

La zone démonisée
Exercices pratiques dans la fréquentation de nos êtres d'ombre
Friedrich Glasl

Dans la vie nous faisons constamment des rencontres, en particulier avec des hommes et des femmes, que se soient des collègues, ou des patients. Lors de ces rencontres, la lumière semble pénétrée de haut en bas, du Je au toi, tandis qu'en dessous, il y a quelque chose d'ombreux. En tout homme s'affrontent le Soi supérieur et ce que nous avons placé dans le monde. Car nous fabriquons des fantômes — comme Rudolf Steiner décrit des êtres élémentaires déterminés — dans nos rapports sociaux, lorsque nous ne les prenons pas exactement en vérité ; des revenants [en français, c'est le cas de le dire, parce que cela « nous revient », *ndt*] ou des spectres, lorsque nous créons des institutions ou des organes, qui ne sont pas justes avec l'entité humaine, en la reniant ; et des démons, lorsque nous contraignons autrui par nos pensées ou nos volontés. Leur action imprègne ce qui se produit entre nous, êtres humains, d'une manière typique sous forme de distorsions, troubles, unilatéralités de la forme de nos perceptions, de ce que nous entendons, de ce à quoi nous restons sourds, de ce que nous interprétons dans ce que nous entendons, quoique absolument rien n'ait été dit dans ce sens. C'est pourquoi, il importe que lors de nos rencontres, nous soyons dans un bon contact avec notre propre côté lumière et que nous restions conscients et capables d'agir à l'encontre de notre zone d'ombre.

Cas d'exemple

Anne est une enseignante qui a des difficultés avec ses élèves filles et leurs parents. Au moment où l'école souhaite être présentée au public, Bruno avait pris la responsabilité de la coordination d'une journée portes-ouvertes. Il invita donc à une réunion un groupe de projet pour l'après-midi du lundi suivant, à l'issue du temps d'enseignement. Jusqu'à l'après-midi du vendredi, ses collègues avaient le temps de lui poster leurs propositions. Anne n'y parvint pas ; elle eut un entretien difficile avec les parents d'une de ses élèves, et même encore un appel téléphonique juste avant la réunion, de sorte qu'elle arriva à la réunion avec 20 minutes de retard. Bruno l'accueillit, en guise de salut, en lui disant : « J'espère que cela ne te dérange pas que nous ayons, comme convenu, commencé à 15 heures. » Anne entendit cela en bémol et quelque peu agacée, elle répliqua : « Je me rappelle de réunions auxquelles tu ne t'es même pas pointé ! », et elle ajouta encore : « Si j'avais une vie aussi légère qu'avec tes heures de gymnastique Bothmer... » Cependant, elle laissa cela lui échapper seulement. Et c'est pourquoi il s'agissait, selon moi, qu'elle eût voulu dire en vérité alors seulement ceci : « Stop ! Je sais, je suis en retard. Donc s'il te plaît, cesse cette taquinerie. » Mais parce que quelque chose de plus s'est accumulé en elle, « cela glissa » et, en plus, s'échappa d'elle. De ce fait cela déclencha des effets chez Bruno et les collègues, qu'elle avait certes voulus (« Stop ! »), mais s'y adjoignirent encore des effets secondaires non désirés. Bruno ne sut pas correctement prendre cela (« Elle n'a absolument pas voulu dire cela, ça c'est passé comme cela »), mais il la rendit responsable aussi bien de l'effet principal que des effets secondaires non désirés, en y glissant l'intention derrière « qu'elle n'a fait qu'attendre le moment propice — entre autres choses — pour me brusquer. » En vérité, il ne voulut que dire : « Cela ne fait rien, laisse donc », mais cela lui a échappé : « Tu as toujours des difficultés avec les parents d'élèves de ta classe. » Anne, de son côté, ne fait pas de différenciation entre l'intention et les effets secondaires involontaires — si bien que les effets secondaires non volontaires peuvent encore aller et venir ainsi pendant quelque temps. Les effets secondaires involontaires prennent de plus en plus — par perte de contrôle — d'espace social et déterminent l'événement plus largement que les véritables intentions. C'est à l'intérieur de cela que s'immiscent diverses entités.

Manière de procéder

Dans de tels cas, je reconstruis les faits extérieurs — en particulier pour de plus grosses entreprises — à partir des entretiens, protocoles et autres documents, sans les juger ; quand est-ce que quelque chose s'est passé ? Dans quel comité ? Des entretiens, je conclus que des thèmes brûlants qui étaient à l'ordre du jour de la réunion de direction du 8 février, sont réapparus le 10, à un niveau subordonné. Je visualise le panorama de l'histoire du conflit avec la date, les thèmes litigieux et

personnes exposées sur de grandes feuilles de papier et demande : « Regardez donc les événements et dites-moi lors duquel de ces événements remonte de nouveau pour vous, comme alors, la fureur ou l'impuissance, la confusion ou la peur. » Il s'agit donc, au-delà du souvenir de représentation, d'un souvenir du (res-, *ndt*)sentiment, comme Steiner l'appelle.

À présent, on peut continuer à travailler selon différentes méthodes. J'utilise volontiers divers exercices *karmiques*. Rudolf Steiner en a décrit un, en 1912, à Berlin (« L'exercice de la tuile ») : « [...] car le plus important c'est que l'on désire toutes choses dans l'exercice, ou bien qu'on se les représente, comme si l'on désirait d'une manière vivante ce qu'on n'a pas désiré ou vis-à-vis de quoi on n'a pas pu réussir à imposer par ses désirs, de sorte que l'on crée un être dans ce qui est ressenti dans l'idée, dont on peut avoir une représentation, de sorte qu'il n'a au fond absolument jamais existé jusque là. » J'invite ensuite à ceci :

1. Mettez-vous d'accord sur un épisode qui vous paraît rétrospectivement problématique.
2. Examinez l'épisode ensemble, faites-le revivre et faites attention à ce qui se déclenche alors dans la communauté.
3. J'utilise alors une image de Rudolf Steiner : nous érigeons un échafaudage, puis une maison. Nous faisons évoluer l'échafaudage, en nous représentant la situation, en la peignant en imagination et nous le faisons en y introduisant du sentiment. Et ensuite nous nous représentons les uns avec les autres que nous n'avons redouté aucune peine dans ce qui s'est passé, cela surgit exactement comme nous ne l'avons pas souhaité, ni ne l'aurions jamais souhaité dans la conscience ordinaire. Nous « construisons » donc l'être qui nous a mené à cette situation, nous le laissons agir, puis nous le laissons se détacher de nouveau et nous le prenons au travers d'une nuit, au travers d'une seconde et d'une troisième, avec la tâche de ne pas interpréter, mais de veiller avec attention à ce qui apparaît à chaque fois dans l'événementiel de la nuit. Et cela peut naître la compréhension ou la clef de ce que nous avons à apprendre ensemble.

Appréhender le courant de vie

Vous connaissez sûrement l'observation : nous nous comprenons bien, lorsque nous nous rencontrons en dehors du contexte de notre travail, mais dès que nous devons nous réunir, des revenants surgissent. J'utilise ici un autre exercice *karmique*, tiré du **GA 236** (second volume), de Rudolf Steiner. Que l'on se représente une relation problématique. Et l'on se représente l'autre eu égard à ce qu'il a fait par son activité gestuelle. Puis on l'efface de la représentation. Au début s'élève — au début peut-être plutôt sous forme de pressentiment, plus tard avec plus de contours — le *Karma* lunaire. Dans une seconde étape, on fait attention au sentiment de l'autre. Puis on éteint de nouveau la représentation. De ce fait se lève devant soi, ce qui est actif dans cette vie en provenance du *Karma* solaire. Je me représente ensuite l'autre pensant et de nouveau j'éteins la représentation, c'est alors le *Karma* de Saturne qui devient visible. Je fais moi-même ces exercices, pour mieux comprendre le client, mais j'invite aussi les êtres concernés à faire aussi cela et aussi pour le groupe.

Micro-analyse

Je désigne aussi une autre méthode du terme de « micro-analyse d'épisodes critiques ». Il en est souvent ainsi que quelqu'un se sente blessé par quelqu'un d'autre. Je prie alors celui qui se sent « victime » de décrire, ce qu'il a éprouvé et souffert — avec toutes les distorsions, troubles, et effets filtres du souvenir. Pendant ce temps-là celui qui a fait, le « coupable » donc, se tait. Après quatre ou cinq phrases, j'invite le « coupable » à redonner dans ses propres termes ce que la victime a dit, en contrôlant ce que celle-ci a dit, ce qui a été entendu dans la situation de clarification. Car lorsque cela n'est pas bien entendu, une zone de « démonisation » plus grande encore prend naissance. Cela se poursuit en allers et retours pendant quelque temps. Puis, je demande à la victime d'exposer ce qu'a fait le « coupable », ce que répète de nouveau celui-ci. Puis c'est au « coupable » de décrire de mémoire son propre comportement. La victime répète cela. Le « coupable » décrit ce qui s'est déroulé en lui à l'occasion, ce qu'il a effectivement projeté et ce qu'il n'a pas voulu, mais qui est arrivé malgré tout. La victime répète de nouveau cela. C'est surprenant de constater la précision des

détails dont se souviennent les gens en de telles circonstances ! L'affront n'a peut être duré que deux minutes mais la micro-analyse dure peut-être quant à elle 45 à 60 minutes. À l'issue d'une telle confrontation, je demande aux deux : Comment vous sentez-vous aujourd'hui avec ce que vous avez entendu l'un de l'autre ? Quelles connaissances cela vous a-t-il apportées ? Souvent ce sont des regrets. Les êtres vivent alors qu'ils ont une responsabilité pour leur action.

Lorsque nous entrons en lien avec notre propre soi supérieur, ce qui est aussi agissant de sa part en luttant dans l'action et dans l'abandon aux collègues, nous créons des enveloppes éthériques, des enveloppes astrales pour des entités de la troisième Hiérarchie, des êtres archangéliques ou grands Anges. Des êtres archangéliques sont en effet des esprits groupes. Par eux, peut être inspiré ce que nous faisons dans le façonnement social. Et pour savoir si cela est bien ainsi, cela repose sur nous.

Das Goetheanum, n°7-8/2012

(Traduction Daniel Kmiecik)

Friedrich Gasl est diplômé et habilité en science politique. Il est cofondateur du *Trigon conseil de développement*, Graz (Autriche), il enseigne comme maître de conférence et est conseiller et médiateur en organisation.