

## Addenda enseignement n° 7

### INTERVENTION DE CÉCILE GRANDJEAN

Au cours de “ma longue vie”, en tant que professionnelle et du fait d’avoir eu plusieurs casquettes : infirmières – A. sociale – thérapeute familiale – médiateur familiale, j’ai l’expérience de l’écoute dans des lieux professionnels très différents : dans un milieu uniquement musulman, infirmière en Algérie dans les bidonvilles pendant - auprès d’enfants eurasiens rapatriés de l’ex-Indochine et sans famille donc d’origine bouddhiste – auprès de parents en situation de divorce – auprès des parents d’enfants cancéreux à Curie – auprès des malades et des prisonniers en milieu hospitalier très laïc. De ces diverses expériences j’ai retenu qu’une bonne qualité d’écoute demande une adaptation d’une part à la catégorie de personnes, d’autre part à chacune au sein de cette catégorie.

Je classe à part l’écoute au sein de nos relations personnelles car il est beaucoup plus difficile d’avoir la bonne distance dans l’écoute avec les amis, les proches. On est davantage tenté de les conseiller. De plaire pour ne pas perdre la relation etc...

Je fais de suite deux remarques :

Écouter est peut-être le plus cadeau que nous puissions faire à quelqu’un mais ce n’est pas chose aisée.

Selon moi il faut écouter la souffrance avant de parler de Dieu.

L’accueil dont nous a parlé le Père est pour moi le premier pas de l’écoute. Dès la première rencontre c’est notre qualité de présence qui favorisera la confiance. Être là, face à l’autre, ouverte, aimante. Écouter c’est dire avec des mots mais aussi avec notre regard et tout notre corps. J’attache beaucoup d’importance au regard surtout avec les malades, les prisonniers dont je parlerai tout à l’heure – à noter qu’aujourd’hui peu de gens écoutent c’est sans doute pourquoi les psys poussent comme des champignons !

On peut écouter la blessure, la souffrance elle-même, l’épreuve psychique, physique, spirituelle.

Il y a plusieurs manières d’écouter dont particulièrement :

L’écoute psychologique : c’est encore moi qui fais, qui écoute, jusqu’au jour où je saurai écouter dans un état d’oraison et me laisserai inspirer par le souffle.

L’écoute spirituelle : ce n’est plus au niveau du cerveau mais du cœur profond. Se fait dans le recueillement.

En pratique, écouter c’est être d’abord à l’écoute de l’humanité de la personne. L’aimer en vérité c’est l’accueillir comme elle est. Elle demande à être reconnue là où elle en est. Il faut

la rejoindre là où elle est. Avec ses conflits, ses souffrances, ses problèmes, ses révoltes. Ce n'est pas cautionner une attitude déviante mais reconnaître la personne dans sa difficulté. Elle a faim de parole de reconnaissance, de savoir que pour nous elle est importante. L'écouter c'est lui permettre de se retrouver en se situant, et ainsi aller plus loin. Pour l'aider à sortir de sa solitude, lui donner le droit d'exister comme être vivant, souffrant, on peut simplement lui dire "vous avez dû beaucoup souffrir de ceci". Ou répéter les mots significatifs qui ont été dit. C'est-à-dire reformuler.

Être vrai, authentique, avoir une grande simplicité de présence, une grande ouverture d'esprit, être disponible pour tout entendre tout en ne cautionnant pas l'acte, par exemple en ce qui concerne le délit des prisonniers. Mais être soi n'est pas chose facile et pourtant plus je serai naturel plus je permettrai à l'autre d'être ce qu'il est au moment où je le rencontre : sincère/menteur- infantile/adulte. – en colère, déprimé ; angoissé. L'écoute profonde se situe dans le cœur et non dans tête. Oser donner la vérité c'est souvent aider une personne qui la connaît à la reconnaître et à la faire sienne.

Dans une écoute totale, la personne qui est là se sent unique. Mais pour avoir une bonne écoute il est important de venir libre, je veux dire vide, dans une position de non savoir. Je ne dois pas chercher à vouloir la changer (*Ex : D. et la guérison d'une malade*) Il faut aussi arrêter mon petit cinéma intérieur. Oublier ce qui me préoccupe pour être tout à l'autre. Retenir que le calme intérieur et la sérénité sont contagieux. Face à celui qui dit sa souffrance essayer d'être le plus paisible possible. Rester inébranlable en toutes circonstances. Plus je serai paisible, avec la bonne distance moins je me laisserai déprimer par sa dépression, angoisser par son angoisse.

Il n'y a pas de règles générales si ce n'est le respect de l'autre. Respecter sa fragilité du moment- ses limites. L'écouter c'est aussi savoir discerner le moment où elle pourra entendre le Parole de Dieu.

L'homme formant un tout il faut l'écouter dans toutes ses dimensions et avec tout notre être. La plupart du temps je ne suis pas en position de thérapeute donc je ne suis pas là pour faire une analyse psychologique. Bien rester à ma place d'écoutante où peut être d'accompagnatrice dans un ministère qui m'est confié. Et ne pas oublier que nous sommes trois : Dieu est au centre de la relation.

Bien souvent nous avons tendance à vouloir donner satisfaction à la demande et ainsi on sabote l'écoute en répondant trop vite, en pensant à sa place, en lui donnant des conseils.

- Par peur de décevoir je me rends esclave de l'autre et ne conserve pas ma liberté intérieure : *ex une épouse qui se soumet aux exigences de son mari contre son gré et ceci sans dialogue.*

- Si j'ai un projet sur la personne je l'entraîne là où je pense que c'est bien pour elle. Quand elle en prend conscience cela peut entraîner de sa part un mélange d'amour et

d'agression envers moi et même une ingratitude qui peut aller jusqu'à la rupture qui me désespère.

Voici quelques exemples d'écoute :

L'écoute auprès de parents en séparation conflictuelle et dont l'objectif principal est l'intérêt de l'enfant : L'écoute prend ici une dimension à connotation thérapeutique dans le but d'atteindre une fonction dynamique. Je veux dire par là essayer de réduire le conflit, favoriser une dynamique en vue de la dédramatisation dans l'intérêt de l'enfant. L'écouter devient alors catalyseur qui permet une circulation plus libre de l'expression pour faire évoluer le système et établir une communication et favoriser la compréhension entre les époux. On peut même les aider à trouver leur scénario destructeur et à repérer leurs points positifs.

Ceci dit, comme nous ne sommes pas thérapeutes il faut toujours respecter l'homéostasie familiale c'est à dire l'équilibre qui peut être sain ou malsain, voir même pervers, qu'à construit ce couple qui peut désirer que rien ne change. Le non-changement peut être un rituel qu'il serait dangereux pour l'instant de modifier. Ne pas les bousculer.

Écouter l'enfant pour l'aider à se démarquer de la problématique dans laquelle ses parents veulent l'enfermer est encore une autre façon d'écouter car ici l'observation est très importante : il faut l'écouter dans toute son attitude : au-delà du discours il s'exprime par son comportement : *Ex Marcelle 10 ans dort avec sa mère. Lui tient la main pour qu'elle s'endorme- elle aime son père mais elle refuse d'aller chez lui car elle culpabilise à l'idée d'abandonner sa maman si malheureuse. Une symbiose est entretenue par la mère, une sorte d'unité fusionnelle où ce lien mère/enfant compense les déboires d'un échec. Elle choisit de rester avec celle qui n'est pas en mesure de la protéger, de se protéger, avec la plus fragile. L'écouter c'est entendre ce qu'elle dit mais c'est aussi repérer sa tristesse, son attitude corporelle repliée, son enfermement.*

À savoir que ce que nous écoutons nous atteint dans notre espace propre : celui de notre culture, notre histoire, notre éducation, notre position sociale, notre structuration psychologique. Les autres réveillent nos blessures, notre capacité à aimer, toutes ces dimensions de notre vie qui y trouvent un écho. Dans une écoute professionnelle en milieu laïque il ne m'est pas permis de dire à celui qui est là, souffrant, l'Amour du Christ pour lui mais je peux rester unie au Christ et disponible à l'Esprit Saint. Pour m'aider je peux aussi demander le regard, les paroles, les gestes de Jésus, de Marie, de Joseph selon les circonstances. Demeurer dans la prière. Et porter les problèmes confiés dans la prière

Dans l'écoute au sein d'une paroisse souvent les gens viennent avec les problèmes de leur vie mais aussi de la foi dans leur vie. Ils ont besoin de parler de leurs incertitudes, leur déstabilisation, des risques d'erreur. Ils ont souvent des expériences lourdes à porter. Nous sommes le réceptacle de pas mal de souffrances. Couples recomposés, homosexuels, etc...

## L'exercice spirituel de l'écoute : Intervention de Cécile Grandjean

C'est important de pratiquer l'écoute intérieure qui s'acquiert par la méditation. Dans cette écoute intérieure essayer surtout d'entendre si la personne dit le fond d'elle-même ou si elle affiche un masque, un personnage, si elle cherche à provoquer. Écouter ce qu'il y a derrière les mots afin de percevoir la souffrance même non exprimée.

L'écoute à Cusco : Prison dans l'hôpital H. Dieu. Cusco est un lieu de grande pauvreté. On y rencontre des H. des F. qui y vivent un double emprisonnement : maladie et prison. Ce sont pour la plupart des blessés de la vie, de l'amour. Ils ne peuvent supporter notre présence, notre regard que si nous venons en pauvre, avec un cœur tout ouvert. Par notre présence la prison terre de souffrance peut devenir terre de miséricorde.

C'est la relation personnelle qui compte. Il s'agit ici de travailler à redonner une dignité à ceux qui ont sombré. Dans l'écoute il importe de garder l'intelligence du cœur qui va au-delà des émotions psychiques, affectives. Si on s'accroche aux pensées de l'intelligence, il n'y a plus de place pour l'esprit saint. La simplicité de la rencontre de l'intelligence et du cœur réalisé je peux tout. Importance d'une écoute bonne et intelligente.

Pour le prisonnier, exprimer son passé n'est pas chose facile et pourtant c'est souvent après avoir déroulé la version douloureuse, négative du film de sa vie qu'il peut devenir positif et s'accepter. S'il est en confiance il parle librement de la souffrance qu'il éprouve à cause de ce qu'il a fait. Écouter c'est aussi l'aider à mettre dans son histoire les actes commis : crimes – inceste – viol – ingestion de boulettes de cocaïne etc.... La prison est une école de vie : on y apprend à écouter l'insoutenable. Si le prisonnier accepte que je prie auprès de lui, dans la prière j'ose dire des mots durs à entendre parce je les pense libérateurs. Par exemple auprès d'un père incestueux : S. va consoler le cœur blessé de la petite Valérie qui a été violée par son papa. Généralement celui-ci pleure. Ça me semble important de les aider à se vider mais aussi important de me souvenir que je suis une pauvre qui n'a rien à donner par elle-même. Je peux Contempler le Christ en l'autre ; le Christ souffrant, abîmé, défiguré. Le voir renaître à la sortie du tombeau. Écouter Jésus frapper à la porte de son cœur. Dans la rencontre, en priant, je peux manifester la tendresse du Seigneur.

C'est surtout par ce que je suis dans la relation d'écoute que je peux mieux aider le prisonnier que par ce que je fais. Être simple et humain : il m'est arrivé de laisser un homme pleurer sur mon épaule. Un homme de 45 ans sanglote en pensant à la souffrance qu'il a fait vivre à sa maman en commettant un viol. Dans l'écoute la personne écoutée peut exprimer son chaos intérieur et il faut durer dans l'écoute du chaos de l'autre. Être sensible à ce qu'il y a de plus profond en cet homme, cette femme. La règle pour moi : tout entendre – ne pas m'arrêter sur ce qui est dit tout en le sachant. Je suis consciente que cette tolérance, cet amour que je sens vivre en moi à Cusco est le fruit d'un travail de purification que Dieu a fait en moi.

Le prisonnier écouté sans jugement, avec compassion dit se sentir respecté et plusieurs fois j'ai entendu je retrouve ma dignité d'homme malgré ce que j'ai fait et je veux m'en sortir. Je suis consciente d'être témoin de la mission d'écoute, de compassion de l'église, de sa mission

de révéler l'amour et la miséricorde de Dieu. Et comme ici je viens en tant que représentante de l'aumônerie catholique, je peux parler du Dieu Amour. La porte ainsi ouverte, le prisonnier est prêt à entendre que Dieu descend dans sa misère et à accueillir sa miséricorde. Quand le malade détenu a "vidé" ses angoisses, sa culpabilité je sens son cœur spirituel prêt à accueillir l'Amour et la miséricorde de Dieu. Je laisse la place au prêtre qui saura beaucoup mieux que moi lui en parle et ainsi toucher son cœur spirituel pour l'ouvrir à l'Amour de Dieu.

Quand le Père Pelletier était aumônier à l'Hôtel-Dieu nous fonctionnions en duo. J'avais du temps pour écouter et le prisonnier en partie réconcilié avec son humanité était tout prêt pour accueillir par le prêtre. En ce qui concerne les prisonniers, à part une grâce particulière, je pense que la personne doit se sentir comprise, rejointe pour être disponible à entendre parler de la miséricorde de Dieu. Les témoignages à Cusco et bien d'autres ont montré que lorsque on peut fonctionner en "duo complémentaire" même les non croyants sont touchés. Dieu leur révèle ce "rare", cet exceptionnel qu'il nous fait vivre et qui est bien plus que nous. Ils sentent cette présence d'un autre, cette circulation d'amour dans le Trio : Le prêtre, la "visiteuse" et Dieu Trinitaire. Une vraie fécondité spirituelle et mystique devrait ressembler à l'Amour qu'est la vie Trinitaire. Les prisonniers musulmans apprécient nos visites parce "nous prions et croyons en Dieu" disent-ils. Avec eux nous prions.

Ce que j'ai dit pour les prisonniers est valable pour les visites aux malades. Il faut arriver vide, pauvre, nu. Concrètement cela veut dire sans rien penser. Être là, présente, ouverte pour tout accueillir même le rejet de la personne. (*ex : je lui demande si je ne la dérange pas – accepter sa réponse "je ne souhaite pas votre visite"*) C'est une école d'humilité, de pauvreté mais aussi de vigilance. Je demande à Jésus de me précéder, de rester avec Marie auprès de moi. Se mettre à l'écoute de Jésus c'est être là, disponible, en état d'accueil, d'écoute mais surtout d'écoute de cet Autre qui réside là au plus secret de notre être et ne demande qu'à se révéler. La meilleure école semble de méditer l'attitude de Jésus : son tact, sa façon de progresser dans le dialogue, son souci de ne pas brûler les étapes, de ne pas contrarier l'action de l'esprit saint dans l'intime du cœur de la personne. Observons son attitude dans les évangiles : la Samaritaine – la femme adultère etc...C'est aussi regarder comment Marie, modèle d'écoute agissait.

*Une amie et sa mère : elle ne comprend pas le fonctionnement de sa maman âgée et voudrait la changer ce qui occasionne des crises pénibles et douloureuses entre elles. Inconsciemment X a sans doute peur de la voir vieillir et avancer vers le départ donc elle croit l'aider en le conseillant. Elle n'écoute pas sa mère, ne respecte pas ses propres besoins et la maman s'énerve. C'est après le décès de celle-ci, libérée de son angoisse en la voyant vieillir que X a compris ses erreurs. Auparavant elle ne pouvait accueillir aucun conseil. Elle n'était à l'écoute que de ses propres désirs.*

*Ma sœur : dépressive, suicidaire. J'ai bien entendu sa détresse mais quand j'ai compris l'homéostasie du couple je me suis tu car je risquais de casser quelque chose et favoriser une situation encore plus déstructurante. Quand on sent qu'on peut déséquilibrer – ou que ça ne changera rien il faut savoir écouter et se taire, accepter son impuissance.*

## L'exercice spirituel de l'écoute : Intervention de Cécile Grandjean

Pour moi, écouter, tout particulièrement avec les prisonniers, c'est aussi évangéliser. Évangéliser ici c'est me laisser envahir par l'amour reçu du Père et le supplier de le faire rejaillir sur ces hommes, femmes qui souffrent dans leur corps, dans leur cœur, dans leur psychisme et qui de plus sont mis en marge de la société par leur délit et que Dieu invite dans l'abîme de son amour miséricordieux.