

## Forum de ce numéro: **La Bienveillance**

### Éditorial

#### Masochisme ou méconnaissance de la politique ?

Selon l'Office fédéral de la statistique, l'inflation a été de 1,6% en une année. Allez le dire aux personnes modestes et aux classes moyennes et on vous rira au nez! On vous rétorquera que l'alimentation a augmenté de 8%, l'électricité de plus de 20%, que le litre du mazout a explosé, que les loyers prennent l'ascenseur et que les primes de l'assurance-maladie ont atteint des montants stratosphériques.

Cette situation est due au système de calculation de l'indice des prix à la consommation qui favorise les plus riches, ceux qui ont les moyens de s'offrir des produits de luxe qui, eux, ont tendance à devenir meilleur marché. On peut donc dire que la statistique est une addition juste de chiffres faux!

Dans quelques jours auront lieu les élections fédérales et les nouveaux parlementaires devront proposer des solutions pour lutter contre la diminution du pouvoir d'achat d'une grande partie de la population. Mais ne nous faisons pas trop d'illusions: ceux qui ont accepté de dépenser des milliards de francs pour acheter des avions inutiles et qui ont engagé 259 milliards pour sauver le Crédit Suisse diront qu'il n'y a pas d'argent pour augmenter les salaires et les rentes.

Que ce soit par masochisme ou par méconnaissance de la politique, les électrices et électeurs donnent souvent leurs voix à des candidats qui défendent des intérêts contraires aux leurs. Il ne suffit pas d'avoir une bonne

bouille ou de bien parler (souvent pour dire des mensonges) pour recueillir des suffrages. Et je ne parle pas des abstentionnistes qui refusent de se prononcer, considérant que tous les politiciens sont des incapables. Ils oublient (ou ignorent) qu'il y a une majorité et une minorité et que celle-ci ne peut rien obtenir sans consensus.

Dans un récent numéro du journal *Marianne*, Natacha Pologny, directrice de la rédaction, affirme: «Sans un peuple éduqué, la démocratie n'est que la tyrannie des imbéciles». Nos gouvernements devraient méditer cette phrase et introduire au plus vite des leçons d'instruction civique dans les écoles. Alors seulement, on pourrait voter en toute connaissance de cause.

Rémy Cosandey

#### Stop!

Arrêtez de me faire peur  
Veux nager dans le bonheur  
Tchat GPT peut prédire  
Ce qu'il veut sur l'avenir  
J'élude et fais abstraction  
Du déluge de publications  
Venant de ce logiciel  
Un cerveau artificiel  
Un programme informatique  
Fait de «uns» et de sa clique  
De «zéros» algorithmiques

*Emilie Salamin-Amar*

#### L'Essor appartient à ses lecteurs

*Chère lectrice, cher lecteur... la plupart d'entre vous font partie de nos fidèles abonné-e-s depuis de longues années. C'est toujours un plaisir de faire ce journal, de recevoir vos contributions rédactionnelles et de maintenir vivante pour vous cette voix si particulière qui est celle du journal L'Essor. Ceci étant dit, le temps qui passe fait son œuvre et nous a rappelé (surtout ces trois dernières années) l'impérieuse nécessité de renforcer notre structure et notre équipe de rédaction. Nous voulons en cela offrir à L'Essor l'avenir qu'il mérite.*

*Pour la première fois depuis 2005, nous ré-organisons pour vous une **Journée de L'Essor** ! (voir **invitation en page 3** et dépliant joint). Venez nombreux. Nous comptons sur votre présence et nous réjouissons déjà de vous retrouver !*

## Coup de patte

### Les assassins meurent aussi

El Señor Hernán Chacon Soto, né en 1937, ci-devant ci-toyen chilien, s'est, le 28 août dernier, donné la mort. Locution bien trop élégante pour qualifier un suicide perpétré pour échapper à la justice. En se suicidant, cet individu âgé de 86 ans, a ajouté le mépris à la lâcheté.

Remontons à 1973. Souvenez-vous, le 11 septembre 1973 au Chili, le président Salvador Allende, démocratiquement élu trois ans auparavant, est assassiné lors d'un coup d'État fomenté par le général Pinochet avec l'aide massive, sinon sous la direction, de la CIA. S'en sont suivies d'épouvantables semaines et des années terribles de répressions impitoyables dont le seul souvenir fait froid dans le dos.

Quatre jours plus tard, le tueur Chacon Soto, s'est distingué, avec six autres malfrats en mal de violence, kidnappant, puis torturant et enfin en assassinant le poète artiste chanteur Victor Jara, l'âme poétique avec Pablo Neruda de l'éphémère démocratie chilienne. On a retrouvé à côté de la dépouille mutilée de Victor Jara, criblée de... 44 balles, le corps torturé d'un autre Chilien, Litre Quiroga, 33 ans.

2

L'assassin, devenu général de l'armée Pinochet, a retourné son arme sur lui quand la police chilienne (celle de 2023) est venue le chercher pour le conduire en prison. Préférant ainsi échapper à la justice qu'il avait, 50 ans plus tôt, bafouée. La veille – le 27 août dernier –, la Cour suprême confirmait les peines d'emprisonnement prononcées huit ans plus tôt, contre les 7 assassins, tous officiers de Pinochet. Rappelons que, le général à la retraite a participé à la « sélection » et à « l'interrogatoire » de 5000 citoyens amenés au stade de Santiago. On se doute du sort qui leur fut réservé.

Lâche un jour, lâche toujours. Honte aux serviles agents qui tuent pour quelques dollars US, honte aux régimes d'extrême droite dont la paranoïa «anti gauche» suscite la haine et accessoirement, quelques massacres à travers le monde. Partout, la démocratie est fragilisée par l'aveuglement raciste et égoïste, y compris chez nous en Suisse, où le 1<sup>er</sup> parti du pays vante ses valeurs xénophobes, n'étant gêné ni par ses affirmations mensongères, ni par ses contradictions. L'extrême droite n'est pas soluble dans la démocratie, en revanche – l'Histoire le prouve – la démocratie se dissout dans l'extrême droite. Mais nous sommes rassurés, n'est-ce pas, puisque l'UDC affirme être un parti du « centre droite ». L'exercice électoral qui pointe à l'horizon d'octobre établira le bilan démocratique du pays. La Suisse sera-t-elle un bastion de l'extrême droite ? C'est à craindre. Espérons un sursaut démocratique du peuple.

Marc Gabriel

## Coup de griffe

### Domotique intelligente

Y'a pas que moi qui évolue dans la vie, mes appareils électroménagers aussi. J'espère tout de même qu'ils ne vont pas finir par prendre le contrôle dans ma maison. J'essaie de me faire à l'idée que bientôt je ne serai plus seule à m'exprimer.

*J'échangerais toute ma technologie  
pour un après-midi avec Socrate.  
Steve Jobs*

Voilà déjà quelque temps que ma télé me parle lorsque je réagis à voix haute en regardant une émission. Au début, on ne se comprenait pas, moi je parle français et elle me répondait en allemand alors que je ne lui adressais pas la parole. Elle répétait, en boucle, je ne sais trop quoi dans la langue de Goethe. Après l'intervention d'un technicien, ma télé s'est mise à parler en français, elle me disait... Je ne comprends pas ce que vous dites ! Normal, puisque je ne t'ai pas adressé la parole. C'est l'évidence même, puisque je me contentais d'exprimer à voix haute mon mécontentement. Or, j'ai appris par le techno que ma nouvelle télé était intelligente, que je pouvais changer de chaîne ou éteindre mon petit écran au son de ma voix. Si je ne peux plus réagir librement sans que cet objet intervienne dans ma vie, cela devient infernal ! Je lui ai donc coupé le sifflet, en un clic.

La semaine dernière la Romande Energie est venue m'installer un compteur intelligent, lui aussi... Pour l'instant, il est muet, j'espère qu'il n'est pas doué de paroles, parce que si mon compteur électrique se met à dialoguer avec ma télé, j'aurai de la peine à en placer une.

J'ai lu sur le site de la Romande Energie qu'ils s'apprêtent à changer 220.000 compteurs à raison de 500 à 600 par mois. Bonjour la montagne de déchets ! Et s'ils se mettaient à parler entre eux on ne s'entendrait plus dans le quartier. Un de mes voisins est Italien, et l'autre Suisse allemand, et si mon compteur parle français, bonjour la cacophonie !

*La science, c'est ce que le père enseigne à son fils.  
La technologie, c'est ce que le fils enseigne à son papa.  
Michel Serres*

Je sais, j'anticipe, mais je ne peux pas m'en empêcher... Alors je m'entraîne, quand j'ouvre mon frigo en fin de semaine, vu qu'il est désespérément vide, j'essaie de le rassurer en lui murmurant... Je sais, tu cries famine, j'irai faire les courses demain. Saperlipopette, c'est moi que ch'suis l'chef dans cette maison ! Non mais !

Emilie Salamin-Amar

# Journée de **L'Essor**

**Le samedi 21 octobre 2023, à Yverdon !**

**Lieu: Le Tempo, maison des Associations**  
**Quai de la Thielle 3, Yverdon-les-Bains (à 5 minutes de la gare)**

**V**ous êtes toutes et tous cordialement invité·e·s, lectrices et lecteurs fidèles de L'Essor, à cette journée organisée spécialement pour vous.

**Le matin**, une assemblée nous permettra d'évoquer l'avenir de votre journal, de vous présenter les différentes manières qui s'offrent à vous d'y participer ainsi que de vous inviter à sa «re-fondation» pour 2024. **Vous trouverez toutes les informations à ce sujet, ainsi qu'un bulletin d'inscription, dans le dépliant joint à ce journal.**

**L'après-midi**, nous assisterons une conférence sur le thème de la Paix, suivi d'une petite animation participative.

## Programme

10:30 **Accueil** (Café, thé, croissants)

10:45 **Assemblée des lecteurs :**

- **Avenir du journal :** Proposition de «re-fondation» formelle (*voir dépliant joint*).
- **Rédaction :** Comment participer à la rédaction ? Autres possibilités de s'impliquer ?

11:30 **Moment honorifique :** Hommage à nos collègues qui ont récemment quitté l'équipe de rédaction ou nous quitteront prochainement.

12:00 **Repas :** Entrée: salade mêlée, pour les deux menus.

- Émincé de poulet à l'indienne, riz parfumé –ou–
- Mijoté de légumes, pâtes (*végétarien*).

Le repas vous est offert par **L'Essor**, boissons à vos frais.

13:45 **Conférence :** « **Accompagner la paix** » par **Luc Nirina Ramoni**, co-président du M.I.R. Suisse (Mouvement international de la réconciliation)

Le **M.I.R.** a longtemps été très proche de L'Essor. Il fut un temps où c'était son équipe qui rédigeait des numéros entiers de notre journal, avec le Centre pour l'action non-violente (ex-CMLK). Le M.I.R. suisse se rattache à un mouvement international (I.F.O.R.) qui croit fondamentalement en la valeur de la paix. Celle-ci ne se déploie pas nécessairement paisiblement, ni dans un contexte toujours calme, mais elle est appelée à habiter chaque domaine de la vie communautaire et individuelle.

Luc Nirina est pasteur à Estavayer-le-Lac, auparavant à Bienne et Nidau. Il est né en 1968 à Madagascar, dans un contexte pluriculturel et pluri religieux qui a forgé son intérêt à montrer à l'Église et à chacun que nous pouvons ouvrir les frontières que nous nous donnons à nous-même. Il est convaincu de la puissance de tous les outils dont le but est de se désarmer face à des prétendues «menaces». Sa conférence sera accompagnée d'une exposition et d'un diaporama.



15:00 **Atelier d'écriture :** Animation *participative*, pour terminer positivement la journée en écrivant ensemble quelques «Bonnes Nouvelles», comme celles qui terminent notre journal. Lesquelles avez-vous envie de partager avec nos lecteurs, dans le numéro de décembre ?

15:30 **Fin :** Thé / café d'au revoir

## Bienveillance: où, quand, comment ?

Nous sommes, probablement, tous bien d'accord que ce que l'on nomme la bienveillance est une vertu cardinale pour lubrifier les relations humaines, et globalement très appréciée lorsqu'on en est bénéficiaire. On l'appelle aussi concept mobilisateur, ne pouvant être que difficilement opposable.

La grande question est de savoir si l'on en est soi-même bien imprégné. Pour cela, un gros travail personnel doit se faire, passant en revue l'éducation que l'on a reçue, du contexte général de son enfance, et des différents personnages qui nous ont guidés: une véritable recherche archéologique intérieure. Puis, de nombreuses phases de réflexions, de choix s'imposent, très régulièrement puisqu'on évolue avec l'âge, l'accumulation d'expériences, une réalité perpétuellement changeante. Un des dangers majeurs de ne pas la remettre sur le métier en permanence est une lente crispation sur des repères qui se rigidifient avec le temps qui, après de multiples tentatives finissant par tourner en rond et enclenchant une répétition d'attitudes inadaptées. Les schémas de pensées sont difficiles à remettre à jour et l'aide de tiers neutre peut s'avérer déterminante.

À cet égard, nous sommes bien obligés de reconnaître que le comportement de bien des adultes, qui semblent oublier qu'ils sont d'abord, aux yeux des enfants, des modèles, des exemples à imiter, laisse souvent perplexe, parfois se montre franchement inquiétant.

Si la bienveillance reste toujours une bonne amorce pour le démarrage d'une communication, parfois elle peut aussi glisser vers la complaisance, dans le but de ne pas se mouiller, se protéger, ou simplement estimer ne pas avoir l'énergie suffisante pour chercher un terrain d'entente, et rester simplement en bon terme. La fuite ou le silence peut faire l'affaire, mais alors où se situent la sincérité, l'authenticité, le courage, la détermination à trouver une solution compatible pour toutes les parties.

Et que faire face à la malveillance? On peut constater qu'il y en a deux types: la malveillance volontaire, souvent liée à la recherche de supériorité, pouvoir, possession, contrôle, désir

de blesser. La malveillance involontaire est plutôt consécutive à des négligences, des préjugés ou de l'ignorance, sans réaliser les conséquences de ses actes. Notre inconscience en est la source principale, laissant la place à nos automatismes, nos filtres déformants, nos réactions émotives non maîtrisées, bref « à tout ce qui nous fait agir ou réagir en manquant d'humanité, sans qu'on s'en aperçoive » fait remarquer Anne van Stappen, formatrice en communication non-violente (CNV).

D'ailleurs, il est à noter que la bienveillance «formelle» est aussi devenue un sujet d'études managériales, conçue comme outil de fluidification relationnelle. À un niveau inter-organisationnel, elle faciliterait la coopération et l'augmentation des marges, une façon d'augmenter la rentabilité, éviter les burn-out, donc les frais et la perte d'efficacité. L'autre bienveillance serait, elle, «informelle» et se pratiquerait en périphérie de l'entreprise, pot du vendredi soir, sortie d'équipe et se déroule hors du service, et généralement plus spontanée. Il est à noter que comme le *greenwashing* verdit l'image des sociétés par une communication plus écologique, le *management* de la bienveillance peut s'avérer une posture opportuniste rendue obligatoire par les succès récents du développement personnel.

Les instruments mis à la disposition des managers servent alors de balises pour les aider à naviguer entre le trop et le trop peu, et atteindre le «juste milieu» de bienveillance attendu d'eux, dans le contexte spécifique des souhaits de leur employeur. On peut imaginer la délicatesse de la mise en application, avec des résultats plus que mitigés, constatant une proportion effarante de souffrance au travail.

Reste que la pratique de la bienveillance, même n'allant pas de soi, est en tout lieu l'occasion de mettre ou de remettre au centre de l'ensemble de nos relations, sur tous les terrains, la compréhension, la convivialité, la solidarité, tous ces sentiments fondamentalement humanistes qui deviennent plus que jamais indispensables pour préserver le lien collectif, la santé mentale de notre société et la rendre sensiblement plus détendue.

Edith Samba

## La bienveillance ?

On a tout dit ! Comment peut-on être bienveillants et tuer, opprimer, mépriser, harceler? Le fin mot: comment l'inculquer à cette bête agressive qu'est l'humain? On peut rêver... Facile, c'est le boulot des parents, mais savent-ils eux-mêmes ce que cela représente? Alors l'apprendre à l'école ? Tout un programme: chaque semaine, de 4 ans à la fin de la scolarité, minimum une heure d'apprentissage au «Vivre ensemble», dans la famille, en société.

Il y a un truc, assez basique: ne fais pas aux autres ce que tu ne voudrais pas qu'on te fasse. Trop simple, même si ça sent

un peu l'encens... Le respect des gens, le respect des animaux, le respect de la Nature. Un beau programme. Et dans le dialogue, pas d'escalade au «TuTuTu», dire «Je»! On n'en meurt pas, ça s'entraîne. Sans pour autant sombrer dans la mièvrerie. C'est de la bienveillance que de voir plus loin que le bout de son petit nez. Un truc efficace: tirer les bras en l'air, les doigts bien écartés pour capter l'énergie de l'Univers et dire: «Que l'amour, la paix et la bienveillance rayonnent dans le monde et dans mon cœur». Tu verras, c'est efficace.

Isabelle Marquart

## Bienveillance: un concept, une attitude, une philosophie ?

Le mot bienveillance remonte au XIII<sup>e</sup> siècle et le débat est toujours ouvert quant à son étymologie: bienveillance dans l'idée de bonté, attention et gentillesse ou bienveillance avec le terme de veiller, d'accompagner et de protéger les autres. Quoi qu'il en soit, les deux étymologies peuvent s'imbriquer et former aujourd'hui le concept de bienveillance.

Par son emploi, bienveillance peut signifier bonté, empathie, sympathie, gentillesse, mais aussi protection, paternalisme, emprise, manipulation et suivant les époques, l'un de ces qualificatifs a pu plus ou moins dominer les autres.

Le terme de bienveillance doit être pour moi, qui suis médecin généraliste, rattaché à la bioéthique et donc aux termes de bienfaisance, autonomie, justice et non malversation. Il est le reflet de la communication verbale et non verbale entre les individus et regroupe plusieurs qualités, dont entre autres l'empathie, l'écoute active, l'absence de jugement, le respect de l'autre et de ses choix, la distinction entre la personne elle-même et ses propos, ses attitudes et ses comportements. La bienveillance n'est pas une autorisation à tout faire et à tout accepter.

Je dois essayer d'être bienveillant avec moi-même, avec mes proches et mes amis, avec toutes les personnes que je rencontre, avec les personnes sous ma direction et celles qui me sont supérieures professionnellement parlant. Il ne s'agit pas d'ingénuité ou de faiblesse, il s'agit d'une relation entre personnes égales.

En partant à son travail ce matin, Kevin s'est levé de mauvaise humeur et n'a pas répondu au «*bonjour*» de son épouse; il a mangé le petit déjeuner que sa femme lui avait préparé sans la remercier et a presque claqué la porte en partant! Troubles du comportement? Mauvaise éducation? Manque de savoir-vivre? Malveillance?

En arrivant à son salon de coiffure, Laurane a fait comme si elle n'avait pas vu sa stagiaire arriver, ne lui a pas tenu la porte et ne l'a pas saluée. Sa stagiaire lui a fait ensuite une remarque sur le mauvais temps d'aujourd'hui, mais Laurane ne lui a pas répondu et a critiqué alors sa chevelure décoiffée. Manque de politesse? Critique de la personne? Malveillance?

Georges est présent sur plusieurs réseaux sociaux. Une personne qu'il ne connaît pas l'a injurié sur le net. D'autres personnes ont surenchéri en le traitant des pires qualificatifs. Il ne s'est pas laissé faire et a critiqué l'ensemble du groupe en employant des termes encore plus injurieux, mais moralement il s'est senti de plus en plus mal, critiquant également toutes ses connaissances et tous ses collègues de travail. Manque de savoir-être? Cercle vicieux? Malveillance?

Au milieu de la matinée, Jacques a téléphoné à son père en lui disant qu'il avait oublié ses clefs à la maison et qu'il ne savait pas quoi faire. Son père lui a répondu que c'était comme d'habitude, qu'il ne prenait pas garde à ses affaires; il lui a dit de se débrouiller tout seul et qu'il allait le gronder le soir en rentrant. Absence d'écoute et d'empathie? Menace? Malveillance?

Simone s'est rendue à l'EMS où elle est le médecin de référence de nombreux patients. Dans une unité, un colloque avait lieu avec les infirmières et les aides-infirmières. Elle a interrompu l'infirmière qui présentait la situation à plusieurs reprises et a donné toujours son avis. Une aide-infirmière a voulu prendre la parole et évoquer une situation particulière; Simone ne l'a pas laissée s'expliquer et lui a posé des questions médicales auxquelles elle savait que la jeune femme ne pouvait pas répondre. Une autre aide-infirmière a voulu lui faire une remarque sur son comportement. Simone l'a interrompue et elle est sortie de l'unité. Absence de considération pour les autres? Mépris? Absence de réflexion sur soi-même? Malveillance?

Un des employés de Simon a demandé à lui parler, car il était en conflit avec un de ses collègues et désirait organiser une réunion pour en parler. Simon lui a dit qu'il n'avait pas le temps de l'écouter et qu'il aborderait ce problème une autre fois. Égocentrisme? Condescendance? Absence relationnelle? Malveillance?

Laurane a pris le train pour rentrer. Ce train était bondé, tous les sièges étaient occupés. Malgré ses cheveux blancs, personne ne s'est levé pour lui laisser son siège. Quel manque d'éducation! Quelle absence de bienveillance à son égard!

En sortant du train, Simone a été bousculée et a failli tomber. Un jeune homme lui a dit «*Alors mamie on ne tient plus sur ses jambes?*» Quel manque de politesse et de bienveillance!

En arrivant à la maison, l'épouse de Kevin ne lui a même pas dit bonjour et lui a dit immédiatement qu'elle sortait manger avec des copines. Quel manque de considération et de bienveillance!

J'ai choisi de parler de la bienveillance en prenant des exemples de malveillance qui souvent malheureusement sont plus percutants que des termes de bienveillance.

La bienveillance est pour moi une attitude philosophique, une attention de chaque moment et un travail de longue haleine pour me sentir bien avec moi-même et avec les autres. J'essaie de toucher une vérité et un bien-être qui me conviennent.

**Dr Philippe Babando**, médecin généraliste

## Petite histoire d'une éducation bienveillante

On aurait tendance à croire que la pédagogie traditionnelle, avant les années soixante-huit, se résumait en la transmission d'un savoir entre maître et l'élève dans un processus figé et disciplinaire où l'un était en position dominante par rapport à l'autre, par la force des choses. Ce serait faire bien peu de cas de la richesse des approches et des modes d'enseignement que les pédagogues de tous temps et de nombreux pays ont mis en œuvre au cours de l'histoire des sociétés.

Sans nécessairement remonter jusqu'à l'Antiquité et à la méthode socratique ainsi baptisée d'après Socrate le philosophe qui appelait chacun dans son entourage à chercher et apprendre par ses propres moyens, quelques recherches encore à compléter nous font (re-)découvrir que la pédagogie et l'enseignement sont des processus relationnels sur lesquels les enseignants eux-mêmes ont longuement réfléchi et ce depuis longtemps.

Dans son ouvrage **Les grands noms de l'éducation**, René de la Borderie regroupe d'ailleurs une centaine de noms auxquels on se réfère quand on parle d'éducation, de Platon à Marshall McLuhan. Ces noms sont classés en trois grandes catégories – les théoriciens, les innovateurs, les politiques – et présentés selon un ordre chronologique. Les noms de Lombardo Radice (réforme de l'enseignement primaire italien, en 1923), du tchèque Frantisek Bakule ou de l'allemand Herman Lietz ne vous disent rien? Celui de Maria Montessori non plus, peut-être? Pas grave. Vous avez plus probablement entendu parler du genevois Adolphe Ferrière et du «zurichoyverdonnois» Johann Pestalozzi.

Car la Suisse aussi a été pionnière en matière d'éducation. Pestalozzi, inspiré par l'*Émile* de Jean-Jacques Rousseau, a dédié sa vie à l'éducation des enfants pauvres et est reconnu comme le fondateur de l'**éducation nouvelle**:

*«L'éducation nouvelle est un courant pédagogique qui défend le principe d'une participation active des individus à leur propre formation. Elle déclare que l'apprentissage, avant d'être une accumulation de connaissances, doit être un facteur de progrès global de la personne. Pour cela, il faut partir de ses centres d'intérêt et s'efforcer de susciter l'esprit d'exploration et de coopération: c'est le principe des méthodes actives. Elle prône une éducation globale, accordant une importance égale aux différents domaines éducatifs: intellectuels et artistiques, mais également physiques, manuels et sociaux. L'apprentissage de la vie sociale y est considéré comme essentiel.»* (source Wikipedia)

En résumé, *«l'enfant n'est pas un vase qu'on remplit mais un feu qu'on allume»*. C'est là un «renversement copernicien» plaçant l'enfant, plutôt que les savoirs scolaires, au centre de l'action éducative. Toutes les écoles qui se réclament de

ces principes ont donc la bienveillance envers l'enfant parmi leurs valeurs cardinales. Durant la Première Guerre mondiale, les Célestin Freinet et autres Gustave Monod font avancer ces idées, suivis après-guerre des écoles libertaires de Hambourg et de l'école Waldorf de Rudolf Steiner.

Tandis qu'en 1921, A.S. Neill créait en Angleterre l'école de Summerhill, la Ligue internationale pour l'éducation nouvelle créée par Adolphe Ferrière réunira en congrès annuels les principaux praticiens de ces méthodes jusqu'à la Deuxième Guerre mondiale. L'un d'eux est resté tristement célèbre, il s'agit de Janusz Korczak, médecin pédiatre, éducateur et pédagogue polonais. Il a délibérément choisi de rester avec ses 192 enfants et leurs 10 accompagnants lorsqu'ils furent déportés à Treblinka, malgré que les Nazis lui aient proposé d'avoir la vie sauve. Korczak n'a pas voulu les laisser affronter seuls cette épreuve. La bienveillance envers ses élèves, dans ce cas, poussée jusqu'à l'abnégation. À défaut de (re-)voir le film qu'Andrzej Wajda a consacré à Korczak en 1990, la lecture de sa page Wikipedia vous en apprendra déjà beaucoup sur ce pédagogue célèbre.

Pour l'après-Seconde Guerre mondiale, ne tentons pas de décrire toutes les écoles et méthodes d'enseignement progressistes qui ont continué de se développer, car il nous faudrait y consacrer une entière seconde page. Mentionnons seulement pourtant que les États-Unis, après avoir exploré cette voie sous la présidence de Theodore Roosevelt et à l'instigation de John Dewey, y ont renoncé en 1957. Chez leur voisin du Nord, rares furent aussi les écoles progressistes au Canada après-guerre et aucune au Québec catholique, à cette époque, mais ce dernier compte maintenant un prospère réseau d'écoles «alternatives» reconnues et intégrées au système public, la première ayant vu le jour en 1974.

En France cependant, l'éducation nouvelle a immédiatement refléuri après la Libération, jusqu'à ce que la guerre froide, par la polarisation de doctrines politiques antagonistes, interrompe la dynamique et les contacts ré-amorcés entre éducateurs. Le même phénomène s'est manifesté dans la plupart des pays.

Chez nous en Suisse, le mouvement s'est progressivement maintenu et développé, avec les écoles Montessori, les écoles Rudolf Steiner et d'autres se réclamant aussi des principes éducatifs de l'école nouvelle. La liste est longue. Une visite sur le site *espritcreatif.ch*, à la rubrique «Alternatives – Éducation alternative» vous permettra toutefois de poursuivre votre découverte en la matière, si le sujet de l'éducation bienveillante dans sa dimension contemporaine vous intéresse.

## Un jardin à cultiver

La bienveillance n'aurait-elle plus la cote? Dans notre jeunesse, la religion nous enseignait encore les vertus de celle-ci, en nous incitant à vouloir le bien d'autrui. S'il n'était pas «intéressé», cet élan émanait alors de la compassion ou de l'altruisme, sentiments qui n'appartenaient d'ailleurs pas exclusivement aux croyants. Aujourd'hui, on nous taxerait de bisounours, après nous avoir qualifié de «fleurs bleues» dans les années septante.

C'est sûr que si vous cherchez des marques de bienveillance contemporaines, ce n'est pas tellement dans les grands médias ni sur les réseaux sociaux que vous les trouverez a priori. Avez-vous essayé pendant au moins quelques jours de lire les commentaires qui s'agglutinent sous les vidéos YouTube traitant de politique, de réchauffement climatique ou de la guerre en Ukraine, récemment? Le climat social y est vite nauséabond, le ton agressif et les attaques *ad nominem* y remplacent partout l'argumentation raisonnée. Nulle trace de bienveillance, sauf commentaire hautement exceptionnel. Les gens «normaux» qui ont cru pouvoir participer là à un échange constructif s'en mordent vite les doigts et disparaissent, laissant les fâcheux et les querulents tous seuls... mais certains d'avoir remporté le match!

Et ce n'est là qu'un exemple. Les pièges à clics de Facebook, TikTok ou autres merdias (*sic*) instantanés ne sont pas mieux lotis. La haine, la surenchère et l'indignation supposément de bon aloi génèrent le plus de clics. Ce sont donc ces éléments que l'algorithme met le plus en avant. Auriez-vous le malheur de jeter dans ce lisier un grain de bienveillance? Malgré qu'il soit «liké» par 50 personnes, il ne remontera probablement jamais à la surface de l'attention publique.

**Si tu doutes de l'homme, pense à l'humanité.**

Jean Jaurès

Il faut toutefois admettre que même dans la «vraie» vie, la bienveillance envers autrui ne fait pas beaucoup de bruit non plus. Cette attitude envers son prochain, toujours goûtée par qui la reçoit, est à peine reconnue par les tiers, présents ou non. Souvent transparente, parfois à peine colorée sèpia ou pastel, on ne la voit pas. On ne l'entend pas beaucoup non plus. Comme on dit: «*Un arbre qui tombe fait beaucoup de bruit, alors que toute la forêt qui pousse est silencieuse*» ou encore: «*le bruit ne fait pas de bien, et le bien ne fait pas de bruit*».

Tentons ici de redonner un peu d'oxygène à ces indispensables fleurs que sont les actes et paroles de bienveillance, pour que jamais ils ne meurent sous les assauts de la haine, de l'intolérance, de la paranoïa et de la violence.

D'abord, bienveillance n'est pas faiblesse. La vraie bienveillance est une force, plus qu'un manque de caractère. C'est d'ailleurs plutôt une valeur morale essentiellement humaniste qu'un diktat religieux. Car oui, on le sait, on a aussi beaucoup tué au nom de la religion. «*La morale n'est pas un puritanisme*», comme le précisait la philosophe Laurence Devillairs. Et la bienveillance n'est pas une drogue douce. Elle serait peut-être même la meilleure réponse thérapeutique à la crise morale que traversent nos sociétés.

S'agit-il pour autant de toujours tendre l'autre joue? Non pas, mais d'au moins garder à l'esprit que jeter un peu de cette eau qu'est la bienveillance sur un feu de broussaille est plus utile que d'y rajouter de l'huile à moteur.

**Un homme n'a le droit d'en regarder un autre de haut que pour l'aider à se relever.**

Gabriel Garcia Marquez

Qu'attendons-nous pour devenir des pompiers volontaires de la bienveillance? Pour la pratiquer partout «*sans honte, sans peur et sans modération*», comme le préconise Didier van Cauwelaert? Mais sans condescendance non plus, ajoute-t-il.

Bienveillance n'est pas mollesse, comme l'a montré cette expérience d'universitaires pour la paix au Moyen-Orient, dans les années 1980, en pleine guerre Israël-Liban. Les «casques roses» envoyés sur place ont vraiment eu le pouvoir de faire diminuer les agressions, au point que l'expérience a été appuyée par l'ONU.

Des psychologues et statisticiens de l'université de Princeton ont même estimé que si 1% d'une population de pays en guerre pouvait parvenir à profondément ressentir la paix, celle-ci pouvait devenir réalité. Je ne sais pas ce qu'il y a de vrai là-dedans. Il me faudrait retrouver les textes d'origine de l'expérience en question. Mais juste comme ça, serait-ce là une manifestation de cet effet «la forêt qui pousse»? Et même si ce n'est pas avéré, en cas de guerre, qu'en est-il des situations de notre quotidien?

Le 10 septembre, c'était la journée mondiale de la prévention du suicide. Le suicide fait 700.000 morts par an dans le monde. En Suisse, il est la première cause de mortalité chez les jeunes de 15 à 29 ans. Le harcèlement à l'école, le *mobbing* au travail, la critique gratuite partout ailleurs. Combien de passages à l'acte n'ont eu besoin que d'une goutte de malveillance pour faire déborder le vase? À l'opposé, combien de suicides ont été évités par une parole bienveillante? On ne le saura jamais.

**Pierre Clément**

## Une qualité première

La bienveillance n'a pas la cote à notre époque où droit, priorité, concept et rentabilité ont la préférence. Pourtant, elle est indispensable à l'humanité: sans elle, il n'y a pas de vie en communauté, pas de solidarité; c'est la qualité première d'une Maman.

Déjà, André Chédel, philosophe local pourtant physiquement handicapé, recommandait d'échanger chaque jour une parole bienveillante ou, à défaut, d'avoir une pensée bienveillante pour quelqu'un en difficulté. La bienveillance est une de ces vertus qui se

mettent au carré: si vous recevez un regard, un geste bienveillant, vous devenez bienveillant.

La bienveillance est le fruit d'une conviction intime: l'Univers, la Vie n'ont pas de volonté négative, les obstacles et les malheurs nous aident à évoluer. La bienveillance nous permet par une action individuelle de charger le panier positif de la balance d'un monde que l'on se sent impuissant à changer.

*Renée Hachem Béguin*

## Bénévolat et motivation

En Suisse, un peu plus de 40% de la population de 15 ans et plus déclare avoir effectué un travail bénévole (organisé ou informel) au cours des quatre dernières semaines. En moyenne, ces personnes ont accompli 4,1 heures de bénévolat par semaine. On croira d'entrée que les personnes arrivées à l'âge de la retraite sont plus concernées que les «actifs», parce qu'elles ont plus de temps à y consacrer. Il n'en est rien: c'est le groupe des 40-64 ans qui arrive légèrement en tête, devant les «65 ans et plus» d'une part et les «15-39 ans» d'autre part. (Sources: OFS, Observatoire du bénévolat, Société suisse d'utilité publique)

Évidemment, le travail bénévole est extrêmement varié. On le retrouve partout: associations sportives, culturelles (musique, théâtre, clubs littéraires...), de loisirs (jeux, hobbies), institutions religieuses, socio-caritatives, partis politiques et syndicats, associations communales, locales ou de quartier, organisations de protection de l'environnement, des animaux, services à la population (pompiers, samaritains) et groupes d'intérêts divers.

Les gens qui s'engagent bénévolement sont aussi divers que les domaines où ils œuvrent. Pourtant, quand on les interroge, quatre conditions pour s'engager occupent le haut du panier: avoir suffisamment de temps (68%); pouvoir servir une bonne cause (60%); horaires flexibles (49%) et pouvoir travailler avec les bonnes personnes (43%). Les nombreuses autres conditions mentionnées (recevoir une proposition concrète, engagement de durée limitée et autres) sont toutes en dessous de 20%.

Les deux premières conditions citées semblent aller de soi. Les jeunes qui doivent par exemple travailler à côté de leurs études ou les gens qui doivent régulièrement faire des heures sup' en même temps que s'occuper de leur famille manqueront de temps pour un bénévolat soutenu. Et on ne va pas non plus s'engager pour une cause qui ne nous semble pas «bonne». Les deux autres conditions, par contre, méritent réflexion.

L'horaire flexible est plus important qu'il n'y paraît. Si un retraité-e peut aller «en journée» faire ses heures de présence au Magasin du Monde ou dans l'épicerie coopérative dont elle/il est membre, les «actifs» sur le marché du travail du groupe des «40-64» (légèrement majoritaire en bénévolat rappelons-le) doivent jongler avec plus de contraintes

horaires (professionnelles et familiales). L'étude de l'OFS n'a pas demandé aux gens à quelles heures leur bénévolat s'effectue. Je pense qu'on y découvrirait entre 21h et 1h du matin nombre de coachs de foot qui préparent leur tableau des matchs, de bénévoles divers qui répondent à des courriels ou d'organisateur-trice-s qui rédigent un journal d'association ou un programme d'activités, chez eux, quand les enfants dorment! Reconnaissons qu'il faut une solide motivation aussi pour tout ce travail de l'ombre, effectué en solitaire chez soi, au détriment parfois d'heures de sommeil ou de sa vie privée.

### Alors, quid de la bienveillance, dans ce tableau?

Définie brièvement comme: «disposition favorable à l'égard de quelqu'un», elle m'apparaît être l'ingrédient principal de la quatrième condition mentionnée par les bénévoles: le travail en équipe. Dans les organismes à buts non-lucratifs, il importe de faire preuve de respect et de bienveillance, voire d'empathie, envers nos bénévoles. Car ils ne s'engagent évidemment pas pour un salaire, et pas uniquement «pour la bonne cause»; beaucoup puisent leur motivation dans la reconnaissance et l'appréciation qu'on leur témoigne pour leur travail. Quel fonctionnement doit-on alors mettre en place au sein d'un groupe bénévole, d'un comité ou d'une équipe quelconque pour que chacun sente que sa contribution et ses compétences sont valorisées à leur juste valeur? Comment entretenir, au sein d'un groupe, le sentiment d'œuvrer ensemble à réaliser quelque chose de plus élevé que soi, individuellement? Comment encourager et contribuer à maintenir la motivation de chacun? Ces questions m'ont beaucoup fait réfléchir, ces deux dernières années.

Je n'ai pas de recette magique. Mais sachant ce qui tue ma motivation, dans les causes où je m'engage, je pense pouvoir affirmer que le respect de l'Autre, l'écoute, la bienveillance envers les personnes tout comme la reconnaissance de leurs contributions individuelles à la réussite de l'équipe font tous partie de l'équation, sans lesquels rien n'est possible collectivement.

En cela, le «comment» est peut-être tout aussi important que le «quoi», car le chemin compte autant que la destination. Et sur ce chemin, j'ai encore beaucoup à apprendre.

*Mario Bélisle*

## Les tables au bistrot

Il semble naturel de naître bienveillant. Et mieux, d'être encore dans la bienveillance une fois adulte, accueillant son enfant dans les mêmes sentiments. Dans ce cas, tout va bien, il n'y a pas d'histoire, c'est simple.

Pourtant si... justement, il y a des histoires, des histoires qui troublent des familles, voire usent dramatiquement le monde. N'en cherchons pas ici les raisons, trop nombreuses à évoquer. Et laissons ce travail aux philosophes qui savent si bien se baser sur Epicure & Cie, les maîtres du bonheur! Contentons-nous de manifester notre bienveillance. voire davantage: de porter en nous le sourire de la joie de vivre!

Que la bienveillance soit un trait de caractère ou la résultante d'un travail personnel, elle colore les jours et le monde d'une lumière bienfaisante. Et il n'en manque pas d'exemples. Aujourd'hui j'en choisis deux, exercés

par ceux qui donnent de leur temps bénévolement:

1. Le premier, celui des repas des Tables du Rhône (les invendus des magasins sont cuisinés pour ceux qui cherchent de la joyeuse compagnie et pour le prix modique de sept francs, tout compris de l'apéritif aux cafés) !

2. Les Tables au bistrot ouvertes un peu partout par les bénévoles de Pro Senectute (se mettre d'accord avec un restaurateur satisfait d'avoir des clients assurés leur offre quelques avantages. À savoir, prix attractifs ou l'offrande des cafés). À Nyon c'est un mercredi par mois au Quai 23 !

J'ai expérimenté en Biolle à Monthey, c'est un vrai bonheur tous les mardis sauf pendant les vacances scolaires.

*Pierrette Kirchner-Zufferey*

## Savoir compter chaque franc

L'année dernière est parue la première partie d'une large étude sur la pauvreté chez les personnes âgées en Suisse, menée par l'Observatoire national de la vieillesse Pro Senectute Suisse. Cette enquête porte sur 4500 personnes de plus de 55 ans, issu-e-s de tous les cantons suisses. L'on savait déjà que le taux de personnes endettées diminuait avec l'âge, mais que le montant moyen de ces dettes était en revanche plus élevé. Ce constat ressort des statistiques de **Dettes Conseils Suisse**, l'association faitière regroupant les services de conseil en matière de dettes que je préside depuis trois ans. Alors doit-on vraiment se préoccuper de la précarité chez les seniors ou reste-t-elle très marginale?

Selon l'Observatoire, la situation serait moins grave qu'elle ne peut paraître car près de 86% des personnes à la retraite disposent d'un revenu sous forme de rente assurant le minimum vital. Ce qui laisse tout de même plus d'une personne sur dix sur le carreau. Cela représente près de 200.000 personnes à l'âge de la retraite qui vivent dans la précarité et près de 300.000 autres sont menacées de pauvreté car tout juste au minimum vital. Près de 50.000 personnes n'ont d'ailleurs aucune réserve de fortune pour compenser le manque de revenus et se trouvent dans une «pauvreté sans issue».

Certes, les prestations complémentaires devraient pallier, comme dernier filet de sécurité, à une situation d'endettement, mais (beaucoup) trop de retraité-e-s n'en font pas la demande par méconnaissance ou par honte, alors qu'ils et elles y auraient pourtant droit. Pour ces personnes, la situation est intenable et la pression ne fait que s'intensifier avec le temps: les

primes d'assurance maladie, les loyers, les produits alimentaires, les loisirs... tout augmente! Ces personnes tombent plus souvent malades et souffrent davantage de solitude, se sentant exclues des activités sociales courantes. Selon l'Office fédéral de la statistique, 16% des plus de 65 ans n'ont pas de réserves financières substantielles et 11% n'ont pas de quoi faire face à une dépense imprévue de 2000.- frs. Sans aucun moyen de réaliser des revenus (plus) conséquents, la pauvreté est beaucoup plus persistante dans le grand âge.

J'ai été élevée dans une famille modeste, qui connaît la valeur de l'argent. Ne pas ou plus en avoir assez pour subvenir à ses besoins de base, c'est vivre dans la crainte du manque et parfois, vivre le manque lui-même.

Dans notre Suisse, riche et prospère, nous ne devons pas tolérer qu'une partie de nos aîné-e-s vivent dans la précarité, alors qu'ils et elles ont travaillé toute leur vie. Le préambule de notre Constitution rappelle que: «la force de la communauté se mesure au bien-être du plus faible de ses membres». Et si nous mettions en place des mesures d'accompagnement et de soutien plus efficaces pour que chacune de nos mamies et chacun de nos papis puissent vivre dignement? Par exemple, l'interpellation systématique par l'autorité fiscale des personnes qui auraient droit aux prestations complémentaires et/ou aux subventions aux primes d'assurance maladie. Un objectif tout à fait atteignable et dont notre société ressortirait en tous points grandie.

*Céline Vara*

*Conseillère aux États neuchâteloise  
Présidente de Dettes Conseils Suisse*

En août, vous avez pu lire un premier témoignage de cette série: celui de Manon, jeune institutrice à Lausanne, qui revenait d'un voyage en Afrique après avoir parcouru à pied le chemin de Compostelle. Son témoignage relatait avec beauté son expérience du chemin.

Ci-dessous, vous lirez celui d'Ahmed, un citoyen suisse naturalisé, d'origine algérienne et de confession musulmane. Infirmier bientôt retraité, après trente ans de carrière dans nos hôpitaux, Ahmed en connaît un rayon en matière de relation d'aide et de bienveillance.

Votre thème de ce mois-ci, la bienveillance, évoque cette valeur fondamentale trop souvent négligée, dans nos relations humaines. En tout cas, lorsqu'il s'agit de soigner et d'aider son prochain, comme je le fais depuis bientôt trente ans, elle est un ingrédient primordial du processus de soin, sans lequel tout est plus difficile à mettre en place.

J'en veux pour preuve mon expérience en soins hospitaliers psychiatriques (1996-2004: Bellelay, unité psy de Delémont, Préfargier) puis en soins infirmiers généraux (2004-2023: L'Escale, Landeyeux et enfin l'Hôpital du Jura) où la rencontre avec chaque nouveau patient est l'occasion de l'écouter, de le connaître et d'établir une relation empathique avec lui, AVANT que d'espérer pouvoir entreprendre quoi que ce soit d'utile.

En sortie accompagnée dans le parc, un patient refusait catégoriquement de rentrer. Que faire? Commander, insister, puis employer la force? Pourquoi pas tenter de négocier, donnant-donnant: on rentre maintenant pour pouvoir ressortir demain? Mieux encore: témoigner au patient le bonheur qu'on a eu soi-même à pouvoir sortir dans le parc, petite pause bienvenue dans une journée de soins épuisante... l'en remercier et se réjouir déjà de pouvoir recommencer demain, avec lui. Ce n'est pas de la manipulation, puisque c'est VRAI. Et voilà. Il fait beau, on se réjouit de ça en rentrant tranquillement... et on a évité le psychodrame. J'avais reconnu à ce patient le pouvoir de m'offrir quelque chose. L'humain a besoin d'être reconnu. Plus encore durant les mois où j'ai exercé en pédopsychiatrie, j'ai compris que les messages qui reconnaissent la personne, l'enfant, font des petits miracles.

En soins hospitaliers généraux, ça fonctionne tout autant. Faire «équipe» AVEC le patient permet de calmer l'anxiété. C'est normal d'avoir peur, quand on est malade. On a mal, parfois on craint la mort, *a minima* on perd ses repères puisqu'on n'est plus chez soi, les gens qu'on aime ne viennent qu'aux heures de visite – quand ils viennent – et on est entouré d'inconnus. L'hôpital doit tenir compte de ces aspects humains-là, en plus de soigner. Or, quand je suis en face de mon patient, c'est moi qui représente l'hôpital. Créer ce lien humain pour pouvoir bien soigner, c'est mon job! À l'hôpital de Saïgnelégier, où je suis encore jusqu'en janvier, c'est peut-être plus facile que dans les grands centres universitaires, car ça reste un hôpital à taille humaine. Mais je ne saurais l'affirmer, n'ayant jamais pratiqué au CHUV et autres. Se méfier de ses propres préjugés.

Par contre, ce dont je suis profondément convaincu, c'est que pour faire ce métier il faut aimer les gens. Et les

aimer intrinsèquement, sans condition, malgré leur comportement, malgré leur racisme à mon égard parfois... oui, ça arrive. À Bellelay, une patiente ex-assistante de direction, parlant six langues, m'a giflé pendant que je laçais son soulier. Ses paroles désobligeantes étaient sûrement dues à son état psychique...?

Le vrai racisme n'est pas si courant. La plupart du temps, les patients sont juste un peu plus sur la «réserve» qu'avec un-e soignant-e suisse, peut-être... jusqu'à ce que la relation soit établie.

Et même là, il ne faut pas préjuger. Une patiente, une fois, a refusé que je l'approche, faisant référence à mes origines. Était-ce à cause de ma religion? Ou parce que je suis Maghrébin? J'aurais pu le croire. Mais nos quelques mots échangés avec bienveillance l'ont mise suffisamment en confiance pour qu'elle ose me poser la question qui la turlupinait: «où avais-je donc fait mes études?». Bah, en Suisse, oui, oui. Un beau diplôme avec une belle croix blanche et rouge dessus. Ah? Eh ben voilà: à partir de là elle voulait bien que je la soigne. Moi qui pensais être victime d'un délit de faciès; c'est au sujet des soins qu'elle avait besoin d'être rassurée, pas de ma personne.

*A contrario*, je me souviens aussi de cet autre patient, dont l'épouse en visite me demande ce que son mari a mangé à midi. Elle fût surprise d'entendre «du lapin». Apparemment, il refusait catégoriquement d'en manger à la maison! Mais le séjour à l'hôpital et notre petite discussion quand je lui ai servi son plateau l'avait convaincu de revoir un de ses préjugés... pas envers moi, cette fois!

Concluons. Après ces années à servir, soigner et aider la population de mon pays d'adoption, je peux dire que j'ai adoré faire ce métier... Mais récemment, les mois «covid» ont pesé lourd sur nous tous. De nombreuses précautions à mettre en œuvre en plus, d'où surcharge de travail... et sentiment d'isolement accru pour nos patients. Ce fût difficile, je ne le cache pas. Les applaudissements aux fenêtres furent bien sympathiques, quand on n'était pas à l'hôpital à faire des heures supplémentaires. Mais une vraie revalorisation des métiers, surtout au bas de l'échelle, sera une réponse plus pérenne.

On est quand même passé au travers. Et nos métiers ne sont pas prêts de disparaître. Aux jeunes, je dis: «Si vous aimez les gens, si vous ressentez de l'empathie envers vos frères humains, allez-y! Vous apprendrez de vos années d'études, mais aussi beaucoup de chacun de vos patients, des contacts avec les familles et des relations avec tous vos collègues». Les soins infirmiers — une vraie école de la bienveillance!

## **LES MOTS SONT DES FENÊTRES (OU BIEN CE SONT DES MURS)**

*Initiation à la communication non-violente*

*Marshall B. Rosenberg, Éditions La Découverte, 2016*

Faut-il encore présenter Marshall B. Rosenberg? Dans ce livre, on trouve des outils pour se comprendre soi-même, reconnaître ses émotions et ses besoins, éviter les pièges du jugement ou de l'interprétation. On y trouve également des outils pour comprendre les autres, être attentif à leurs émotions et à leurs besoins, et faire en sorte, avec nos mots, qu'ils se sentent compris et reconnus en tant que personnes. C'est une méthode qui a fait le tour du monde, mais pour moi cela va plus loin: c'est une posture, une philosophie de la vie.

On sait moins que le terme de «communication non-violente» n'était pas satisfaisant aux yeux de Rosenberg lui-même, car cela fait explicitement référence à la violence. Le terme de «*langage de la bienveillance*» est parfois utilisé dans ce livre. Voici un extrait de l'introduction: «*J'utilise le terme de non-violence au sens où l'entendait Gandhi, pour désigner notre état naturel de bienveillance lorsqu'il ne reste plus en nous la moindre trace de violence. Car bien que nous puissions avoir l'impression que notre façon de parler n'a rien de 'violent', il arrive souvent que nos paroles soient source de souffrance pour autrui ou pour nous-mêmes*». Un vrai manuel de bienveillance, envers les autres et envers soi-même.

*Cosette Berger*

## **LA BIENVEILLANCE EST UNE ARME ABSOLUE**

*Didier Cauwelaert, Éditions de L'Observatoire, 2019*

L'auteur nous dit «*La bienveillance est une arme de choc, une arme de joie, une arme absolue*». Comment l'utiliser pour contrer les difficultés de la vie, la souffrance, l'injustice, les guerres ?

En s'appuyant sur des exemples personnels et des expériences scientifiques, Didier van Cauwelaert nous montre qu'il est possible de tout changer: notre rapport aux autres, à nous-même et à l'Univers, grâce à la bienveillance. Ce serait un enjeu crucial pour l'avenir de l'humanité.

L'auteur, 63 ans et écrivain confirmé, a écrit une quarantaine d'opus, romans et essais confondus. Il est notamment connu pour le Goncourt qu'il a gagné avec *Un aller simple*, livre dur mais marquant sur le sort des émigrés sans papier qui tentent en Méditerranée la traversée de la mort.

On pourra trouver que la première moitié de son livre *La Bienveillance* est trop autobiographique, ou que la seconde partie n'est pas assez cartésienne quand il évoque les expériences scientifiques... mais si la lecture de cet ouvrage nous incite à une introspection sur la place que nous accordons à la bienveillance dans nos rapports à autrui, ça ne sera pas une lecture inutile.

*MBe*

## **CAHIERS EMMANUEL MOUNIER N° 6**

*Éditions Les amis d'Emmanuel Mounier, 2022-2023*

«*On pourrait presque dire que je n'existe que dans la mesure où j'existe pour autrui et, à la limite: être, c'est aimer*»  
(Le personnalisme, 1948).

Ce recueil si magnifiquement élaboré par des amis fidèles et respectueux de la mémoire d'Emmanuel Mounier (1905-1950) constitue un ouvrage de haute importance. Basé sur des documents autour du rayonnement d'Emmanuel Mounier en France et à l'étranger et aussi par les réactions sous forme de témoignages vibrants du monde entier pleins de gratitude et reconnaissance lors de son décès, suivis en dernière partie, de chroniques rapportées lors de divers colloques organisés par ses amis.

Le lecteur peut suivre à travers les témoignages et récits, son parcours philosophique, ses questionnements, sa révolution personnaliste et communautaire, son combat en faveur de l'humanité. Et son idéal, «celui dans l'apostolat de la pensée, du souci d'unir l'ascèse du concept à l'action engagée dans l'histoire concrète».

Philosophe social et essayiste, une grande voix véhémement et pure dont le rôle et la mission auront été de ranimer la flamme de l'espérance. Emmanuel Mounier était aussi considéré comme un analyste politique d'une grande clairvoyance et d'une humanité exemplaire. Fondateur de la revue mensuelle *Esprit* (1932) dont le traitement vif et courageux des problèmes de l'époque suscite à la fois admiration et opposition pour toutes les causes où «l'émancipation et l'ennoblissement de l'homme sont en jeu».

Le personnalisme nous parle d'engagement et de responsabilité. Rendre la société plus humaine, tel est le sens du «processus de personnalisation» auquel invite la philosophie de Mounier. Un ouvrage riche en références sur son parcours de vie et ses écrits néanmoins toujours d'actualité, un penseur engagé par ses encouragements constants «à ne pas abdiquer, à ne pas désespérer du sort de l'homme et de l'humanité, même à l'heure la plus sombre, et alors que tout paraît désespérant !»

*Gloria Barbezat*

## L'Antiquité revisitée par les élèves vallorbiens

Le Canton de Vaud lance pour la cinquième fois un appel à projets «*La culture, c'est la classe*» qui vise à favoriser la participation des élèves en les incluant dans un processus créatif.

La classe de 9VP/02 de Vallorbe a été retenue, avec la collaboration de son professeur d'histoire et de l'artiste Numa Francillon. À partir de cartes confectionnées spécialement pour le projet, dotées des figures de l'Antiquité ainsi que des cartes à idées, chacun a dû écrire un texte en lien avec l'image, laissant libre cours à son imagination... d'où une soirée lecture et confection d'un livre recensant tous les textes.

«Si on pouvait apprendre l'histoire comme ça tous les jours, ce serait génial!» ont conclu deux élèves, heureux de cette expérience.

D'après *La Région, Journal de Vallorbe*

## Des graines de Changins conservées au Spitzberg

Le sous-sol du Svalbard, aménagé en 2008 sur l'île du Spitzberg près de Longyearbyen, renferme un trésor inestimable pour l'humanité: la réserve mondiale de semences. Plus d'un million d'échantillons de cultures

vivrières y sont entreposés, à l'abri des catastrophes naturelles ou des guerres, par -18 degrés. La responsable de la banque de semences d'Agroscope à Changins a expédié à ce jour 11.321 échantillons de 74 espèces botaniques au Svalbard. Le dernier envoi de 1000 nouvelles semences date de l'été 2022. Creusée à 120 m sous la surface, la banque de stockage dispose d'un volume de 1500 m<sup>3</sup>.

D'après *24 Heures* du 12-13 août 2023

## Des légumes et des fruits dans le désert

Dans la région de Kaffrine (au Sénégal), pratiquer l'agriculture est un défi! Températures qui dépassent souvent 40°C et précipitations atteignant à peine 600 mm. On sème mil, maïs et arachide au début de la saison des pluies et on récolte en novembre. C'est lors de cette entre-saison que certaines familles ont commencé à créer des jardins. Après quelques années, le changement est considérable. Tomates, oignons, piments, choux, carottes, aubergines, menthe et salades poussent à foison, sans oublier les fruits: oranges, citrons, papayes et mandarines. Les nouveaux maraîchers sont enthousiastes! Le maraîchage dans la région de Kaffrine, folie ou opportunité? Sans doute un peu des deux!

D'après *Nouvelle Planète*, juin 2023

## Plus de 6000 faons sauvés

Le nombre de jeunes faons trouvés grâce à des drones a explosé en 2023. L'organisation Sauvetage Faons a sauvé plus de 6000 jeunes animaux de la fauche, soit plus du double par rapport à l'année précédente.

Les pilotes ont couvert 86 hectares de terrain et, grâce à leurs caméras thermiques, ont empêché que les jeunes faons, cachés dans les hautes herbes ne soient victimes des faucheuses. En moyenne, cela arrive environ 1500 fois par an. L'association Sauvetage Faons, composée de pilotes de drones bénévoles, travaille en collaboration avec des chasseurs et des agriculteurs.

D'après *La Région* du 26 juillet 2023

## Comment le Portugal est devenu un modèle

Au Portugal, on ne résout pas les incendies en les combattant mais par la sylviculture et une meilleure gestion de la forêt. Après les terribles incendies de 2017, des investissements de l'ordre de 340 millions d'euros, supérieurs pour la première fois à ceux consacrés au combat contre les flammes, ont permis de diviser par deux le nombre d'incendies entre 2018 et 2022.

D'après *24 Heures* du 12-13 avril 2023

Récoltées par Yvette Humbert Fink

12

Prochain numéro de L'Essor n° 6 / décembre 2023

### Forum libre

Rémy Cosandey est membre du comité rédactionnel de L'Essor depuis 1990 et dirige celui-ci depuis 2005, ayant succédé à Alain Simonin à l'issue du centième anniversaire du journal. Après 33 ans d'activité, il a décidé de passer la main au 31 décembre et de laisser la place à une nouvelle équipe. Dans le prochain numéro, il rappellera l'évolution de L'Essor et son rôle (sa nécessité même) dans un monde dans lequel les moyens de communication modernes ont tué la réflexion.

Ce numéro reviendra aussi sur la journée du 21 octobre qui a pour objectif d'assurer la pérennité de L'Essor. Pour le reste, nous accueillerons volontiers les contributions rédactionnelles de nos lectrices et lecteurs car ce journal – nous ne le répéterons jamais assez – est avant tout le leur.

Envoyez-les-nous à: [redaction@journal-lessor.ch](mailto:redaction@journal-lessor.ch)

## L'ESSOR

Journal indépendant travaillant au rapprochement entre les humains et à leur compréhension réciproque.

### IMPRESSUM

Rédacteur responsable : Rémy Cosandey • 079 273 45 14  
Temple 27, 2400 Le Locle  
[redaction@journal-lessor.ch](mailto:redaction@journal-lessor.ch)

Équipe de rédaction : Rémy Cosandey, Yvette Humbert Fink, Marc Gabriel, Emilie Salamin-Amar, Edith Samba, Margaret Zinder, Mario Bélisle.

Administration : Mario Bélisle • 076 425 48 10  
abonnements Tunnels 16, 2300 La Chaux-de-Fonds  
& retours [info@journal-lessor.ch](mailto:info@journal-lessor.ch)

Pour s'abonner, versez : CHF 36.– l'an (pour six numéros) au compte...  
PostFinance IBAN >> **CH 97 0900 0000 1200 2620 0**

Site web : [www.journal-lessor.ch](http://www.journal-lessor.ch)  
I.S.S.N. **ISSN 1023-5663**

Mise-en-page : Journal L'Essor  
Impression : Imprimerie Monney Services SNC