

## **SESSION DU 1<sup>er</sup> AU 5 AVRIL 2019 POUR L'INTERNOVICIAT**

### **THEME : L'UNITE DANS LA VIE COMMUNAUTAIRE, LA RESOLUTION DES CONFLITS PAR LA COMMUNICATION ET LE DIALOGUE**

#### **Chapitre 1. LA VOCATION A L'UNITE**

La vraie unité doit être vécue dans la diversité. Notre vocation en tant que religieux est dans cette l'unité diversifiée sur tous les plans : culturel, racial, économique et religieux. Ainsi, l'unité n'existe-t-elle pas comme réalité concrète, elle est à créer chaque jour.

A notre création nous étions unis, c'est l'expérience du péché qui gâche l'unité et notre communion avec Dieu. Satan nous a séparé, lui, l'accusateur de nos frères auprès de Dieu. Ce sont les symboles qui nous unissent.

L'unité est préservée aussi longtemps que nous sommes tournés vers Dieu, elle disparaît lorsque nous nous tournons vers les choses. Quand les apôtres sont tournés vers Jésus la vie est merveilleuse, mais quand chacun est tourné vers lui-même on assiste à une tour de Babel, la division. On cherche à savoir qui est le plus grand.

Avant d'être matérielle, l'unité est une question spirituelle ; la désunion, l'envie et la jalousie apparaissent lorsque l'unité a disparue. Si la cause est spirituelle, la réponse doit aussi être spirituelle à travers la prière et l'adoration car c'est Dieu qui assure l'unité. « La Gloire de Dieu c'est l'homme vivant, mais la vie de l'homme c'est de contempler, de voir Dieu. » (St. Irénée de Lyon). L'homme tourné vers Dieu est debout tandis que l'homme tourné vers les choses (l'avoir, le pouvoir, le valoir), est courbé.

On n'a plus confiance, mais on a peur. Les blessures les plus profondes nous ont été infligées par les personnes les plus aimables et les plus aimantes. Toutes nos blessures se manifestent dans nos relations. Si nos relations avec Dieu sont marquées par la méfiance, elles le seront aussi à propos des personnes qui nous sont les plus proches.

Pourquoi est-on en conflit ? C'est puisque nous convoitons les mêmes choses et les choses divinisées tuent. Quand il y a manque d'unité dans la communauté ce que les membres sont tournés vers les choses : avoir, pouvoir, valoir. C'est dans la croix que nous sommes réconciliés.

**Questions : Quelles réactions sur la conférence précédente ? Quelles sont les signes de la vie et de la mort ?**

-Protéger son point de vue est un signe de non vocation. L'adoration ne peut-elle pas être une fuite des relations ? Les relations pour être bien vécues ont besoin de solitude, d'une présence à soi. Les fruits de l'Esprit sont dits dans Gal 6 : 23.

Une question se pose « pourquoi certains restent-ils silencieux ? D'où vient cette attitude ? » Elle provient d'une blessure profonde. Il faut voir son enfance ! L'attitude narcissique, c'est l'incapacité de sentir un malaise quand l'autre souffre !

### **Approfondissement :**

La vraie solitude favorise les relations avec les autres. On peut passer des heures en prière et vivre très mal les relations communautaires. La qualité de la solitude s'exprime dans les relations interpersonnelles. L'opposé de l'amour n'est pas la haine, mais l'indifférence. Jésus reproche aux disciples leur indifférence : j'étais malade et tu es resté indifférent, j'étais en prison et tu es resté indifférent... l'authenticité de la solitude c'est l'harmonie.

En venant dans la vie religieuse nous apportons nos conflits, on ne les rencontre pas dans la communauté, comme certains le pensent, car nous tous nous avons été chassés du paradis.

La prière n'est pas la piété, toute religion est une menace pour la vie spirituelle, pour ceux qui vivent mal leur religion. Il y a des pratiquants non croyants et des croyants non pratiquants. L'unité crée la communion ! Les conflits sont une occasion de grandir dans la communauté.

La question est de savoir comment gérer nos conflits.

En effet, la plupart de nos souffrances sont liées aux manques qui s'expriment par les Besoins et les Attentes.

## **Chapitre 2. LES CONFLITS**

Ils expriment les différences. Ils sont neutres, naturels et normaux. Le Diable nous suggère de vivre les différences comme une menace, alors qu'ils sont une grâce. Cependant, les conflits mal vécus conduisent au malheur.

-Les conflits sont inévitables, essayer de les éviter cela crée l'enfermement. Plus les relations sont profondes plus les conflits se présentent.

-Exemple : les conflits de l'âge, si on essaye de les supprimer on supprime en même temps l'histoire de l'autre et la mienne. Surtout concernant le conflit de génération.

Les conflits autour du pouvoir, est sans solution. Nous sommes tous habités par le désir du pouvoir : « Qui est le plus grand ? » (Mt 18 :1 ; 20 :26 ; 23 :11). Le conflit

entre le sexe. Chacun est habité par un désir. Nous sommes des êtres sexués. Le mot sexe dit « *secare* », sécateur, pour couper. Nous sommes donc des êtres coupés, séparés, incomplets.

Les conflits autour des intérêts, nous avons des choix et des préférences différentes.

### **A. Les types de conflit qui touchent le groupe**

Les conflits autour des valeurs sont les plus graves. Quelles sont tes valeurs ? Pourquoi nous sommes là ? Est-ce pour être missionnaire, voyageur ? Ainsi, les motivations, et nos valeurs ne sont pas les mêmes. Qu'est ce qui nous réunit ? Qu'est ce qui nous maintient ensemble ? Est-ce pour me réaliser ou pour être aimé et écouté. La vraie valeur c'est le Christ. Etre à la recherche de ses propres manques et besoins, c'est faire de la communauté, une communauté d'autoréalisation à la place de la communauté de transformation.

- Les conflits autour de l'inculturation des valeurs. On peut être en accord avec les valeurs communautaires, mais comment les vivre et les intégrer dans la vie ? Là est la question, comment vivre le charisme même si l'Etat prend en charge le charisme de la congrégation ? (enseignement, médical).
- Les conflits internes, ou évangéliques. On assiste à des conflits permanents.
- Les conflits externes ou autour de la présence dans le milieu. Comme la différence est une richesse, il faut nous ouvrir au milieu. Cela donne un sens à notre présence. C'est de l'interaction.

### **B. QUELLES STRATEGIES FACE AUX CONFLITS ?**

Comme les conflits sont neutres, naturels, normaux et même inévitables, il faut chercher à éviter les stratégies erronées telles que :

**1. La formation des groupes.** Le mauvais cherche à nous pousser à chercher un allié pour nous protéger, pour nous soutenir.

**2. Coupure des sentiments.** On se durcit, on ne veut pas exprimer une relation affective. On devient froid : « certaines communautés ressemblent à des chambres froides ». On entre en contact comme des robots, des machines. Les relations qu'on ne retrouve pas à l'intérieur du groupe on les recherche à l'extérieur.

**3. Confrontation directe.** On attaque la dignité de la personne. On identifie le problème à la personne et la personne au problème. On se tutoie, on cherche à blesser l'autre dans son estime de soi.

**4. On se retire dans le silence.** On ne trouve rien à se dire, rien à partager. On boude. On refuse de communiquer.

**5. On parle entre les lignes.** Quand le message n'est pas clair on crée un conflit. Les paroles ne sont pas les mêmes que la réalité. On vit une chose et on communique une autre chose différente.

**6. La généralisation du problème.** Au problème actuel on ajoute d'autres qui sont déjà passés. Pour bien communiquer l'attention doit être consacrée au moment présent.

**7. Fuite dans la solution de force.** On va appeler les supérieurs, on regarde de quel côté est le pouvoir, on refuse encore une fois d'écouter la différence. On préfère faire pression plutôt que de dialoguer.

**8. Perte de se percevoir véridique.** « Je ne te crois pas ». Il n'y a aucune vérité en toi. Ce qu'il dit doit être confirmé par d'autres personnes plus véridiques que lui.

En effet toute relation avec l'autre comporte deux éléments :

- J'ai besoin de l'autre pour ma croissance
- L'autre est différent de moi, il est un défi, source de frustration.

Ainsi, les conflits ne sont pas des accidents pour nos communautés mais plutôt des pains quotidiens. Les conflits nous bousculent, ne nous permettent pas de nous installer dans la médiocrité.

### ***Approfondissement :***

Les conflits sont-ils signes de morts ? Quand l'autre refuse le dialogue que faire ? La question est : comment ai-je profité de cette crise ? Est-ce que l'amour blesse ? Non le vrai amour guérit. Comment vivre en paix ? Ne pas se venger. Si tu veux vivre heureux un instant ; venges-toi, mais si tu veux vivre toujours heureux, ne te venge pas !

La base de l'unité c'est Dieu lui-même. Pour bien gérer les conflits nous devons éviter de tomber dans des stratégies erronées.

## **C. GESTION DES CONFLITS**

Il est impossible de ne pas avoir des conflits. L'important c'est comment nous les gérons ? Pour le faire, nous devons tenir compte de trois réalités, comme un triangle :

- **Problème.** Où est le problème ? Où se trouve le conflit ? Qu'est-ce qui fait qu'on a de la jalousie ? Avons-nous les mêmes valeurs ?
- **Qui suis-je ?** Qui est l'autre ? Chacun est un trésor dans un vase fragile. Nous sommes tous blessés mais nous ne devons pas imposer nos blessures aux autres.

Si les **valeurs** sont questionnées, c'est que le problème est grave ! Quand les **références**, les **motivations** ne sont plus les mêmes pour tous, on va vivre la tour de Babel !

Qu'est ce qui me motive ? Pourquoi nous vivons ensemble, pourquoi suis-je encore là ? Comment vivons-nous la vie communautaire ? D'où viennent les conflits ? C'est lorsqu'on n'est plus attaché à Jésus et à l'Évangile.

- Attitude à prendre face aux conflits. Les attitudes sont liées à l'histoire, à nos premières relations. Les attitudes sont des programmes qui se mettent en action face aux différents problèmes. Autant des problèmes, autant des programmes. Nous pouvons les regrouper en 5. Ces attitudes s'expriment selon la formation de la conscience.

### 1. Attitude ou Programme d'évitement.

En famille par exemple chaque fois que la maman était face à un mari qui hurlait, elle se retirait dans la cuisine : **Évitement par fuite**. On peut aussi éviter **par changement de sujet** ; pour ne pas regarder la réalité en face. Un autre moyen d'éviter c'est de dire « **Tout va bien** » ! On peut aussi éviter **par la plaisanterie**.

#### a. Quelles sont les raisons de l'évitement ?

Certains membres n'aperçoivent pas la gravité du problème. On ne sait pas vraiment la solution. Ou bien on a peur que la relation ne se détériore, surtout quand le problème touche la personne la plus influente du groupe.

Ou alors on pense que le problème disparaîtra de lui-même. On se dit « donnons le temps au temps ». C'est de la naïveté.

#### b. Quand est ce que l'évitement est positif ?

L'évitement est positif quand le problème n'est pas grave. Ou bien lors ce qu'on doit faire face à un autre problème plus grave. Il faut savoir faire la hiérarchie, ou la gravité des conflits. Certains sont plus urgents que d'autres.

#### c. Quelles sont les conséquences de l'évitement ?

La passivité dans la recherche de la résolution ; on peut refuser, par évitement, de recevoir des informations des autres personnes sur **nous-mêmes**. Car en effet, le conflit bien géré nous **permet de nous connaître**. Souvent, on a peur de ce que les autres pensent de moi.

Cependant, en refusant des remarques, **je me prive des occasions de grandir**, de changer. L'évitement répété **détruit les relations**. Aussi l'agressivité refoulée va s'exprimer par **la compensation**, et la **somatisation** qui est une souffrance physique et physiologique. La construction des murs conduit à la division.

## 2. Attitude ou programme de Domination

C'est lorsqu'on pense qu'on a raison d'avoir raison. « La raison du plus fort est toujours la meilleure », dit-on. C'est l'attitude d'**autoritarisme**. Cependant, le mot « autorité » vient du latin « *augere* » qui veut dire « faire grandir ». Mais l'autoritarisme s'exprime dans la distinction nette entre Moi-Toi, et on prend la distance entre moi et les autres. On perçoit le problème de son point de vue.

L'autoritaire voit l'autre comme un adversaire à éliminer et le problème est personnalisé. En cas de manque d'argument, il attaque la personne, dans ses valeurs, sa famille. Ainsi beaucoup d'énergies sont mobilisées.

**Quand est ce que l'autoritarisme n'est pas dangereux ?** C'est en cas d'urgence où il faut prendre la décision. Mais ce sont des situations rares !

### **Quelles sont les conséquences négatives ?**

- **Du côté du Dominé** : il y a la **frustration**, qui peut conduire à l'agressivité en partie contre soi-même et en partie contre le dominant. Le dominant est très **critiqué**. On obéit non du bon grès mais par **obligation**, c'est une obéissance servile. On perd de l'**initiative**, on ne participe pas à la vie du groupe à cause de la présence du dominant.
- **Du côté du Dominant** : Le dominant ou le dominateur ignore l'autre, il a une **image négative** de l'autre. Et du coup, il a une image négative de lui-même, car en dehors de cette attitude, il ne peut exister. Il est en définitive, une **personne limitée**. Il est dépendant de la domination.

**Questions : Réagissez à la conférence d'hier (gestion des conflits) et celle d'aujourd'hui (les attitudes face aux conflits). Quelles sont vos programmes face aux problèmes ?**

**Rencontre des formateurs :**

- **Que faire face à une personne dominante ?** Regarder son histoire, puis proposer des expériences.
- **Peut-on chercher quelqu'un pour aider la communauté dans la gestion des conflits ?** Oui, mais on doit être prudent, de chercher un éclaireur, car c'est la communauté qui doit trouver des solutions.
- **Si quelqu'un n'accepte pas l'échec que faire ?**  
Le soumettre à une épreuve. Car derrière cette attitude se cache l'orgueil.
- **Si quelqu'un se culpabilise que dire ?**  
Par exemple, la mort de la maman pendant l'enfance peut provoquer la peur de prendre des responsabilités, peur d'attaquer, de foncer. Il faut l'exposer au sport de contact, de confrontation. Ça peut aussi être lié au problème de castration. La phobie des hauteurs, il faut le pousser à grimper dans un arbre. Ou bien lié au manque d'identification de sexe, manque de courage de pénétration dans l'espace et dans le temps.

- Parfois les candidats peuvent manipuler les formateurs. De toutes les façons le manipulateur cherche à faire du mal, pour blesser la personnalité. Il sent le besoin de se détruire, il va sentir votre faiblesse pour vous satisfaire.
- Il y a aussi la stratégie de délinquance, pour protéger l'autre, mais c'est en réalité pour sortir sa colère. Les délinquants profitent de la situation pour casser.
- Dans l'hypocrisie, les valeurs ne s'enracinent pas. Il faut voir l'histoire, le rang dans la famille, l'ainé et le cadet ont une place chacun ; mais ceux qui sont au milieu se battent pour une place.
- **Il faut retravailler la formation de la conscience. Il faut une déprogrammation de la conscience.**

### 3. Attitude de Sacrifice.

C'est une attitude de renoncement, de soumission aveugle, on se retire, on ne prend pas sa place. On se retire souvent devant la volonté d'un autre, surtout celle d'un dominant. Cette attitude n'est pas dangereuse lorsque le problème n'est pas grave.

Celui qui est porté au sacrifice vit une expérience de victime dans la passé. Il se perçoit comme celui qui est toujours perdant ; ses attentes sont négligées. Cette personne a une image négative d'elle-même et des autres.

Il vit souvent dans le regret « pourquoi ai-je cédé ? Je n'ai pas donné mon avis ! Cela peut pousser la victime à un désespoir. Cette attitude ne favorise pas la gestion des conflits. Il faut cependant distinguer entre l'esprit de service et celui de sacrifice. En effet, derrière le sacrifice se cache l'agressivité et la peur d'imposer des limites aux autres.

### 4. L'attitude de Compromis.

Lorsqu'une décision est à prendre **rapidement** un compris est nécessaire. Aussi lorsqu'on n'est pas encore prêt à traiter à fond un problème. Ou bien lorsqu'on est en face d'un **problème insignifiant** ou complexe.

Cependant, le compris reste une **demi-mesure**. Les membres restent insatisfaits, **frustrés**. Pour que le résultat ne soit pas négatif, **tous doivent s'engager**, participer à ce compromis ; sinon, on retombe dans la **Domination ou le sacrifice**.

Le compris concerne la situation présente et non la situation passée. Ainsi pour qu'il soit positif il faut faire attention aux situations suivantes :

- ❖ Le sens d'appartenance doit être renforcé,
- ❖ La participation de tous doit être recherchée,
- ❖ La coresponsabilité des membres doit être établie.

## 5. L'attitude de Collaboration

Elle se fonde sur deux aspects : Le conflit doit être aperçu comme un signe, un appel à regarder et à faire face au problème. Ensuite, tous devront être impliqués pour la résolution de ce conflit. Enfin comprendre que la collaboration est une attitude exigeante qui demande de la maturité. Ainsi une personne inapte, immature est incapable de collaboration.

### 1. Quelques fruits de la collaboration.

- ✓ Elle améliore et approfondit les relations dans la communauté,
- ✓ Tous sont concernés et se respectent mutuellement,
- ✓ Tous sont écoutés à travers l'écoute de tous,
- ✓ Il y a attention aux besoins et aux attentes des uns et des autres,
- ✓ Une bonne collaboration responsabilise les participants,
- ✓ Elle permet de traiter un problème d'une façon nouvelle,
- ✓ La solution trouvée par tous est pertinente et adaptée au moment,
- ✓ Elle fait d'une communauté un organisme vivant à créer continuellement
- ✓ Elle supprime la peur, tous sont en sécurité.

Je peux dire ce que je pense sans être jugé, critiqué ni condamné.

- ✓ Tous sont compétents, cela exige une maturité spirituelle et humaine
- ✓ Elle permet une connaissance de soi, approfondit les relations  
Voulez-vous vous connaître ? Alors, il faut COLLABORER.

### La collaboration n'est pas facile.

- Elle exige de renoncer au pouvoir. Ou bien le pouvoir ou bien la fraternité.
- Car tout pouvoir corrompt, tout pouvoir absolu, corrompt absolument.
- Elle exige l'ouverture à l'autre, le désir de comprendre l'autre.
- Elle demande le temps et la patience, c'est un investissement à long terme.

Un jardinier est caractérisé par trois « P » : **P**atience, **P**ersévérance et **P**rudence.

### 2. La collaboration s'exprime dans la règle de six «D».

- 1) Décider, on ne se justifie pas.
- 2) Définir le conflit, prendre le temps de voir le contour du problème.
- 3) Développer les propositions et les solutions en cours.
- 4) Dégager la meilleure proposition, car toute proposition est valable.
- 5) Dresser le plan d'action : qui doit faire quoi ? Quand ? Où ? Comment ?
- 6) Discerner la situation satisfaisante, on évalue, on précise le délai et on réajuste si c'est nécessaire.

## D. QUE FAIRE FACE AUX CONFLITS ?

N'évite pas les conflits. Le silence cache le sujet tabou. N'attaque pas la personne ni sa famille. Tâche d'oublier ce qui est passé. Ne bombarde pas l'autre par des



sentiments. Reste toujours fidèle au sujet de conflit. Evite les expressions : jamais, toujours, tout le monde, personne, car elles culpabilisent au lieu de libérer. Soit humble dans la recherche des pistes de solution. Accepte que tu puisses te tromper toi aussi. Soit prêt à demander pardon. Ne pas regarder la paille qui est dans l'œil de l'autre alors qu'on ne regarde pas la poutre qui est dans son œil.

Développe un regard positif, regarde le verre à moitié plein. L'avenir appartient à la providence. Sois responsable de tes sentiments. Ils t'appartiennent. Ne jamais accuser l'autre d'avoir provoqué nos sentiments. La raison peut se tromper, mais les sentiments ou l'affectivité ne trompent jamais ! Ils disent la vérité.

Quels sont les signes des difficultés à gérer les conflits ?

- Lorsque je dépense plus de temps à critiquer les autres, sans voir le bien.
- Lorsqu'on parle du mal des autres en leur absence.
- Lorsque j'ai pour les autres les principes que moi-même je ne peux suivre.
- Lorsque je fais pression sur les autres pour qu'ils soient de mon avis.

**Test : si je répons Oui, au  $\frac{3}{4}$  de ces propositions. Je dois réfléchir sérieusement. Cela pourrait indiquer mon incapacité à vivre la vie religieuse.**

Saint Augustin disait avec sagesse que « Dieu donne ce qu'Il ordonne ».

### **Chapitre 3. L'ART DE LA COMMUNICATION**

Le dialogue et la communication font de nous des serviteurs de Dieu. Une vraie communication au niveau du cœur est au service de la communauté. Nous avons peur de la communication car c'est un risque. La peur de l'intimité nous fait porter des masques. Il existe plusieurs masques que nous regroupons autour de 4.



**1. Masque du critiqueur.** Sa meilleure défense est de critiquer. Il est prêt à partir en guerre. Il s'impose aux autres. Le désir des autres ne l'intéresse pas.



**2. Masque du conciliant.** Il a peur de déranger. Toujours souriant. Il ne vit pas dans la vérité. Il se cache derrière les autres. Il suit la majorité, car il veut plaire à tout le monde. Il souffre d'un manque d'estime de soi.



**3. Masque d'un ordinateur.** Il sait tout. Il n'exprime pas ses sentiments. Ce qui l'importe c'est de passer pour un intellectuel. Il n'y a pas de connexion possible entre la tête (raisonnement), le cœur (décision) et le ventre (affectivité). Un adage dit : « On devient ce vers quoi on est tourné ».



**4. Masque de distrait.** Il s'exprime par surprise : Oh, j'ai oublié ; Oh, ça arrive ? Il a les yeux et la bouche ouverts. Il est absent à lui-même et aux autres. Ce qu'il dit fait rire les autres, mais il n'apporte rien de profond au groupe. Il cache en lui une blessure de tristesse !

Les masques nous collent tellement à la peau que nous nous identifions à eux. Il nous est difficile de nous déposséder des masques. En effet, les masques cachent des blessures liées aux relations d'enfance.

### **1. Comment nous débarrasser des masques ?**

- Il faut regarder la cause de nos peurs. De quoi ai-je peur ? Ecrire cela sur un papier, le piétiner et mettre à la place une parole de vie « le Seigneur est mon berger, de qui aurais-je crainte ».
- Certaines personnes ne sont pas capables de communiquer avec leur cœur.
- La communication profonde est un échange des dons de soi, personne à personne. C'est l'union des cœurs. « Tu es un don pour moi » !
- L'autre reste l'autre ; moi je reste moi. Ainsi, pour bien communiquer nous devons faire attention aux BESOINS et aux ATTENTES.
- Ne cherche pas le secret du bonheur à l'extérieur, mais à l'intérieur de toi. « Tu nous as fait pour toi ...et notre cœur est sans repos tant qu'il ne demeure en Toi » (St. Augustin).
- Les difficultés surviennent dans la vie religieuse ou sacerdotale, puisqu'on pense que la vie religieuse va me combler !
- On souffre parce qu'on a de fausses attentes. En effet, les attentes ruinent la communauté.

**Question : Quelle est la réaction face à l'exposé ? Quel type de masque je suis prêt à porter et dans quelles situation ?**

### **Rencontre avec les formateurs :**

- ❖ On peut communiquer des fausses informations pour se protéger.
- ❖ Cas de somatisation, même après le soin, si cela persiste il faut réorienter le plus tôt possible. Il faut voir sur le plan relationnel, en famille, dans l'ensemble, quelle est sa vie de prière, son engagement.
- ❖ La somatisation ne va pas seule, elle va avec la compensation, une forte dépendance affective.

### **2. Les lois de la communication.**

- ✓ On ne peut pas ne pas communiquer. Tout est communication.
- ✓ Dans chaque communication il y a :
  - le contenu de la phrase, le sujet, l'information
  - la relation (affective), le contexte, une demande ou une critique.
- ✓ Toute communication est une interaction entre celui qui parle et celui qui écoute. La façon de parler influence la façon d'écouter et la façon d'écouter influence celui qui parle.

## **A. Tout est Communication.**

La communication est **verbale** et **non verbale**. Il est évident que nous percevons plus vite par l'œil que par l'oreille.

La communication est **consciente** et **non consciente**. C'est pourquoi on ne se comprend pas de la même façon. On dit une chose et l'autre comprend une autre chose. Tous nos sens participent à la communication. Cette loi nous invite donc à être attentifs et à nous exprimer consciemment et clairement.

**Question. Avec qui communique-tu plus facilement ? Moins facilement ou pas du tout ?**

Dans l'accompagnement le formateur observe le candidat et soi-même en même temps.

## **B. La Communication est influencée par la relation à l'autre.**

- La **perception** de l'autre est impliquée, nous sommes marqués par les relations à l'autre, par l'affectivité soit agréable, soit désagréable. C'est pourquoi on parle de transfert positif ou négatif. Ma perception est influencée par mon histoire et par l'autre avec des clichés : provenance, couleur, culture. Des préjugés se bousculent dans le cerveau. Très souvent nous voyons l'image et non la personne dans son for intérieur.

On donne l'exemple de cette maîtresse géante en face d'une toute petite postulante.

Nous sommes invités à libérer l'autre de cette perception des préjugés. Seul l'enfant et le contemplatif sont à mesure de voir sans images. Car par toutes ces images nous nous approprions de l'autre.

Pour s'exercer à une vraie perception nous devons garder le contact visuel avec celui qui parle et être attentif aux non-verbal.

- **L'acceptation inconditionnelle**, consiste à accepter l'autre comme une personne unique sans poser des conditions. Dans les relations hiérarchisées l'acceptation est conditionnée. En effet, l'acceptation est la base de la communication. Dans cette acceptation je m'accepte moi-même avant d'accepter l'autre. Et mon acceptation dépend de celle que j'ai reçue des parents. En grandissant l'enfant comprend que pour être accepté il faut avoir les mérites.

**Devoir : Maman quand tu as appris que tu m'as conçu, comment tu as réagi ? Et papa ? Et la famille ?**

En effet, l'acceptation touche toute la personne : corps, intelligence, sentiment, faiblesse. Les personnes qui ne s'acceptent pas recherchent l'approbation pour se sentir accepté. Elles ont peur de la critique.

**Devoir : regarde l'autre et décide de ne pas évaluer.**

### **Approfondissement.**

La connaissance exacte des blessures est secondaire. L'accompagnateur doit être lui-même accompagné. Fuyez le perfectionnisme, car il est l'ennemi de la vie spirituelle.

Je peux avoir mal et continuer à être joyeux, c'est une décision et non pas un masque. Mais il ne faut pas faire semblant.

Pour bien communiquer, nous devons aimer l'autre à l'intérieur de ses limites.

Quand nous sommes invités à nous inspirer des expériences des autres, il ne s'agit pas d'une comparaison, mais un moyen efficace pour nous améliorer.

Quand je souffre c'est un signe que je suis appelé à grandir.

Dans le groupe il y a des personnes qui imposent le silence aux autres pour montrer au formateur qu'il est rejeté. C'est la délinquance pure et simple qui s'exprime dans les casses, la destruction.

### **C. Toute communication est une interaction.**

Les deux personnes : l'émetteur et le récepteur, s'influencent mutuellement. Ce qu'une personne dit peut être situé dans un carré de 4 éléments. C'est l'anatomie de la parole.

1. Dans chaque communication il y a une **révélation de soi**, de son état affectif.
2. Par ma communication je révèle ma relation, **ma perception affective avec l'autre**.
3. Dans chaque communication il y a **un contenu**, une demande, une invitation et un appel.
4. L'appel adressé à l'autre est **une invitation**.

Exemple : Il fait beau ce soir ! Quel est le contenu de cette phrase ? Quelle est l'invitation ? Dans cette phrase le contenu est un constat, par lui, je révèle à l'autre que j'apprécie ce temps, je partage ma joie avec lui. La demande ou l'invitation, ce que je voudrais que l'autre partage ma joie. Aimerais-tu te joindre à moi ?

Ainsi, dans chaque communication il y a la présence de ces quatre éléments.

Par conséquent celui qui écoute doit avoir quatre oreilles qui correspondent à ces quatre éléments.

En parlant, nous devons tenir compte de ces quatre oreilles. Parfois il y a certaines oreilles qui sont plus développées que d'autres.

**1'. L'Oreille Thérapeutique.** Va analyser l'aspect affectif de l'autre, lui faire une thérapie, des conseils ou des suggestions.

**2'. L'Oreille Relationnelle ou sensible.** Elle est attentive à la personne qui parle. Comment l'autre me traite-t-il ? Comment me perçoit-il ?

**3'. L'Oreille Objective.** Perçoit le message en lui-même. Elle analyse son contenu objectif.

**4'. L'Oreille de la perception de l'appel.** Elle capte le désir de l'autre et se demande « que puis-je faire pour toi ? »

Pour communiquer profondément, toutes ces oreilles doivent être équilibrées.

### **Comment reconnaître l'oreille la plus développée ?**

Il faut observer nos réactions quand nous écoutons l'autre. Est-ce une menace ? Qu'est-ce qu'il veut de moi ? Est-ce qu'il me dérange ? Comment me traite-t-il ? Bon je sais comment m'y prendre ! Chaque oreille renvoie à notre propre histoire.

**Question pour le groupe. Quelle réaction à la conférence d'hier et d'aujourd'hui (communication verbale et non verbale, consciente et non consciente. Perception de l'autre, interaction) ? Quel type d'oreille favorisez-vous ?**

### **D. Les expressions de la mauvaise communication, les obstacles**

- **Les sermons** : la personne qui sermonne se place au-dessus des autres.
- **Les conseils** sont ambigus ; si cela marche, la personne devient dépendante. Si cela ne marche pas, elle se déresponsabilise.
- **Le jugement négatif**, critiquer négativement coupe la communication et suscite la colère.
- **Le jugement louangeur** peut culpabiliser, car si l'autre est capable de me juger positivement ; il est aussi capable de me juger négativement.
- **Les paroles rassurantes**, ce n'est pas grave ! ça va passer, ne t'en fait pas !
- **L'interprétation gratuite**, on prétend comprendre la situation de l'autre en jouant au psychologue. Si l'interprétation est juste l'autre se sent comme à nu. Si ce n'est pas juste, il résiste.
- **L'enquête**, on joue à la police par des questions du type : pourquoi ? Qui ? Comment ? Elles suscitent la défense. L'autre va vous prendre pour un curieux.
- **Des questions fermées**, bloquent l'ouverture dans la communication.
- **La moquerie**, prendre l'autre à la légère. Le moqueur exprime son agressivité.
- **La comparaison**, (n'est pas raison), cela attaque l'estime de la personne.
- **Les préjugés**, bloquent l'autre par le jugement hâtif à partir des éléments erronés ou partiels.

- **L'imagination et la tentation au retrait**, c'est la bouderie.

### **Conséquence de la mauvaise communication.**

L'agressivité, qui s'exprime par l'opposition ou par la coupure des relations avec l'autre. La personne pratique une écoute sélective, écoutant ce qui lui plait.

La manipulation, par la force ou par l'obligation et la pression, par faiblesse. Là où il n'y a pas de communication les membres se fuient dans différentes activités, dans l'imaginaire, dans les films, dans la compensation et la boisson.

### **E. Comment bien Communiquer ?**

Une bonne communication ne signifie pas un accord parfait. Mais on reconnaît la différence de chacun. Il y a une différence entre dialogue et discussion. Le dialogue vise la gloire de Dieu alors que la discussion vise la protection de nos droits.

Pour bien communiquer il faut désirer communiquer. Il faut l'ouverture à l'autre ou bien sortir de mon point de vue. Il faut le respect de l'autre dans sa différence. Il faut la confiance à l'autre par l'abandon de mes masques.

La bonne communication passe par 4 verbes. Les 4 constituent un ensemble. Lequel qui m'est difficile à appliquer ?

- 1) **Demander** = savoir demander clairement n'est pas facile. une bonne demande s'exprime au conditionnel : J'aimerais... Il nous expose au sentiment de l'autre. Demander s'expose au refus. Celui qui ne demande pas a des difficultés de communication. L'anticipation du refus conduit au silence. L'opposé c'est la revendication, le vol.
- 2) **Refuser** = être capable de dire « non » est un signe de maturité. Je suis libre d'exposer ma limite à l'autre, puisque je suis moi-même limité. Etre capable d'assumer la réaction de l'autre face au refus. Si on nous interdit de refuser, alors nous subissons. On peut faire semblant d'accepter mais à l'intérieur on s'oppose. On peut aussi rejeter la demande par exemple « Comment peux-tu me demander cela ? ». Si tu n'es pas capable de refuser, tu n'es pas capable d'aimer. On est inapte à la vie religieuse. Jésus nous apprend à nous y prendre « que ton non soit non et ton oui, soit oui ».
- 3) **Donner** = ce verbe est difficile à conjuguer. L'utiliser c'est courir le risque du refus. Certains ne donnent pas par peur de la réaction de l'autre. Mais aussi certaines personnes donnent en **sacrifiant** (Je suis obligé) ou en **imposant** (n'est-ce pas que tu en as besoin ?), ou bien en **marchandant** (à ton anniversaire j'ai donné ça, donc j'attends aussi quelque chose de toi à mon anniversaire !). Le don doit être librement et gratuitement consenti, car **tout ce que nous avons est un don**. Cependant, on ne donne que ce que l'on a !

- 4) **Recevoir** = ce n'est pas facile, car recevoir de l'autre change mon regard, change mon opinion sur lui. La foi, l'espérance et la charité nous les recevons de l'Eglise. Cependant quand la demande est contraire à la conscience nous avons le droit de refuser.

Remarques : Si la personne ne sait pas recevoir, elle peut subir ce qu'elle reçoit. Parfois on peut se sentir indigne de recevoir. Certains au lieu de recevoir s'approprient les biens des autres, ou de la communauté. On peut minimiser un don !

### 3. La communication du Cœur

La langue de girafe est la langue du cœur. La girafe a un grand cœur, pour pomper le sang jusqu'au cerveau. Elle voit loin. Elle ne se satisfait pas des besoins immédiats.

Le chacal s'oppose à la girafe, il est prêt de la terre. Il ne voit pas très loin. Ce qui le préoccupe c'est la satisfaction immédiate, l'aujourd'hui. Il ne voit pas la conséquence de ses actes. Il est difficile de dialoguer avec quelqu'un qui a un cœur de chacal ! Pour communiquer il faut Parler et Ecouter.

#### A. Ecouter. Comment s'exprime la langue du cœur ?

Il faut apprendre à parler et à écouter. Parfois il faut renoncer à parler, à se justifier et à expliquer ou à répondre tout de suite. Nous écoutons à plusieurs niveaux :

- ❖ Au niveau des faits et des événements
- ❖ Au niveau des sentiments
- ❖ Au niveau du comportement
- ❖ Au niveau de ma résonance

Il faut écouter la différence, accepter que l'autre qui me parle soit différent. Etre conscient que l'autre est un mystère, que je ne peux pas prétendre le connaître complètement.

La fenêtre de la connaissance peut nous aider à comprendre ces différents aspects de l'écoute.

Ce que je connais de moi, tu l'ignores	Ce que tu sais de moi, je l'ignore
Ce que j'ignore et toi aussi	Ce que tu sais et moi aussi

**Vouloir écouter**, c'est la disponibilité d'écouter, c'est une décision, une discipline qu'on s'impose. **Pouvoir écouter**, c'est une attitude qui nous aide à ne pas sympathiser. Car lorsqu'on sympathise on s'identifie à celui qui parle et on passe à côté d'une vraie écoute. Cette attitude est appelée :

**Présence à l'autre ou l'empathie.**

L'empathie est le fait d'écouter l'autre tout en restant soi-même. Cependant, il ne faut **ni la sympathie, ni la froideur**. Il faut une attitude qui exprime que « je suis présent, mais je ne suis pas toi ». L'empathie est donc une manière d'être présent à l'autre et présent à soi.

- ✓ L'empathie permet à l'autre d'entendre ce qu'il dit de lui-même et l'écoute active permet d'entendre ce que nous-mêmes disons.
- ✓ L'empathie nous permet d'enlever une charge :
- ✓ Exemple : Jésus et les disciples d'Emmaüs. Jésus leur pose une question pour leur permettre d'entendre ce qu'ils se disent en exprimant ou en évacuant **la charge de la déception**. Puisque la charge de la frustration empêche l'écoute profonde. C'est lorsqu'ils se sont déchargés que Jésus peut leur adresser la PAROLE.
- ✓ Pourquoi l'évangile n'est-il pas entendu ? C'est parce qu'on est surchargé affectivement et émotionnellement.
- ✓ **La reformulation** permet à la personne de saisir ce qu'elle vit, de nommer sa charge pour la diminuer. Comment réagissez-vous à quelqu'un qui vous dit : « **Mon Père est mort et je suis content !** » ?

**Il faut une reformulation** : « Si je comprends bien la mort de ton papa t'a réjoui » ou bien : « En t'écoutant je comprends que le décès de ton père te donne la joie ! » On change un peu pour ne pas « faire le perroquet ».

En reformulant nous montrons à l'autre que nous l'avons compris, pas au niveau de l'intelligence mais au niveau du cœur. Ainsi, on met l'autre devant un miroir et lui montre que c'est lui qui a la réponse. La reformulation exprime la confiance en l'autre. Elle crée l'espace de liberté et conduit à la perception des valeurs.

Autre exemple : « **Dans ma communauté personne ne s'intéresse à moi** ». Pouvez-vous reformuler cette énoncée ?

## **B. Parler est un art**

Pour bien parler au niveau du cœur, il faut utiliser un message en « **Je** ». C'est un message qui responsabilise ; alors que le message en « **on** » déresponsabilise. Dieu existe en « Je », tout en étant « communion ». Le message en « Je » compte trois éléments essentiels.

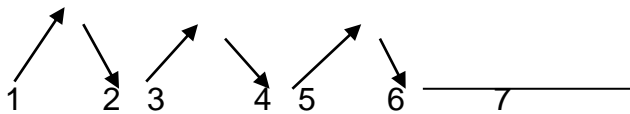
1. Je, exprime un fait concret. « Lorsque tu as fermé la porte, j'ai eu peur ». C'est une expérience concrète.
2. Je, exprime un sentiment. « ...J'ai sursauté ». C'est la conséquence du fait accompli par l'autre. Dans (1), je responsabilise l'autre de son action et je me responsabilise de mon sentiment, de ma réaction. Je décris ma réaction affective, sur quoi j'ai agi avec précision (2). « Celui qui précise peu, aide peu » (St. Ignace de Loyola).



3. J'exprime aussi les conséquences de l'action et en même temps un besoin, un souhait ou une attente. « ...j'aimerais qu'à la prochaine fois tu fermes la porte doucement ».

En parlant d'un fait, pour ne pas généraliser, j'exprime un sentiment, une conséquence, et même un besoin ou un souhait : « ... j'apprécierais ... je voudrais... ». En parlant ainsi, j'exprime ma vulnérabilité et si l'autre n'est pas prêt, il peut la piétiner et me blesser d'avantage.

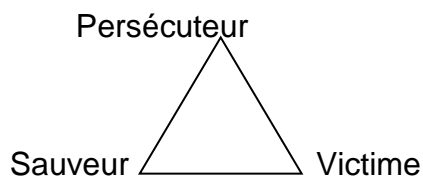
Puisque c'est exigeant, on préfère porter des masques et souvent toutes nos réunions communautaires sont consacrées aux choses. En principe, les choses doivent occuper 25% et les relations, 75%.



1. J'exprime un message en « Je ».
2. Attaque de l'autre.
3. Je reformule.
4. Attaque.
5. Message en « Je ».
6. Attaque.
7. Jusqu'à ce qu'on s'exprime sur le même niveau ; là il y a dialogue.

Cependant le message en « je », peut avoir des limites, surtout lorsque le « je » est perverti ou déguisé, pour attaquer la personne. Dans ce cas il faut changer de stratégie. Vous aimeriez que l'autre change, mais ça ne marche pas, alors il faut se dépasser. (Exemple de Ste Thérèse, on accueille cette situation comme une pénitence pour nous purifier).

### C. Triangles dramatique.

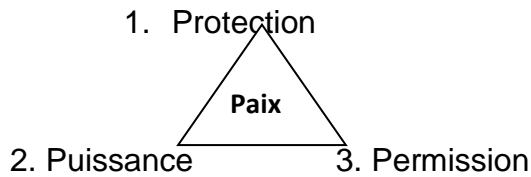


**La victime** étant blessé dans l'enfance, continue à être blessé. Il est peut être une victime soumise ou une victime rebelle. Elle est très attachée à la peur d'être privée, parfois elle se sent obligé.

**Le sauveur** quant à lui, a besoin d'être reconnu, apprécié. « Je sauve, je m'occupe de tout ». Dans le triangle dramatique il n'y a pas de liberté ».

**Le persécuteur** lui, se venge aujourd'hui des frustrations de l'enfance. Il se venge contre des personnes innocentes.

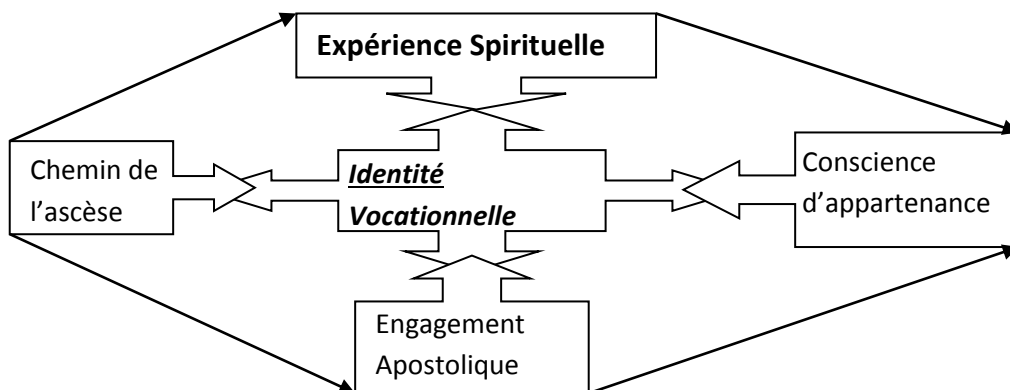
#### D. Triangle thérapeutique.



1. Protection, je me donne cette force, je prends la décision de bien communiquer.
2. Puissance, Je suis un enfant de Dieu, Il est Tout Puissant, je suis en sécurité.
3. Permission, je me donne la permission d'agir autrement. Etre différent c'est une chance. L'homme peut changer, progresser.

#### Chapitre 4. L'APPARTENANCE

Où vas-tu ? « Je vais chez nous ». De quel « chez nous » s'agit-il ? A la maison paternelle ou bien à la maison communautaire ? Il est question ici de l'identité vocationnelle.



1. **Sens.** On se demande pourquoi suis-je encore là (on recherche les valeurs objectives). Tous les membres doivent maintenir les valeurs toujours présentes dans la communauté et dans la conscience de chacun.

Nos relations doivent se baser sur les valeurs, et non sur les sympathies ; même si l'autre me complique la vie. Je suis là à la suite du Christ qui nous unit à son Père. Les autres appartenances (familiales, ethniques, culturelles, paroissiales), dépendent de l'appartenance à la communauté.

Si une personne abandonne les valeurs ce n'est pas grave, c'est plutôt grave si la communauté abandonne les valeurs.

2. **Sentiments.** Ils sont des valeurs subjectives. Il faut être conscient que les sentiments ne sont pas stables. Tout dépend de comment la personne réagit aux valeurs. On peut passer des sentiments positifs aux sentiments négatifs.

Quand le sentiment est négatif, je suis invité à voir quelle est la relation qui existe entre les **Besoins et les Valeurs**.

En effet, le sens sans le sentiment dessèche, désincarne, refroidit et le sentiment sans le sens désoriente, car les sentiments sont aveugles. Les deux aspects sont nécessaires.

### Question

1. Qu'est ce qui est devenu plus clair ?

2. Quel est l'impact que je prévois sur mon cheminement à l'issue de cette session ?

Rencontre des formateurs : il faut voir s'il y aura de régression. On peut faire le même test au début et à la fin. Un test psychologique au début du noviciat est nécessaire !

## Chapitre 5. LA COMMUNICATION SANS VIOLENCE

Cette communication selon qu'elle est enseignée par Marshall, est fondée sur l'idée clé de la **Compassion** et de l'**Empathie**. Une empathie pour soi-même, pour sa propre colère, ses propres besoins. Cela suppose qu'il faut écouter avec le cœur.

On peut dès lors se poser la question « pourquoi la violence existe-t-elle ?

Les hommes se font mal, se tuent à cause de la différence de la couleur de leur peau. Quelle bénéfice un homme peut-il trouver à voir souffrir un être humain ? Il donne l'exemple qu'en famille son oncle s'occupait de sa grand-mère mourante. Et elle était super contente. Alors pour quoi existaient-ils des hommes comme mon oncle, et d'autres capables d'assassiner ?

Il a pensé trouver la réponse dans la psychologie, avec son doctorat en poche il n'a toujours pas trouvé la réponse à ces questions. Enfin de compte il a trouvé que la violence n'est pas une maladie mais c'est question de langage et de mode de communication.

La violence réside dans la manière dont nous avons appris à penser, à communiquer et à gérer les rapports de pouvoir, dit Marshall<sup>1</sup>.

B. Rosenberg a créé cette structure pour transformer les modes d'éducation à travers deux notions concrètes : la langue girafe, langue du cœur et la langue chacal une communication coupée des émotions.

---

<sup>1</sup> Cf. Marshall R., *La communication Non Violente*, p.16.

Quelle est la méthode utilisée ? Il procède par trois questions :

1. Qu'est ce qui est vivant en toi ?
2. Qu'est ce qui permettrait d'améliorer et d'enrichir ta vie ?
3. Apprendre à partager les réponses en toute honnêteté et sans jugement.

Alors il propose 4 étapes :

1<sup>ère</sup> étape : Observation sans juger. Exemple lorsqu'un homme dit à sa femme :

-Tu es vraiment incapable de gérer notre argent, elle pourrait rétorquer :

-Tu veux toujours me contrôler.

Tout est dans la manière dont j'exerce mon pouvoir, sans dominer les autres.

Par conséquent, la culpabilisation n'est pas utile, car je tiens l'autre pour responsable de mon malheur. Je lui dis par exemple : « Tu me blesses » ; « Je suis déçu de toi ». La honte est une autre forme d'abus de pouvoir.

Alors comment exercer notre pouvoir d'une manière productive ?

- C'est en étant délicat avec nous-mêmes et avec les autres.
- C'est en focalisant notre attention sur les besoins de chacun.
- C'est en n'agissant pas sous la honte ou sous la culpabilité.
- C'est en communiquant nos besoins et sentiments.
- C'est surtout rencontrer les autres avec empathie. p.19-20

Voici une autre question : préfères-tu à chaque instant avoir raison ou être heureux ?  
Qu'est ce qui est vivant ?

La 2<sup>ème</sup> étape est celle des sentiments

La 3<sup>ème</sup> étape de la CNV est celle des besoins. En effet, les sentiments et les besoins sont toujours liés et interconnectés.

- ❖ Quand mes besoins sont satisfaits, mes sentiments sont agréables.
- ❖ Quand mes besoins ne sont pas satisfaits mes sentiments sont douloureux.

Or nous avons tous les mêmes besoins. Si je communique mes besoins sans critique, sans agression, ils ont la chance d'être répondus.

La 4<sup>ème</sup> étape de la CNV, c'est la demande. J'exprime en terme clair et positif ce que je désire obtenir. « Je m'adresse à toi parce que... ». Contre-exemple : une femme dit à son mari : « Je ne veux pas que tu travailles autant ». Ceci n'est pas une demande concrète. Nous pouvons créer le monde dans lequel nous avons envie de vivre !

Alors comment cette femme devrait-elle s'y prendre ? Et bien par exemple : « Je voudrais bien que tu me dises si tu serais prêt à passer un soir par semaine avec moi, et partager un autre avec les enfants ».

En bref, ce qu'il faut c'est :

- ❖ Qu'est ce qui est vivant en moi ?
- ❖ Qu'est ce qui est vivant en toi ?
- ❖ Comment pouvons-nous coopérer pour nous rendre à tous deux la vie plus belle et plus riche ? p.24
- ❖ Nos sentiments sont nos lampes témoins. Ce sont nos cadeaux. Ils me montrent que je suis vivant.
- ❖ La rage, la colère. Il faut distinguer entre stimuli et cause de la colère. C'est par exemple mon besoin d'ordre qui n'est pas satisfait qui provoque ma colère. Ainsi, la cause de cette colère c'est ce que je pense !

La CNV, nous invite à bannir de notre vocabulaire le terme : « devrait ». Au lieu de dire à son conjoint « tu devrais » on dira « quand tu utilises la cuisine, peux-tu la laisser propre s'il te plaît ? » C'est cela ! Cela prouve qu'on veut un feed-back !

S'assurer si l'autre a compris mon propos comme une demande et non comme un « tu devrais ». Il est utile d'éliminer de notre répertoire les mots comme juste, faux, mauvais, normal, anormal, compétent, incompétent, salop, fous le camp ! Tu es bête, ou je suis bête, chien, stupide, espèce de...imbécile, cochon, idiot, merde, vieux schnock...Tout cela et d'autres choses encore sont des mots qui figent et jugent ! C'est un langage statique

- ❖ A l'opposée, la CNV, est un langage dynamique.
- ❖ Exemple, quand je dis : « tu es colérique », je fixe l'autre. Mais quand je dis : « Es-tu en colère en ce moment ? » C'est un langage qui peut changer, dynamique.

Notre motivation doit être le besoin de servir la vie. Tout faire par plaisir et non par reconnaissance, par devoir ou par intérêt. En effet nous avons appris à faire les choses par devoir. Mais ce n'est pas la bonne manière. Car le devoir n'est pas un besoin naturel.<sup>2</sup>

### **Quelle est la force de l'empathie dans la communication non violente ?**

Le philosophe juif, Martin Buber, dans son livre « Moi et Toi » (1983) décrit l'empathie comme le cadeau le plus précieux qu'un être puisse offrir à un autre être ! Autrement dit, on lui donne la totale attention. Car ramener les éléments du passé dans le moment présent c'est paralyser l'empathie. Buber le dit d'une manière poétique encore : « malgré toutes les ressemblances, chaque situation de la vie est

---

<sup>2</sup> Idem. P.64 voir aussi ; [WWW.cnvc.org](http://WWW.cnvc.org) .

comme un nouveau-né : elle a un nouveau visage qu'on n'a jamais vu et qui ne se reproduit pas. Cette situation nous invite à être nous-mêmes ».

Quand nous sommes en lien empathique avec une personne, l'énergie divine nous traverse. C'est elle qui fait le travail à notre place.

Alors en face de la violence que faire ? Que choisir ? Agir par violence ou ne rien faire ? Gandhi a dit : « Entre passivité et violence, je choisis la violence. »

On ne peut pas rester sans rien faire face à un criminel. On ne peut pas assister, les mains dans la poche, à la panique que les terroristes de tous bords sèment de par le monde. « Ahimsa »= état de non-agression et « satyagraha »= recherche de la vérité, ces deux termes étaient chers à l'apôtre de la non-violence. D'ailleurs ce n'est pas lui qui a inventé ce terme. Les journalistes n'ont pas trouvé mieux que de traduire ces deux termes indiens en « non-violence ».

Pour Gandhi, ces deux termes sont la force de la transformation. Un poète disait qu'au-delà du bien et du mal se trouve un lieu, et c'est là que nous allons nous rencontrer (Poème de Rumi un des maîtres Soufis de 1207-1273).

Dès lors cette question se pose encore :

**D'où vient la violence ?** N'y aurait-il pas d'autres moyens que la violence ? En fait notre éducation nous apprend qu'il y a des méchants et nous qui sommes les bons nous avons le devoir de libérer la terre des méchants.

Les Etats-Unis se sont appuyés sur ce schéma pour justifier leur attitude dans les conflits dans lesquels ils se sont immiscés.

Aujourd'hui ce lavage de cerveau ne vient plus tant des écoles que des médias. Il y a quelques années la morale était forgée par l'Eglise, l'école et la famille. Aujourd'hui la TV les a tous remplacés.

Face à la personne dont je désapprouve le comportement, j'essaie d'être sincère, mais j'évite de la juger. On peut dire par exemple à un papa qui battait son enfant : « Je suis préoccupé par ce qu'il advient de votre enfant lorsque vous vous comportez de cette façon. Je ne voudrais pas qu'il souffre. J'aimerais qu'il se sente en sécurité. Je vous invite instamment à rechercher d'autres formes d'éducation... »p. 45

Parler ainsi, c'est adopter un langage de vie !

Il y a toujours des bonnes raisons d'agir ? Même pour Hitler ? Quand on visualise le contexte dans lequel cet homme a grandi, on s'étonne de moins en moins de ce qu'il est devenu plus tard. On a inculqué à ses oreilles que les juifs sont de méchantes gens. Et Marchal, on lui a distillé qu'il était entouré de personnes détestant les juifs. Il souhaite que les Allemands puissent faire le deuil sur ce qui s'est passé au lieu de se culpabiliser.

En effet pour faire la paix il faut donner de l'empathie au criminel en lui reflétant ce qui était vivant en lui. Il faut choisir le moment.