

Déclarons la paix aux enfants

Pourquoi appelle-t-on :

- cruauté le fait de frapper un animal
- agression le fait de frapper un adulte
- éducation le fait de frapper un enfant ?

Destinataire

Violence éducative et communication

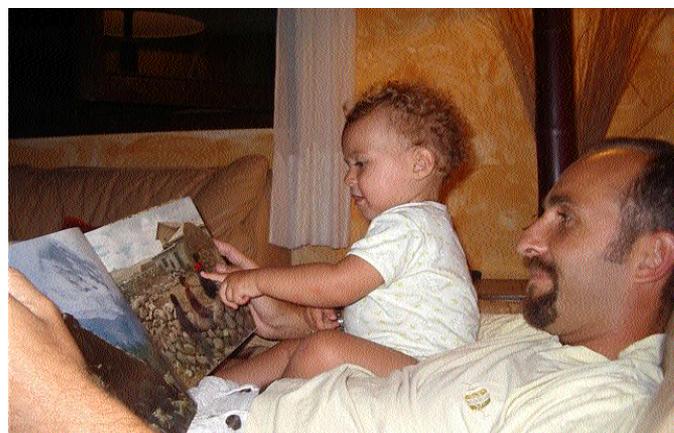
par Olivier Maurel

Gifler ou fesser un enfant, c'est, d'une certaine manière, communiquer avec lui. Mais que communique-t-on à un enfant en le frappant ? Les connaissances actuelles sur le développement du cerveau ne nous laissent plus de doute aujourd'hui : la violence éducative, si faible soit-elle, est destructrice. Les institutions internationales ont compris que sa réduction serait un facteur de paix. Reste à en convaincre l'opinion publique et les États.

L'enfant se forme par la communication

Même né à terme, le nouveau-né humain est prématuré, c'est-à-dire longtemps incapable de survivre sans assistance. Son corps sait que, pour survivre, il doit obtenir les soins, la bienveillance, la protection des adultes.

Dès sa naissance, loin d'être passif, il participe activement, de multiples façons, à la création de liens avec ses parents. Téter, comportement de survie, est aussi un moyen d'établir un lien très fort avec sa mère. Ses pleurs sont des appels. Sa capacité à distinguer de son environnement la forme des visages, et notamment celui de sa mère, lui permet d'attirer du regard ceux qui l'entourent et donc d'accentuer l'intérêt qu'on lui porte.



C'est au cours de cette communication intense et vitale avec son entourage que son cerveau se forme. Ses neurones, déjà en place à la naissance, développent leurs axones, ces filaments qui les relient, et leurs milliards de connexions provoquent l'accroissement du volume de son cerveau qui passe du quart de son poids définitif à la naissance, à 50% à six mois et 95% à dix ans.

La communication "sculpte" le cerveau

La neurobiologie nous apprend que la communication interne entre les neurones dépend en partie des formes de communication que l'enfant établit avec ceux qui l'entourent. Le cerveau de l'enfant est "sculpté" par les expériences auxquelles il est confronté. « *Tout le développement de l'être humain, dit le neurobiologiste américain Bessel van der Kolk,*

spécialiste du stress post traumatique, c'est le développement des lobes frontaux. En tant que parents, nous sommes les médiateurs du développement du lobe frontal de nos enfants. Lorsque nous lisons des histoires à nos enfants, lorsque nous les serrons dans nos bras, lorsque nous jouons avec eux, nous assurons le bon développement du lobe frontal. Si un enfant est toujours effrayé, terrifié, s'il n'est pas câliné, s'il est abandonné, négligé, ses lobes frontaux ne se développent pas correctement et ils ne parviendront pas à assumer leur fonction qui est d'inhiber le système limbique. Dans ce cas, le lobe frontal n'est pas assez développé pour aider la personne à être en contact avec le présent. Elle sera incapable d'enregistrer des informations nouvelles et d'apprendre par expérience».

Mais il en faut peu pour perturber le développement du cerveau

Des lésions infimes suffisent pour perturber le développement du cerveau d'un enfant.

Le neurobiologiste Antonio Damasio, par exemple, écrit «qu'un dysfonctionnement du système cérébral (...) peut être dû à un défaut de fonctionnement microscopique des circuits neuronaux». «Même des perturbations mineures des systèmes neuronaux spécifiques suscitent une modification majeure des phénomènes mentaux.»

Joseph Le Doux, autre neurobiologiste réputé, écrit de son côté : «Quelques connexions supplémentaires d'un côté, un petit peu plus ou moins de neurotransmetteurs de l'autre, et les animaux commencent à se comporter différemment.» Et les centres du cerveau des émotions et de la mémoire émotionnelle, qui sont essentiels pour le comportement relationnel, sont particulièrement vulnérables.

Van der Kolk, déjà cité, a déclaré récemment au Nouvel Observateur : «On se méprend beaucoup sur la notion de traumatisme, qu'on assimile à tort à un événement horrible et exceptionnel. (...) Il y a aussi la foule des malheurs ordinaires inhérents à la condition humaine. S'ils ont été vécus dans un sentiment d'impuissance et de désespoir, ils peuvent eux aussi laisser une cicatrice douloureuse longtemps après les faits. Tous ceux qui ont eu des parents violents, vécu une relation pénible, la mort d'un ami ou même un accident le savent bien. Ils ne présenteront pas forcément tous les symptômes de l'État de Stress Post Traumatique» mais «nos recherches nous montrent qu'à un degré moindre de très nombreuses personnes portent la trace du trauma dans leur corps».

Quand l'enfant est agressé par sa base de sécurité

Aucun comportement inné de l'enfant ne le prépare à être agressé par sa mère ou son père qui sont sa base de sécurité. Un enfant agressé par une tierce personne peut

crier pour appeler sa mère; s'il est assez grand, il peut courir se jeter dans ses bras. Mais un enfant agressé par sa mère ou son père, même si cette agression se limite à une tape, une gifle ou une fessée, ressent cette situation d'isolement comme une situation de danger. Tout son corps sait qu'il ne peut pas survivre seul. Et la relation de confiance établie avec ses parents est pour lui vitale. Attaqué par ceux qui assurent sa survie, ce que son corps éprouve, c'est angoisse et stress.

Or, le stress est une réaction normale et bénéfique quand elle peut aboutir au comportement auquel elle prépare tout l'organisme : la fuite ou la défense. Dans ce cas, les hormones diffusées dans l'organisme d'un animal ou d'un homme sur l'ordre de son cerveau, mettent son corps en état d'alerte. Puis, lorsque l'organisme en danger (animal ou humain) a pu fuir ou se défendre, il retourne progressivement à son état normal sans dommages pour son équilibre interne. Mais les expériences de Henri Laborit, présentées dans le film d'Alain Resnais *Mon Oncle d'Amérique*, ont montré que lorsqu'un animal en situation de stress ne peut ni fuir ni se défendre, les hormones du stress deviennent toxiques, attaquent le système digestif et les neurones. De plus, le système immunitaire, désactivé par le cerveau en cas de stress, par «économie d'énergie», perd de son efficacité s'il l'est trop souvent.

Or, l'enfant frappé par ses parents ne peut précisément ni fuir, parce qu'il est physiquement retenu et entièrement dépendant de ses parents, ni se défendre parce qu'il est trop faible ou qu'il est impensable de leur rendre les coups. Et quand les parents ont pris l'habitude de donner des gifles et des fessées, l'enfant peut en recevoir souvent, précisément pendant toute la période où son cerveau se forme.

Il n'est donc pas étonnant que les enfants frappés dans leurs premières années soient plus souvent malades, et ont une propension à subir des accidents plus graves et plus fréquents que les enfants qui ont été respectés.

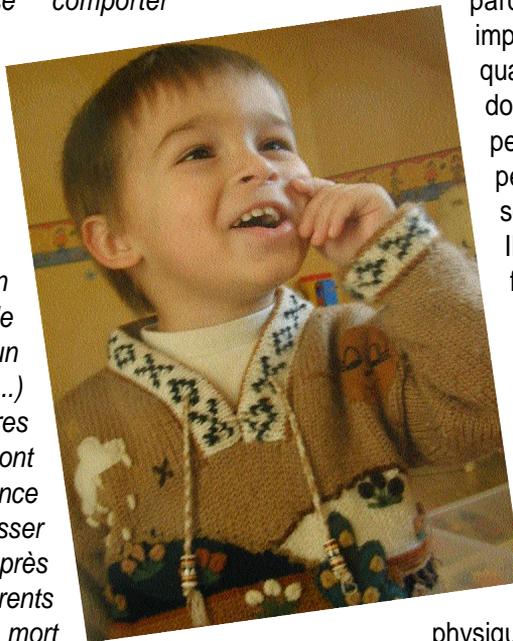
Il faut avoir présente à l'esprit cette vulnérabilité du cerveau des enfants quand on aborde la question de la violence éducative ordinaire, c'est-à-dire de toutes les formes de violence

physique, même légères, qu'on trouve normal d'utiliser pour leur éducation. En réalité, ces violences s'insèrent dans le réseau de communications qui contribue à la formation de l'enfant, mais de façon destructrice, et elles y ont bien d'autres effets que ceux que nous imaginons.

Les messages destructeurs de la violence éducative

Nous croyons en général qu'une gifle ou une fessée dissuade simplement l'enfant de reproduire un comportement répréhensible.

Mais le message idéologique qu'une gifle ou une fessée



envoi à un enfant est bien plus complexe et plus destructeur. Parce que nous sommes les modèles de nos enfants, une gifle ou une fessée inculque en un seul geste et d'un seul coup (c'est le cas de le dire!) une formidable leçon d'immoralité et d'antidémocratie. Elle leur apprend en effet que :

- Quand on n'est pas d'accord avec quelqu'un, on a le droit de le frapper, même si on l'aime.
- Quand on est grand et fort, on a le droit de frapper les êtres petits et faibles.
- Quand quelqu'un vous frappe ou vous menace, il faut se soumettre à lui.
- La violence est un mal mais c'est aussi un bien, puisque c'est "pour son bien" qu'on frappe l'enfant.

De telles maximes ne peuvent que dérégler la boussole intérieure d'un enfant et lui rendre difficile la distinction du vrai et du faux, du bien et du mal. Elles le rendent vulnérable à toutes les propagandes, ou au prestige des gourous, des caïds de quartier ou des prédicateurs de terrorisme. Faire violence aux autres "pour le bien" d'un parti, d'une religion, d'une nation ou pour son propre bien lui paraîtra normal : c'est ce que ses modèles lui ont appris pendant les années où son cerveau se formait.

Et il pourra aller très loin dans la violence, parce qu'un autre effet de la violence éducative est de détériorer le sens de l'empathie.

L'empathie, base innée de l'altruisme

Il existe chez les animaux et donc chez nous, une capacité d'empathie qui nous permet d'identifier et de comprendre les émotions des autres et donc de considérer autrui comme un semblable. C'est la base émotionnelle de l'altruisme.

Des singes, l'expérience en a été faite, sont capables de se priver de nourriture s'ils doivent, pour se la procurer, faire souffrir un de leurs congénères. Cette forme instinctive de la règle d'or de la morale : Ne fais pas aux autres ce que tu ne veux pas qu'on te fasse, est présente aussi en nous, si du moins l'éducation ne la détruit pas par des messages et des exemples qui la contredisent. Or, l'enfant qui subit de ses parents des punitions douloureuses, doit se blinder pour survivre et se ferme à ses propres émotions. C'est ainsi qu'est mise hors circuit la capacité d'empathie. Quand cette capacité naturelle est désactivée, toutes les morales et toutes les religions du monde ne sont plus que des prothèses, incapables d'inspirer un comportement altruiste dans les situations de crise. Pires, elles peuvent devenir des idéologies auxquelles il semble normal de sacrifier hommes, femmes et enfants que l'on ne ressent plus, émotionnellement, comme des semblables.

On a vu ainsi un des peuples les plus cultivés et christianisés d'Europe, mais massivement élevé de façon autoritaire et violente, commettre ou laisser commettre le pire des génocides sous les ordres d'un homme, Hitler, dont l'enfance avait été elle-même ravagée par la violence et les



humiliations de son père. C'est ce qu'a montré Alice Miller dans son livre *C'est pour ton bien*. Et ses recherches sur l'enfance des dictateurs du XXe siècle ont révélé qu'ils ont tous été victimes de violence éducative, qu'il s'agisse de Staline, de Mao, de Ceausescu, d'Amin Dada ou de Saddam Hussein.

Un résultat minimum garanti de la violence éducative

Mais, pensera-t-on : *"J'ai été frappé et je n'en suis pas devenu criminel pour autant !"* Heureusement, les effets destructeurs de la violence éducative sur le cerveau et le psychisme sont souvent compensés par la rencontre de personnes qui, par leur

affection et leur respect, permettent aux enfants de retrouver une part de leur respect d'eux-mêmes et d'avoir un comportement conforme à la morale admise dans leurs relations avec les adultes.

Mais le résultat minimum presque garanti de la violence éducative, si nous ne l'avons pas identifiée comme un mal, c'est de nous rendre aveugles à nos propres contradictions parce que cette violence a perturbé notre sens moral et notre sens de la logique.

Ainsi, nous serions outrés si un policier nous giflait pour une infraction au code de la route. Pourtant, nous giflons les enfants pour des actes bien moins graves que nos infractions. De même, nous serions outrés si, dans une maison de retraite, nous voyions un membre du personnel gifler une pensionnaire qui, en raison de son âge et de la détérioration de son cerveau, refuse de manger ou de se laver. Pourtant, les comportements de nos enfants sont aussi dus à leur âge et à l'immaturation de leur cerveau.

Et il n'est pas nécessaire d'être gravement maltraité pour tomber dans cette contradiction. L'enfant victime de banales gifles et fessées dès son plus jeune âge ne voit plus ensuite ce qu'il y a d'anormal à frapper les enfants car sa tolérance à l'égard de la violence s'est accrue.

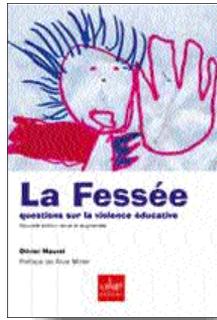
Une possibilité de réduire la violence ?

Prendre conscience de cette contradiction et des dégâts causés par la violence éducative peut agir sur l'avenir du monde. Depuis des millénaires, les hommes ont été soumis, au moment où leur cerveau se formait, à des violences dont la forme la plus courante était la bastonnade. Le neurobiologiste, Antonio Damasio, déjà cité dans cet article, m'a personnellement confirmé que nos violences, très supérieures à celles dont les animaux sont capables sur leur propre espèce, peuvent avoir leur source dans ces traitements infligés aux enfants.

Interdire toute forme de violence éducative et aider les parents à adopter des méthodes d'éducation sans violence est donc probablement la plus sûre façon de réduire la violence humaine.

L'UNICEF, l'Organisation Mondiale de la Santé, le Comité

des droits de l'enfant de l'ONU, le Conseil de l'Europe s'unissent actuellement pour obtenir cette interdiction dans tous les pays. Malheureusement, la France est très en retard dans ce domaine et elle a même été absente de la conférence qui a réuni sur ce thème plus de 40 pays d'Europe et d'Asie centrale en juillet dernier, en Slovénie.



- Signer la pétition pour l'interdiction de la violence éducative en France adressée au premier Ministre (La demander à O. Maurel 1013C Chemin de la Cibonne 83220 Le Pradet ; ou par email à omaurel@wanadoo.fr).



Que pouvez-vous faire?

- Vous informer en lisant la brochure de l'association *Ni claques ni fessées* (3 villa Quincy 92170 Vanves ; tél. : 01 46 38 21 22) ou mon livre *La Fessée, Questions sur la violence éducative*, édition La Plage (12 €).
- Si vous avez de jeunes enfants, lire le livre de Thomas Gordon : *Parents efficaces* (Marabout) ou celui de Catherine Dumonteil Kremer : *Poser des limites à son enfant* (Jouvence).

Qui est Olivier Maurel ?

«*La lecture des ouvrages d'Alice Miller, ex-psychanalyste qui a rompu avec la psychanalyse, et d'autres auteurs également critiques à l'égard du freudisme, m'a convaincu qu'une grande partie de la psychanalyse est construite sur des bases erronées. Alors que Freud avait d'abord bien vu la nature de quelques-uns des traumatismes subis par les enfants, il a préféré ensuite, pour ne pas avoir à accuser son père, considérer que l'origine du mal était dans l'enfant qu'il considérait comme un "pervers polymorphe". Ce qui amène aujourd'hui encore nombre de psychanalystes à justifier la violence éducative ou, en tout cas, à en refuser l'interdiction. Faut-il voir l'origine de la violence humaine dans les "pulsions" de l'enfant, et notamment dans la "pulsion de mort" ? Ou bien dans les diverses violences que subissent les enfants soit au moment de la naissance, soit "in utero", soit, plus fréquemment encore de la main même de leurs parents qui les punissent "pour leur bien" ? Sans compter toutes les formes d'abus sexuels, beaucoup plus fréquents qu'on ne le croit. Le fait, mis en lumière par Alice Miller, que les principaux potentats du XXe siècle, Hitler, Staline, Mao, Ceausescu, Saddam Hussein, Amin Dada aient tous eu une enfance ravagée par la violence parentale, montre à quel point il serait faux de considérer la violence éducative comme ne pouvant en aucune façon influencer sur l'extrême violence des adultes et sur les phénomènes massifs de massacres et de génocides.*»

Présentation par lui-même

Élevé avec tendresse par une mère aimante et par un père qui, s'il avait été Abraham, ne m'aurait jamais fait le coup du bûcher, même sur l'ordre de Dieu, benjamin de cinq sœurs et frères plus âgés qui m'ont entouré

d'affection et de bons sourires, ayant dû courir aux abris, enfant, sous les bombardements américains de novembre 1943 à août 1944, réfugié plusieurs jours et nuits dans une cave avec ma famille au milieu d'un des derniers champs de bataille de la libération de Toulon, ayant eu une sœur déportée à Ravensbruck d'où elle est revenue saine et sauve pour notre bonheur le 25 mai 1945, adolescent sur fond de guerre d'Indochine puis de guerre d'Algérie à laquelle j'ai craint d'être obligé de participer, parce que j'avais connu la tendresse dans ma famille, le goût des hommes pour s'entremassacrer m'a paru incompréhensible.

Je me suis donc interrogé toute ma vie sur la violence. Et plus encore quand sont nés mes enfants.

Mais ni l'explication chrétienne par le péché originel, ni l'explication naturaliste par la "bête humaine", ni l'explication psychanalytique par la pulsion de mort ne m'ont paru convaincantes.

Je me suis senti plus près de la vérité quand j'ai lu Soumission à l'autorité de Stanley Milgram, Des choses cachées depuis la fondation du monde de René Girard, les pages sur le rôle des idéologies dans l'Archipel du Goulag de Soljenitsyne.

Mais tout s'est éclairé quand l'élue de mon cœur m'a fait lire C'est pour ton bien d'Alice Miller. Il m'a paru alors évident que la majeure partie de la violence des hommes leur est inculquée dans leur âge le plus tendre, au moment où leur cerveau se forme, par leurs parents et souvent leurs maîtres qui, croyant bien faire, pour les éduquer, les battent comme plâtre sur toute la surface de la terre, et cela depuis les environs du néolithique ce qui a fait de la violence leur seconde nature.

Voilà pourquoi tout ce que j'ai écrit tourne autour de la violence et de la non-violence.

Le Livre des Lois

Par Véronique Brard

Nous croyons choisir nos chemins et nos vies, nos pensées et nos façons de nous comporter, en fait, tout cela résulte des règles qui régissent notre personnalité et dont certaines sont absolument inconscientes. Ces règles résultent d'une socialisation qui est devenue notre conditionnement.

Socialisation

Nous naissons avec la capacité d'apprendre et de nous adapter. Apprendre et nous adapter est une question de survie. Un nombre infini de règles régit la société et les familles, lorsqu'un nouvel être humain naît, ses proches lui apprennent ces règles. L'école et autres instances prennent ensuite le relais. Un nombre infini de règles sont présentes dans notre inconscient.

L'attention est la capacité à être sélectif et à se concentrer exclusivement sur ce que l'on veut percevoir. Nous sommes capables de percevoir des millions de choses simultanément, mais en utilisant notre attention, nous pouvons n'en maintenir que certaines, volontairement ou non, au premier plan de notre conscience. Les adultes qui nous entouraient lorsque nous étions enfants ont capté notre attention et introduit des informations dans nos esprits par la répétition. C'est ainsi que nous avons appris tout ce que nous savons.

En nous servant de notre attention, nous avons assimilé une certaine réalité. Nous avons appris comment nous comporter dans la société où nous sommes nés : que croire et ne pas croire ; ce qui est acceptable, ce qui ne l'est pas ; ce qui est bon, ce qui est mauvais ; ce qui est beau, ce qui est laid ; ce qui est juste, ce qui est faux. Toute cette connaissance, toutes ces règles, tous ces concepts concernant la façon de se comporter dans le monde sont ceux de nos parents et de notre milieu.

Lorsque nous allions à l'école, nous étions assis à votre bureau et notre attention se portait sur ce que le professeur nous enseignait. Lorsque nous allions à l'église, notre attention se concentrait sur ce que le prêtre ou le pasteur nous disait. La même chose se produisait avec papa et maman, nos frères et nos sœurs. Nous n'avons pas choisi de parler français. Nous n'avons pas choisi notre religion ni nos valeurs morales : elles étaient là avant nous. Enfants, nous n'avons pas eu la possibilité de choisir nos croyances, nous nous sommes imprégnés de ce qui existait dans

notre environnement. Cette imprégnation contrôle nos vies, même si nous avons remis en question les croyances de nos parents ou nous révoltons contre elles.

Conditionnement

Ce processus est le processus de socialisation : nos parents et éducateurs nous ont enseigné comment être des humains dans la société particulière où nous sommes nés, ce que veut dire être une femme, un homme, un enfant dans cette société, ce qui est bien ou mal dans ce groupe social. **Mais cette socialisation est aussi un conditionnement, celui qui fonde notre système primaire.**

Nous sommes modelés par ces règles. Elles nous ont façonnés. Dans le même temps, nous apprenons à juger ce qui ne correspond pas aux règles. Nous nous jugeons nous-mêmes et nous jugeons les autres. Si le jugement lui-même n'est pas *politiquement correct*, nous apprenons à disqualifier, à tenir à distance par le rire, l'ironie, un mépris discret, le «je suis vraiment triste pour lui» qui porte plus de jugements que de réelle tristesse.

Les enfants sont "domestiqués", "dressés" avec le plus souvent de la violence à la clé. Cette violence peut être claire, gifles, coups, fessées, ou plus subtile, nous sommes de *gentils garçons* ou de *gentilles filles* si nous faisons ce que papa et maman veulent, de *méchants garçons* ou des *méchantes filles* dans le cas contraire, et à ce moment là, les parents coupent le lien énergétique, ce qui, pour l'enfant, est aussi une punition insupportable, un abandon qui le laisse terrorisé.

Chaque fois que l'enfant enfreint les règles, il est puni d'une manière ou d'une autre. Dans le meilleur des cas, par un regard, un retrait d'attention, une plaisanterie blessante, dans le pire, par des coups. Lorsque l'enfant respecte les règles, il est récompensé, par l'approbation, la chaleur, un sourire, etc. Cela arrive plusieurs fois par jour, jour après jour durant des mois et des années.

Rapidement, nous avons commencé à avoir peur d'être puni ou de ne pas recevoir l'approbation de nos parents, nos professeurs, les adultes qui nous entouraient ou de nos amis.

Nous avons eu besoin de développer certains talents pour obtenir cette approbation. Comme elle nous faisait du bien, nous nous sommes efforcés de faire ce que les autres attendaient de nous pour garder cette sensation de bien être. Nous nous sommes mis à essayer d'être uniquement ce qui plaisait aux autres, pour



leur faire plaisir, pour avoir de la valeur à leurs yeux, pour qu'ils nous regardent et nous aiment. Très souvent, nous l'avons fait aussi par amour pour eux, l'enfant a une incroyable capacité naturelle à aimer.

Nous nous efforçons de faire plaisir à papa et maman, à nos grands-parents, à nos professeurs, nous avons besoin de plaire à tous, nous avons donc développé les énergies adaptées à notre environnement, celles qui sont devenues les parties dominantes de notre personnalité.

Nous avons, dans le même temps, sacrifié ce qui ne plaisait pas à notre entourage par peur d'être rejetés. Cette peur est devenue aussi celle de ne pas être comme il faut, de ne pas être assez bon. Au bout du compte nous avons inscrit dans notre inconscient les croyances de maman et ses règles, les croyances de papa et ses règles, les croyances de la société dans laquelle nous vivons et ses règles. Nos tendances naturelles ont été mises de côté au cours de ce processus, même celles qui sont très utiles, même celles dont nous avons grand besoin pour vivre heureux. La façon dont nous avons été traités au départ est aussi devenu pour nous, notre façon naturelle d'aimer.

Le Juge

Le processus est si fort qu'arrivés à un certain point de notre vie, nous n'avons plus besoin de personne pour nous faire part de ces règles. Nous avons notre propre Contrôleur et notre propre Régisseur. Nous veillons désormais nous-mêmes à suivre le système de croyances de notre enfance. Ce système de croyances, c'est *Le Livre des Lois* qui dirige notre inconscient. Tout ce qui se trouve dans ce Livre est notre vérité, sans l'ombre d'un doute. Tous nos jugements se fondent sur lui, même si les règles qu'il contient vont à l'encontre de notre propre nature intérieure ou de nos nouvelles règles de vie ou de notre intelligence. Ce Livre des Lois enfoui dans notre inconscient dirige notre vie.

Du coup, une part de nous juge toute chose et chacun, y compris le temps, le chien, le chat ou l'épicier. Ce Juge intérieur utilise comme référence interne ce qui se trouve dans le Livre des Lois. Ce que nous faisons, tout comme ce que nous ne faisons pas, ce que nous pensons et ne pensons pas, tout ce que nous ressentons et ne ressentons pas, tout est soumis au verdict de ce Juge. Chaque fois que nous faisons quelque chose de contraire au Livre des Lois, le Juge nous déclare coupable : nous nous sentons mal, nous avons honte, nous avons



peur. Comme par le passé, cela se produit plusieurs fois par jour, jour après jour, durant toutes les années de notre vie.

La Victime

Une autre part de nous-mêmes reçoit ces jugements : la Victime. La Victime subit la réprimande, la culpabilité et la honte. C'est cette partie de nous qui dit : *Je ne suis pas assez bon, je ne suis pas assez intelligent, je ne suis pas*

assez beau, je ne mérite pas d'amour. Le

Juge est bien d'accord : *C'est vrai*, confirme-t-il. Et tout cela découle d'un système de croyances que, souvent, nous ne connaissons même pas ! Plus encore, lorsque nous amenons ces croyances au grand jour, elles ne correspondent pas à notre actuelle vision des choses, de nous-mêmes, de la vie, de l'amour.

Pourtant, ces croyances sont si fortes que des années plus tard, lorsque nous découvrons de nouveaux concepts ou que nous essayons de prendre nos propres décisions, nous réalisons qu'elles contrôlent toujours notre vie.

Le Mental

Tout ce qui va à l'encontre du Livre des Lois nous fait ressentir une drôle de sensation dans le plexus solaire : angoisse et peur. Contrevenir aux règles du Livre des Lois, nous rend très fragiles.

Lorsque les autres le font, ce même sentiment de peur et d'angoisse arrive, les juger ou les mettre à distance, si le jugement n'est pas permis, est un soulagement ! Puisque tout ce qu'il y a dans le Livre des Lois doit être vrai, tout ce qui remet en question ces croyances provoque un sentiment d'insécurité. Nous avons alors besoin d'avoir raison et de donner tort aux autres. Le Mental est puissant et sait parfaitement faire cela.

Le Perfectionniste

Nous avons appris à vivre en nous efforçant de satisfaire les besoins d'autrui de peur de ne pas être accepté et de ne pas être assez bien à leurs yeux. Au cours de ce processus, nous élaborons une image de ce qu'est la perfection afin d'essayer d'être toujours comme il faut. Nous créons une image de comment nous devrions être (semblables ou dissemblables à nos parents) et nous essayons de nous y conformer. Il est impossible de se conformer à cette image, elle est non réaliste par définition, pourtant elle devient notre norme, et par rapport à cette norme, nous devenons constamment imparfaits.

Une fois le processus achevé, il ne s'agit plus d'être comme il faut aux yeux des autres mais d'être parfait à nos propres yeux. Faute de correspondre à cette image, nous nous sentons nuls et sans valeur. Nous essayons de le cacher en laissant nos subpersonnalités dominantes jouer leurs jeux, mais ce n'est pas notre totalité et nous nous sentons faux. Nous avons de plus une peur horrible que les autres découvrent notre secret : nous ne sommes pas qui nous prétendons être.

Dans notre esprit des dizaines de personnes parlent en même temps, en fonction de dizaines et de dizaines de lois connues ou inconnues, en fonction d'une image irréaliste de nous, nous ne nous comprenons pas et personne ne comprend personne.

L'enfer

La manière dont nous nous jugeons est la plus sévère qui soit. Dès que nous nous retrouvons seuls, le Juge devient tout puissant et la culpabilité nous envahit. Nous nous sentons stupides, mauvais, nous nous haïssons. Nous sommes incapables de nous pardonner de ne pas être tels que nous le souhaitons, tels que nous croyons devoir être. Nous ne nous pardonnons pas de n'être pas parfaits. N'étant pas parfaits, nous nous rejetons. Le degré de rejet de soi dépend du degré de rejet, implicite ou explicite, vécu dans l'enfance.

Naturellement, nous jugeons aussi les autres d'après notre idée de la perfection, et bien entendu ceux-ci déçoivent toujours nos attentes.

L'être humain est le seul animal sur terre qui paie des milliers de fois pour chacune de ses erreurs. Nous avons une puissante mémoire. Si nous estimons avoir commis une erreur, nous nous jugeons inlassablement. Chaque fois que nous y repensons, nous nous jugeons à nouveau. Parfois un proche se charge de ce travail. Combien de fois fait-on payer la même erreur à son conjoint, ses

enfants ou ses parents ? Tant que nous restons blessés par son comportement ou qu'il provoque un sentiment d'insécurité. Entre le Juge et la Victime, intérieurs ou extérieurs, de nombreuses vies tournent au cauchemar. Nous avons peur de l'enfer, souvent nous y vivons déjà !

Oser découvrir

L'humanité est à la recherche de la vérité, de la beauté, du bonheur, mais nous ne les voyons pas. Nous sommes aveugles en raison des croyances et des lois qui voilent notre vision. Tout ce que nous croyons à propos de nous-mêmes, tous les concepts concernant qui nous sommes, tous les accords passés avec nous-mêmes, avec les autres, avec la société, avec Dieu sont fondés sur ces règles internes et nous empêchent d'expérimenter qui nous sommes vraiment. Le risque d'être vivant, d'exprimer qui nous sommes suscite la plus grande peur. **Être soi-même, voilà ce que nous redoutons le plus car souvent ce n'est pas conforme au Grand Livre des Lois.**

Tout ce que nous croyons du monde, tous les concepts et programmes que nous avons en tête nous empêchent de voir et d'expérimenter une réalité plus large de l'univers dans lequel nous vivons, de voir et d'expérimenter l'univers tel qu'il est, et nous tels que nous sommes. Le développement d'un ego capable d'apprécier une énergie et son opposé, permet de ne plus être soumis aux lois inscrites dans le Grand Livre et de récupérer notre libre choix. Tant qu'une vulnérabilité reste cachée sous une de nos règles, nous ne pouvons pas lâcher cette règle.

Même la plus belle des règles devient alors une contrainte qui maintient une autre partie de nous en prison. S'il est certes nécessaire de ne pas laisser chacun de nos instincts agir librement dans le monde, lui ôter même le droit de s'exprimer est abus.

Merci de bien vouloir retourner votre inscription au siège de l'association avec un chèque de 22 euros (pour 2 années) à l'ordre de Voice Dialogue Sud

ADHÉSION À L'ASSOCIATION

Déc. 2005 à

Déc. 2007

Je m'inscris à l'Association Voice Dialogue Sud :

Nom Prénom

Adresse

Profession Tél E-mail

Fait à, le / /



Signature :



Psychologie des Subpersonnalités et de l'Ego Conscient

Renseignements et inscriptions : Véronique Brard : 04.93.58.72.08 ou warina@wanadoo.fr

Formation continue à Avignon (84)

8 jours de formation pour ceux qui ont fait les week-end préparatoires

17 au 21 mars 2006 : Quatre jours de travail avec les jugements. Développer un processus d'ego conscient demande de savoir *qui, quand, comment* l'on juge. Nous avons ensuite la clé pour reconnaître nos parties primaires et commencer à accepter les cadeaux spécifiques portés par des parties de nous qui jusqu'ici étaient reniées.

12 au 15 mai 2006 : Quatre jours de travail sur les schémas d'ancrages. Mettre à jour la vulnérabilité qui se cache sous nos comportements relationnels automatiques est une découverte passionnante. Lorsque la vulnérabilité est enterrée, l'agressivité directe ou indirecte jaillit. La découvrir, en tenir compte, savoir la transmettre de façon juste n'est pas si facile.

Lieu :

Mas de la Dragonette, 260 chemin A. Messenger
84320 Entraigues.

www.masdeladragonette.com

Fax : 04.90.39.08.35 • Tél. : 04.90.39.20.77

Possibilité de loger dans un hôtel Étape proche

Accès :

A 10 km de l'aéroport d'Avignon.

A 3 km de la sortie Avignon Nord de l'autoroute Paris-Marseille.

Bus jusqu'à Entraigues à partir de la gare routière d'Avignon.

Prix : 880 € (hors repas et hors hébergement).

Stage d'été aux Courmettes (06)

Comment vivre le défi du couple ?

Aller au devant de soi-même, ouvrir la porte à l'enfant intérieur, se détacher du contrôleur, remettre en question les voix critiques, s'enraciner dans la puissance de son patriarce, se laisser inspirer par l'homme libre, vivre la réalité d'une énergie.

Puis

découvrir l'autre comme partie ignorée de soi, vivre la réalité du lien, exaltant ou douloureux. Apprendre, comprendre, sentir, ce que nous vivons, ce que vit l'autre, découvrir le Tisseur de rêves, se laisser guider, pour devenir partenaires et aimer sans se perdre

Durant ce stage d'été,

vous serez invités à porter un nouveau regard sur vous-même et votre partenaire. Nous utiliserons le Voice Dialogue, les énergies créatives, les énergies instinctives et les connaissances de la psychologie des subpersonnalités pour construire un espace de créativité au sein du couple.

Inscription : Dès maintenant. Pour ceux qui s'inscriront avant le 10 mars 2006 10% de réduction

Dates : Du lundi 24 juillet 2006, 18h au lundi 31 juillet 2006, 14h.

Prix : 560 euros. Chèque ou virement au nom de l'association Voice Dialogue Sud

Hébergement : Entre 38 et 43 euros par jour selon

l'hébergement choisi (dortoir ou chambre à 2 ou 3 lits). Il est possible de venir avec sa tente et de camper. Contacter les Courmettes pour réserver votre hébergement.

Adresse : Réserve naturelle des Courmettes 06140 Tourrettes-sur-Loup Tél. : 04.93.24.17.00. Fax : 04.93.59.26.34 site : www.lescourmettes.com

L'adhésion aux Courmettes sera réglée par l'association.

Accès : Itinéraire d'accès : demander un plan aux Courmettes

Gare : Cagnes sur Mer. Desserte par cars jusqu'à Vence, puis taxi. Aéroport : Nice

Le groupe est limité à 12 personnes. L'adhésion à l'association est nécessaire pour participer à ce stage.

