

la bienveillance

"Une hypothèse importante en Éleuthéropédie, c'est que lorsque nous ne sommes pas encombrés d'obstacles mentaux ou affectifs, nous sommes capables de comprendre n'importe quel comportement humain. Il ne s'agit pas là d'une compréhension psychologique ("étant donné la mauvaise éducation que tu as reçue, que tu as été orphelin très jeune, que tu es colérique par nature, que tu vis entouré de mauvais exemples, etc."), mais d'une espèce de compréhension intuitive, faite d'humilité et d'expérience. Comme l'a dit à peu près Antoine De Saint-Exupéry, "celui qui se connaît comprend tout, excuse tout, pardonne tout". Celui qui se connaît. . !

Cette compréhension fraternelle ou sororale ne réduit pas la responsabilité de la personne devant ses actes. Même le pardon se situe au plan moral et n'exclut pas qu'on exige réparation. La bonté réclame la justice. Pas question d'auto-indulgence, pas question de négation des sentiments vécus, pas question d'approbation ni de complicité, mais seulement de fraternité. Il s'agit de sourire d'une manière accueillante, loin de toute espèce de jugement. Ou de prendre contre soi la personne qui souffre au point d'éprouver de tels sentiments, au point aussi de s'inventer de tels pseudo-principes. "Il faut savoir se défendre", "Chacun pour soi", "Les miens d'abord", "On n'a que le plaisir qu'on se donne", etc.

Mais surtout cette compréhension, nous devrions être les premiers à en bénéficier. En effet, il est possible et bienfaisant de se comprendre soi-même, avec beaucoup de compréhension amicale.

L'incompréhension de soi résulte en fait de souffrances non liquidées que nous rationalisons dans des pseudo-principes intellectuels et qui se révèlent dans des blocages affectifs. "Comment ai-je pu être aussi égoïste ?", "Comment ai-je pu ressentir tant de détestation à l'égard de cette personne ?" Quand il s'agit d'un ami qui s'exprime ainsi, nous sommes souvent enclins à une certaine compréhension. Pourquoi ne pas nous manifester à nous-mêmes une compréhension aussi grande ? Serais-je aussi méchant si je n'avais pas peur ?

Le mot "bienveillance" vient du latin, où il signifie vouloir le bien. Même si l'on est conscient qu'on y a intérêt. Mais, par le jeu d'harmoniques d'origine étymologique, la bienveillance est parfois confondue avec l'amour. La différence repose dans la gratuité radicale du pur amour.

Comment devient-on bienveillant à son propre égard ? Nous ne le sommes pas de naissance, il s'agit d'un acquis personnel, c'est-à-dire que notre potentiel de bienveillance à notre égard ou à l'égard des autres est avant tout le fruit de toutes les bienveillances dont nous avons été l'objet. Quelqu'un qui n'aurait connu que la malveillance ne pourrait pas d'un coup de baguette magique se révéler bienveillant. Certes la connaissance de soi dans le présent, la méditation, la lecture peuvent constituer des éléments adjuvants, la voie royale demeurant celle de la bienveillance reçue. Il paraît donc intelligent de rechercher les situations où nous pouvons bénéficier de la bienveillance d'autrui.

Il se fait que lorsque des personnes se trouvent réunies dans certaines conditions de communication et qu'elles forment ce qu'on appelle un "groupe", un phénomène intéressant tend généralement à se produire : l'accroissement du capital de bienveillance des membres

du groupe les uns à l'égard des autres. Dans les Exercices de communication et d'expression que nous organisons en Éleuthéropédie, cette bienveillance réciproque ne manque pas d'apparaître.

Le bénéfice est extraordinaire : les gens viennent au groupe avec un certain potentiel de bienveillance et en repartent avec un potentiel plus élevé."

Daniel Le Bon, Bruxelles (2007)

*Extrait du manuel "Pratique de la liberté",
éd. Présence, Bruxelles, 2007, 6ème édition, pp. 112-113*