

# Supprimer les automatismes d'opresseur

— Tim Jackins

**B**eaucoup des détresses que nous trimbalons nous sont infligées par la société — non par accident, non pas parce que nous sommes tel ou tel individu. La société oppressive nous prend pour cible avec ces détresses parce que nous appartenons à certains groupes, pas à cause d'une singularité quelconque de notre famille ou de notre voisinage ou d'un quelconque incident à notre naissance. Nous avons ces détresses parce que nous sommes de sexe masculin, féminin, ou Catholique, ou Amérindien, ou parce que nous appartenons à l'une quelconque parmi de nombreuses catégories différentes. Notre version personnelle de chacune de ces détresses sera différente de celle des autres, mais la différence a de fortes chances d'être faible.

Les blessures qui nous ont été infligées de cette manière constituent une fraction importante des détresses que nous trimbalons. Il nous est souvent difficile d'y réfléchir et de les avoir présentes à l'esprit.

Dans nos sociétés, certains groupes de personnes sont opprimés, économiquement et socialement, par d'autres groupes de personnes. Les bénéfices qu'en tire la société (et ils sont réels, bien que limités) sont répartis suivant des lignes de partage oppresseur-oppri m e définies par le sexe, l'origine ethnique, la religion, la nationalité, et ainsi de suite. Ceux qui sont dans le rôle d'opresseur recueillent des bénéfices, et ceux qui sont dans le rôle d'oppri m es en sont privés.

Dans la Co-écoute, nous avons compris que *chacun et chacune* est oppri m e au sein d'une société oppressive. Non seulement certaines personnes sont oppri m es par la privation des bénéfices de la société, mais *toutes* les personnes sont oppri m es par les détresses qui leur sont infligées par la société. Ces détresses sont la plupart du temps, mais pas toujours, infligées par l'intermédiaire d'un autre groupe de personnes agissant en tant qu'agent de l'oppression.

Le mot oppression possède cette signification supplémentaire dans la Communauté de Co- coute. Notre définition de l'oppression contient le fait que la société inflige des détresses particulières sur les membres de chaque groupe particulier. (Comme beaucoup des mots que nous employons dans la Co-écoute, nous avons choisi celui qui se rapproche le plus et nous l'avons redéfini. Parfois, nous oublions cette particularité quand nous employons ces mots avec des personnes hors de la Co- coute.)

Nous savons que chacun-e est blessé-e, quelque soit la classe à laquelle il ou elle appartient, quelque soit sa religion ou son sexe. La société oppressive blesse tout le monde. Les membres de chaque groupe oppressif sont profondément blessés par la société.  conomiquement, quand nous sommes dans le rôle d'opresseur, nous échappons à la part la plus dure de l'oppression. Malgré tout, nous sommes profondément blessés par les détresses qui nous poussent à assumer ce rôle d'opresseur. Humainement, il n'y a pas le moindre avantage à posséder cet ensemble d'automatismes.

La société veut nous faire croire que la vie est meilleure pour les personnes qui sont dans la situation d'opresseur. Si seulement nous acc dions à la classe sociale supérieure, la vie serait meilleure et nous serions heureux. Parmi nos parents, nombreux sont ceux qui se sont  reint s pour nous aider à passer de la classe ouvrière à la classe moyenne. Ils pensaient que nous aurions une vie agréable si nous pouvions accéder à la classe moyenne. En fait, nous avons compris que cela ne nous avait apporté aucun agrément et que ce n'était pas ce que nous désirions.

Cette société ne peut nous offrir ce que nous voulons vraiment. La société, telle qu'elle est à présent, n'a aucune bonne chose à nous offrir. C'est pour cela que nous devons la changer. Nous devons créer une société dans laquelle chaque personne a une chance valable d'être complètement humaine. Dans la société oppressive actuelle, personne ne dispose de cette chance. Il n'est faite aucune place à la possibilité pour quiconque d'être totalement humain. Que nous soyons dans le rôle d'opresseur ou d'oppri m , nous sommes la cible des détresses qui nous ruinent la vie.

Dans le rôle d'opresseur, dans un certain sens nous avons de la chance si nous nous sentons découragés et si nous ne "faisons pas de vague" — si nous en portons les traces sur nous mais que nous ne le mettons pas en pratique. Nous n'avons pas cette chance lorsque nous sommes perdus dans la détresse au point de la mettre en pratique de façon compulsive — si nous ne savons pas la tenir en respect et qu'elle braille, déborde de partout, s'attaque violemment aux autres, et que nous la transmettons à d'autres. Ceux d'entre nous qui possèdent la version assagie nous comportons aussi de cette manière à l'occasion. La détresse échappe à notre contrôle. Elle s'écoule par de petites fuites, qui parfois deviennent d'abondants et horribles épanchements, qui font à chaque fois régresser la lutte que nous menons pour nous en libérer.

Ces automatismes nous ont été imposés dans notre rôle d'opresseur. Il y a peu de chance d'y échapper. Pensez à un enfant né au sein d'une famille blanche de la classe possédante. Quels sont les choix qui s'offrent à lui tandis qu'il grandit au milieu de ces automatismes ? Tous ceux qui l'entourent sont profondément affectés par ces automatismes particuliers.

Tous les enfants résistent contre les détresses des adultes qui les entourent. Ils résistent et tentent de changer les choses aussi longtemps qu'ils le peuvent, mais le poids de la détresse de la société tout entière, y compris celle des gens qu'ils aiment le plus, les blesse et érode leur résolution. Personne n'abandonne complètement, mais la détresse, la restimulation, et le découragement s'amoncellent.

Il n'est pas surprenant que les enfants des groupes possédant les automatismes d'oppression finissent par acquiescer ces automatismes. C'est justement de cette façon que les automatismes fonctionnent. Les sociétés oppressives se perpétuent parce que les détresses d'oppression sont transmises de la même façon que les autres détresses le sont. Et comme toute autre détresse, la détresse d'oppression s'accroche à toute une collection d'autres détresses. Elle n'est pas isolée des autres et ne passe pas à l'action en solo. Pratiquement toutes les autres façons que nous avons de nous sentir mal se retrouvent mêlées à celle-là, et nous font penser que nous sommes mauvais et oppressifs de manière innée.

Dans la Co-écoute, nous savons depuis un certain temps que les personnes blanches, ou les hommes, ou les personnes de la classe possédante, ont été blessées en étant forcées dans un rôle d'opresseur. Cependant, nous n'avons pas eu assez de clarté pour les aimer systématiquement. Nous avons compris qu'il ne fallait pas blâmer les gens pour leurs automatismes, mais les automatismes d'oppression... ?

Beaucoup d'entre nous sont capables de se rappeler que les blancs en tant que groupe sont humains et bons, que les hommes en tant que groupe sont humains et bons, que les personnes de la classe possédante en tant que groupe sont humains et bons. Mais *chaque* personne blanche ? Nous avons tous plus ou moins une *certaine* perspective vis à vis des automatismes d'oppression, mais quand la détresse d'opresseur de quelqu'un agit au delà d'un certain point, alors dans notre esprit, ce quelqu'un peut basculer instantanément dans le groupe des "mauvais" blancs, des "mauvais" hommes, etc.

Nous ne devons pas nous détacher des personnes lorsque leurs automatismes d'oppression se manifestent. Nous ne pouvons pas nous détacher d'elles et continuer à tenir pour vrai le fait que leurs automatismes n'existent qu'à cause de leurs blessures.

Nul ne peut être tenu responsable du fait qu'il ou elle a été blessé-e. Cela n'a aucun sens de blâmer quelqu'un à cause de ça. Cela n'a aucun objet, c'est faux et ça ne fait que semer la confusion dans le travail que nous faisons.

Cela ne veut pas dire que nous ne devons pas être entièrement responsables de nos automatismes d'opresseur. Nous le sommes. Nous n'avons pas le choix. Si nous sommes blancs, nous n'avons pas d'autre option que d'assumer l'entière responsabilité des détresses racistes que nous trimbalons. Bien que nous n'ayons pas choisi d'avoir ces détresses, il est de notre responsabilité de les décharger et de nous en débarrasser, tout en travaillant à ne pas les mettre en pratique dans l'intérim. Si nous sommes de sexe masculin, nous n'avons pas d'autre choix que de d'examiner les détresses qui nous affectent en tant qu'hommes et lutter pour ne pas les mettre en pratique tant que nous travaillons à nous en débarrasser.

Il est parfaitement valable d'aimer profondément des gens qui ont des automatismes très oppressifs. Nous en venons à les adorer, à leur dédier notre vie, tout comme nous le ferions avec n'importe qui. Ils sont tout aussi importants que n'importe qui d'autre. Ils sont tout autant humains. Le fait qu'ils possèdent une détresse horrible qui ruine la vie de ceux qui les entourent et leur propre vie est important, mais il est secondaire vis à vis de leur humanité.

Nous devons garder l'espoir pour toutes les luttes que nous entreprenons ; garder l'espoir pour nous mêmes et les domaines où nous avons été blessé-e-s. Par exemple, le racisme est l'un de ces domaines vitaux. Chacun-e d'entre nous a été amoché-e par le racisme, par la détresse que cette société inflige à tous sur le terrain du racisme. Si nous sommes du côté des oppresseurs, nous aussi nous avons été écrasés par le racisme. Il a détruit nos âmes. Il nous a tenu dans l'isolement. Il nous a fait abandonner les gens autour de nous qui le mettaient en pratique et nous écrasaient de leur détresse.

Les enregistrements de détresse d'opresseur vont nous dire que nous sommes définitivement abîmés et que l'automatisme d'oppression est, d'une manière ou d'une autre, notre propre fait, notre propre défaillance. Nous ne devons pas croire ces choses là à notre sujet. Nous ne devons laisser personne croire cela à leur sujet. Lorsque cela arrive, les gens sont terriblement ralentis dans leur travail de nettoyage de leurs détresses ; ils doivent alors se traîner, centimètre par centimètre.

Il faut que nous donnions à tous la perspective qu'en tant qu'individus, ils ne constituent pas le problème. Nous sommes tous piégés dans quelque chose qui nous est tous tombé dessus. La véritable bataille est de faire cesser l'imposition des automatismes d'oppression sur chacun-e d'entre nous. La véritable bataille, c'est de changer la société.

L'idée que nous n'avons pas à nous condamner nous mêmes pour le fait d'avoir des automatismes d'opresseur est vitale. Cette seule idée donne du courage aux gens. Cela nous donne l'espoir que peut-être nous n'avons pas à souffrir désespérément pour rendre les choses justes et défaire les choses irréfléchies que nous avons faites.

Si nous pouvons établir la perspective que nous pouvons être satisfaits de notre existence — quelles que soient les détresses que nous trimbalons ou la façon dont nous les avons mis en pratique — alors notre travail contre l'oppression se fera plus facilement. Il sera clairement compris et ouvertement entrepris.

Il nous faudra raconter et entendre beaucoup de souvenirs et de sentiments concernant des instants horribles et ne pas croire nos restimulations quand elles nous diront que le fait de dire ces choses-là tout haut les rend en quelque sorte plus puissantes. En réalité, c'est le fait de passer des détresses sous silence qui leur donne de la puissance. Quand nous les cachons, nous ne saisissons pas la chance que nous avons de nous aider mutuellement avant qu'elles n'exploient et n'infectent d'autres personnes.

Nous ne devons pas croire nos restimulations au sujet des automatismes d'opresseur de chacun et de chacune. Croire ces restimulations nous empêche de créer la sécurité et l'acceptation nécessaires pour les décharger et nous en débarrasser. Nous sommes tous des personnes valables, même si nous avons encore des automatismes d'opresseur. Nous méritons le soutien et la compréhension des autres, même quand cela paraît difficile.

Pour mettre un terme à l'oppression de manière plus efficace, nous devons trouver des moyens de nous soutenir les uns les autres pour reconnaître ouvertement et décharger les automatismes d'opresseur, tout en nous portant assistance dans notre lutte contre la mise en pratique de ces détresses.

Paru dans *Present Time* N°119 (Avril 2000)  
Traduit par Régis Courtin