

# LA BIENVEILLANCE EST-ELLE POSSIBLE?

Jacques SARANO

Le Docteur Jacques SARRANO nous a remis les notes rédigées pour sa conférence. Nous les transmettons au lecteur sans pouvoir rendre compte du talent oratoire et des aspects personnels avec lesquels elles ont été présentées.

\*\*\*\*\*

Nous avons réfléchi cette semaine à vos violences, personnelles et collectives, évidentes ou masquées. Très actuelles, - et aussi de tous les temps !

Je vous propose un premier aphorisme:

**La bienveillance est contre-nature (surnaturelle?): elle fait violence à la violence qui, elle, est naturelle.**

a) Tout, dans le cosmos et dans la vie, nous apparaît comme rapports de forces

- **La Vie: manger ou être mangé** (De la tendresse seulement pour ses petits ... )

Or l'**humanité**, bien au **delà de la lutte pour survivre**, outrepassa les limites de la cruauté jusqu'à... *dénaturer la violence naturelle elle-même !* Nous tuons, nous torturons (outils d'une ingéniosité diabolique!)  
. -Pire: cette violence est contagieuse, elle grossit, se multiplie: foules en rut, lynchages, raz de marée de la Violence. Grossit en cruauté et en « mégaquantités » (génocides): folie, non-sens. - L'homme est comme "possédé" du " DEMON ". "Ils ne savent pas ce qu'ils font "

Violence des **forts**, Violence des **faibles**:

1. **Faibles**: colère, révolte, vengeance, haine, ruse ...

L' "**irascible**" impulsif: cris, jurons, coups, reproches, -sous l'injure ou la peur. Les **perfides, doucereux** (masque de la bienveillance! -Rappelez-vous la Fable: Le coq, le chat et le souriceau de La Fontaine: "Gardez-vous de juger les gens sur la mine"). Ils calculent à froid comment vous influencer, vous manipuler....

Les "pervers" , - jusqu'à la cruauté sadique envers l'animalcule inoffensif ....

2. **Les "forts"** jubilent: prédateurs et Conquistadors: **le pouvoir et l'argent**. L'hégémonie financière coupe la planète en deux, - et la détruit.

**Or la violence des "forts" dissimule aussi un manque, une faiblesse**. Chez les conquérants, comme chez les humiliés, on discerne **comme** une **revanche à prendre** sur des frustrations profondes, anciennes. -Faire le malin, le "caïd", se montrer le plus fort, - **pour se prouver** qu'on existe: remède au doute de soi, - au "mal de vivre", au non-sens de l'existence...

b) Nos micro-violences individuelles, vaguelettes de surface, - où je me reconnais (Ex: "-Tu as toujours raison, toujours le dernier mot !"... - Moi qui pensais que je cède toujours! ) - Quelquefois (autrefois): colère d'impatience, d'impuissance. (Ex: J'ai horreur des salles d'attente, de faire attendre, - surtout d'attendre au guichet un employé qui traîne et m'oublie.)

Colères rentrées: sans un mot, je vous fausse compagnie et quitte les lieux; boude rarement, pas longtemps. - Frapper? - Jamais! - Plutôt vider la colère sur un objet brisé à la volée, qui sert de "bouc émissaire"....

- Méfiez-vous de mon air conciliant: "-Je ferai comme tu veux". -"Tu ne sais pas dire non", dit R.: elle subit ça de ma part comme une violence!

- Quand vous hésitez, je décide par impatience et précipitation, - quitte à me ranger de votre avis si vous l'exprimez.- etc. etc. - Ainsi puis-je faire ou me faire violence, sans toujours m'en rendre compte, tout au long de l'existence...

**Diagnostiques étiologiques** difficiles, - dont dépend pourtant une **thérapie vers une bienveillance acquise**. - Etiologie génétique

- Carence ou excès d'amour parental, ou même *in utero*? - Milieu social? Nous baignons dans un monde conflictuel, de compétition impitoyable.

Tous les degrés: chacun de nous est plus ou moins "récupérable", accessible à l'éducation, à l'action persuasive des "sanctions" (les gens viennent à moi ou se détournent de moi, - à l'amitié, à l'amour...

**Ma profession:** le faux monopole d'un savoir m'octroie un pouvoir:

- "directif", protecteur, gentil, - impatient. Combien de milliers d'endoscopes enfoncés dans vos corps, forçant vos répugnances. Je dédramatisais, je plaisantais.

- ou "non-directif" (tantôt l'un, tantôt l'autre) avec les meilleures intentions et précautions d'un médecin de la personne (" **bienveillance, douce violence!**"). - Asséner la vérité au malade condamné : violence! - Edulcorer cette vérité: violence!

- Ce pouvoir est ressenti par les "patients" comme violence: revendication des dossiers, droit légitime à l'information sur tout: diagnostic, pronostic, risques thérapeutiques, etc.

**Procès** judiciaires.- violence des faibles contre la nôtre supposée abusive, aussi contestée qu'elle est vulnérable. ( De ces "contre-violences" j'ai gardé le souvenir cuisant de deux agressions téléphoniques.)

-Après ce résumé,

## **Comment me faire bienveillant ?**

J'hésite, après ce qu'on vient de rappeler des racines profondes et des variétés trompeuses de la Violence. - Pourtant, je vous rencontre et me rencontre bienveillant. - **Il y a, en pleine terre de Violence, un germe de B en chacun. A tout le moins c'est mon souhait, mon idéal de vie.**

Je répète ce paradoxe: 1) **La force du violent fait illusion: c'est un faible!. La violence est une faiblesse.**

(N'avez-vous pas rencontré des violents au coeur tendre, dont la bienveillance se cache sous une carapace rude ?) - En revanche:

2) Si le débonnaire (bienveillant) est souvent un faible, par contre **l'homme fort, lui, est toujours débonnaire.**

J'aime ce mot débonnaire qui signifie "de bonne race(aire)"

Nous savons à quel point la bienveillance réserve des surprises:

## les fausses bienveillances!

"**Heureux les doux**" (Matt. 5), - **pas les mous!** (jeu de mots en français P.Ganne) - La B. peut masquer des lâchetés, ressentiments refoulés, hypocrisies. - Je me fais violence contre ma violence: sourire bienveillant. - "*il est trop gentil, c'est suspect, ça cache quelque chose*" (C'est parfois mon cas: d'autant plus empressé que j'en ai peu envie). - D'autre part : Une bienveillance sélective, réservée à nos proches, est trompeuse: elle exclut les étrangers, les 'méchants".

Tant il est vrai que la violence est première, et la bienveillance seconde - le second degré de la violence!  
Elle vous enveloppe, paternaliste en diable- - **Déguisements de la violence.**

La **bienveillance** n'en est **pas moins une** vertu (une force), que nous devons protéger en nous, en moi, contre les contrefaçons et falsifications.

**Education à la bienveillance:** La Violence est toujours là, sous-jacente, on ne peut pas l'éradiquer, - seulement ruser avec elle, lui' offrir des leurres, la détourner de son lit, la "sublimier".

Substituts de la violence = confrontation autour d'une table; le contrat; - le *fair play*, - ou encore courtiser un homme ou une femme, pour en obtenir un avantage; - ou pour me faire valoir, me faire une réputation de courtoisie. ...

Qu'est-ce que la politesse? une violence domestiquée dans un Etat policé!

Autres substituts : je me prouve par le travail, l'art, l'oeuvre, le sport. Mais les effets pervers de la compétition et de l'argent sont indéracinables!

Comment devenir bienveillant? - Il faut avoir été ou être aimé, reconnu, considéré par quelqu'un. - Obligé de se consacrer à quelqu'un.

Avant tout, comment me réconcilier avec moi-même? «La paix soit avec vous".

Fréquenter les bienveillants ("associations de bienveillants ") pour pouvoir, non pas affronter mais aborder et fréquenter les malveillants.

- Méthode K.v. Durkheim qui nous a tant appris à la MP: respiration, méditation assise, les exercices... - La prière.

Me faire de mon corps un allié (- puis-je me faire une alliée de ma vieillesse, de la maladie - *une amie bienveillante ?...*)." bien, pas comme les grincheux qui trouvent que le monde va de plus en plus mal!

Prévoir les "retours de bâton" (expression française) redoutables: car le tréfonds individuel et humain de violence est toujours tapi en moi. Toujours à recommencer.

La Bienveillance est elle-même une violence: elle a l'air de faire la leçon au violent!

**Me rappeler que la bienveillance, non pas sélective mais étendue à tous, est contre-nature, surnaturelle"!**

Je termine par un petit fait personnel.

- Je me crois plutôt (suis-je lucide?) indulgent, conciliant, incapable d'accuser, même celui qui m'aurait marché sur les pieds. - J'évite les conflits (*est -ce vraiment bienveillance ?*)

Or il m'arrive: dans mon désir ou **pulsion** de faire plaisir ou rendre service, - donc, il est arrivé que, contrarié, empêché par mon entourage, je sorte de mes gonds, manifeste ma mauvaise humeur, - et je gâche tout, j'obtiens le pire pour avoir voulu trop bien faire!..." Le diable s'est fait ermite"!... - Par dessus tout, je redoute de faire du mal ! Et, chers amis, il y a en moi d'énormes réserves de bienveillance prêtes à servir!