

Qui fuis-je, où cours-je et à quoi sers-je ?

L'intériorité n'est-elle pas citoyenne ?

Au début, lorsque j'étais moi-même à l'époque avocat, il s'agissait de jeunes en difficulté de toutes sortes qu'on appelle les jeunes de la rue; ensuite, comme thérapeute, j'ai accompagné nombre d'adolescents et d'adultes de tous milieux.

Au fil du temps, il m'est apparu que si nous nous installons dans une vie qui ne correspond pas à notre élan profond et si nous ne nous posons pas volontairement ces fameuses questions pour tranquillement revisiter nos choix, réajuster nos priorités, lâcher de vieux scénarios et nous ouvrir à de nouvelles façons d'être, la vie s'arrange souvent pour nous secouer. Ainsi, un choc de vie – séparation, accident ou maladie – peut nous amener à nous asseoir avec nous-mêmes et à nous demander : « Qui fuis-je et où cours-je ?... » .

Que cet arrêt soit volontaire ou involontaire, il permet de descendre le seau de la conscience dans le puits de l'intériorité pour y puiser une ressource sûre : la



Thomas d'Ansembourg est conférencier, formateur en relations humaines et auteur

Boutade ou pas, ces questions nous viennent tôt ou tard à l'esprit. Depuis près de vingt ans, j'accompagne des personnes et des couples au travers des processus de transformation personnelle et de changement de vie.

sagesse dont toutes les traditions nous enseignent depuis des millénaires qu'elle attend, dans le for intérieur de chacun, que nous la consultations. Aujourd'hui, effectivement, comme praticien de l'accompagnement des personnes, j'ai acquis ces deux convictions : la première, devant la difficulté ou l'épreuve, ce dont nous manquons, ce n'est pas de ressource, mais d'accès à cette ressource. La seconde, ce qui nous pose problème, ce n'est pas tant nos conditions de vie que les conditionnements de notre esprit, pas tant ce qui nous arrive que comment nous vivons ce qui nous arrive.

Malgré leurs bonnes intentions, nos éducations familiales, scolaires ou même religieuses ne nous ont pas donné les clés des processus d'écoute et de transformation intérieures, les clés de ce que j'appelle l'intériorité transformante : cette capacité à faire reculer à l'intérieur de nous-mêmes pour élever notre niveau de conscience, nous centrer dans notre élan vital propre et nous laisser transformer par ce qui nous arrive. Faute d'accès à cette intériorité transformante, nous risquons bien de nous retrouver dans l'un des mécanismes suivants. Soit le mécanisme de la cocotte-minute : celle-ci peut

être à explosion immédiate ou retardée. En effet, à force d'être bien gentil en oubliant d'être vrai, nous rentrons nos désaccords et nos frustrations jusqu'à exploser de façon agressive. Ou alors, la cocotte-minute peut être à implosion immédiate ou retardée. Dans ce cas, le couvercle de nos conditionnements étant trop bien serré, nous implosions dans la violence retournée sur nous-mêmes. C'est la cause de bien des maladies, *burn-out* et de dépressions. Soit, nous nous retrouvons dans tous les mécanismes de compensation socialement

admis ou moins admis : alcool, drogue, télévision, travail, contrôle, pouvoir, consommation et argent...

Les deux mécanismes (cocotte-minute et compensation) peuvent bien sûr se conjuguer. Tous les deux ont un impact social. Les violences verbales, physiques, psychologiques font des ravages à tous niveaux autant que les mécanismes de compensation qui mènent aux addictions (manies toxiques) et aux phénomènes d'accaparement.

En effet, sur le plan collectif, élargi à la dimension de la planète, nous savons aujourd'hui que la fracture économique qui divise le monde en une immense majorité de démunis (2,7 milliards d'hommes et de femmes vivent avec moins de 1,5 EUR par jour) et quelques millions d'individus riches (10 % de la population mondiale détient 80 % des richesses...) et les mécanismes de paupérisation qui en découlent ne sont pas le fait d'un problème de ressources – il y a bien assez de ressources pour que chacun ait assez –, mais un problème de répartition des ressources. Le véritable enjeu réside dans l'incapacité de ceux qui ont accès à l'avoir et au pouvoir à faire face à leurs angoisses existentielles. Faute de développer la vie intérieure qui permet de grandir dans la confiance en soi, dans les autres et dans la vie, qui permet de se sentir en appartenance dans un monde soutenant et de trouver un sens personnel et vivant à son existence, faute de développer cette capacité à puiser dans ses ressources intérieures, le risque est que l'individu

cherche sa sécurité hors de lui-même en accumulant et accaparant des ressources extérieures.

« Contrairement à une idée largement répandue, l'essentiel des problèmes que l'humanité rencontre peut trouver des solutions à condition de comprendre que la plupart des difficultés ne se situent pas dans l'ordre de l'avoir, du fait de la rareté des ressources physiques, techniques ou monétaires, mais dans l'ordre de l'être, la plupart des raretés étant artificiellement produites par des rapports sociaux mondiaux destinés à compenser le mal-être de la minorité possédante ». Ce n'est pas l'Abbé Pierre qui s'exprime ainsi. C'est Patrick Viveret, conseiller à la Cour des Comptes de Paris dans une analyse des maux de notre société (« Pourquoi cela ne va pas plus mal ? », éditions Fayard) qui va bien au-delà des chiffres et de l'économie et nous ramène à ce constat : il est urgent de réapprendre à respecter notre nature intime et notre appartenance à la nature. Et ce qui vaut pour l'avoir et les biens, vaut pour le pouvoir et le contrôle. Lorsque nous ne nous apportons pas à nous-mêmes une reconnaissance mesurée, nous risquons de passer notre vie à quêter désespérément à l'extérieur une

reconnaissance démesurée. Aujourd'hui, notre humanité est mise devant un défi commun historique : changer ou disparaître. Devant ce défi, de plus en plus d'individus réalisent que nous ne pourrions pas transformer collectivement notre rapport à la nature et aux ressources naturelles si nous ne changeons pas individuellement le rapport

nos propres systèmes de programmation. L'intériorité est la clé de cette transformation collective. Aujourd'hui, il n'y a plus de développement personnel; toute démarche de développement personnel profond nourrit la transformation sociale durable. L'intériorité est citoyenne.

Pb

L'essentiel des problèmes que l'humanité rencontre peut trouver des solutions à condition de comprendre que la plupart des difficultés ne se situent pas dans l'ordre de l'avoir, mais dans l'ordre de l'être



© Alfonso J. Agostino - Fotolia.com

à notre propre nature et à nos ressources personnelles. La société que nous avons créée, qui se révèle mortifère à bien des égards, correspond à nos systèmes de pensée, de croyances et d'interprétations du monde, soit à notre programmation. Nous ne pourrions pas avoir d'impact durable sur l'extérieur sans transformer par l'intérieur

Thomas d'Ansembourg est auteur des best sellers parus aux Editions de l'Homme en 2001 et 2004 : « Cessez d'être gentil, soyez vrai – Etre avec les autres en restant soi-même » (vendu à plus de 320.000 exemplaires et traduit en une vingtaine de langues) et « Etre heureux, ce n'est pas nécessairement confortable ».
www.thomasdanssembourg.com
et www.nvc-europe.org