

Fièrement visible : un Anglais de la classe moyenne à l'étranger

— John Wood
Oxford (Angleterre)

En novembre 1999, j'ai pris part à la Seconde Conférence Européenne des Dirigeant-e-s de la Classe Moyenne dirigée par Seán Ruth et organisée par Caroline New et Monnie Paashuis. Nous avons passé en revue une bonne partie de la théorie avec Seán, mais ce n'est pas de cela qu'il s'agit dans cet article (bien que vous en trouverez par-ci par-là). Il s'agit plutôt de réflexions personnelles au sujet de mon premier atelier international. Mon souvenir de l'ordre des événements n'est peut-être pas exact, mais du point de vue de mon expérience, l'important n'est pas là.

Quand Caroline m'a téléphoné pour m'inviter, j'ai hésité ; j'avais envie d'y aller, mais j'estimais que je manquais d'expérience et que je n'avais pas assez à contribuer. Mais elle m'a bien encouragé, et il y a eu des réactions enthousiasmées dans mon entourage. Porté par cette vague de réactions positives, j'ai dit oui. Caroline a aussi mis toutes les personnes venant d'Angleterre en contact les unes avec les autres, principalement par courriel, et c'est ainsi que certain-e-s d'entre nous ont pu se retrouver à l'aéroport de Schiphol pour faire le trajet d'Amsterdam à Arnhem ensemble.

Pendant la quinzaine précédant la conférence, je me suis sérieusement refermé sur moi-même. J'avais l'intention de "réviser" la théorie concernant la Classe Moyenne (une décision dictée par la détresse !) et en plus, comme l'avait suggéré Caroline, de consacrer du temps au fait d'être Anglais et à la chance qu'avaient les autres participants que je vienne à cette conférence. En fin de compte, je n'ai fait ni l'un ni l'autre. J'ai mal dormi dans la nuit du jeudi, mais je me suis retrouvé de très bonne humeur le vendredi matin à la perspective d'un voyage en avion — j'adore ça. Le trajet s'est bien passé, avec un coucher de soleil magnifique tant au-dessus qu'en dessous des nuages. Exaltant !

À l'aéroport, j'ai retrouvé quatre autres participantes qui venaient d'Angleterre. J'étais intimidé à l'idée de rencontrer des personnes que je ne connaissais pas (« Que vont-elles penser de moi ? »), intimidé à l'idée d'être (à ce moment-là) le seul homme. Mes défenses étaient en place. Dans le train, quelqu'un a proposé que nous fassions des mini-séances, en soi une expérience intéressante, et cela m'a permis de me relier aux autres.

Notre arrivée chez Nettie a été un moment difficile pour moi. Je voyais tout le monde se parler, avoir des échanges chaleureux, et je me suis senti tout petit, seul et effrayé (une très vieille détresse). La peur m'empêchait d'être conscient de l'accueil qu'on me faisait, et même de voir en Seán autre chose que Le Dirigeant. (Et là, ceux qui le connaissent peuvent se permettre un petit sourire : Seán est la contradiction même d'une déférence malsaine envers l'autorité. Cette attitude chez moi n'a pas survécu au week-end.)

La première soirée a été vouée aux présentations, à préparer la maison et à définir les règles de base. Il s'est aussi agi quant à moi de sortir de mon cocon et me relier aux autres. La traduction était organisée de façon intéressante : il allait y avoir tout au long traduction de l'anglais vers une autre langue, avec une minute de silence aux changements de traducteur ou de traductrice pour faire une rupture complète avec le son de l'anglais (rupture que moi aussi j'ai trouvée utile). Plus tard, on a ajouté le néerlandais comme seconde langue constante.

Les présentations consistaient à dire notre nom, d'où nous venions, une chose avec laquelle nous avions du mal (pour moi, l'Alzheimer de ma mère), une chose qui allait bien dans notre vie (prêter attention aux choses importantes dans ma vie) et ce que nous souhaitions retirer de cette conférence (un échange d'idées enrichissant sur la libération de la Classe Moyenne, et de bons contacts avec les autres). Nous nous sommes arrêtés plusieurs fois pour faire des mini-séances, ce

que j'ai trouve très utile — mes séances m'ont permis de décharger ce que je ressentais à être dans le groupe ; et d'être Co-écoutant m'a rappelé qu'il m'était possible de ne pas porter toute mon attention sur ma détresse. À la fin de la soirée, j'étais épuisé mais j'étais plus à l'aise et plus à même de penser clairement.

Je suis parti me coucher sûr de m'endormir aussitôt, mais je suis resté éveillé un bon moment à assimiler ce qui m'était arrivé jusque là pendant ce voyage. J'ai pris la décision de ne pas prendre de notes pendant l'atelier, quitte à avoir des oublis. Cela m'a permis de porter toute mon attention sur le présent sans engager mon "cerveau linguistique", et ça a été la bonne décision pour moi. Cela ne m'a été possible que parce que l'atelier se déroulait principalement en anglais, et cette réalisation m'a fait mieux apprécier l'effort supplémentaire requis de ceux pour qui l'anglais était la seconde (voire la troisième) langue.

Je me suis réveillé plus alerte le samedi matin. Tous ceux qui s'identifiaient comme Anglais devaient se retrouver avant le petit déjeuner, et j'ai eu la tâche peu enviable de réveiller quelqu'un qui dormait profondément. Cela m'a jeté dans la confusion — est-ce que j'allais bêtement suivre le règlement, ou était-ce vraiment la meilleure chose à faire ? Je n'ai pas manqué de demander ensuite à cette personne que faire le dimanche matin !

Je ne me souvient plus ce que nous avons fait dans le groupe (signe que j'ai besoin de continuer à travailler dessus). En tout cas, je suis parti manger dans de bonnes dispositions, et je me sentais mieux relié aux autres que la soirée précédente. Comme j'adore le pain et le fromage, le petit déjeuner hollandais me convenait très bien, et je me suis senti prêt à faire face à la journée. Nous avons terminé les présentations et Seán a commencé avec un peu de théorie.

Quand nous ne formions qu'un groupe et que Seán dirigeait, il s'arrêtait fréquemment pour que nous puissions faire des mini-séances (quoique nombre d'entre nous, moi compris, déchargeaient discrètement pendant qu'il parlait ; beaucoup de ce qu'il disait avait un gros impact). Ce matin-là, il nous a rappelé ce qu'est l'oppression de la Classe Moyenne, comment elle est issue du système de classes et comment nous l'avons intériorisée. La plupart de ce qu'il disait n'était pas nouveau pour moi, mais l'effet que cela produisait sur moi l'était. Je me suis rendu compte que cela faisait très longtemps que j'avais entendu cela d'une autre bouche que la mienne. Ce n'est pas si facile à croire quand on le lit.

Plus tard dans la matinée, nous avons formé des groupes pour travailler sur le racisme. Il existe apparemment un lien étroit entre le racisme et le travail de la Classe Moyenne, mais à part le fait que les blancs et les personnes de la Classe Moyenne ont un rôle d'opresseur, j'admets que je ne voyais pas bien le rapport. Ce groupe a confirmé pour moi que le racisme n'est pas plus fort en moi que certains autres préjugés que j'ai besoin d'aborder dans leur ensemble, et il a contribué à un des messages les plus importants que j'ai retenu de la conférence : que (sans pour autant être complaisant) je me dois de reconnaître ce que j'ai accompli.

Il se passait beaucoup de choses pendant les périodes entre activités organisées. Par exemple, un groupe s'est formé de façon impromptue pendant le déjeuner avec pour sujet "Elevé comme Protestant" ; après le repas, j'ai fait partie du groupe de soutien pour la personne responsable des besoins spécifiques, ce qui m'a ouvert les yeux sur un autre aspect de l'organisation des ateliers (et m'a permis plus tard de faire connaître mon propre besoin spécifique — un soutien pour mon dos — chose que d'habitude je garde pour moi). Après la pause, nous sommes allés faire des séances individuelles. En y repensant, je remarque que les deux fois où nous nous sommes mis en paires pour des séances plus longues, j'ai attendu qu'on vienne vers moi plutôt que d'aller vers l'autre. Ça c'est bien passé, et ce temps a été utile chaque fois, mais c'est malgré tout un comportement habituel que je devrais remettre en question.

Le samedi après-midi est la période la plus confuse pour moi. Il y a eu nos séances ; à un moment donné certains d'entre nous sont partis se promener ; nous avons formé différents groupes de

soutien (mais qu'était donc le sujet pour notre groupe ?) ; nous avons sans doute fait quelque chose tous ensemble. Aucun détail ne surnage, quoique j'aie l'impression d'avoir bien écouté et d'avoir été un bon client. Ça se précise un peu quant à la soirée, pour laquelle Seán avait prévu une séance de réminiscences sur Harvey. Ne l'ayant jamais rencontré, je l'avais toujours considéré comme un personnage mythique (toujours ce comportement habituel concernant l'autorité !), alors sa mort n'était qu'une transition de plus dans l'histoire. Entouré de gens qui l'avaient connu, et les entendant raconter leurs expériences personnelles et ce qu'il faisait à l'époque où s'ébauchait la libération de la Classe Moyenne, j'ai pu le voir comme un être humain. Je regrette qu'il ne soit plus là.

Suite de l'atelier. Nous avons passé la soirée surtout à nous détendre, à établir le contact, à des jeux et à des chansons. Certains se sont retrouvés dans la cuisine à raconter des blagues (dont une ou deux multilingues). Je me suis couché plus tôt que d'autres, et cette fois je n'ai pas tardé à m'endormir.

Le dimanche matin est arrivé trop vite. Je me suis forcé à me lever, juste à temps (croyais-je) pour la réunion des Anglais, mais ai du attendre vingt minutes pour la salle de bains. J'avais mal au cœur, j'avais des étourdissements, et je me sentais misérable ; et pour tout arranger, je faisais partie de l'équipe qui devait préparer le petit déjeuner. Nous avons décidé de former deux équipes, une pour le servir et l'autre, dont moi, pour débarrasser ensuite. Cela m'a donné le temps de récupérer ; après avoir longuement fixé mon assiette, j'ai réussi à manger quelque chose et j'ai commencé à me sentir mieux.

Seán a consacré toute la matinée à l'aspect "politique" de la libération de la Classe Moyenne. Dans l'ensemble, c'était nouveau pour moi, et je me sentais comme si presque chaque phrase tapait dans le mille et m'offrait quelque chose d'important à absorber. Ça a fait surgir beaucoup d'émotions en moi, telles que la peur, l'anxiété, l'espoir et le soulagement. Chaque partie avait du sens en elle-même ; je suis encore à essayer de tout raccorder. Un rapport complet paraîtra sans doute dans le Numéro 2 de *Our True Selves*, mais voici certains des points marquants :

- Le système des classes nuit à tous et c'est pourquoi il doit être démantelé.
- Toutefois, les personnes de la Classe Moyenne qui font partie de la Co-écoute ont tendance à accepter cela de confiance « parce que les gurus de la Ré-évaluation par la Co-écoute le disent », sans se demander ce que cela signifie pour elles ; et souvent elles essaient d'effectuer du changement pour le bien des autres, alors qu'elles sont motivées par un sentiment de culpabilité ou un désir de "faire ce qui est bien", plutôt que pour s'aider elles-mêmes. Ça ne marche pas.
- En tant que dirigeant-e-s, nous devons accepter le fait que cette question difficile suscite la confusion. Il est normal de ressentir de la confusion à ce sujet, et il n'est pas nécessaire de pouvoir se dire qu'on sait ce qu'on fait avant d'agir.
- Par contre, si nous voulons aller de l'avant, nous nous devons de travailler sur ce que nous ressentons à ce sujet.

Ce n'est qu'un aperçu. La matinée s'est terminée sur quelques appréciations de Seán en tant que dirigeant ; je n'ai pas eu l'occasion d'exprimer la mienne, mais j'ai ajouté pendant le tour qui a clôturé l'atelier que j'appréciais la confiance qu'il nous avait accordée. Nous avons dit au revoir à ceux qui devaient partir plus tôt et nous nous sommes arrêtés pour déjeuner.

Après le repas, nous devons tout nettoyer avant nos séances individuelles. Il y avait beaucoup à faire, et certains d'entre nous sont partis faire leurs séances après avoir fini les tâches qui leur avaient été assignées, tandis que d'autres sont restés pour tout finir. J'en ai eu du ressentiment ; je ne sais toujours pas au juste ce que j'aurais dû faire de ce sentiment. En fin de compte, mon partenaire et moi n'avons pu échanger que onze minutes chacun. J'ai passé presque tout mon temps à décharger le plus profondément qu'il m'aie jamais été donné de le faire.

Nous nous sommes encore réunis pour former un cercle de clôture. Chacun a dit où il allait (quant à moi, Oxford) ; quelque chose que nous avons apprécié (je ne me souviens pas de ce que j'ai choisi, il y avait tant de choses) ; et quelque chose que nous avons retiré de cette conférence (de la confusion, et de savoir que ce n'était pas un problème). La personne chargée de faire la cuisine est venue et on l'a remerciée, ainsi que les organisateurs. Puis nous nous sommes graduellement dispersés.

La conférence m'a apporté bien des choses, et surtout elle m'a donné l'occasion de rencontrer et de prendre contact avec des personnes formidables de la Classe Moyenne. Elle m'a aussi montré combien j'avais fait de progrès depuis mes débuts avec la Co-écoute en 1997, et elle m'a aidé dans une passe difficile de mon développement personnel. Elle m'a démontré que j'avais surmonté ma peur du contact physique (quoique pas toute la gêne) ; elle m'a appris à accepter les compliments et à faire confiance à mon mental ; et elle m'a permis de prendre la parole pour m'adresser à un groupe. Je n'aurais pas pu écrire cet article autrefois ; je n'aurais pas pensé que cela puisse intéresser quiconque. J'ai encore beaucoup de chemin à faire, mais maintenant au moins, je sais que j'avance.

Le dimanche après-midi, il y a eu beaucoup d'embrassades. Je me suis rendu compte plus tard qu'il y avait quelque chose de désespéré dans mon besoin de contact, un désir de prolonger l'intimité que j'avais ressentie durant le week-end ; mais cela n'était qu'une petite partie de ce que je ressentais, qui était dans l'ensemble joyeux. Arrivés à l'aéroport, nous avons commencé à nous sentir moins à l'aise ensemble. Je me demande si, devant l'imminence de la séparation, nous n'étions pas en train de mettre en place les barrières qui nous servent à occulter notre peur de l'isolement ?

Pendant le vol de retour, deux rangs derrière moi, se trouvait un groupe d'hommes que je considère habituellement comme des "gais lurons" Ils étaient très bruyants, et d'habitude je me serais refermé sur moi-même pour m'isoler de ce qui m'entourait. Cette fois, j'ai écouté. Ils blaguaient et bavardaient gentiment avec l'hôtesse, lui souhaitant un bon anniversaire ; en fait, ils passaient agréablement leur voyage. Des gens sympas.

De retour en Angleterre, j'ai traversé l'aéroport en courant, bavardé avec le conducteur du car, rencontré le regard d'autres voyageurs. De retour à Oxford, alors que je rentrais chez moi presque au pas de course, je me suis arrêté pour indiquer le chemin à un couple égaré, sans qu'on me l'ait demandé. Mon attitude était d'être visible.

Pendant un jour ou deux après mon retour, j'ai été très conscient de moi-même et de mon environnement, j'étais capable de penser plus clairement que jamais auparavant, autant que je m'en souviens. Depuis, je me suis remis à manger sainement et à faire de l'exercice, habitudes que j'avais perdues ; j'ai pris plusieurs décisions importantes pour mon avenir et j'ai identifié les causes probables dans mon enfance d'au moins deux de mes comportements habituels chroniques ; il m'est devenu plus facile de décharger et j'éprouve moins de difficulté à porter mon attention au-dehors. Quinze jours ont passé maintenant, et quoique mon état de conscience et la clarté de ma pensée ne soient pas restés à ce même niveau, ils se sont stabilisés à un niveau plus élevé qu'avant l'atelier.

Toute réflexion faite, je voudrais changer la réponse que j'ai faite dans notre cercle de clôture. Ce que j'ai retiré de cette conférence, à vrai dire, c'est moi-même.

Paru sur le forum de la Co-écoute
Traduit par Saskia Hart