

Méthode E.S.P.È.R.E.® – Thèmes d'application

Société

Ce que je dis n'est pas ce qui est... entendu

par Jacques Salomé.

Un geste, une parole est le plus souvent porteuse d'un double message, on dirait aujourd'hui d'une interface, une face tournée vers autrui, l'autre vers soi-même. Il y a d'un côté l'intentionnalité, le mouvement, le sens donné à ce geste, à cette parole par celui qui l'envoie et de l'autre, par le récepteur une écoute spécifique pour recevoir, accueillir, agrandir ou encore déformer, dévoyer ou même rejeter ce qu'il peut considérer comme agressant ou pas bon pour lui.

C'est donc le risque que nous prenons avec tout geste ou de toute parole offerte parfois comme un cadeau, une marque d'affection ou un élan positif, d'être parfois ressenti par le destinataire comme une violence, une agression, une disqualification ou qui sera reçu comme porteuse d'une intention maligne.

Il y a donc dans tout échange, une double interrogation à avoir, et au delà, une double responsabilisation à reconnaître : chez celui qui envoie le message et chez celui qui le reçoit.

Chez celui qui envoie un message, le fait-il avec suffisamment de clarté, d'ouverture, avec un positionnement clair ? Est-il suffisamment décentré sur l'autre, ou se sert-il de lui pour ses propres besoins ou objectifs ?

Chez celui qui reçoit le message verbal ou gestuel, l'interrogation sera plus complexe. Elle peut porter sur les intentions de l'autre. Que me veut-il réellement, avec tous les possibles d'une projection sur les sentiments réels que je lui attribue ? Mais l'interpellation peut aussi porter sur l'impact. Que touche-t-il, que réveille-t-il, que restimule-t-il en moi ? S'agit-il d'une réaction épidermique lié à un événement extérieur, d'une sensibilité ponctuelle, d'une vulnérabilité actuelle ou de quelque chose de plus profond, de plus ancien, de plus douloureux qui se réveille, si cela remet à jour des vieilles blessures, des situations inachevées, des conflits non résolus dans mon histoire ?

Si nous acceptons de part et d'autre d'une relation, d'être responsables de ce que nous ressentons, nous sommes aussi responsables du sens que nous donnons à un geste, à une parole, donné ou reçu.

C'est bien en assumant cette double responsabilité que prendra toute sa valeur et toute sa dimension réparatrice et réconciliatrice, l'acte de restituer à autrui un comportement, un geste, une parole que je peux avoir vécu comme une violence.

Si j'enseigne, en effet, combien il est important de ne pas garder un message négatif, et indispensable de le restituer à celui qui nous l'a envoyé, je crois aussi qu'il faut se garder de tout détournement de cette démarche, au travers d'un narcissisme un peu paranoïde, réactionnel ou aveugle, qui me ferait "*rendre*" à autrui tout ce qui me gêne ou me dérange, en me faisant faire l'économie d'une interrogation sur mes propres conduites, celles, justement qui ont conduit l'autre à se comporter ainsi. Se responsabiliser est une démarche exemplaire, elle sera donc à appliquer avec rigueur, cohérence et le plus de lucidité sinon d'honnêteté possible.