



La prospérité de l'être Intérieur

15 – LA COMMUNICATION



Introduction

Dieu parle. Jésus-Christ est la Parole. Dieu a parlé en Jésus, il est l'aboutissement de sa communication. Dieu habitera avec son peuple pour l'éternité, ce qui veut dire qu'il communiquera avec lui éternellement, et « nous connaissons comme nous avons été connus » (1 Corinthiens 13. 12) C'est la communion. Communication et communion, deux mots qui prennent leur racine dans « mettre en commun, avoir en commun ».

Nous communiquons tous. On ne peut pas ne pas communiquer. Il y a toujours communication quand il y a rapprochement d'individus. Mais communique-t-on bien ?

Les langages de Dieu

Dieu a parlé et parle par :

- La création
- La conscience
- L'incarnation
- L'Écriture
- Le peuple d'Israël

Comment écoutons-nous ces messages ?

Bien communiquer « *Ma pensée ne va pas au delà de ma parole* » (Psaume 17. 3)

C'est parler au présent. Rencontrer l'autre ici et maintenant.

C'est différencier mes états d'âme (peur, désirs) de la finalité de la rencontre. Ce n'est pas nier mes états d'âme, mais garder la liberté de se dire quand ce sera le moment.

C'est aussi

- **En avoir le désir.** Désir de se connaître, de construire, d'évoluer, de régler les problèmes.
- **Être lucide.** « *Ce qui se conçoit clairement s'énonce aisément et se comprend facilement* » (Boileau)
- **La confiance en soi :** oser demander (*et non exiger*), apprendre à demander, savoir donner (*et non imposer*) sans regret ni contrainte, recevoir (*et non prendre*) sans se sentir redevable, refuser (*et non refouler*) sans se culpabiliser.
- **Une coopération** avec celui qui écoute
- **Des manières différentes :** artisanale (*accent mis sur le message*), artistique (*accent mis sur l'émetteur*), publicitaire (*accent mis sur le récepteur*)

La communication de Caïn (Genèse 4. 5-9)

- **en pensée :** il s'irrita (5)
- **en attitude :** il s'assombrit (5)
- **en paroles :** il parla à son frère (8)
- **en actes :** il le tua (8)

Mal communiquer

- Les injonctions
- Les menaces, attaques, ripostes, chantage, domination, isolement, séparation.
- La dévalorisation
- La culpabilisation. Dire « tu » au lieu du « je », qui ouvre le dialogue et cherche un partenaire.
- Attendre que l'autre devine.
- Les problèmes viennent de l'implicite, des règles secrètes, du non reconnu par chacun.

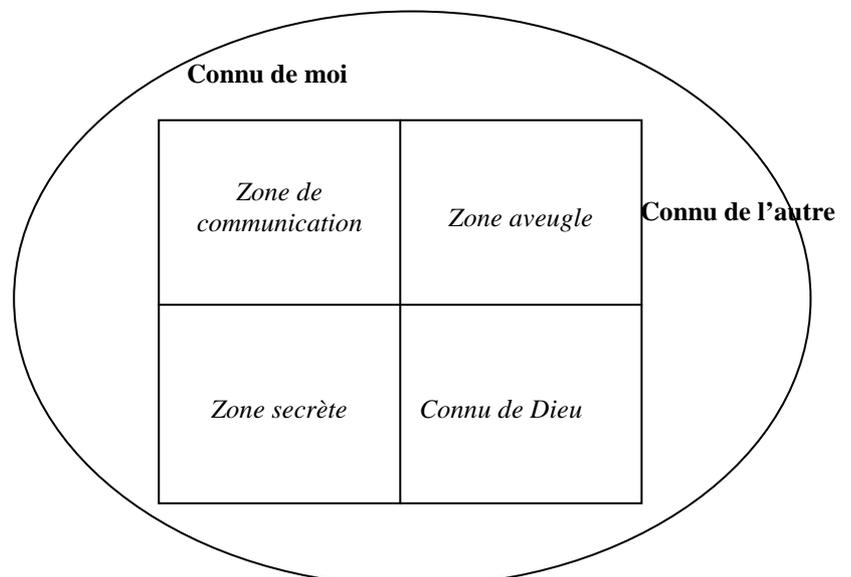
Se connaître pour communiquer

Se connaître, c'est réduire ce que je ne connais pas de moi. L'autre est une précieuse aide, et notamment le conjoint.

Cette application de la fenêtre de Johari nous pousse à considérer l'autre et son regard comme un cadeau pour se connaître, plutôt qu'un intrus duquel il faut se cacher.

Le contentement se lit dans les yeux, dans le maintien, dans l'accent, dans la démarche, et semble se communiquer à celui qui l'aperçoit.

Jean-Jacques Rousseau



L'homme, le mâle, un handicapé de la communication ?

- Le développement verbal : déjà, petit garçon, il parle moins que la petite fille.
- Le culte de la virilité : on lui a dit « *sois fort* »
- La peur de la dépendance : parler, c'est s'attacher...
- Relation père-fils : le père est trop présent, le fils se protège...
- Le langage masculin est bref, technique
- Les femmes parlent plus facilement que les hommes

Le point de vue biblique

- Communiquer en paroles enseignées de l'esprit (1 Corinthiens 2. 13)
- L'évangile, « *avant toute chose...* » (1 Corinthiens 15. 3)
- « La parole qui est propre à l'édification selon le besoin, afin qu'elle communique la grâce » (Ephésiens 4. 29)
- **Etre vrai dans l'amour** (Ephésiens 4. 15)
 - Avoir quelque chose à dire
 - Communiquer par le modèle
 - Prier, intercéder
 - Etre disponible, patient, discret, faire confiance
- **Dépouiller le mensonge** (Ephésiens 4. 25)
 - Accueillir, entrer en relation
 - Écouter, reformuler, questionner, comprendre
 - Ne pas juger, rejeter, mais être lucide et repérer les dysfonctionnements
 - Persévérer, accepter un entretien décousu, l'autre comme il est, détendre l'atmosphère
- **Parler la vérité** (Ephésiens 4. 25)
 - Saisir l'occasion (Colossiens 4. 5)
 - Parole de grâce, assaisonnée de sel (Colossiens 4. 5)
 - Consoler, être porteur d'amour, d'espérance
 - Instruire, convaincre, exhorter, avertir :
 - « *Mettez-vous en colère et ne péchez pas* » (Ephésiens 4. 26) : pas sous le coup de l'émotion
 - Tout dire, mais pas dire tout : « *ce qui est profitable* » (Actes 20. 20)
- **Ne donnez pas occasion au diable** (Ephésiens 4. 27)
 - Vérifier que l'information est bien reçue
 - Répéter à bon escient et avec parcimonie
 - Dire mais pas revendiquer, demander, mais pas exiger

Les signes de reconnaissance

L'homme vit de relations sociales. « *Il n'est pas bon que l'homme soit seul* » (Genèse 2. 18). Il passe sa vie à organiser ses relations. Il émet des « signes de reconnaissance » concernant

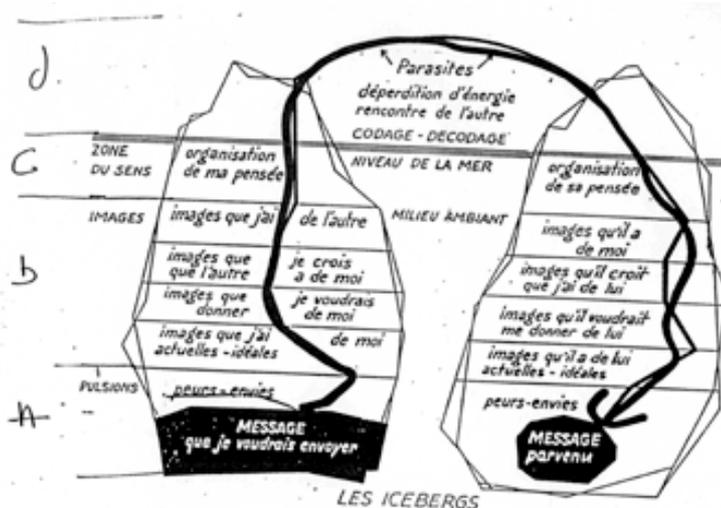
- *Ce qu'il est*
- *Ce qu'il fait*

Quand on communique des signes de reconnaissance, le message qu'on envoie ne concerne donc pas directement le destinataire, mais est à l'image de l'émetteur.

Quand quelqu'un nous dit quelque chose de désagréable, cela ne veut donc pas dire que nous sommes en cause, mais montre l'état dans lequel il se trouve.

Si Untel dit à son conjoint : « *Tu m'énerves* », il veut peut-être simplement dire : « *Je ne suis pas en forme* ».

A nous de bien faire la distinction !



Entre

*Ce que je pense
Ce que je veux dire
Ce que je crois dire
Ce que je dis
Ce que vous avez envie d'entendre
Ce que vous entendez,
Ce que vous comprenez
...
Il est possible qu'on ait des difficultés à communiquer. Mais essayons quand même !*

Conclusion

La communication est un voyage dans les bruits, où quelqu'un vous attend et vous entend. C'est entrer dans l'espace de l'autre. C'est savoir être plus que savoir faire. On y court le risque des malentendus, des résonances... Elle commence donc par la réconciliation avec soi-même, pour le plaisir de se révéler. Elle est un des piliers de l'amour, et donc, de la prospérité de l'être intérieur.