

Nous présentons sur ce site une idée simple qui a fini par émerger à l'issue d'une réflexion entamée en 2011, à deux voix (Anne et Gilles), avec le concours de nos auditeurs et lecteurs car nous transmettions régulièrement l'avancée de notre réflexion. Ce qui nous a motivés à l'époque était notre inquiétude face à l'augmentation de l'agressivité dans les relations. Cette préoccupation était présente aussi chez les patients d'Anne, à son cabinet de psychologie. Nous espérions qu'en comprenant d'où provenait l'augmentation de l'agressivité et de la violence nous pourrions contribuer à les faire diminuer.

Assez rapidement l'injustice nous est apparue comme une des sources de l'agressivité et de la violence. Le comprendre n'est pas cautionner la violence, cela ouvre plutôt des pistes de solution pour la faire diminuer. Nous avons identifié d'abord l'injustice relationnelle, puis l'injustice sociale et finalement l'injustice sociétale.

L'injustice relationnelle est subie lorsque nous sommes face à une personne qui est dans ce que nous appelons la *posture relationnelle de rivalité*. Cela signifie qu'elle agit sous l'influence de son ego, voyant midi à sa porte et ne tenant pas compte de nous. Elle peut s'en rendre compte pour peu que nous nous manifestons, mais c'est plus compliqué si elle est véritablement ancrée dans ce que nous appelons le *Trop d'ego*. Une personne étant dans le Trop d'ego se hiérarchise par rapport à ses interlocuteurs et cherche le plus souvent à prendre l'ascendant sur eux. Nous sentons quand une personne nous prend de haut, ignore ostensiblement ce que nous disons ou fait semblant de nous écouter. C'est insupportable, ça peut rendre agressif et ça peut aussi malheureusement donner lieu à une violence réactive.

L'injustice sociale se produit dans les organisations dont le fonctionnement favorise les personnes qui ont le pouvoir. Par exemple une famille dans laquelle un parent soumet autoritairement ou subtilement les membres de sa famille, ou une entreprise dont les dirigeants cherchent à maximiser les profits au détriment des salariés. Ce type de fonctionnement peut finir par déclencher des conflits qui peuvent malheureusement dégénérer en violence.

Quant à l'injustice sociétale, elle provient du fait que nous vivons dans une Société à deux vitesses. Nous, les humains, faisons Société de fait, c'est pourquoi nous écrivons le mot Société avec une majuscule. Nous avons créé un monde de compétition sociale dans lequel les personnes sont hiérarchisées par l'argent et dans lequel une minorité vit dans l'opulence tandis qu'un grand nombre vit dans la pauvreté. Entre ces deux extrêmes beaucoup peinent à finir leurs fins de mois. Un tel monde est advenu parce que des personnes étant dans le Trop d'ego sont arrivées aux commandes de la vie économique et politique depuis longtemps et dans la majorité des pays. Il en découle une rivalité entre les nations qui produit des guerres et une guerre économique mondialisée (qui fait des morts aussi). L'injustice sociétale provoque aussi des révoltes qui sont souvent malheureusement violentes.

Beaucoup de personnes s'adaptent à la rivalité pensant qu'elle est naturelle et inévitable, malgré la dissonance qu'elles ressentent. Cette dissonance provient du fait qu'elles agissent en contradiction avec leurs *4 exigences fondamentales* (4EF) de sens, justice, paix et



amour. Ces 4EF sont en chacun de nous et nous incitent à l'empathie et l'altruisme, faisant contre-poids à notre ego qui nous pousse à l'égoïsme et potentiellement au Trop d'ego. Les personnes qui sont ancrées dans leurs 4EF sont particulièrement affectées par toutes les formes de violence, relationnelle, sociale et sociétale. Certaines personnes s'en protègent en s'isolant socialement, d'autres cherchent à compenser les injustices ou à apporter de la paix et de l'amour autour d'elles.

L'espoir réside dans le fait que nous sommes une grande majorité à aspirer à vivre en paix, y compris les personnes qui par défaut adoptent une posture de rivalité adaptative. Les prises de conscience se multiplient et de nombreuses personnes témoignent qu'elles ont changé leur façon de vivre, ne voulant plus s'adapter à la compétition sociale. Il apparaît un mouvement qui vise à remplacer la compétition sociale par la coopération et la solidarité pour faire advenir plus de justice. Il prend de l'ampleur et pourrait constituer une alternative crédible pour les personnes qui se laissent parfois entraîner dans la violence. Être ancré dans les 4EF, c'est s'accorder avec les autres d'égal à égal, avec empathie et bienveillance, indépendamment des compétences et du statut. C'est adopter une posture relationnelle dite *d'apparentement*. Lorsque la posture d'apparentement se généralise dans une organisation, son fonctionnement s'améliore, devient plus juste et plus apaisé. Les postes décisionnels sont confiés à des personnes pour qui l'exercice du pouvoir est une responsabilité (pas une jouissance). Un tel changement peut se produire dans toutes les organisations, des plus petites comme une association ou une commune, aux plus grandes une nation ou un organisme international. L'apparentement garantit que les décisions soient prises dans l'intérêt de toutes et tous, c'est pourquoi sa généralisation est un remède qui pourrait guérir véritablement les maux de notre Société. Un changement mondial pourrait advenir beaucoup plus rapidement qu'on ne le pense, nous le démontrons dans l'article [Faire évoluer le système](#).

\$\$\$

Le fruit de notre réflexion a été transmis à partir de 2013 par une conférence qui était ré-écrite à chaque fois, car nos lectures et les échanges avec les auditeurs nous faisaient progresser. Le texte de la conférence a été auto-édité en 2014 et ce site internet a été créé. Les articles du site pouvaient être mis à jour facilement, contrairement au livre qu'il fallait ré-éditer. En 2021, nous avons rencontré Cédric Rutter, des [Éditions La Guillotine](#), qui partageait nos préoccupations et notre démarche. Il a accepté de nous éditer tout en laissant le texte du livre sur notre site. Sa maison d'édition, associative, procède à des petits tirages ce qui est une opportunité pour nos mises à jour. La 3^e édition est sortie fin 2024 sous un nouveau titre : *Un avenir désirable – Le potentiel des humains* (vous pouvez le lire [ici](#)).

\$\$\$

Nous avons à cœur de transmettre l'idée qu'un changement à grande échelle est possible. Aussi de diversifier les modes de diffusion de notre grille de lecture afin de toucher des publics variés : conférences ciblées sur des thèmes précis ([liste](#)), ciné-débats ([voir les films](#)), et un podcast en 12 épisodes ([ici](#) et sur toutes les plateformes).

Vous trouverez en bas de la page [Évènements](#) un tableau chronologique retracant les grandes lignes de cette aventure intellectuelle et citoyenne.

Anne et Gilles

