

# LE FOCUSING ET L'ÉCOUTE :

## DES POLITIQUES DE DIFFUSION DE LA THÉRAPIE

**Eugene T. Gendlin**

Traduction : Solange St-Pierre

Socrate a déjà dit : « *Les Athéniens, il me semble, ne sont pas très dérangés s'ils croient que quelqu'un est très ingénieux... Mais du moment qu'ils suspectent qu'il donne son habileté aux autres, ils se fâchent.* » Plusieurs professionnels craignent le jour (qui viendra sûrement) où les gens apprendront les habiletés de la psychothérapie de façon routinière à l'école publique et la pratiqueront les uns avec les autres. À vrai dire ils n'ont rien à craindre car plus les gens s'engagent dans de tels processus et plus cela requiert d'experts. De tels experts devront toutefois avoir des capacités supérieures à celles de la population en général. Ce qui n'est actuellement pas souvent le cas; certains apprentissages d'auto-guérison émotionnelle sont meilleurs que la formation dite professionnelle. Plusieurs professionnels connaissent un abondant vocabulaire de termes généraux sans avoir aucune habileté spécifique. Les gens sauront aussi un jour ce qu'un changement bénéfique leur apporte. Ils seront ainsi en mesure de reconnaître lorsqu'un « expert » peut faire plus que ce qu'ils font par eux-mêmes ou avec un partenaire.

Dans ce chapitre, je discuterai d'abord de deux habiletés thérapeutiques que nous diffusons. Je discuterai alors de quelques principes politiques qui s'appliquent, selon moi, à toute forme authentique de diffusion de la thérapie. Ces principes ont des implications à la fois pour les politiques thérapeutiques et pour les politiques en général. Finalement, je présenterai notre propre modèle organisationnel.

### LES PRINCIPES POLITIQUES DE DIFFUSION DE LA THÉRAPIE

Carl Rogers a été le premier à ouvrir la psychothérapie à la possibilité de l'auto-guérison émotionnelle. Il a été constamment attaqué pour avoir « démantelé la psychanalyse », pour la « pratique sans permis », pour ouvrir la psychothérapie au personnel non médical et, par-dessus tout, je pense, pour avoir démystifié et détrôné le modèle médical. Par démystifier, je ne veux pas dire que le processus de la croissance humaine cesse d'être mystérieux. Il devient plus manifestement sacré à mesure que nous en apprenons plus à son sujet. Mais Rogers a spécifié ce que font les thérapeutes. D'autres approches peuvent aussi être spécifiées.

La spécification rend la formation systématique et permet la recherche. Oui, la même réelle spécificité qui nous permet d'enseigner quelque chose, nous permet aussi de l'observer. Cela permet de décider avec assurance si une procédure particulière est faite

ou non en observant un enregistrement du thérapeute qui la fait. En appliquant cette observation à un large échantillonnage, nous pouvons observer les résultats occurrence.

Avec Rogers il est aussi devenu évident que la formation doctorale courante est largement inappropriée à la psychothérapie. Quoi que, ce qui empêche quelqu'un d'être efficace, n'est habituellement pas un manque de connaissance intellectuelle.

En addition à la spécificité, la méthode de Rogers fait ressortir que les décisions prises par une personne lui sont inhérentes. Aucune connaissance contenue dans un livre n'habilite une personne à décider pour une autre. Cela vaut pour les décisions de vie et pour le style de vie aussi bien que, moment par moment, pour décider de quoi une personne va parler, ce qu'elle va sentir intérieurement et ce dont elle va choisir de débattre. Une autre personne peut anticiper, mais ultimement, la croissance personnelle va de l'intérieur vers l'extérieur. Un processus de changement commence à l'intérieur et se déplace dans des directions que même l'esprit de la personne ne peut diriger, encore moins l'esprit d'une autre.

Ces développements ouvrent la possibilité de penser que la psychothérapie pourra être diffusée.

Tom Gordon a été le premier à faire fructifier ce développement avec son organisation (P.E.T.)<sup>1</sup>, qui est maintenant suivie par une foule d'autres. Un demi-million de personnes a appris l'écoute Rogérienne dans son seul réseau, et elle est maintenant très bien enseignée par plusieurs autres.

Alors que les habiletés d'auto-développement s'étendent et se diversifient, il est nécessaire d'en spécifier quelques principes. Comme je le constate, ces principes ont déjà été dépassés – ou du moins oubliés, de telle sorte qu'ils seront bientôt dépassés. Même si nous ne pouvons en arriver à un accord, je crois qu'une discussion sur ces points sera valable.

La spécification permet la transmission des habiletés. C'est la formation que nous diffusons! Qu'est-ce qui différencie un professionnel crédible de qui que ce soit d'autre? C'est la prétention – ou la réalité – de sa formation.

1. *Si nous ne diffusons pas la formation, alors nous ne diffusons pas la thérapie. Dans plusieurs réseaux actuellement un grand nombre de personnes proposent des expériences de croissance, mais ils n'enseignent pas la manière dont elles se transmettent. On peut appeler ça de la « formation », mais ce que le formateur sait n'est pas disponible. Alors les gens ne peuvent poursuivre le processus par eux-mêmes ou avec d'autres. Tout ce qu'ils peuvent faire c'est de presser les autres à se joindre à cette même organisation. La thérapie ne leur a pas été donnée en tant que processus qu'ils peuvent poursuivre par eux-mêmes et avec d'autres. Quelqu'un l'a gardé pour lui ou pour son organisation, pour son propre pouvoir,*

---

<sup>1</sup> Il s'agit de la méthode Parents efficaces de Thomas Gordon.

et n'a pas permis aux gens de se l'approprier. Dans certains réseaux on fait même promettre aux gens de ne pas révéler ce qu'ils ont appris, de ne pas même le décrire, de telle sorte que la mystification du public puisse continuer et que les gens doivent venir l'apprendre « de la bouche du cheval » lui-même, quel que soit le cheval.

Nous voulons donner aux gens le processus et non pas l'expérience. La diffusion et la spécification sont inhéremment reliées car les habiletés qui ne peuvent être spécifiées, ne peuvent être enseignées aux autres.

2. *Plutôt que de couper les gens de l'accès à leur propre source intérieure, les habiletés peuvent être formulées de telle sorte qu'elles soient transmises entre individus dans le respect et la découverte de l'intériorité de chacun.* Nous devons ainsi spécifier ce qui se produit intérieurement lorsque l'habileté est effectivement réalisée. La définition nécessite donc une perspective nouvelle possédant cet avantage de la rendre diffusable.

Chaque personne doit trouver sa source interne de croissance, de changement et de direction de vie. La croissance ne se fait pas en menant les gens à travers des expériences organisées de telle sorte qu'elles aient sur eux un impact qu'ils n'arrivent pas à sonder. Quoique nous fassions, retravaillons-le jusqu'à ce que les gens puissent le recréer à l'intérieur d'eux-mêmes.

Prenons l'exemple d'un conditionnement skinérien opérant qui serait donné aux gens. Supposons qu'une institution, en accord avec un psychologue, organise un système récompensant certains comportements dans une population donnée, cette population étant constituée, par exemple, des occupants d'une prison ou des enfants d'une école. La même habileté peut être enseignée pour que chaque individu puisse l'utiliser. Elle devient alors une extension du pouvoir individuel et de la maîtrise de la vie. Dans cette forme elle peut être diffusée. Les gens peuvent définir pour eux-mêmes quel comportement ils veulent éliminer ou accroître. Ils peuvent relever et inscrire quand et comment le comportement souhaité se produit et se gratifier alors par une célébration ou par une récompense. Ils peuvent également modifier le « comportement cible » quand ils le souhaitent ou quand ils changent eux-mêmes.

À mesure que nous devenons plus aptes à entrer dans le fascinant territoire du développement personnel, nous rencontrons les problèmes qui ont toujours accompagnés cette dimension à travers l'histoire. Un de ces problèmes est la rigidité des doctrines et des églises. Aujourd'hui ce qu'offrent la psychologie et la spiritualité montre la même tendance. Chaque réseau demande que nous nous engagions dans une seule pratique et nous dit que toutes les autres sont mauvaises ou inutiles. Le gourou dit que nous devons trouver notre source intérieure, mais en pratique, il peut nous demander de la taire. Dans notre propre développement – juste là où nous pouvons avoir besoin de liberté – nous sommes aussi plus

disposés à en faire le sacrifice. Ceux qui veulent le pouvoir peuvent utiliser cette disposition pour nous contrôler.

Un individu ne s'annexe pas à un autre. Chaque personne est un être unique qui dirige son propre espace de vie et développe sa propre individualité. Nous pouvons nous désorganiser mais notre direction en provenance de l'intérieur est l'essence de ce que nous sommes en tant qu'êtres humains. Voudrions-nous échanger ça pour quelque ensemble de « bons » résultats et devenir un être d'une espèce différente, un de ceux qui peuvent être dirigés de l'extérieur?

3. *Lorsque l'enseignement est spécifique, nous pouvons rechercher et dénombrer lorsque ces spécificités ont réellement été mises en pratique et ce qui c'est alors produit.* La recherche définit publiquement ce que nous enseignons et le rend disponible, plutôt que d'en laisser la propriété à quelque dirigeant mystificateur ou à quelque groupe particulier.
4. *En diffusant la thérapie nous atteignons une sorte de connaissance, une utilisation des concepts qui lie chaque assertion à un aspect de l'expérience.* La mystification consiste à dire la vérité de telle sorte qu'un individu ne puisse atteindre directement cette vérité. Les énoncés doivent être conservés et transmis, car il n'y a pas d'accès direct démontrant leur fondement. L'interprétation thérapeutique, par exemple, ne peut actuellement pas être corroborée en elle-même par l'individu. On doit avoir foi en l'autorité du médecin. Mais, en d'autres temps, l'énoncé pourrait être donné en favorisant l'induction d'une validation interne dans l'individu. Et si rien ne se produit, l'interprétation devrait être rejetée comme étant non valide. L'interprétation devrait donc être donnée comme une proposition, une invitation à sentir directement, et non pas comme un fait.

En fait, les concepts théoriques en général ont aussi besoin d'aller dans ce sens. Ils ont besoin de pointer directement vers un aspect de l'expérience que chacun peut percevoir. Lorsqu'elle prend la forme d'une « expérience cible », la connaissance psychologique peut être enseignée à tous.

La connaissance peut être réentendu comme étant non pas la propriété de l'expert, mais plutôt reliée et articulée à l'expérience personnelle. La technologie physique a créée des experts qui sont les seuls détenteurs de la science. Ces experts travaillent pour des politiciens qui contrôlent ainsi l'usage de la science. Les politiciens, à leur tour, prennent leurs ordres des pouvoirs établis. Cette structure sociale est problématique. Une science que l'on souhaite humaine n'est pas comme ça.

Il peut être aidant, par exemple, de savoir qu'une personne déprimée est généralement susceptible de découvrir une colère sous jacente par l'exploration expérientielle. C'est aussi aidant de savoir qu'une personne qui a été violente envers les autres peut retourner cette violence contre elle-même. Une telle connaissance rend l'aidant plus sensible. Mais la connaissance est aidante

seulement si l'on en modifie l'usage habituel. Le processus humain est intrinsèquement unique et implicitement complexe en chacun. Aucun ensemble d'abstraction ne peut être l'équivalent ou la substitution des faits concrets. La connaissance d'un modèle général peut seulement sensibiliser quelqu'un à ce qui émerge. L'expectative générale ne peut se substituer à ce qui se produit réellement et qui sera notre base de travail.

Ce qui se produit directement dans l'individu doit avoir priorité sur tout concept. Un concept peut nous aider à relever quelque aspect de l'expérience. Mais, à l'instant suivant, une étape ultérieure peut faire évoluer le mouvement très différemment de ce vers quoi le véritable concept nous orientait.

Jusqu'à présent, la « connaissance » se disait trop complexe et trop bonne pour être diffusée. Je pense qu'elle était trop pauvre. Si nous faisons de la « diffusion » le modèle de la connaissance, nous nous dirigeons vers la science humaine telle que nous la voulons : des concepts qui réfèrent spécifiquement à ce qui peut être expérimenté et une utilisation des concepts qui leur permet d'être modifiés par ce qui est nouvellement expérimenté dans un espace individuel libre.

5. *Les gens peuvent apprendre à reconnaître quand ils sont aidés ou non; ils peuvent sentir le changement par des résultats concrets dans leurs corps et dans leurs vies.* Dans la médecine, c'est le médecin qui détermine s'il y a ou non une amélioration. C'est le médecin qui nous dit s'il veut nous revoir.

Traditionnellement, les gens vont en thérapie pendant des années en croyant qu'ils doivent bien avoir changé. Et de dire « doivent avoir » démontre qu'il y a inférence, plutôt que sens direct d'un changement perceptible intérieurement. Les gens supposent qu'ils doivent bien avoir obtenu quelque chose, avec tout le travail fait par le médecin. Après cinq ans, ou même neuf ans, les clients/patients commencent parfois à douter. Le public n'a pas encore saisi que le « médecin » de la psyché ne peut pas savoir que la personne a été aidée, quand la personne elle-même ne le sait pas. Les réseaux d'auto-développement qui nécessitent des enseignants certifiés posent un problème similaire. Les enseignants « accrédités » sont censés être effectifs. Une personne qui consulte quelqu'un d' « accrédité » est portée à croire que, quoi qu'il se passe, cela « doit être » ce que le processus offert a l'intention de produire. Je ne dénie pas la nécessité de la formation. Nous devons garder une liste de ceux que nous pensons capable d'enseigner. Nous devons instituer des vérifications variées, et nous le faisons. Mais nous devons dire au public de ne pas se fier à l'accréditation d'une personne. Laissons plutôt savoir aux gens qu'ils doivent vérifier intérieurement, et ressentir corporellement, lorsqu'un changement bénéfique se produit. Sinon, ils doivent travailler avec une personne différente. Lorsque le public aura saisi ça, le contrôle de qualité sera optimal.

Le Focusing habilite une personne à faire l'expérience de cette sensation corporelle interne de parcelles de changement concret. Après avoir fait cette expérience, les gens peuvent reconnaître le changement en eux.

Quelques sous-produits importants du Focusing : Nous commençons à trouver notre propre source intérieure, en considération de presque toute situation ou préoccupation. Cela nous porte au-delà de la dépendance à un thérapeute ou à un gourou qui nous dit comment vivre. Nous pouvons aussi découvrir : « *Oh... Je ne suis pas ces problèmes. Je suis ici et ils sont là... Je les ai, je ne les suis pas.* ». Nous découvrons un « moi » qui n'est rien de ce que nous pouvons nommer.

## LE MODÈLE ORGANISATIONNEL

Ce chapitre présente une description de notre organisation. Je voudrais seulement y présenter quelques innovations qui semblent valables.

L'« échange » est notre réseau d'auto-développement. Nous avons aussi, dans tous les pays, des enseignants en Focusing qui chargent des frais. Les échanges (en groupe d'échange ou en partenariat) sont bien sûr gratuits et si vous y recevez de l'écoute en Focusing, vous êtes alors en bonne position pour savoir si vous obtenez quelque chose de plus ou de mieux en payant.

Nous avons débuté avec une ligne d'urgence pour personnes en difficulté mais nous avons rapidement découvert que la meilleure façon de travailler avec « eux » était d'inviter ceux qui nous appelaient à se joindre à « nous ». Nous travaillons les uns avec les autres, sans nous questionner à savoir qui est aidé et qui est aidant. Nous n'avons pas de dirigeants qui ne font que donner. C'est toujours bon de faire les deux. *Personne ne rentre chez-lui sans avoir reçu quelque chose. Chacun est écouté pendant dix minutes en petit groupe, à moins qu'il ne le veuille pas.* Cette façon de procéder élimine le rôle de service. Chacun rentre à la maison nourri, plutôt qu'épuisé. Il s'agit d'une innovation extrêmement importante. Plusieurs organisations offrent d'y venir seulement pour s'asseoir et attendre passivement le « programme » de la soirée. Les gens rentrent chez eux aussi fatigués qu'à leur arrivée.

Avant de commencer l'écoute, nous donnons des instructions de Focusing afin d'aider chacun à atteindre un niveau d'ouverture assez profond. *Les instructions de Focusing qui sont données dans le groupe entier ou en petit groupe font partie de l'enseignement, mais elles aident également les gens à aller plus en profondeur vers leur zone d'émergence. Ce qui est ainsi partagé dans le groupe provient de cette ouverture profonde.*

Plus tard dans la soirée des sous-groupes spéciaux se forment pour l'enseignement de l'écoute et du Focusing, ainsi que pour d'autres types de processus de groupes. Certains viennent au groupe pendant plusieurs semaines, d'autres pour une seule soirée. N'importe qui peut annoncer la formation d'un groupe avec n'importe quel objectif et inviter les

autres à s'y joindre. *Cela nous apporte plusieurs points de vue et habiletés et élimine la direction du groupe par quelques personnes qui s'occupent de tout.*

Du point de vue politique les deux plus importantes innovations sont les suivantes :

Le groupe dans son ensemble ne fait pas d'« affaires » ou de prise de décision. Les « affaires » sont réglées par un petit groupe à un autre moment, habituellement avant ou après la rencontre du groupe. L'heure et le lieu sont connus, et chacun peut y venir et faire partie du groupe de direction.

Les décisions de groupe sont limitatives! Lorsqu'une décision est prise on doit agréer ou quitter. S'il y a des assemblées décisionnelles, je devrai convaincre le groupe. Si vous êtes en désaccord avec moi, je ne peux ni vous écouter ni vous aider à vous faire comprendre parce que la décision sera à mon encontre et me limitera. Plutôt que de vous aider à démontrer le bien fondé de votre point, je peux devoir espérer que vous n'arriverez pas à le communiquer aux autres, même si je sais ce que vous pensez.

Certaines règles de groupes ont été formulées, il y a plusieurs années, au Laboratoire de Formation Nationale. Nous avons découvert que ces règles ne tiennent pas lorsqu'un groupe a cette liberté dont je parle. Les règles sont valides seulement à partir de l'assomption contraignante selon laquelle tous doivent agréer et demeurer dans le groupe à moins que le groupe lui-même ne prenne la décision de se fractionner. Et, croyez-moi, nous nous portons très bien sans ces règles établies que l'on retrouve régulièrement dans la plupart des groupes!

Dans la majorité des groupes, une personne ne peut faire un cheminement « par étapes » sur le sujet donné ou discuté. Chaque personne partage une première fois et doit ensuite attendre que son tour revienne. Il est impossible en un seul essai d'exprimer la profondeur de notre pensée. Alors, au tour suivant, nous redisons souvent la même chose car il n'y a pas plus d'ouverture. Le rythme est frénétique : il y a peu d'écoute. Il est certain que, dans un groupe connaissant et pratiquant l'écoute, les choses se passeront différemment. Chacun sera invité, de manière plus profitable, à approfondir sa pensée. Mais nous devons d'abord évoluer vers un nouveau sens du « groupe ».

Sans que nous l'ayons souhaité ou remarqué, nous avons induit avec la notion de « groupe » et de « décision démocratique » une structure réellement limitative. Nous affirmons rechercher une décision qui soit « la nôtre ». Habituellement, ce n'est pas ce que nous obtenons. La décision revient aux quelques personnes qui connaissent les tenants et aboutissants de la question. Si la décision est prise autrement, il y aura tout simplement une autre rencontre pour la rectifier.

*Dans notre manière de faire, chaque personne présente est membre à part entière et aucune décision pouvant s'avérer limitative n'est imposée. Ainsi, chacun peut faire ce qu'il veut, sans exiger que les autres le fassent ou qu'ils l'approuvent. Quelqu'un se lève et dit : « Moi et quelques autres personnes allons maintenant (ou plus tard) faire ceci ou cela. ». Tous ceux qui aimeraient le faire aussi, peuvent se rencontrer dans un espace*

donné pendant la pause (ou en un temps et un lieu donné). Nous n'avons pas besoin de l'approbation de qui que soit pour agir. Il n'a jamais été assumé que tout le monde devrait faire la même chose. Presque à toutes les réunions, des gens restent dans l'entrée pour parler ou socialiser. Ceux qui en ont envie peuvent les rejoindre. Ceux qui sont dans la salle y sont parce qu'ils le veulent.

Cette innovation a plusieurs effets puissants : Elle libère d'abord l'espace pour les processus interpersonnels ou pour ce qui répond aux besoins des gens. La plupart des organisations passent la majeure partie de leur temps et de leurs efforts à la cohésion de l'organisation et relativement peu de temps est dédié à ce qui est sa raison d'être. Afin d'éviter ça, nous séparons la partie affaire de la substance. Les affaires sont bien gérées par ceux qui en ont envie. Ils ne sont que quelques uns, mais du fait que cet espace est ouvert à tous, personne ne se sent délaissé. Les gens y viennent soit parce qu'ils se sentent concernés par une question qui n'est pas traitée comme ils le voudraient, ou soit parce qu'ils aiment le travail administratif et qu'ils s'y sentent à l'aise. Ce petit groupe fonctionne étonnamment sans problème.

Mêler les affaires et les processus interpersonnels est extrêmement conflictuel et inefficace. On nous a toujours dit que la « participation démocratique » signifiait que tous devaient participer à toutes les décisions. Ça peut même aller jusqu'à décider si une fenêtre doit être ouverte ou fermée. Des gens par ailleurs avisés peuvent en être réduits à ne même plus pouvoir quitter la salle parce qu'ils ne peuvent pas décider de leur prochaine action ou d'un fractionnement en sous groupe. Pour avoir été dans de telles sessions nous savons tous, par expérience, qu'elles n'ont pas aidé à notre épanouissement – même si on nous disait que ces conflits et tergiversations étaient une bonne formation de vie.

Lorsque les affaires et les processus interpersonnels sont mêlés, rien ne fonctionne. Les gens qui sont préoccupés par une situation ont peu de patience pour entendre une autre personne qui semble vouloir les empêcher d'avancer. Réciproquement, certaines personnes sont impliquées dans des affaires dont elles se soucient peu et apprécieraient que d'autres s'y engagent à leur place. Ce que deux personnes peuvent faire, vingt n'y arrivent absolument pas. Les gens se blessent, expriment leurs « sentiments », s'attaquent, puis prétendent oublier ça, se font l'accolade --- et n'oublient jamais la blessure qu'ils ont ressentie de la part de l'autre personne, même des années plus tard.

Lorsque les affaires sont négociées séparément, l'espace principal reste ouvert pour le processus interpersonnel comme tel. L'air circule et il y a un sens de profondeur. C'est moi qui suis concerné. Rien n'est trafiqué ou sous entendu. Je ne suis pas pressurisé, pas en nécessité de me battre pour reprendre mon air. Vous m'écoutez et vous m'aidez à découvrir que ce que je ressens est censé. Ce n'est pas le prix du café qui est important mais moi et ma vie.

La relation intime et personnelle est notre manière de ne pas avoir de politiques et de prises de décisions. Nous pensons avoir une longueur d'avance sur la « démocratie participative ».



La prise de décision en grand groupe est une prétention. C'est dans la fonction que nous pouvons reconnaître ce qui est nécessaire à la prise de décision. Il y a toujours un petit groupe de personnes qui fonctionnent administrativement et ils savent tout et dirigent tout. Rendre les choses démocratiques signifie ouvrir ce petit groupe à ceux qui souhaitent y participer. Peu le feront, mais tous veulent en avoir le droit.

Les politiques maintenant : Dans un groupe d'échange n'importe qui peut inscrire une proposition au mur et argumenter ou établir toute politique. Mais il n'y a pas une voie unique ou « nous » devons l'adopter si ça nous limite. Cette façon de faire est très frustrante pour les agences externes mais, à un certain moment, elle nous a sauvé d'eux et de leurs pressions et elle a même sauvé le groupe de la fermeture. Nous n'avons pas besoin d'une politique! Ceux qui veulent suivre une voie particulière peuvent le faire. Pourquoi avons-nous besoin de limiter les autres?

Parfois, les individus qui démarrent un groupe d'échange ne saisissent pas ce principe. Nous sommes tous restés dans l'orbite de la participation démocratique. Les dirigeants assument qu'ils ne doivent pas être identifiés comme dirigeants. Plutôt que d'organiser de la formation ou quelque autre structure, ils demandent au groupe de décider. Ceux à qui la demande est faite n'y connaissent rien, mais la question devient une occasion de ses tergiversations habituelles mi-personnelles mi-affaires. Les gens croient que la dispute est le « processus de groupe » et que ça doit être valable. Mais bientôt ils ne reviennent plus et d'autres viennent pour vivre la même expérience.

Au lieu de ça, nous fonctionnons dans un petit groupe en planifiant ce qui nous semble être le mieux (et nous entendons plus tard ce que les gens n'ont pas aimé ou ce qu'ils ont comme idée divergente). Kristin Glaser, qui est actuellement l'initiatrice des groupes d'échange (elle travaille avec quatre autres femmes et quelques idées provenant de mon enseignement, mais sans moi), a introduit cette pratique à un certain moment. Elle proposa que nous donnions la formation à l'écoute sans que le groupe ait à être consulté là-dessus. Les quelques personnes qui se rencontraient pour la planification en furent renversées. Comment pouvons-nous refiler ça à tous? Nous savions, comme n'importe qui, que quelle que soit notre proposition, il y aurait toujours quelque personne en désaccord. Bien sûr, ceux qui ne voudraient pas la formation pourraient faire autre chose (c'est ce qu'ils ont fait). Mais, à ce moment là nous n'avions pas encore eu l'idée d'ouvrir notre petit groupe de conspiration organisationnelle à tous, parce que nous ne voulions pas nous avouer ni admettre publiquement que nous dirigeons le groupe. Mais, diriger est une bonne chose si tout le monde peut être dans le groupe de direction et si personne n'est obligé de suivre. Plus tard nous en sommes venus à inviter n'importe qui dans le groupe. Je dis « nous », mais j'ai bientôt cessé d'y être.

Mais, n'est pas là une politique? Oui et non. Il n'y a pas de limitation. Mais, le fait qu'il n'y ait pas de limitation, n'est-ce pas une politique? C'est une sorte de métapolitique. Ceux qui veulent une politique peuvent l'avoir mais seulement pour eux et pour ceux qui sont d'accord avec eux, non pas en définissant ce que les autres doivent faire.

## LES POLITIQUES

Les organisations politiques actuelles n'incluent pas les processus interpersonnels et les personnes orientées vers la politique ne sont typiquement pas intéressées par ces processus. En fait, tel que je viens de le mentionner, l'expression personnelle faite sans formation préalable, tend à être déficiente et blessante dans les groupes. Certaines personnes politiquement intéressées ayant déjà eu cette mauvaise expérience n'en veulent plus.

Les politiques concernent l'organisation des gens entre eux. Tout groupe organisé, même une toute petite organisation, est une société en miniature. La question vitale des politiques n'est pas le choix d'un programme ou d'un autre. La question vitale est de savoir comment les gens peuvent s'organiser pour mieux vivre ensemble et pour être plus en mesure d'agir.

Gandhi a déjà dit que, lorsqu'une organisation oppresse ses membres, alors la société découlant de cette organisation, sera oppressive. C'est le point manquant de la pensée de Marx.

Les idées sont importantes pour l'action sociale. Beaucoup de gens sont intéressés par les idées (je suis l'un d'eux), mais les gens s'épuisent à seulement penser, parler et réaliser de petites choses. On observe ainsi que de plus en plus de gens ne veulent plus mettre de temps et d'efforts pour se préparer et se rendre en un lieu où ils devront écouter des abstractions et peut-être, à un certain moment, dire une phrase ou deux. Rien ne leur est offert là et ils en reviennent inchangés.

Comme se serait différent si les politiques concernaient la manière dont les gens s'organisent! Nous serions attentifs à ce que nous vivons les uns avec les autres. Nous ferions de notre organisation un espace dans lequel chaque personne serait aidée et fortifiée intérieurement et accéderait à une source interne de sensation et d'énergie bienfaisante. Chaque personne reviendrait chez-elle plus forte, ayant reçu quelque chose d'important à chaque rencontre.

Les principes de base peuvent se vivre dans le respect de la liberté et de la source interne de chaque personne. Chacun peut accéder à cette source. L'interaction ne consiste pas à se concentrer uniquement sur les données externes et à laisser l'autre en état d'isolement et de faim intérieure de contact et d'énergie nouvelle. Il n'y a pas de conflit inhérent entre le politique et l'interpersonnel s'ils sont faits dans le même esprit. Finalement, nous n'avons pas besoin de limiter l'autre. Nous n'avons pas besoin d'évincer les personnes qui ne sont pas prêtes à faire quelque chose avec nous et elles n'ont pas à nous arrêter de faire ce que nous voulons faire. Nous pouvons former des sous-groupes, qui s'annoncent et s'affichent, pour tout besoin, sans perdre l'espace libre du groupe élargi.

Les gens sont égaux s'ils sont libres de se joindre à n'importe quel groupe de direction ou autre groupe existant. Ainsi, la fiction du dirigeant isolé n'est pas une couverture pour que le contrôle de quelques uns s'exerce sur les autres (ou pour porter le poids des responsabilités même lorsqu'ils sont fatigués et n'en veulent plus).

Dans de telles conditions, les individus deviennent plus solides et plus en mesure d'agir : ils ne deviennent pas (comme certains le craignent) intéressés seulement par eux-mêmes. Mais ceux qui veulent sincèrement prendre action sont plus en mesure de le faire lorsque ceux qui ne le veulent pas ne sont plus dans le chemin.

Bien sûr, la réponse n'est pas complète. Il s'agit seulement ici d'une pièce du problème politique global. Mais ces développements dont je parle peuvent évoluer lentement vers une nouvelle compréhension du domaine politique.