'à me retrouver seul au salon. Question d'être clair, à nouveau ! Si c'est cela que nous voulons, pourquoi ne pas le dire !? « *J'aimerais être un peu seul, maintenant ! J'ai eu ma journée de papa (ou de maman) ; maintenant j'aimerais avoir un moment pour moi et avoir ma soirée tranquille. Est-ce que tu veux bien continuer de jouer dans ta chambre ? C'est pas contre toi... C'est pour me permettre d'avoir ma bulle...* » Si je fais le gentil : « *C'est pour ton bien, c'est pour que tu dormes bien...* », je dissimule que moi, j'en ai ras-le-bol, que je suis fatigué et que j'ai besoin d'être seul. Or, tout cela, l'enfant le perçoit bien ! Donc, c'est beaucoup plus clair de lui dire : « *Là, je suis fatigué, j'ai vraiment besoin d'une heure ou deux de solitude, ou d'être avec maman, ou d'être avec papa... Alors, je te fais un gros bisou, tu joues dans ta chambre...* » La limite est là ! Ma limite est là !

I.V. : Une autre intervention s'inscrit un peu en porte à faux par rapport à ce que vous venez de dire : comment peut-on comprendre et accepter qu'il n'y a quasiment aucune possibilité de dialogue avec les membres de la famille lorsque aucun échange d'idées n'est possible ? Une autre personne écrit : « *Je suis convaincu de l'importance de l'espace d'intériorité. Pourriez-vous en reparler ? Qu'est-ce qui éveille l'intériorité au-delà du fait de s'asseoir sur une chaise ?* »

T. D'A. : Au risque d'être très sommaire, à nouveau, mais avec le plaisir d'accueillir ces questionnements, tellement riches, je dirai que, par rapport aux enjeux de famille, nous rêvons tous, bien entendu, d'une communion ou d'une connexion étroite avec des personnes qui nous sont proches et *chères*, en raison précisément du lien de *chair*... Et parfois, nous nous rendons compte que nous sommes bien plus proches de certains amis ou de certains collègues, extérieurs à notre propre sphère ou berceau familial. Cela peut être la cause d'une grande souffrance.

Mon point de vue à ce sujet est que si nous voulons vraiment une telle communion, il nous revient de créer autant que possible les circonstances favorables pour que cela se passe. Nous ne

pouvons sans doute imposer la connexion avec le vieux papa ou la vieille maman qui auraient déjà bien du mal à comprendre pourquoi nous insistons sur la nature de nos relations. Ils ont sans doute vécu dans une certaine réserve et avec une certaine difficulté, voire une impossibilité d'avoir accès à leurs propres sentiments. Et voilà que nous, tout d'un coup, nous cheminons et avons le goût d'une communication plus sincère... Nous venons bousculer leurs vieilles habitudes...

Cela demande du temps, du tact et de la tendresse... Il convient d'accepter que l'autre est là où il est. Qu'on ne va pas passer la porte en la fracassant. On va plutôt inviter nos proches à s'ouvrir, en parlant de nous-même, en indiquant combien nous aimerions avoir une conversation un peu plus intime : « *Sache, papa, maman, que j'ai l'impression de ne pas te connaître et que j'aimerais me sentir (encore) plus proche de toi. Je te fais un gros bisou et je te laisse mijoter dans ce questionnement...* » Et papa, et maman, va dire : « *Ah bon !* » Et peut-être que cela va percoler. Et la prochaine fois que je viens boire un café avec lui, avec elle, peut-être qu'ils vont être plus ouverts... Tout simplement parce que je n'ai pas mis la pression : « *Papa ! je veux savoir qui tu es !* » Ou bien : « *Je veux te dire un gros truc que j'ai sur le cœur !* » On va y aller en douceur...

Il y a aussi le fait que, peut-être, cela ne va pas s'ouvrir comme on s'y attendait. On n'aura peut-être pas exactement les liens qu'on voulait ou cela va s'ouvrir ailleurs, ou autrement. Il est précieux de conserver à l'esprit que nous sommes tellement d'humains sur terre, qu'il y a bien moyen de trouver quelque part et un jour... de la chaleur humaine, de la connexion, de la communication, de l'appartenance, une famille de cœur... J'en parle d'autant plus volontiers qu'il y avait beaucoup d'incompréhension dans ma propre famille. Mais, si moi je suis entré en thérapie..., dans ma famille cela ne se faisait pas : « *Tout va bien, on va bien, la thérapie c'est pour les fous ! Et au fond, c'est quoi le problème ?* » Et puis, dans une tradition catholique, comme dans ma famille, si cela ne va pas, eh bien on prie ! Et puis, tout va bien ! Oui ! j'ai pas mal prié ; mais cela n'allait pas mieux ! Non parce que je ne croyais pas au pouvoir de la demande intérieure ou de l'inspiration... Je pense profondément que cela peut constituer un soutien, qu'on se trouve dans un cheminement religieux ou non. Je crois profondément au fait d'être clair par rapport à soi et alors de demander, d'aspirer à être soutenu et de s'adresser à l'univers, ou à la nature, ou à n'importe quoi... Mais je crois qu'une bonne compréhension de sa propre mécanique, cela aide aussi beaucoup ! Cela aide à faire rouler les engrenages de la machine.

Si ma voiture tombe en panne et que je prie l'univers et le Grand Manitou... elle ne va pas redémarrer. Par contre, si j'ai appris quelques rudiments de mécanique et si je peux mettre les bonnes pièces au bon endroit... je vais pouvoir continuer ma route. Et tout cela, nous pouvons l'apprendre. A nouveau, c'est une question d'apprentissage. Certes, remettre un peu d'ordre dans notre propre mécanique, ce n'est pas nécessairement confortable. Cela suppose de mettre les mains dans le cambui.

Autre question : comment entrer dans l'intériorité ? D'abord, en le désirant ! En percevant la nécessité d'y entrer : « *Oui ! cela me parle ! Oui ! je sens ce besoin de m'arrêter, de prendre un peu de recul, d'ouvrir une caisse de résonance intérieure, pour être moins scotché aux événements, à l'immédiateté des choses, toujours comme ça, en périphérie... Et ça, c'est fatigant ! J'aimerais sentir que je me centre tranquillement, de moi-même, dans un espace intérieur...* »

Une réponse ? Par exemple, vous laisser titiller par quelque chose jusqu'à ce que le déclic opère : « *Je voudrais aller vers ça !* » Vous laisser interpeller par tout ce qui peut vous donner l'occasion de nourrir cela. Ecouter les musiques que vous aimez bien... « *Oui ! mais je n'ai pas le temps ! Oui !? Et bien, quand même : je me mets dix minutes de musique le soir, ou le matin avant de commencer ma journée...* » Cela ne réclame pas forcément beaucoup de temps ! Mais si c'est cela qui vous donne un état d'intériorité, faites-le ! Ou bien : « *Je ne fais plus jamais de ballade en forêt, je n'ai plus le temps !* » Eh bien, réinstaurer - ne fût-ce qu'un quart d'heure à l'entrée du bois, pour respirer un peu et pour goûter autre chose... en vous. Ce n'est pas nécessairement une grande révolution.

Bien entendu, si vous vous dites : « *Maintenant ! c'est décidé ! tous les week-ends je fais quatre heures en forêt !* », vous risquez de ne jamais le faire ! Le plus important est d'instaurer un premier pas. Il n'y a aucun chêne séculaire qui n'ait commencé par un petit gland.

J'en reviens à l'image du Yoga de tout à l'heure. Commencez par de petites choses... Et puis, entrez pleinement dans chacune de ces petites occupations, qu'il s'agisse d'être en forêt, d'écouter de la musique ou simplement de vous asseoir sur votre chaise, devant chez vous et de regarder cette saison magnifique, cet été indien aux feuilles jaunes qui tombent tendrement des arbres... La nature est là pour nous guider. Il y a les saisons. Contemplez que c'est maintenant la saison d'automne où tout se défait. Que c'est beau, même si c'est un peu triste aussi. Voyez que, dans nos vies, il y a des saisons où tout se défait et que si c'est un peu triste, c'est tout de même beau, aussi. Que cela permet à l'hiver de s'installer et de tout remettre en place. Et que, de mémoire d'homme, il n'y a pas d'hiver qui n'ait débouché sur un printemps. Entrez dans cette contemplation de vos rythmes intérieurs.

En prenant conscience de la nature, prenez conscience que ces rythmes doivent se dérouler sur une même journée. Vous pouvez être dans l'éclatant été le matin, dans l'automne le soir et dans l'hiver la nuit. Parce que vos émotions ne cessent de vous faire cheminer. Observez-vous. Regardez-vous en route. Vous êtes peut-être dans une situation automnale, dans la situation d'un couple qui se défait... Ou bien vous êtes peut-être dépouillé de vos habitudes. Observez-vous ! En confiance. En vous disant que si vous êtes dans la souffrance et que si vous n'êtes peut-être pas très heureux (se) de ce qui vous arrive, cela ne veut pas dire que ce qui vous arrive n'est pas heureux ! Vous êtes dans un processus. Vous entrez dans l'automne et ce n'est pas toujours agréable. Mais peut-être que cette saison est nécessaire, pour renaître ensuite dans un autre printemps, avec une nouvelle prise de conscience. Voyez tout ce qui vous arrive : joie, célébration, succès, enfants, amitié, intimité conjugale ; mais aussi peines, séparation, tension... Tout cela peut s'avérer être des opportunités pour vous interroger.

Tout est opportunité, pour trouver du sens. Le grand philosophe et chercheur Durkheim a écrit un livre magnifique, très simple et très profond : « *Le quotidien comme exercice* ». Il y est question d'utiliser tous les éléments du quotidien pour lever la conscience et pour découvrir que nous sommes des pèlerins en route et que nous cherchons sans cesse le sens de la vie. Et aussi que les grandes jubilations sur ce chemin, de même que les épreuves à traverser, sont les ingrédients même du cheminement.

Voilà quelques pistes pour nourrir l'intériorité. Il n'existe pas une seule voie pour le faire. Cela reste de toute façon très plaisant de découvrir soi-même par quel sentier on commence à sentir sa propre intériorité. Vous pouvez le faire chacun, à votre manière. Si vous avez une habitude religieuse, cela peut très bien commencer par là. Ou bien en goûtant le plaisir d'être ensemble, autour de la table. Ou bien en prenant du recul par rapport à votre propre famille. Ou bien en découvrant que vous êtes vous-même, à l'intérieur, à la fois une grande famille et une grande tablée...

I.V. : Dans notre public, un certain nombre de personnes sont des professionnels de l'éducation ou de la formation. Ces professionnels s'interrogent... Ainsi, en ce qui concerne la délinquance, voici un point de vue volontairement provocateur : *doit-on forcément faire partie d'un groupe de délinquants pour bénéficier de sorties, de séjours organisés et d'attention ?* Lorsqu'on ne pose pas de problème, tout au moins apparemment, ou lorsqu'on étudie bien, qu'on travaille, qu'on est rangé, on ne bénéficie pas de cette attention. Ne trouvez-vous pas qu'il y a là une certaine injustice ? Et toujours en relation à la délinquance et un peu en écho à ce que vous disiez tout à l'heure, à savoir le fait de ne pas attribuer d'étiquettes ou de voir les personnes telles qu'elles sont et non telles que nous voudrions qu'elles soient, quelqu'un nous écrit : *nous travaillons dans un centre de formation avec des adultes dont certains ont causé des torts ou se sont rendus coupables de faits répréhensibles, parfois très lourds. Il est difficile de ne pas demander les motifs de leur incarcération, notamment lors d'un entretien de*

sélection. Oser en parler ne constitue-t-il pas un signe de confiance réciproque et une étape dans la relation formative ?

T. D'A. : Je souhaite bien entendu à tout être humain de trouver du sens dans sa vie, et aussi de l'appétence, de la chaleur humaine et du respect. Les activités culturelles que nous proposons aux jeunes en difficulté sont mises en place pour les aider à faire ce que la société n'a pas permis ou rendu possible pour eux. Tout en me référant à cette expérience, je souhaite vraiment et profondément que nous puissions créer ensemble une société dans laquelle toutes les conditions nécessaires à l'épanouissement de chacun existent. De sorte que, quoi que nous fassions, nous soyons en sécurité d'amour et non plus dans un rapport de méfiance. Et que, quoi que nous fassions, nous soyons dans un rapport de respect et non plus dans un rapport de projection, d'interprétation, de jugement sur la mine ; et que nous soyons dans l'écoute et dans le respect de la différence. Que, quoi que nous fassions, nous travaillions à retrouver les enjeux du sens.

Je souhaite vivement contribuer à une société comme celle-là. Et mon idée, c'est que chacun puisse trouver cela dans son entourage. Que tous les parents du monde qui donnent naissance à un enfant soient éveillés à ces enjeux. Que tous les instituteurs (trices) le soient également. Que tous les gendarmes et que tous les policiers, qui sont là pour assurer le maintien des valeurs sociales, soient inspirés de ce que le feu rouge n'est pas là pour le feu rouge, mais qu'il est là pour le bien-être commun. Et que nous puissions, à travers notre façon d'être, témoigner de l'émerveillement d'être ensemble. Même si c'est difficile.

Telle est mon idée. Je comprends donc la réflexion qui a été faite. Lorsque j'étais actif dans ces groupes de délinquants, j'ai souvent entendu cette critique : « *Qu'est-ce que je dois faire pour aller avec vous ? Tuer une vieille dame ? Agresser un guichetier ?* » Ma réponse était : « *Qu'est-ce que tu peux faire pour instaurer toi-même dans ta vie ce que tu gagnerais avec nous ? En quoi peux-tu être l'acteur de cette stimulation-là dans ta propre vie ?* » Les enfants dont nous nous occupons n'ont pas du tout la conscience et les moyens qui leur permettraient de générer ça dans leur vie... Nous, si nous prenons conscience des bénéfices que cela apporte et de ce que nous pouvons mettre en place nous-mêmes, alors nous pouvons instaurer cela dans notre vie. Voilà une première piste de réflexion pour la première partie de la question.

J'en viens à l'accueil des personnes en institution et à la question de savoir si on peut se passer de savoir ce qu'elles ont fait... Dans le contexte où nous accueillons des personnes en difficulté, l'activité se déroule durant un week-end ou durant trois jours. Dans ce cadre-là, l'enjeu du passé de la personne ne se révèle pas nécessaire aux bénéficiaires de ces activités-là. Il en va autrement lorsque, dans une institution, une bonne connaissance de la personne va aider à mieux l'accompagner dans la durée. De nouveau, ma proposition est de laisser les choses se faire, sans être inquisiteur. Laissons la porte ouverte en disant : « *Cela nous aiderait de savoir ce que vous avez fait ou ce qui vous amène là... Quelles sont vos difficultés... Cela nous permettrait de mieux vous comprendre. Mais, en même temps, nous voulons respecter que c'est peut-être douloureux pour vous d'en parler et que vous êtes fatigué de ressasser ça. Et que donc, peut-être, vous préféreriez qu'on parle plutôt, ensemble, de vers où vous voulez aller, plutôt que d'où vous venez...* »

On peut indiquer les choses comme cela, ouvrir une piste... Avec la conscience que, souvent, lorsque la piste est ouverte de façon très souple et bienveillante, cela peut faire du bien à la personne qui a transgressé, d'autant plus si elle se sent mal à l'aise avec ça et si elle éprouve de la culpabilité... Cela peut l'aider et la soutenir au moment pour elle de prendre plutôt conscience de son élan de vie et de voir comment elle peut se réinsérer.

Tout est dans le ton. C'est le ton qui importe. L'idée n'est pas de ficher, de catégoriser, d'étiqueter. C'est dans la rencontre : nous sommes des êtres humains et nous allons collaborer ensemble pour essayer d'aller mieux. C'est ça l'idée. Ce n'est pas de 'te coller une étiquette' en

sachant que ton comportement risquerait d'être ceci ou cela, ou en présumant que tu auras forcément tel type d'attitude... Nous ne sommes absolument pas dans ce type de formatage. Cela a un tout autre sens, dès lors qu'on veut s'investir avec le souci d'une humanité commune et partagée.

I.V. : L'intervention suivante concerne le contexte et l'environnement sociaux. Une éducatrice de rue qui travaille avec des adolescents nous dit : « *Mon choix est d'éclairer l'adolescent à propos de l'environnement qui l'entoure, dans la société d'aujourd'hui. Mais comment donner goût à la vie à ces adolescents quand on est conscient de tout ce qui se passe chez eux ?* » Et, en extension à cette question : *Par quels moyens pouvons-nous faire entendre à ces mêmes adolescents (et alors que nous connaissons leurs difficultés), que la vie est ce qu'elle est et qu'elle réclame des devoirs et des droits ? Car il y a d'une part l'environnement social tel qu'il est, et il y a la réalité que ces jeunes vivent. Comment donc leur donner conscience que la vie est génératrice de devoirs et de droits ?*

T. D'A. : C'est une question de grande envergure... Au risque d'être sommaire, je prends le risque de partager mon ressenti par rapport à ça. Dans l'accompagnement des jeunes, ma proposition est de les inviter à retrouver leur propre élan de vie. Qu'est-ce qui est vivant en eux ? A quoi travaillent-ils ? A quoi tressaillent-ils ?

Nous tressaillons tous à quelque chose. Sinon, nous n'aurions même pas à la naissance aspiré la toute première bouffée d'air. Si en cet instant même quelque chose nous fait respirer une bouffée d'air, c'est l'indice qu'il y a en nous l'élan de vie, si désespéré que nous puissions être par ailleurs... Mon intention est donc d'aller voir ce qui fait respirer cet être-là, ce qui maintient en lieu l'élan de vie... Et parfois, il arrive que cet élan de vie le conduise à faire des choses que je réprouve...

Je vous donne un exemple. Je me souviens de Joël. Il a dix-sept ans et il pique des mobylettes. Joël ne pique pas deux ou trois mobylettes, histoire de se payer ses joints, ses canettes de bière et son petit squat. Non ! Joël pique jusqu'à quinze ou dix-huit mobylettes par jour ! C'est de la dépendance ! C'est de l'addiction ! Il est *addicté* à la mobylette. A l'époque, je ne dispose d'aucun outil particulier. Je suis un gentil avocat qui fait du bénévolat le week-end. Je n'ai aucun outil de compréhension de l'humain.

Et donc j'interroge Joël avec mon raisonnement cartésien de l'époque et avec mon souci de bien faire : « *Joël, dis-moi pourquoi tu piques autant de mobylettes ? Tu prends des risques démesurés ! Est-ce que deux ou trois ne suffiraient pas ? Pour assurer ta subsistance ? J'essaie de ne pas être moralisateur, mais de comprendre...* » Et il me répond avec un rire sardonique : « *Je crois que tu n'as pas très bien compris pourquoi je pique des mobylettes... Bien sûr qu'avec deux ou trois j'ai bien assez pour acheter mes joints et pour payer mes trucs... Ce n'est pas ça le problème. Je pique des mobylettes, parce que votre vie d'adulte, elle m'emmerde ! Regarde : tu es tout gris, dans ton costar de banquier. T'as l'air d'un huissier ! Moi, j'ai pas envie d'être comme toi ! Je t'aime bien, mais je n'ai pas envie d'être comme toi ! Quand je vais chez mes parents prendre un café et leur rendre visite, la tasse de café n'est pas finie que maman l'a déjà rangée dans l'armoire... Et ça sent la javel partout. Tout est clean ! Tout est rangé ! Je veux pas de ce monde-là ! Moi, je veux un monde qui soit palpitant, grisant ! J'ai besoin de me sentir exister ! J'ai besoin de sentir que la vie coule en moi ! Alors, je peux te dire que je m'arrange pour piquer des mobylettes de préférence près du commissariat de police, près de l'Amigo, ou sur la Grand-place de Bruxelles. Et comme les policiers se déplacent en gros fourgons (c'était il y a quinze ans) ils sont tout empruntés pour me poursuivre avec leur pimpon, dans le trafic. Facile donc de les semer. Et moi, je me sens exister. Et quand je rejoins mes copains dans le squat, on vent la mobylette à un dealer. Et avec les sous on s'achète des joints, de la bière et on s'allume un petit feu dans notre vieille ruine. Et on s'amuse. Et surtout, on a de la chaleur humaine ! Et dans ce petit gang, je me sens dans une famille. J'y ai fait ma famille... »*

THOMAS D'ANSEBOURG



**Cessez d'être gentil
soyez vrai!**

ÊTRE AVEC LES AUTRES EN RESTANT SOI-MÊME

Préface de Guy Carreau

R. L'HOMME

Je ne suis évidemment pas d'accord avec le comportement de Joël : voler le bien d'autrui ne correspond pas à mon besoin profond de respect mutuel. Donc, je tiens à dire çà à Joël ! Mais qui pourrait vivre sans sentir que sa vie a du sens ? Et pouvez-vous vivre sans sentir que vous êtes vivants ? Que la vie palpite en vous... Que vous disposez de chaleur humaine... Et que vous avez un objectif...

J'ai appris à faire du sport. A rejoindre une chorale. A avoir du plaisir à faire travailler mon esprit. A faire des études. A y trouver des satisfactions. A construire mon métier. J'ai eu la chance d'être aiguillé vers çà. Joël n'a pas eu cette chance. Il a peur de l'odeur aseptisée de la Javel, dans la maison. Et donc il va dans la vie... en faisant malheureusement des mauvais coups. Mais l'énergie qui se profile derrière est belle ! C'est de la vitalité. Et donc, finalement, pour répondre à la question, il convient toujours d'aller voir ce qui anime la personne... Ne nous laissons pas duper par les mots.

La personne dit : « *J'ai besoin d'emmerder les gens !* » Or, ce n'est pas un besoin fondamental inscrit dans l'être humain... « *Est-ce que tu veux dire par là que tu as besoin de te sentir exister dans le regard des autres ?* » Ah oui ! Vous verrez comme c'est surprenant pour la personne de prendre conscience de son vrai besoin... La stratégie mise en place c'est « *d'emmerder les gens* » ; mais le vrai besoin c'est « *d'exister au milieu des autres* ». C'était aussi le besoin de Michel, évidemment ! Ne soyez pas dupes de la stratégie. La stratégie consiste à tagger les murs ; le besoin c'est de sentir que mon expression vitale est reconnue, acceptée. Et si j'avais trouvé quelqu'un qui m'aurait indiqué comment chanter, peindre, faire des poèmes, tenir une guitare électrique... et bien.. je l'aurais suivi...

I.V. : Et que faites-vous, au niveau thérapeutique, avec Joël, pour effectivement l'aider à exprimer son besoin différemment ?

T. D'A. : En validant son besoin... En l'aidant à prendre conscience que son besoin est beau et merveilleux. Et en l'invitant à voir si sa façon de nourrir son besoin et la stratégie qu'il adopte ne comportent quand même pas des risques... Et des inconforts. Est-il toujours content, satisfait ? « *Ah non ! C'est vrai... je suis quand même emmerdé pour la vieille dame qui ne retrouve pas sa mobylette quand elle sort du magasin avec ses courses... Comment va-t-elle rentrer à la maison ?* » C'est donc vrai que ces stratégies ont des conséquences désagréables... « *Et puis, je m'inquiète aussi parce que je risque de faire de la tôle...* »

I.V. : Nous sommes parfois confrontés à des cas plus difficiles. Ainsi lorsque nous constatons, dans le travail des pathologies, que le petit délinquant n'a pas conscience que la dame est bien embêtée de ne pas retrouver sa mobylette, ou qu'il s'en fout, ou au contraire qu'il tire son plaisir du fait que la vieille dame est bien emmerdée...

T. D'A. : Alors..., à côté de la partie de vous-même qui aura bien tenté d'écouter le besoin de l'autre, il y a l'expression juste de vous-même : « *Ecoute moi, cela me met en colère ! Parce que j'ai besoin que la vieille dame soit respectée, comme j'ai besoin que tu sois respecté. Que pourrais-tu faire pour que tu te sentes respecté, mais aussi que la vieille dame se sente respectée ?* » Et je cherche dans Joël l'être responsable. C'est une tentative : aller vers çà ; et je ne suis pas en train de dire que c'est facile. Ni que cela se passera en un seul entretien. Je vous parle d'un processus qui peut prendre deux, trois, quatre années... de cohabitation et de maintien de cette conscience-là. « *Tu n'es pas mauvais en toi, mais ton comportement met en cause des valeurs absolument nécessaires pour le bien de la société.* » Et cela suppose de maintenir le dialogue, en étant très clair avec le fait que ce n'est pas la personne qui est mauvaise, mais que c'est son attitude qui est préjudiciable.

Ce souci de maintenir le dialogue, dans la constance et la régularité, j'ai pu en voir l'effet... C'est qu'à travers notre échange, l'enfant ou l'adolescent finit par se sentir aimé inconditionnellement et qu'il finit par percevoir qu'il a le droit d'être ce qu'il est, même si on l'invite quand même à changer de comportement. Il y a une sécurité affective qui s'instaure : « *Je ne suis pas contre toi, je suis avec toi.* » Il sent qu'on respecte profondément ses élans de vie, même si on n'est pas d'accord avec sa conduite. Mais l'élan de vie est validé ! Ce qui instaure, petit à petit, un climat d'ouverture. Par contre si, d'emblée, le jeune est nié, alors il se referme...

Mais je suis bien d'accord avec vous qu'il n'y a rien d'automatique là-dedans. En conférence, cela a l'air facile... Je vous donne ici juste un axe, une piste... On tend vers ça... Ça va par là... Même cela prend vraiment du temps.

Alors, voici un contre exemple, si vous voulez... Je me souviens d'Angelo. Angelo est battu par son père depuis l'enfance. Son père passe sa frustration sur Angelo. Il l'attache même sur son lit pour le battre. C'est comme ça ! C'est tragique ! Et Angelo n'intègre évidemment pas beaucoup d'estime pour lui-même. Quand Angelo peut se libérer enfin de son père, vers l'âge de quinze ans, il ne s'aime pas. Et dès qu'il adopte un comportement qui n'est pas adéquat, qui n'est pas juste à ses yeux, il reproduit ce que son père faisait : il se bat. C'est un grand classique : il se mutile. Et Angelo a le bras lacéré de mutilations. Ce n'est pas vraiment un suicide..., c'est juste de quoi se faire bien mal. Et ce bras plein de cicatrices est effrayant à voir.

Angelo fait des conneries dans la rue pour se sentir exister. Il agresse les vieilles en leur faisant peur. Si bien qu'elles lâchent leur sac à main... et lui, il se sent vivre... Angelo se retrouve devant le juge. Le juge qui a mangé son poulet – compote le midi et qui se retrouve à l'audience à 15H30. Et il dit à Angelo : « *Je te fous en prison pour trois mois et j'espère que cette fois-ci tu auras compris ce qui est bien et ce qui est mal* ». Et revoilà la mécanique du bâton... Or, ce n'est pas ce qu'Angelo cherche. Angelo cherche à trouver du sens à sa vie et de l'estime de soi. Angelo s'est senti complètement nié par son propre père qui aurait dû l'inviter à vivre. Angelo n'a aucune estime pour lui-même et il a mis en place une stratégie qui lui donne l'impression d'exister, avec le peu de moyens dont il dispose...

C'est si vrai qu'après trois mois Angelo sort de prison et refait une connerie immédiatement pour retourner en prison. On ne comprend pas ! Après trois mois, il aurait pu goûter un peu la liberté retrouvée... J'attends Angelo à la sortie de ses nouveaux trois mois et je lui dis : « *T'aurais pas pu respirer un petit peu ?* » Et il me répond : « *Tu sais ce que j'ai réalisé ? C'est que moi, dans la rue, j'ai personne. Pas de copains, pas de clan ! Par contre, dans la prison je suis le petit caïd... Là, j'ai une identité. Là, j'existe ! Or, je suis sorti un peu avant Noël. Mais l'idée même de passer Noël dans la rue, ça m'a fait trop chialer et j'ai fait une connerie devant les flics. Et je retourne en prison, avec mes copains !* »

Besoin d'appartenance ! Vu de l'extérieur, avec notre raisonnement, nous jugeons ces comportements absurdes. Quelle que soit la façade, je n'aime évidemment pas le comportement de Joël et je n'aime pas le comportement d'Angelo. Mais pour qu'il y ait de la vie derrière cette façade, il faut qu'il y ait de l'eau, que je sois un tipi fragile ou un gros donjon, que je sois Angelo qui agresse les gens ou mon adolescent qui pleure, j'ai besoin d'eau, à l'intérieur. Une nappe phréatique existe derrière toutes nos façades. Elle nous alimente. La vie est là. Ce sont nos besoins fondamentaux. Derrière le comportement d'Angelo et de Joël, derrière la façade que je vois, il y a des besoins fondamentaux qui expliquent le comportement. Et ces besoins sont les mêmes que les nôtres, certes vécus dans une stratégie maladroite et parfois vraiment préjudiciable. C'est donc très important de pouvoir identifier ces besoins-là. « *Je ne suis vraiment pas d'accord avec ta stratégie, mais ton besoin qui existe derrière, il m'intéresse... On va t'aider à voir comment tu peux le faire vivre autrement...* »

Pour un gamin qui est en mal d'appartenance, qui n'a pas trouvé de sens à sa vie et qui se comporte comme Angelo, notre société a inventé la prison. « *On te fout au cachot et comme ça tu vas*

trouver du sens à ta vie ! » Vous voyez l'absurdité de la chose. Idem si je donne une punition à mon enfant en espérant qu'il va comprendre le sens des choses. C'est idiot ! Donner une punition pour que nos enfants apprennent le plaisir de faire son exercice de math... Il fera son exercice de math, mais par peur, honte, culpabilité ; pas par goût d'apprendre une technique qui déroutille les méninges et qui peut être utile. L'idée est d'aller voir derrière. Et je me doute bien que c'est un travail de longue haleine. Je vous souhaite simplement de voir ça sous cet angle-là. Parce que c'est un angle d'humanité.

I.V. : Si quelqu'un souhaite à présent poser une question en direct ou bien réagir à tout ce qui vient d'être dit... La parole est à vous...

Question : Vous nous avez parlé de l'éveil de l'intériorité. Pouvons-vous imaginer possible de favoriser cette intériorité-là dès la tendre enfance... ?

T. D'A. : L'intériorité est un climat qu'on peut gérer. Je vous donne tout d'abord un contre exemple. Une maman m'appelle en me disant : « *Mon enfant est hyperactif. Est-ce que vous pouvez le recevoir ? Je n'en peux plus. J'ai besoin d'un rendez-vous tout de suite. Il ne se concentre sur rien. Il est toujours distrait. Il passe d'un truc à l'autre. C'est vraiment incroyable. Est-ce que vous pouvez me recevoir ?* »

Je suis pris de court, mais je place tout de même un rendez-vous assez vite, tout en lui disant : « *Ecoutez, j'aimerais qu'on se voie ensemble, parce qu'un enfant n'est pas indépendant de ses parents. Donc j'aimerais vous voir... Et avec le papa si possible* » « *Oui oui ! mais on est très occupés tous les deux ! Je ne sais pas trop si ça va aller...* » (avec une terrible précipitation dans la voix). Arrive le rendez-vous. Elle sonne. « *C'est par ici...* » « *Ecoutez ! j'ai vraiment pas le temps ! Je n'ai pas pu remettre mon rendez-vous ! Ma voiture est sur le coin du trottoir ! Je reviens prendre l'enfant tout à l'heure ! Bonne chance ! A tout à l'heure !!* » Et je me retrouve avec l'enfant...

Qui est hyperactif dans l'affaire ? Qui a la difficulté de se centrer, de se poser, de faire les choses posément dans un rythme respectueux de soi-même ? Sans en faire une généralisation, il semble bien que ce qui était pointé chez l'enfant était au fond causé par l'attitude même des parents. C'est plus facile de dire : « *Changez-moi mon enfant, il me rend la vie difficile...* », que de s'interroger et de se mettre sur la chaise de la transformation et de l'accès à l'intériorité transformante.

Comment pouvons-nous favoriser cela chez l'enfant ? A nouveau, en étant nous-mêmes vigilants, pour baliser des moments d'intériorité, pour montrer que nous ne sommes pas en train de sortir du travail pour, tout de suite, faire les courses, préparer le repas, allumer la télé et la radio et, tout de suite, remplir, remplir, remplir le temps et l'espace.

Pas de silence ! Pas d'espace ! Quand nous rentrons du travail, prenons donc ne fût-ce que cinq minutes pour nous asseoir, seul, pour nous retrouver. Et proposons aussi aux autres de s'asseoir pour partager quelques moments sur la journée. Soyons le premier à aller vers la fleur, vers le jardin (si nous en avons un), pour goûter quelques moments. Soyons le premier à décider d'allumer une petite bougie pour mettre de l'atmosphère et préparer la veillée... Soyons le premier à mettre de petites choses comme ça en place... Après un film qu'on a regardé ensemble, soyons le premier à proposer un échange, plutôt que d'aller tout de suite dormir, parce que même, à ce moment là, on est encore dans le *faire*.

Créer ce temps-là et cet espace-là, ce n'est pas très compliqué. Il ne faut pas être psy. C'est, simplement, lire un conte, partager des poèmes, chanter, danser. Personnellement, je joue un peu de piano..., comme ça..., sans aucune prétention. Mes enfants adorent danser et c'est une fête de les voir. Au début, mes filles ne savaient pas encore marcher. Elles dansaient assises, en se balançant et en suivant la musique. Puis, petit à petit, elles ont trouvé du mouvement... Et j'ai pu voir toute la grâce qui naît d'un enfant qui n'a pourtant jamais suivi un cours de danse, mais qui sait danser, avec grâce. Qui sait inventer des mouvements. Et dans ces moments-là, je vois beaucoup d'intériorité. Ça ne

trompe pas ! L'enfant qui est parti dans une sorte de griserie... est ailleurs. Il est complètement à l'intérieur de lui-même et, en même temps, il semble qu'il soit dans une connexion avec tout l'univers, proche du merveilleux. Il est très habité par ça. Et même s'il quittait son mouvement de danse et s'il s'asseyait sur le sol, il resterait un moment dans sa rêverie, habité par ça...

Si le parent peut accompagner ces moments de paix et de jubilation intime chez l'enfant, sans « faire », je pense qu'il crée les conditions d'une grande paix intérieure pour le restant de ses jours. Le risque est de voir le parent qui, soucieux de bien faire, arrive précipitamment et dit : « Mais ! ne reste pas là à ne rien faire ! Fais quelque chose ! » Et là, on enclenche... « Oui, c'est vrai, je devrais ranger ma chambre, étudier, faire mes devoirs... » Je ne dis absolument pas que ce genre d'invitation à faire n'est pas juste à certains moments. Mais respectons aussi ces moments de rêverie où l'enfant est vraiment dans son intériorité. Et acceptons de laisser des temps vides.

Je vois des parents tellement angoissés par leur propre occupation du temps, qu'ils balisent celui de leur enfant. Le mercredi après-midi, c'est la course à tout bien faire ! Il y a le judo, le foot, la danse... Tout autre chose est le temps sauvegardé pour ne rien faire, pour chercher, pour s'ennuyer. Rien n'est plus riche ! Nous sommes alors ramenés à notre source. Quand je m'ennuie, je vais créer quelque chose pour ne plus m'ennuyer... Je pense que nous disposons d'un grand pouvoir, en tant que parent, pour favoriser ce genre de climat...

Question : Tout au long de la conférence, vous avez parlé d'aller voir derrière les comportements. Mais, personnellement, je voudrais savoir à quel moment on peut arrêter d'aller chercher... Parce qu'en fait, personnellement, j'ai l'impression que je n'ai pas de limites. Je cherche, je cherche, je me dis : oui, derrière cette attitude, il y a sûrement encore quelque chose... A quel moment doit-on arrêter d'aller chercher derrière ?

T. D'A. : Quand vous en avez marre... Respectez-vous ! Vérifiez ce qui est juste. Et vérifiez aussi avec quelqu'un d'autre. Si vous souhaitez vérifier ce qu'il y a derrière un comportement, demandez : « Tiens, j'ai de la peine à comprendre ce comportement, je me sens mal à l'aise avec ça. Est-ce que tu es d'accord de me dire pourquoi tu fais ça comme ça ? » Vérifier, oser être vrai. Plutôt que de vous entretuer dans des suppositions qui ne sont pas satisfaisantes. Des suppositions, vous pouvez en faire pendant des milliers d'années ! Oser aller demander ! Cela crée de la communauté : « Je m'intéresse à toi... » Mais tout d'abord, il est sans doute utile de clarifier avec qui cela se passe...

Q - Justement, je suis confrontée à une situation où l'autre ne sait même pas me répondre. Cette personne est pauvre... psychologiquement... Il n'y a donc aucun retour. J'ai beau poser des questions, cette personne ne sait pas répondre. Et donc je cherche... Et à un moment donné, je dis : « Stop ! Je n'en peux plus de chercher. Tu comprends que tu as besoin de ... » Réponse : « non ! » Et un autre jour c'est oui ! Un jour c'est non et un jour c'est oui...

R - Là... vous êtes dans un rôle d'accompagnement d'une personne en soin ?

Q - Non, c'est à titre personnel, c'est dans une relation...

R - Alors vous pouvez vous interroger vous-même, quand ces questionnement vous viennent : « Pourquoi est-ce que je tiens tellement à comprendre l'autre ? Quel besoin cela vient-il nourrir ? » Je vous disais tout à l'heure que les besoins sont comme des poupées russes. Bien sûr il y a parmi nos besoins celui de comprendre les autres. Cela nous permet d'être en appartenance. Mais ce besoin est peut-être lui-même une stratégie pour un autre besoin. « Est-ce que je peux me sentir en sécurité, même si je ne comprends pas tout de l'autre ? »

Q - Il n'y a pas moyen !

R - De vous sentir en sécurité ?

Q - En fait, quand je ne comprends pas l'autre, je ne me sens pas en sécurité...

R - Alors, vous avez trouvé votre besoin ! Vous avez sans doute besoin de pouvoir vous dire : « *Je peux me sentir en sécurité, même si je ne comprends pas tout de l'autre !* » Est-ce que cela vous parle ?

Q - Oui, c'est tout à fait ça !

R - Vous voyez, ce n'est pas confortable.. Mais je vous remercie de témoigner de cela devant nous. Vous avez ainsi illustré mon propos : aller voir le besoin derrière le besoin... Votre premier besoin va vers l'autre et paraît généreux. Mais attention que derrière cette attitude, il y a un piège : c'est que vous oubliez de vous comprendre, vous ! Donc votre quête vers l'extérieur est une stratégie pour un besoin qui vous appartient. Quel est votre besoin ? Et alors vous vous dites : « *Au fond, j'ai besoin d'apprendre à me sentir sécurisée, même si je ne comprends pas tout de l'autre.* » Là, vous avez gagné en conscience. Et en bien-être intérieur aussi, dans la cohabitation. On peut imaginer qu'un questionnement régulier, voire incessant, finit par créer de l'irritation chez l'autre. Et là, vous créez votre propre enfer. Donc le besoin de sécurité intérieure peut passer par l'acceptation : accepter que l'autre ait sa part de mystère et que vous ne comprenez pas tout de lui, même si c'est votre conjoint ou votre enfant. Cela vous paraît peut-être difficile pour le moment...

Q - Mais, précisément, chez l'autre, il n'y a pas d'agacement...

R - Mais l'agacement, il est chez vous !

Q - Oui, mais l'autre, il n'est ni agacé, ni touché ! C'est l'incompréhension totale ! Moi, je me dis que c'est terminé, je n'en peux plus !

R - Il est important que vous preniez soin de vous...

Q - Oui, mais en même temps, je me dis qu'il faut quand même comprendre...

R - Merci de témoigner de cela... Vous êtes fatiguée parce que votre énergie est à l'extérieur de vous-même. Vous avez mis en place une stratégie qui consiste à tenter de comprendre l'autre ; stratégie qui ne correspond pas à votre vrai besoin qui est de vous comprendre vous-même, et à vous estimez sans doute davantage, et à trouver suffisamment de sécurité intérieure pour pouvoir cohabiter avec le fait que vous ne comprenez pas tout de l'autre. Tout en vous sentant bien, tout de même...

Plus vous prendrez conscience de ce besoin d'estime et de sécurité intérieure et plus vous le nourrirez, et moins vous serez fatiguée ; parce qu'alors, vous serez au centre de vous-même. Si vous courez toujours en périphérie, vous pouvez passer votre vie à vous dire « *J'ai besoin de comprendre l'autre. Et plus j'en fais et moins je suis satisfaite.* » Et donc vous cherchez de plus en plus. Et c'est épuisant. Vous courez, vous courez, vous courez... Vous commencerez à vous sentir centrée et plus en paix lorsque vous ferez ce que vous venez de faire : vous dire qu'au fond, derrière votre besoin de comprendre les autres, vous avez besoin d'apprendre à mieux vous comprendre.

Au fond, vous avez sans doute besoin d'apprendre à mieux vous comprendre pour mieux vous aimer. Et vous avez besoin de plus de sécurité intérieure en sorte d'être moins dépendante de ce que l'autre fait ou ne fait pas. Et ainsi, vous vous rassemblez. Ce qui n'est pas de l'indifférence à l'autre, mais qui consiste à sortir de cette dépendance au fait de vouloir tout comprendre. Ce que vous ressentez est probablement perçu par d'autres personnes, dans la salle... C'est un grand classique.

I.V. - Monsieur D'Ansembourg, je vous remercie pour votre présence parmi nous. Nous allons repartir cet après-midi dans une discussion ouverte en ateliers. Chaque groupe sera accompagné par deux animateurs – formateurs de la DGAC. Ma conclusion viendra tout à l'heure en fin d'après-midi. Mais je sens, Monsieur D'Ansembourg, que vous souhaitez encore nous dire quelque chose...

T. D'A. : En fait, j'aime bien conclure une conférence en proposant un rêve. Je vous renvoie tout d'abord à un site (<http://www.nvc-europe.org/belgique>) si vous souhaitez poursuivre votre information sur les notions de la *communication non violente* dont je vous parlé tout à l'heure. J'en viens à mon rêve... Sans doute pouvez-vous imaginer que nous sommes assis ici dans un rêve... Cette salle a été rêvée... Ce bâtiment a été rêvé par une communauté et par des ingénieurs... Et, un jour, aujourd'hui, ce rêve concrétisé nous permet d'être là et de passer cette journée ensemble.

Vous avez sans doute dans votre poche un portable... Vous imaginez bien qu'il est l'aboutissement d'un vieux rêve, celui de pouvoir se parler à travers la planète et partout. Si nous avions parlé de ces GSM à notre grand'mère, il y a quinze ans : « *Tu sais, bonne maman, un jour on aura un petit téléphone comme ça dans la poche...* » elle nous aurait répondu : « *T'es bien gentil, mais tu rêves !* »

C'est concret, un rêve ! Alors, je rêve d'un monde dans lequel tous les gamins qui ont la chance d'aller à l'école aient aussi tous l'occasion, en plus des trois apprentissages de base (lire, écrire, calculer) de vivre une quatrième préparation. Celle de la chaise où je peux apprendre à m'écouter, pour bien me comprendre, et pour bien formuler mes demandes, et pour entreprendre les démarches nécessaires pour aller mieux. Pour apprendre à écouter l'autre, pour bien le comprendre, pour clarifier ses besoins, pour accueillir ses demandes ou ses démarches. Même si je ne suis pas d'accord avec lui.

Pour apprendre aussi à chercher ensemble des solutions « gagnant – gagnant » et à vivre le conflit, quand il est là, comme un ingrédient. Pour se préparer à ça à travers l'apprentissage même de la langue maternelle. Les enseignants parmi vous savent combien le formatage de notre rapport au monde est conditionné par la langue que nous employons. Tous nos concepts et notre façon même de voir le monde sont encodés par notre langue maternelle. Imaginez qu'avec cet encodage-là, aussi précoce, dès la maternelle, dès la petite enfance, nous puissions intégrer cette gestion non violente des conflits...

Je pense que nous disposons vraiment de clefs pour une humanité plus joyeuse, beaucoup plus profonde et beaucoup plus riche, avec beaucoup plus de potentiel et de ressources entre nous.

Ce dont je vous parle là, j'ai cessé de penser que c'était de l'angélisme ou une utopie baba cool, peace and love... Quand on voit avec quelle vitesse les gamins apprennent aujourd'hui l'informatique, on se doit de penser que leur capacité d'apprentissage est énorme. Je pense que les changements ne font pas partie de l'utopie. Je pense qu'ils en appellent tout simplement à l'apprentissage...

I.V. - Parmi nous, il y a plusieurs personnes avec lesquelles nous travaillons habituellement et qui sont des animateurs. Et je me réjouis qu'ils soient là et qu'ils aient pu entendre votre conférence. Sachez Monsieur D'Ansembourg que, déjà, nous proposons des ateliers comme ceux que vous avez évoqués : chant, danse, théâtre, conte, bouquet de fleurs... Et après vous avoir entendu, je proposerais volontiers un nouvel atelier... où, soi-disant, ... on s'ennuierait... Merci encore, Monsieur D'Ansembourg.

Conclusion d'Ivan Vanaise

Hier soir, jeudi.

Le jour nous quittait doucement.

Rien de particulier à signaler.

Ah si, tout de même ! J'ai fait la vaisselle.

Ce n'était pas une punition.

Ce n'était pas non plus une récompense.

Plutôt un souhait. Un simple souhait.

A vrai dire, c'était plutôt une exigence, une nécessité, car à cette tâche était liée la promesse de me sentir bien, de me sentir mieux, une fois l'exercice accompli.

Tout en faisant cette vaisselle et comme pour me distraire de ce qu'elle avait de besogneux, j'écoutais un CD de La Callas.

De Bellini à Cherubini, de Rossini à Verdi, je me propulsais grâce à la cantatrice loin de mon eau savonneuse et purificatrice. Hors du temps et de l'espace de ma cuisine ! Et je me laissais envahir par une voix, un visage, des postures, des gestes. Tout cela, je l'imaginais et, ce faisant, je me reliais à une réalité, à une vie vécue, à une « merveilleuse voix », à cent lieues de mes propres talents.

Je passais d'une lèchefrite à une écumoire, sans exaltation et sans jouissance particulières.

Pourtant, j'étais singulièrement ému.

Une frange brumeuse de moi-même tremblait là, sur l'évier, entre mousse et porcelaine. Par éclairs, par segments et par particules infimes, elle me disait que j'appartenais à quelque chose de plus grand que ce lavage d'ustensiles, et que ma vie procédait d'une vérité plus large.

Ce qui m'a frappé lors de mon échange avec cette parcelle d'éternité, posée là sur un établi de miséreux, ce n'est pas tant la qualité immanente de l'interprétation de l'artiste que le fait que cette interprétation avait une toute autre chaleur, une toute autre couleur, selon qu'il s'agissait d'un enregistrement "live" ou d'un aria enregistré dans un studio.

Dans le premier cas, ce qui veut dire dans l'hypothèse d'une captation devant un public, il y avait comme un bruit sourd, un léger désordre, une respiration, un souffle qui corrompaient légèrement l'interprétation de l'artiste, mais qui la rendaient d'autant plus humaine parce que imparfaite – et donc, par essence, éphémère – et donc, par nature, périssable.

J'en déduisis que la perfection totale, sans tâche, sans défaut, sans impureté aucune - ce qui est souvent le cas des enregistrements en studio - est trop *achevée* et dès lors un peu inhumaine.

N'en est-il pas ainsi de nos vies ?

N'en est-il pas ainsi de la *vraie* vie, de celle qui n'est pas aseptisée, javellisée, neutralisée... ?

Nous entrons dans la vie en vue d'y écrire une histoire unique et personnelle, faite de ce que nous sommes intrinsèquement – en puissance – et de ce qui sera notre levain particulier : un enzyme, presque une moisissure que nul ne peut connaître, pas même nous, car ce levain est à découvrir, car le futur est à inventer, car demain est à construire.

N'est-il pas banal que, dans l'accomplissement de ce dessein, des imperfections existent, que des tâtonnements surviennent ? L'exercice d'ailleurs n'est-il pas plus beau par le chemin qu'il permet de faire que par son aboutissement ?

S'il y a une quelconque noblesse dans l'acte qui consiste à faire la vaisselle, elle se trouve plus dans l'agitation de deux petites mains au cœur de l'eau savonneuse que dans l'étincellement de la porcelaine et des cristaux.

La vaisselle peut être une corvée. Mais elle peut aussi *s'enrubanner* de musique. Le temps de la vaisselle rend possible des rendez-vous privés.

En conclusion, faut-il punir ou récompenser ? Et comment le faire ?

La véritable action éducative ne consiste-t-elle pas à donner du sens ? N'est-ce pas ce que nous faisons chaque fois que nous rendons intelligente la plus monotone et la plus répétitive des actions ? Eduquer est la plus noble tâche ! La plus difficile aussi.

C'est que l'entendement du monde est par essence bigarré, approximatif, particulier à chacun.

C'est que la vie n'a de valeur que dans le risque que nous prenons à la construire, quitte à nous y brûler de temps en temps les doigts.

Vous n'avez pas de bougie à mettre sur la table ? Qu'à cela ne tienne, il vous reste l'eau de la vaisselle...