

#1 – Le trop d’ego est-il source de violence ?

Pourquoi l’agressivité est-elle si présente dans nos vies alors que nous aspirons à la paix ?

Dans cet épisode nous dépassons la controverse philosophique sur la nature de l’humain, bonne ou mauvaise. Nous explicitons le conflit interne des humains entre d’un côté leur ego qui pousse à l’égoïsme et de l’autre ce que nous avons identifié comme étant leurs 4 exigences fondamentales de sens, justice, paix et amour, qui incitent à l’empathie et l’altruisme.

Se repérer dans l’épisode

[1’02] Controverse philosophique sur la nature humaine (Hobbes / Rousseau).

[2’51] Conflit humain entre l’ego et les 4 exigences fondamentales de sens, justice, paix et amour.

[9’20] L’instabilité de la bonne estime de soi (Stade du miroir et trop d’ego).

[10’37] Une source de l’agressivité : le trop d’ego et la posture relationnelle de rivalité).

[12’34] La jouissance de la violence : le trop d’ego et la posture relationnelle de rivalité).

[15’12] Chaîne de cause à effet : mépris / manque de respect / discrimination / violence physique.

[16’49] Une bonne estime de soi stable (Stade du miroir et ancrage dans les 4 exigences fondamentales - posture relationnelle d’apparement).

[20’06] Choisir une posture relationnelle (de rivalité ou d’apparement).

[21’44] Sagesse ancestrale amérindienne.

[22’41] Chanson *Le jardin des espérances*

Références

Le jardin des espérances (composition – interprétation) : Aure Felden

Hobbes : *Le léviathan* - 1651

Rousseau : *Du discours sur l’inégalité des hommes* - 1755.

Stade du miroir : *Le complexe, facteur concret de la psychologie familiale*. Article paru en 1938 dans l’Encyclopédie française (vol. VIII – La Vie mentale).

Mythe de Narcisse : *Les métamorphoses d’Ovide*.

Nous avons créé les concepts suivants :

- Le trop d’ego ;
- Les 4 exigences fondamentales de sens, justice, paix et amour ;
- La posture relationnelle de rivalité (source d’agressivité) ;
- La posture relationnelle d’apparement (source d’entente).

Pour approfondir : nos articles *Se distancier de l’Ego* et *Soigner les relations* et de notre essai *Un avenir désirable* - Éd. La Guillotine 2024.

