

## CO-LIBRI : DEBUT DE REUNION

Dans notre association, nous avons pris l'habitude de commencer nos réunions par une 'petite' pratique introductive sur laquelle nous avons pour l'instant fort peu écrit. Je l'estime pourtant suffisamment innovante pour mériter un texte.

Mais quel texte ? Pendant fort longtemps, on a cru pouvoir justifier des pratiques de formation par des théories convaincantes, des textes prétendant nous faire accéder au 'vrai'. Nous savons aujourd'hui que notre liberté humaine est très liée au relativisme de toute vérité et de toute théorie, relativisme particulièrement évident du fait de la complexité des situations et des relations de formation, surtout lorsque ces formations s'ouvrent à un *accueil global* de la personne se formant.

Je ne ferai donc pas un texte qui commencerait par un exposé théorique duquel pourrait découler notre pratique. Au risque de déstabiliser ceux qui sont habitués à ce type de démarche, je proposerai plutôt de commencer par un descriptif de la pratique dans son apparente simplicité, puis je tenterai non pas de l'expliquer ou de la justifier par une approche théorique, mais de lui donner différents éclairages, par trois ou quatre approches complémentaires ayant chacune leurs références et, je crois, chacune leur intérêt pour enrichir cette pratique de significations nouvelles.

### La pratique

Nous supposons ici que nous sommes en présence d'un groupe de formation stable et régulier, dans lequel les activités élémentaires de présentation ne sont plus nécessaires. Il est toutefois utile de démarrer une réunion par une pratique qui rende le groupe et chacun-e de ses membres *présents*.

Nous avons l'habitude de nous réunir assis sur des chaises, sans table, en cercle. Après un bref 'bonjour', l'animatrice-teur fait la proposition suivante : chaque participant-e est invité-e à raconter brièvement « *quelque chose que j'ai fait récemment et que j'estime positif et allant dans le sens de mes désirs et de mes projets* ». Pas d'exigence de prise de parole en 'tour de table', chacun-e s'exprime lorsqu'il-elle s'y sent prêt-e.

A l'occasion, et en s'assurant que la personne reprend bien à son compte ses suggestions, l'animatrice-teur peut faire des interventions facilitantes sous des formes diverses, mais dont le seul objet est d'aider le-la participant-e à s'approcher aussi précisément que possible de la consigne de base.

En règle générale, les autres participant-e-s ne doivent pas interrompre l'échange. Selon la dynamique du groupe, on peut par contre accepter de leur part, à la fin de celui-ci, une ou deux réactions, exprimées subjectivement et agréables à entendre. Puis, on passe à la personne suivante.

### Dynamiser le groupe

Notre projet de formation demande une dynamique bien différente de celle d'une conférence. Ici, pas de 'communication descendante' entre un animateur-émetteur parlant et des participants-récepteurs silencieux. Chaque membre du groupe, pour vivre activement la réunion, doit pratiquement se savoir autorisé et encouragé à parler en étant écouté, à parler personnellement et concrètement, et à faire l'expérience de l'accueil de son expression personnelle par le groupe.

Cette pratique initiale remplit parfaitement cet objectif dès les premières minutes de la réunion, et instaure d'emblée le 'climat' favorable à la suite des activités. Cependant, des centaines d'autres 'consignes' pourraient aussi bien faire l'affaire de ce seul point de vue.

D'ailleurs, dans les premières réunions de sensibilisation ou dans les stages initiaux, on se contente d'une consigne plus générale et plus 'facile' : demander de dire une 'bonne nouvelle', ou 'quelque chose d'agréable qui vous est arrivé', ou 'quelque chose qui va bien'.

De ce point de vue, la tâche de la-du formatrice-teur n'a rien de particulier, c'est le travail habituel de n'importe quel animateur de réunion ou président de séance. L'important est qu'il -elle se montre ouvert-e et accueillant-e, autant que précis-e et bref-ve dans l'énoncé des consignes.

Outre une mise en mouvement de chaque participant-e et du groupe, une telle consigne finit par produire aussi un accord du groupe sur un point pas très 'avancé', mais nécessaire : la phrase « Tout va mal » n'est pas toujours vraie.

## **Lutter contre la dévalorisation**

Comment avancer vers une vie plus libre si l'on a pris l'habitude régulière de se dévaloriser ? 'Je ne vauds rien, je suis un raté, un loser, un médiocre' : voici les jugements que chacun-e s'adresse bien souvent, dans notre société actuelle où la compétition généralisée transforme bon nombre d'institutions en machines à fabriquer des perdants.

La lutte contre les effets délétères des échecs vécus constitue un passage obligé de la plupart des formations personnelles, individuelles ou de groupe, à visée plutôt thérapeutique ou plutôt épanouissante. Les activités ayant cet objectif sont nombreuses, chacune a son accent propre, et sa dénomination varie selon les discours usuels du groupe.

Il est clair que de reconnaître qu'on a fait quelque chose qui va dans le bon sens, cela s'oppose à la croyance selon laquelle on échoue constamment. Ici, la formatrice ou le formateur évite de souligner ce fait par des renforcements (type : 'tu vois bien que tu y arrives !') qui entraînent de nombreux effets pervers. Plus élégamment et plus légèrement, il-elle peut simplement proposer une reformulation, qui appelle un assentiment de la personne, et vaut reconnaissance et validation par le groupe de ce qu'elle a fait.

Le groupe génère aussi un effet d'entraînement 'anti-dévalorisation'. La formatrice, le formateur ne doit pas s'y opposer, au contraire. En effet, il arrive qu'une personne prenne parmi les premiers la parole pour dire quelque chose auquel manifestement elle accorde peu de prix. Fréquemment, après avoir entendu les autres, elle redemande une seconde fois à parler pour dire autre chose de plus consistant, ou reformuler son premier point en soulignant cette fois-ci son importance à ses yeux. On voit déjà ici pointer notre choix éthique de favoriser une dynamique entre les membres (le fameux 'co' de Co-Libri), plutôt qu'une dépendance envers l'autorité d'un-e formateur-trice charismatique ou envers une organisation. Conformément aux pratiques rogeriennes, l'animatrice-teur ou le-la formatrice-teur évite de prendre une place centrale, et ne fait pas ce que le groupe ou le membre est capable de produire par lui-même.

## **Développer la confiance en soi et avancer vers l'épanouissement individuel**

Je ne reprendrai pas ici les conclusions de centaines d'ouvrages parus sur ce thème, mais je ferai seulement une ou deux remarques introductives.

Tout d'abord, pour dénoncer les tendances actuelles à tenir un discours débordant de métaphores économiques. On parle ainsi de 'gérer son capital' de confiance (en soi), 'placer' sa confiance (en l'autre) comme on place son argent, et même, encore plus couramment, lorsque

l'on dit 'avoir' confiance en soi ou en l'autre, n'est-ce pas insidieusement sous-entendre que la confiance est quelque chose que l'on pourrait 'avoir', posséder ?

On se trouve avec ces modèles économiques devant de redoutables problèmes induits par ces 'théories' capitalistiques de la confiance, et malheureusement fréquemment véhiculés par l'usage courant de la langue. Si la confiance est quelque chose que l'on a, comment se fait-il que certains en aient plus que d'autres ? Y-a-t-il ici aussi des riches et des pauvres ? Et comment l'a-t-on acquise ? Qui nous l'a donnée ? Si l'on n'en a plus, comment l'a-t-on perdue ?

Plus encore, on induit un problème dans la relation de formation et dans la dynamique du groupe. En effet comment aujourd'hui 'restaurer' ou 'augmenter' son 'capital de confiance' ? Que ce soit 'le groupe' ou 'le formateur' qui nous en redonne, on se retrouvera inmanquablement dans une relation de dépendance avec ce 'fournisseur', situation peut-être acceptable dans une relation marchande, mais pas dans une logique associative, et en tout cas tout à fait incompatible avec l'objet même de notre association : la visée d'une vie plus libre.

Pour aller vers une vie plus libre, on doit s'éloigner de cette approche de soi comme propriétaire de la confiance, et prendre plutôt l'autre option que nous propose aussi la langue courante : celle de se voir comme créateur de confiance. « Je te fais confiance » : Ici, le mot important est le verbe ; La confiance est quelque chose que je **fais** à quelqu'un (y compris à moi-même). Elle perd alors son statut d'objet pour aller vers celui d'une action : « Je décide de me fier à toi, ici et maintenant ». Comme toute action sa portée est limitée : « Je me fais confiance pour conduire une auto, pas pour conduire un poids lourd ». C'est ici qu'on voit le lien entre l'action de faire confiance et celle d'évaluer les risques (intuitivement ou méthodiquement).

Dans cette approche, on peut aisément voir que notre petite pratique introductive est aussi une première petite occasion de produire de la confiance en soi. Reconnaisant qu'elle a fait quelque chose de bon pour elle, la personne se fait par là-même à ce moment confiance sur ce point précis. Auto-productrice de sa propre confiance, elle ne dépend ni du groupe ni de la-du formatrice-teur sur ce point. Ils apportent présence, soutien, accueil, accompagnement, mais le travail de production de la confiance en soi est fait pour soi-même et par soi-même. Cela peut alors constituer un bon point de départ d'une dynamique d'épanouissement individuel qui pourra s'auto-entretenir.

L'aide éventuellement apportée par la-le formatrice-teur se situe au niveau de l'énonciation : il-elle peut, par des questionnements ou des suggestions, réduire le flou et l'abstraction pour avancer vers des formulations plus précises et plus concrètes.

Bien entendu, il ne s'agit là que d'une petite pratique de 'mise en jambe' sur ce point, et d'autres exercices plus denses pourront être proposés dans la suite des réunions. Cependant, ils respecteront tous cette logique, la seule qui nous paraisse respectueuse de la personne et de sa liberté.

## **Vivre plus subjectivement et 's'autoriser'**

Comment aller vers une vie plus libre si l'on se voit comme un objet ? Objet de ses passions, objet de ses pulsions, objet examiné par les spécialistes et les analystes, objet contrôlé par des contrôleurs de toutes sortes, objet manipulé par les politiciens de toutes couleurs, objet produit par son milieu, sa famille, objet de convoitise et de rejet... Notre monde actuel a bien souvent tendance à nous 'objectiver', ou bien à nous faire miroiter notre liberté subjective comme un élément désirable pour mieux nous manipuler (« Le Loto : vous êtes libres de ne pas tenter votre chance ! »), ou encore à nous jeter notre liberté subjective à la face lorsqu'il s'agit de nous

renvoyer à la responsabilité de nos échecs (Après un entretien d'embauche pour lequel il y avait une place et cinq cents candidats : « Vous n'avez pas su nous convaincre ». Sic !).

Le chemin vers la liberté passe par l'entraînement à un meilleur usage de notre subjectivité. Petit à petit, pas à pas, il s'agit de développer un peu 'd'estime de soi', pour reprendre les termes de Paul Ricœur. C'est cette estime de soi-là qui naît lorsque je ne me vois plus seulement comme balloté dans la vie par les circonstances, par la société et par les autres, mais lorsque je reconnais que, pour tel ou tel acte, 'Je' suis bien celui qui l'a fait, que 'Je' suis bien la 'première personne', le sujet, de la phrase : 'J'ai fait ceci ou cela'.

On voit bien que notre petite pratique introductive, par la formulation de la consigne, nous place d'emblée dans cette perspective.

Il ne s'agit plus ici uniquement de se reconnaître telle ou telle qualité, telle ou telle compétence, mais de se préparer par petites touches, par petites approches, à un changement beaucoup plus radical, celui de 'l'ascription'. C'est ce terme que Paul Ricœur utilise dans ses 'Approches de la personne' : pour lui, aller vers une vision de soi-même comme 'personne' (au sens fort), cela passe, entre autres, par le fait de se reconnaître soi-même comme l'auteur de ses actes. Un peu comme le peintre lorsqu'il signe son tableau (on peut dire qu'il y appose sa signature, son 'script', d'où l'idée de '*l'ascrire*'). Lorsque j'ai découvert cette notion, je me suis rappelé la petite étiquette jaunie collée au fond d'un violon : « Stradivarius fecit anno 1722 », que l'on peut traduire par 'Stradivarius l'a fait en l'an 1722'. Voilà pour moi ce qu'est 'l'ascription', c'est se reconnaître comme l'auteur de son fait.

Dès les premières minutes, notre petite pratique nous place dans la perspective d'une vie dont la dimension personnelle est plus affirmée, où l'on va s'ascrire l'une ou l'autre de ses actions, puis se faire plus fréquemment **auteur-e** de ses actes, 's'**autor**-iser' comme le dit si simplement Jacques Ardoino, et pourquoi pas, de proche en proche, avec l'ensemble des activités et un peu d'entraînement, arriver à se faire auteur-e de sa vie.

De ce point de vue, le dialogue entre la personne et la-le formatrice-teur vise à une formulation plus subjective (des phrases 'je') et assez brèves (du genre déjà décrit : 'J'ai fait ça'), le 'délayage' dans la multiplicité des circonstances ayant fréquemment pour effet de réduire la portée et la force qualitative de l'ascription.

## **Vivre plus librement**

Je ne tenterai pas ici de produire une théorie 'honorable' de la liberté. D'autres, plus brillants que moi, s'y sont essayés, et s'y sont cassé les dents.

Par exemple, ceux qui croient que 'vivre libre, c'est faire ce que je veux' tombent dans la confusion entre la liberté et la volonté, confusion dénoncée de façon très convaincante par Hannah Arendt. Que l'on ajoute un '*... faire ce que je veux vraiment*' ne résout strictement rien, au contraire, l'utilisation de cet adverbe 'bon à tout faire' n'ayant rien de rigoureux ni de précis. Hannah Arendt dénonce cette liberté-volonté, liberté libérale qui 's'arrête où commence celle des autres', et qui finit par se confondre, lorsqu'on l'applique non plus aux individus, mais aux Etats, avec la souveraineté qu'elle critique également. Non, notre liberté 'Co-libérante' n'a rien à voir avec cette liberté d'un individu séparé, retranché sur son territoire, son secteur, dans son domaine où il peut faire ce qu'il veut, n'ayant finalement comme perspective que d'augmenter la taille de son fief.

De la même façon, avec Hannah Arendt, nous n'acceptons pas de réduire notre liberté à une liberté de penser. Celle-ci souffre des mêmes maux que précédemment, simplement, ici, on considère le secteur où la volonté s'exerce comme réduit au seul 'esprit'. On a longtemps cru que 'Je suis libre de penser, qui pourrait l'interdire ?'. Nous savons bien que nos manières de

penser ne sont pas si libres qu'elles paraissent, mais sont en grande partie déterminées par notre langue, les façons particulières de l'utiliser dans notre milieu social et familial, nos manières plus ou moins conscientes de nous projeter dans le monde et nos manières de concevoir celui-ci.

Bref, lorsque nous donnons comme objectif à notre association '**d'apprendre ensemble à penser et agir librement**', c'est bien parce que nous savons que la liberté n'est pas plus spontanément présente dans nos façons de penser que dans nos façons d'agir. Les êtres humains ne sont naturellement libres ni de penser ni de vouloir. Cependant nous maintenons que la plupart du temps ils disposent de l'équipement neuronal qui rend possible qu'ils le deviennent, et d'un milieu social qui ne l'empêche pas totalement. Si nous insistons sur le '*ensemble*', c'est aussi parce que nous ne croyons pas à l'existence d'individus libres et séparés qui s'associeraient librement par une espèce de 'contrat social', mais que nous croyons plutôt à des avancées vers davantage de liberté se produisant dans la rencontre entre personnes. La liberté est autant le résultat de processus personnels qu'interpersonnels et sociaux.

Après ces quelques paragraphes visant à réduire quelques illusions, je reviens vers un point d'ancrage élémentaire dans la conception de la liberté de Hannah Arendt. Elle voit une première caractéristique particulière de l'action libre : celle de 'créer un commencement'. C'est en ce sens que Arendt dit que l'homme libre est un " faiseur de miracle " : il fait se produire ce qui, sans lui, aurait eu très peu de chance d'arriver, ce qui modifie le cours des choses. L'action libre étonne : elle est innovatrice.

Sans aller plus loin ici, le lien avec notre petite pratique introductive est clair. En proposant aux membres de partager avec les autres quelque chose qu'ils ont fait, nous nous situons d'emblée dans cette perspective de l'action innovante, de la promotion d'une liberté en acte.

Hannah Arendt développe ensuite sa vision de l'action libre dans l'espace social et politique, conception que nous suivons concrètement par la participation de tous les membres à la vie associative de Co-Libri, et par la pratique des aides au changement institutionnel. Mais sans aller jusque là, notre petite pratique introductive se contente, dès les premières minutes, d'ouvrir la porte à ces nouveaux possibles.

Je nous souhaite des débuts de réunion forts, denses, et d'un plaisir renouvelé.

Jean-Marc FERT, mai 2009.