



Les-Infos n° 60

la newsletter du site <http://competences-relationnelles.com>

20 décembre 2014

**Éditorial****Naître à la liberté**

Le 20 décembre, comme chaque année, tous les réunionnais célèbrent la « Fet'Kaf » : descendants d'esclaves, personnes d'origines étrangères, « zoreils » descendants de l'ancienne puissance esclavagiste, tous nous fêtons l'abolition de l'esclavage : le 20 décembre 1848, le Gouverneur Sarda Garriga déclare aux esclaves : « *Les décrets de la République française sont exécutés : Vous êtes libres. Tous égaux devant la loi, vous n'avez autour de vous que des frères* ». Esclaves et maîtres invités à vivre en frères !

Ce 25 décembre, les chrétiens vont fêter la naissance d'un libérateur, qu'ils appellent le Sauveur. Un enfant juif arabe, né loin de chez lui, en raison d'un recensement colonial, né dans la rue parce que ses parents ne pouvaient pas se payer un hébergement. Cet enfant terminera sur une croix entre deux bandits... Un homme sans puissance humaine, proche des petits et des pauvres, condamné par les religieux de l'époque... C'est dans **cette figure humaine sans puissance** que les chrétiens reconnaissent leur libération, et la figure d'un « Dieu pour l'homme »...

Et nous, en ce temps de fêtes et de vœux, **quelle libération voulons-nous vivre ? à quelle liberté voulons-nous naître ?**

Comme pour le Noël des chrétiens, c'est peut-être **redécouvrir que la libération n'a rien à voir avec la recherche de puissance ou la prise de pouvoir...**

Comme pour la libération des esclaves, c'est peut-être **choisir de se libérer de toutes les formes de soumission et de dépendance, sans jamais s'y résigner...** Soumission à des dominations injustes en famille, au travail, dans la vie sociale... Dépendances à toutes les formes d'addictions qui épuisent ou annihilent nos énergies et qui nous emprisonnent...

Facile à dire, tout cela, mais comment faire ?

**Naître à la liberté d'être moi-même** : aimer ce que je suis plutôt que regretter ce que je ne suis pas... Porter un regard positif même sur mes limites et mes erreurs, comme autant d'occasions de progresser, plutôt que de me juger... Choisir d'écouter mes désirs et de trouver les moyens de les mettre en œuvre, plutôt que d'attendre que les autres les réalisent ou de me complaire dans la désespérance du « Je n'y arriverai jamais » !

**Naître à la liberté d'être bien avec les autres**, comme les esclaves et maîtres de jadis étaient invités à vivre en frères : proposer des vrais lieux de dialogue pour que chacun puisse exprimer ses perceptions, ses ressentis, ses besoins... plutôt que de se taire, d'accuser ou d'agresser... Choisir de négocier, quand on est en conflit, et trouver la complémentarité de nos positionnements, plutôt que de chercher à prouver que j'ai raison et qu'il a tort... Pouvoir dénoncer les actes d'injustice et dire non à la violence, sans jamais juger les personnes... Chercher des alliés plutôt que de se réfugier dans le « chacun pour soi »... Etre alliés et solidaires non pas pour être plus forts que l'autre, mais pour n'être plus seul...

**Naître à la liberté de croire en un avenir possible** : solliciter les médias pour qu'ils fassent écho autant à ceux qui construisent qu'à ceux qui détruisent... Valoriser les solidarités comme nous le faisons si bien par exemple au téléthon, mais parfois si difficilement avec notre voisin... Trouver chaque jour le regard positif, le geste novateur, l'audace d'oser qui nous permettront de nous mettre dans une dynamique constructive, plutôt que d'être en permanence dans la réclamation ou la résignation...

**Naître à notre liberté** : je ne vous ai pas encouragés ici à prendre ces résolutions énoncées sous forme négative qui amplifieront notre amertume quand nous découvrirons que nous ne les avons pas tenues, comme d'habitude ! Je vous propose **des actes de femmes et d'homme libres qui veulent rendre possibles leurs aspirations**.

**C'est aujourd'hui, l'abolition de tous nos esclavages**, c'est aujourd'hui notre naissance à nous-mêmes et à des relations constructives. Sans puissance extérieure, mais avec une force de libération venue du dedans ! **Alors oui : bonne année ! M.T.**



« La liberté n'est pas une donnée, c'est un combat. La liberté n'est pas un dû, c'est plutôt une conquête. (Marc LAMBRON)

**Ces formations vous intéressent****PÔLE RÉUNION** ouvertes à tous :

Pendant les vacances, pour prendre soin de vous si vous ne partez pas :

**CONFIANCE EN SOI** 12-13 janvier  
à La Possession

**ÉCOUTER sans interprétation ni jugement** les 31 janvier et 1er février  
au TAMPON

**Canaliser LE STRESS et LES EMOTIONS pour savoir réagir dans les situations difficiles**  
2-3 mars et 13 avril à La Possession

**ACCUEILLIR LES PUBLICS** à La Possession  
- Ecouter – Accompagner 30-31 mars  
- Agressivité – Violence 5-6 octobre

**Contact** Marc THOMAS :  
02 62 47 07 04 – 06 93 41 96 62  
[mthomas@competences-relationnelles.com](mailto:mthomas@competences-relationnelles.com)

**METRO-POLE**

Les formatrices et formateurs de **Compétences relationnelles** continuent d'animer **des formations en métropole**  
Exprimez vos attentes à :  
Delphine PIERREJEAN 07 70 77 82 20

Le MAN et l'IFMAN de Lorraine proposent **leur catalogue de formation**

**Boîte à outils**

Un très beau livre de Jacques ATTALI :  
« **Devenir Soi** » (Fayard. 2014)

L'auteur n'est pas un psychologue, mais un économiste et un conseiller politique renommé et respecté.

Face à la crise et à la désespérance, il nous invite chacun à quitter les « résignés-réclamants » et à retrouver nos ressources intérieures.

« Plus nombreux seront ceux qui ne se résigneront pas, plus profonde sera la démocratie, plus seront libérées des énergies, plus seront créées des richesses. »