COMMENT ECOUTER LA SOUFFRANCE

Ou l'Art d'accompagner l'Etre en rupture de sens

20 ème ANNIVERSAIRE - SOS AMITIE SARTHE

Le **Mans — Salle des concerts — 20 Novembre 1999**

Texte de ma conférence pour introduire les débats — Maurice LIEGEOIS

Un jour.... en recherchant un livre dans ma bibliothèque, je suis tombé sur une vieille feuille jaunie par les ans et qui commençait comme ceci....

Bonjour,

Je suis un vieil appelant qui sent ses forces le quitter et éprouve le besoin d 'écrire ***une lettre ouverte aux écoutants, pour témoigner aujourd'hui devant vous et remercie,r et encourager les écoutants dans leur dure tâche.***

Vous, les écoutants bénévoles et anonymes, hommes ou femmes de toutes conditions, sans corps et sans visage ***au*** *téléphone, jeunes ou vieux, avec votre histoire et vos soucis quotidiens, je tenais une dernière fois peut-être, à rendre hommage à la qualité de votre écoute, à la chaleur de votre voix profondément humaine et respectueuse, vous qui avez su si* ***souvent*** *écouter mes cris de silence, apaiser ma souffrance, éponger mes larmes, recevoir mes angoisses, me redonner le sourire, pour m'accompagner dans ma douloureuse remontée au monde, pour enfin sortir de la boue dans laquelle je me fondait* ***un*** *peu plus tous les jours.*

Je vous écris pour ***savoir comment vous arrivez à tenir depuis si*** *longtemps dans cette pratique d 'écoute au téléphone, de personnes en recherche de sens et d'amour.*

Alors, s'il vous niait ...expliquez moi comment vous faites ..... Pour m'écouter sans me voir ?

Pour gérer votre solitude devant votre téléphone ?

Comment vous faites ...
Pour écouter seul et gérer vos émotions des nuits entières ? Pour gérer l'appréhension au moment de la sonnerie ?
Pour recevoir mes paroles dures à la limite du supportable ?

Comment vous faites ...
Pour recevoir mes désirs d'en finir avec la vie ?
Pour recevoir mes colères et mes coups de gueules ?
Pour recevoir ma souffrance qui pourrait réveille la votre ?

Comment vous faites ...
Pour recevoir mes sanglots et mes larmes ?
Pour recevoir mes accusations parfois injustifiées ? Pour supporter mes interrogations sans fin ?

Comment vous faites ...
Pour supporter mes doutes sur moi même ? Pour écouter mes silences et mes absences ? Pour écouter l'inimaginable de mes désirs ?

Comment vous faites ...
Pour refuser courtoisement de m'accompagner dans mes pratiques perverses ? Pour écouter mes délires ou mes phantasmes ?
Pour écouter mes pratiques choquantes sans les juger ?

Comment vous faites ...
Pour écouter mes discours provoquant ou malmenant les écoutants ? Pour ne pas être blessé dans votre éthique personnelle ?
Pour tenir le coup quand je vous jette mon mal être dans vos oreilles ?

Comment vous faites ...
Pour respecter les contraintes de votre noble tâche ?
Pour rester calme dans une parole accueillante et fortifiante ?

Pour ne pas m'envoyer balader quand je vous appelle pour la dixième fois ...

Comment vous faites ...
Pour ne pas vous faire déstabiliser par mes tentatives perverses ?
Pour garder votre sang froid quand je dis que je suis debout sur la fenêtre ? Pour gérer vos soucis quotidiens quand je vous inonde de mes plaintes ?

Comment vous faites ...
Pour gérer vos frustration de ne pas savoir ce que je suis devenu après l'appel ? Pour gérer la crainte d'être déstabiliser par mes injures ?
Pour ne pas prendre position dans mes problèmes ?

Comment vous faites ...
Pour prendre le risque de me dire **non** sans me blesser ?
Pour m'écouter quand je suis la victime des autres ?
Pour m'écouter aussi, quand je suis le bourreau qui fait souffrir les autres ?

Comment vous faites ...
Pour ne pas être blessée dans vos croyances différentes des miennes ? Pour me supporter et m'aider à exister par moi-même ?
Pour m'écouter jusqu'au bout sans m'interrompre ?

Comment vous faites ...
Pour trouver les mots justes qui me réchauffent et me redonnent courage ? Pour m'accompagner quand je ne veux plus avancer ?
Pour me respecter et m'accepter dans ma façon d'être ?

Comment vous faites ...
Pour éviter de me dire tout ce que je dois faire, dire ou penser ?
Pour ne pas me faire la morale, comme tous les autres qui ont voulu m'aider ? Pour me redonner le courage de lutter encore ?
Pour m'aider à contacter mes ressources internes et à les accepter ? Pour m'aider à devenir ce que je sens au fond de moi ?

Comment vous faites ...vous les écoutants
Pour conserver le moral et encore apprécier le bonheur d'exister ?

Chers écoutants je voulais vous dire un grand merci du fond de mon Etre.. de m'avoir supporté, écouté et accompagné à ETRE.

Et maintenant, s'il vous plait ... répondez moi,
expliquez moi tout de suite, comment vous faites .....
Allez, sérieusement, faites un effort,
Donnez moi vite votre secret,
car maintenant,
je pense être prêt pour vous rejoindre et écouter les autres.... à mon tour.

Et à propos de secret et pour refermer cette lettre historique ...

Je terminerais par une petite histoire emprunté à la philosophie ZEN,
C'est l'histoire d'un jeune garçon qui voulait tout savoir sur le silence ...

Un très vieux sage courbé sur un bâton, gravissait une haute falaise, accompagné d 'un jeune garçon à la recherche de la sagesse, et ce jeune garçon dynamique courait sans arrêt autour du vieux sage fatigué de marcher, en lui demandant sans arrêt : « Maître, Maître ; dites moi, qu'est ce que c 'est le silence .... » ?

Le vieux sage, le souffle court ne pouvait répondre, alors la longue montée se poursuivait ponctuée par les demandes incessantes et répétitives de ce jeune garçon bien ambitieux, « Maître, Maître ; dites moi ce que c 'est que le silence .... » ...

Arrivés tous les deux en haut de cette grande falaise, le jeune garçon était de plus en plus excité à 1 'idée de recevoir l'enseignement secret du vieux sage sur le silence ..

Le vieux sage après un court temps de repos, demanda au jeune garçon .. « Alors jeune ambitieux, tu veux savoir ce que c'est que le silence ? « . oh oui, oui, oui, ... Dites moi tout, je veux tout savoir et tout connaître sur le silence ?

« Eh bien c'est tout simple lui dit il, tu vois là bas, sortant de la falaise, il y a une branche qui surplombe le vide, eh bien tu descends dessus et tu t ÿ accroches par les dents, ». Le jeune garçon surpris s 'exécute et s'accroch'e en serrant très fort sa mâchoire sur cette branche pendante .....et attends inquiet et content au dessus du vide...

Alors le vieux sage souriant lui dit « ***Eh bien maintenant, dis moi jeune garçon, tu veux toujours savoir ce que c'est que le silence ? «***

Je vous remercie de votre silence et de votre écoute.
Merci ...

Maurice LIEGEOIS
Psychologue
Psychothérapeute, praticien de l'ACP.
Formateur conseil à l'1NF1PP depuis 1978
Formateur des personnels soignants hospitaliers