

## « Quel est mon propre regard ? »

Nous avons pour la plupart le bonheur de pouvoir regarder le monde, les autres et de percevoir les intentions dans les regards. Certains sont empreints de bienveillance, de douceur, de respect. D'autres jugent, évaluent, comparent. Il nous faut **correspondre et appartenir**, sinon la solitude, l'isolement aussi, apparaissent. Le sentiment de rejet, va être notre quotidien. **Je subis**, c'est dévastateur pour mon estime. Et, qu'en est-il de mon propre regard, celui que je pose sur le monde et sur les autres?



Dans notre petite enfance, vers 6 ans, notre comportement vis-à-vis de la différence se rigidifie. Nous construisons notre identité, notre conscience de nous-même se fait prégnante, la conscience de l'autre s'accroît. Les comparaisons se font jour, les différences se révèlent, et notre capacité à **vivre l'altérité sans rejeter** va dépendre de notre environnement et de ce que nous en ferons. Les règles familiales, les convictions assénées, les évidences de ce qui est bien ou mal vont nous imprégner et s'inscrire dans notre lecture de l'autre. De même, les règles **d'appartenance** sociale, données par les proches, l'école, la religion, les réseaux sociaux, vont modeler nos exigences de **perfection**, notre rejet de **l'imperfection** des autres et de nous-mêmes, le souci de la **performance** l'emportera sur l'effort et la ténacité, **l'excellence** sera le gage de la réussite, au risque de s'auto-dénigrer, de se perdre. Il nous faut trier, et surtout découvrir notre propre vision du monde, des autres, de la différence et cultiver notre **tolérance**, notre **ouverture de pensée et de cœur**. Puis-je le faire sans avoir le sentiment – ou la conviction – que je trahis... mes proches, mon groupe, mon clan, mon peuple.... Cela pourrait-il contribuer à ma croissance, à l'émergence de mes savoir-faire et Etre, comme à celles des autres?

Le regard de l'autre nous effraie souvent, nous contraint, parfois nous abîme. Les jugements rapides, piquants, comme pour mettre loin de soi ce qui dérange et qui génère la peur de ce qui nous dérange et qui pourrait nous arriver. Mais **qu'en est-il de ma propre façon de regarder et d'accueillir l'autre**, dans ses spécificités, quel que soit le handicap, la différence? Suis-je capable de **prendre conscience de mon premier mouvement évitant et rejetant**, pour le modifier, l'ajuster, à tout le moins en comprendre la cause originelle, son sens et son éventuelle injustice, **me l'approprier alors et mesurer ma responsabilité**? Puis-je vérifier ma capacité à **l'assumer sans y ajouter la violence**, le désir de détruire? En quoi prétendre énoncer une vérité - qui n'appartient qu'à moi, ou à mon groupe -, mépriser, humilier peut-il servir la compréhension et le dialogue, le respect ... de moi et des hommes ? Je vais **ainsi nourrir l'illusion de contrôler et de me protéger**, mais surtout, je vais **sécréter la méfiance**, le repli, et nourrir ce cercle vicieux destructeur où tous nous sommes perdants.

Et si je choisisais d'appliquer un **regard neuf, curieux de ce qui est en vérité au-delà des apparences**. Si je cherchais à me défaire des représentations multiples que j'ai du monde, des hommes, de ce qui « devrait être » selon mes filtres familiaux, culturels, politiques... au profit **de l'émerveillement et de la quête de la compréhension de la différence**, pour y chercher – peut-être y trouver – **la beauté et la richesse de la complémentarité**. Serait-ce sur ce chemin d'acceptation et de valorisation – pour moi-même et pour les autres – des particularités parfois handicapantes, qu'elles soient physiques, psychiques, sociétales, que se trouverait **un sens pour Etre ensemble**?

**Que chacun de nous** prenne sa part, inégale sans aucun doute, dans les événements de nos vies, de la vie.

**Que chacun**, au-delà de la plainte et de la culpabilisation des autres, comme de son auto-dénigrement, décide d'ajuster son propre regard et son jugement subjectif et partial, au profit d'une vision plus large et tolérante.

**Que chacun** se construise un « art de vivre » où l'objectif serait, sans angélisme ni déni, avec et malgré les difficultés, les contraintes, les impossibles, les coups du sort et les injustices, de **s'inscrire une fois pour toutes au service de la Vie** en communion avec le monde.

