



VOTRE newsletter !

« Les-Infos » : votre newsletter ! N'hésitez pas à proposer vos contributions, à faire connaître une formation, à signaler un livre, un article... Adressez vos propositions [par mail](#)

Éditorial

Faire face à la violence

C'était il y a quelques années, dans une administration, au bureau d'accueil du public. Un homme très grand et très fort, agacé par l'attente – et probablement par ses propres soucis et sa difficulté à canaliser ses pulsions – s'approche violemment du bureau d'accueil, commence à soulever ce bureau en insultant le professionnel qui était derrière.

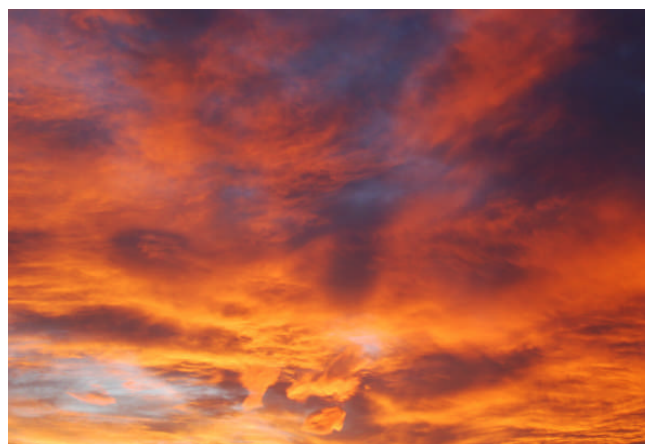
Une jeune femme du même service voit son collègue en difficulté. Elle est physiquement sans défense, petite et fluette devant cet homme « armoire à glace » ; elle ne fait pas le poids et risque de se faire violenter. Elle-même raconte : « *Je ne sais pas ce qui m'a pris, je me suis approchée, je l'ai regardé dans les yeux et je lui ai dit : « Ça suffit ! » Il m'a regardée du haut de ses 2 mètres, j'ai cru qu'il allait m'écrabouiller. Mais il a lâché la table, il a reculé et il m'a dit : « Excusez-moi ! »*

Vu la différence physique, cette professionnelle ne pouvait pas répondre à la violence par la violence. Elle a pris le risque d'y répondre par la seule force qui peut désarmer : cette force qui vient vers le violent plutôt que de le fuir et qui restaure une parole là où seules les pulsions s'expriment.

Bien sûr, cette professionnelle a pris un risque que tout le monde ne peut pas prendre. Mais pourquoi son intervention a-t-elle désamorcé la violence plutôt que de l'attiser ? Pour deux raisons : d'abord cette parole : « *Ça suffit* » : une parole simple mais fondamentale, qui ne juge pas, qui ne menace pas ; simplement cette parole rappelle la règle, celle qui s'impose à tous pour le bien de tous, elle remet de la règle (et donc de l'humain) au cœur de la pulsion sauvage et destructrice.

Deuxième raison qui a permis de désamorcer la violence : la posture de la personne. Cette femme est petite et fragile devant la force physique du violent, mais très probablement bien enracinée en elle-même ; la règle qu'elle rappelle n'est pas un ordre extérieur à elle qu'elle ferait appliquer par devoir : s'il en était ainsi, elle se serait sauvée, dépassée par la violence de l'autre, et ensuite elle se serait lamentée, elle aurait dénoncé les violents, la société... Mais elle est là face à l'homme violent, et elle rappelle une règle intériorisée. Elle disait qu'elle ne savait pas ce qui lui a pris pour oser aller à la rencontre du violent : ce qui lui a pris, c'est d'agir en plein accord avec le fond de son être qui refuse toute violence, sans jugement du violent. Tout son être se pose devant cet homme, sans aucune violence, mais avec une force d'être, de conviction et de parole. Tout son être dit « *ça suffit* ». Cette parole « congruente », c'est-à-dire accordée à tout l'être de la personne qui la prononce, est la seule force que les violents peuvent entendre ! C'est la seule force non violente qui peut venir à bout de la violence.

M.T.



Ciel de feu – Zagora (Maroc)

Photo MT

La phrase

« L'action non-violente, hier comme aujourd'hui, est résistance, non-coopération, désobéissance aux lois injustes ; elle vise alors à créer un rapport de forces pour combattre les situations d'injustice et d'oppression. Mais la non-violence est aussi une force de proposition ; elle veut réaliser un programme constructif qui vise, ici et maintenant, dès la phase de résistance, à anticiper la société solidaire de demain, en mettant en place les structures alternatives garantes de la justice et de la liberté. » (<http://alternatives-non-violentes.org/>)

Ces formations vous intéressent

MÉTRO-PÔLE

- **S'AFFIRMER personnellement et professionnellement**
ouverte à toute personne désireuse d'un travail sur soi et sur ses relations les 28-29/11 et 16/12 de 9h à 17h à Nancy. Formation organisée par [Nancy Université Formation Continue](#) et animée par Marc THOMAS
Renseignements et inscriptions [Mme COMMENVILLE](#)

- **Canaliser les EMOTIONS et s'en servir pour agir**
Un weekend de formation en Lorraine animé par Marc THOMAS
Sur un long WE férié : du samedi 5 mai 18h au mardi 8 mai 14h
Préinscription URGENTE : si vous êtes intéressé(e), merci de le faire savoir dès maintenant à Marc THOMAS par [mail](#) ou tél 06 18 46 31 61

PÔLE RÉUNION

- **ÉCOUTER sans interprétations ni jugements**
en coopération avec le [SEDIFOP](#) Ile de la Réunion
en novembre : 5-6 à la Plaine des Cafres – 9-10 à St Benoît – 12-13 à St Denis –
Renseignements [ici](#) - Inscriptions : [Jacques FOURNIER](#)

Vous avez besoin d'une formation

pour votre entreprise ou votre association, ou avec vos amis
Faites-nous signe !
Nous organiserons avec vous une formation sur mesure, adaptée à vos besoins.