

GUILLAUME DULUDE

Je suis un chercheur d'or

LES MÉCANISMES DE LA COMMUNICATION
ET DES RELATIONS HUMAINES

PARTIE I

À LA RECHERCHE DE L'OR



DEVENIR UN CHERCHEUR D'OR

Le petit chercheur d'or

Je suis né à Saint-Basile-le-Grand, un petit village québécois. Mes parents y avaient fait construire une maison dans un quartier peu développé. Les routes étaient en gravier. À 4 ans, ma seule et unique préoccupation était de trouver de l'or parmi les cailloux gris.

Je ne peux vraiment pas expliquer pourquoi. Je n'étais pas un enfant qui aimait la stimulation ou le divertissement. D'aussi loin que je me souviens, j'étais un chercheur, stimulé par la capacité de *faire* quelque chose d'actif, de poursuivre un but, de travailler à atteindre un objectif. Il y a toujours eu en moi cette certitude que quelque chose attend d'être découvert. Je n'ai jamais aimé la facilité. Comme si, sans recherche, sans travail bien fait, ce qui touchait mon regard avait peu de valeur. La recherche et l'amour du rare, du beau et de l'émerveillement : c'était tout ce qui m'importait, du lever au coucher du soleil. J'ai encore la sensation de l'enthousiasme qui me gagnait chaque matin quand j'ouvrais les yeux car, chaque jour, j'avais l'espoir de trouver la première, voire la seule pépite

précieuse. Mes parents m'avaient bien prévenu qu'il n'y avait pas d'or dans la rue. Évidemment, ils voulaient me protéger de la déception. Mais, pour une raison inconnue, je ne pouvais accepter qu'il n'y en ait pas. Ainsi, tous les jours, à genoux sur le gravier, je cherchais de l'or. J'examinais chaque caillou, individuellement, dans l'espoir de trouver une petite quantité du minéral doré incrusté dans le gris.

Je ne pouvais m'empêcher d'observer un à un les petits cailloux que je touchais avec mes doigts. Je voulais absolument reconnaître ce que chacun avait à offrir, je lui trouvais des qualités et des caractéristiques uniques. Je voyais en lui mille et une beautés. Et je ressentais déjà l'excitation de montrer celles-ci à mes parents. Quel bonheur! Ce faisant, le caillou cessait immédiatement d'être ordinaire, banal. Pas question donc de m'en défaire, car il y avait assurément, déjà, une sorte de lien entre lui et moi. Je devais le respecter, en prendre soin, comme s'il était vivant. Mon père avait même construit des étagères spéciales pour ranger mes cailloux. Mon lit était au centre de toutes ces pierres qui, en échange du privilège d'avoir été découvertes par moi, veillaient sur moi pendant la nuit.

Tous les jours, je déposais mes nouvelles trouvailles dans mon seau en plastique jaune, avec les centaines d'autres cailloux gris du jour. Même si je ne trouvais pas d'or, mes journées étaient magnifiques. Car j'avais une certitude: il y avait une mer de découvertes devant moi. Et je savais comment voir la beauté des cailloux. *C'était mon pouvoir.* C'était le bonheur et le succès assurés.

Mes parents étaient peu excités, mais ils faisaient de leur mieux pour partager ma joie. «Regardez celui-là; il y a cette forme qui ressemble à un coquillage sur ce côté et sur l'autre il brille!» Ils embarquaient dans le jeu: «Oh! Il est très beau,

celui-là! Il est vraiment... différent de tous les autres que tu nous as montrés jusqu'ici!»

Un jour, alors que le voisin d'en face avait organisé une vente-débarras, j'ai repéré un jouet particulièrement intéressant. N'ayant pas d'argent, j'ai eu l'idée de choisir trois de mes pierres préférées et de faire du troc. Trois pierres uniques contre un jouet. Il s'agissait d'une transaction très importante et émotive pour moi. C'était, à mon sens, un échange tout à fait équitable. Mon père m'avait accompagné. Avant qu'il ait eu le temps de dire quoi que ce soit, j'ai fait mon offre: «Je voudrais bien avoir ce jouet. Je te donne mes trois plus belles pierres en échange.» Je manifestais la confiance d'un homme qui avait 40 lingots d'or à proposer. J'affichais un petit sourire en coin en sortant de ma poche les cailloux gris. De manière à rendre l'échange encore plus intéressant, je les ai déposés délicatement sur la table sous leur meilleur angle, à côté du jouet. Les deux adultes se sont lancé un coup d'œil, mal à l'aise.

Mon père a glissé 5 \$ à côté des cailloux. «Inutile, me suis-je dit. Ce bout de papier n'ajoute absolument rien.» Le voisin s'est emparé de l'argent, a laissé mon offre sur la table et m'a tendu le jouet. Il n'avait pas pris les pierres. Ma conclusion: «Cet homme est aveugle. Tant mieux pour moi.» Je suis reparti avec le jouet et mes cailloux, prenant conscience qu'il était avantageux de faire affaire avec une personne qui ne voit rien.

Deux ans plus tard, par un après-midi de juillet particulièrement chaud et ensoleillé, il m'était impossible d'aller à la recherche de nouvelles pierres aussi loin que d'habitude. Je souffrais d'une douloureuse insolation dans le cou et sur les bras, et ma mère m'avait interdit de m'exposer au soleil. Je devais donc demeurer à l'ombre de la maison. C'était ennuyant puisque j'étais déjà passé à cet endroit! Il n'y avait plus rien à

découvrir. Et en plus, sans soleil, rien ne brille! « Où est-ce que je pourrais bien chercher? Où est-ce que je n'ai pas regardé? » Je me suis mis à creuser de petits trous dans la terre et le gravier environnant pour voir ce qui se cachait sous la surface, plus profond, plus sale. Et j'ai retourné une pierre ensevelie par la boue...

L'or y était.

Mon cœur s'est arrêté. C'était le miracle que j'attendais depuis tout ce temps. Je me suis levé d'un bond, les yeux écarquillés, fixés sur le cube doré. Je ressentais un grand émerveillement, le plus intense de ma courte vie. J'ai regardé désespérément autour de moi, cherchant une personne avec qui vivre ce précieux moment. Ma respiration était saccadée, mes yeux s'emplissaient d'eau et mon menton s'est mis à trembler. J'ai reposé mes genoux boueux au sol, tout en m'approchant lentement du trou... pour ne pas effrayer ma pépîte. Je retenais mes larmes du mieux que je pouvais. Je ne voulais pas sourire, ni rire ni crier. Je ne souhaitais aucune distraction qui pourrait altérer cette rencontre. J'étais figé dans le silence absolu. Quelque chose en moi s'est immédiatement détendu. Une première vraie détente d'enfant : la certitude absolue que tout irait bien, pour toujours. À cet instant, mon cœur, mon âme, mon corps entier ne voulaient que remercier quelque chose ou quelqu'un qui avait préparé toute cette aventure, juste pour moi. Lentement, j'ai saisi la minuscule pépîte entre mes doigts tremblotants et je l'ai déposée dans le creux de ma paume gauche, la protégeant ensuite du vent avec ma main droite, comme si je tenais un oisillon. Dans l'ombre, agenouillé dans le gravier, je me suis mis à pleurer à chaudes larmes, chuchotant à ma pépîte : « Tu étais là. »

C'était un morceau de pyrite d'un centimètre cube, dont les faces étaient parfaitement polies et les arêtes, nettes.

Alors que personne n'y voit rien, alors que tout semble stérile, il y a bel et bien quelque chose de merveilleux qui se cache dans la masse grise. Comme n'importe quel paléontologue ou archéologue pourra le confirmer, la recherche nécessite une technique. Sans technique, sans méthode, sans minutie, les découvertes ne sont pas possibles. Un archéologue fouille le sol en s'assurant de ne pas passer à un millimètre d'une découverte qui changerait son sort, et peut-être même celui de l'humanité entière. Il est possible de creuser au mauvais endroit, de revenir bredouilles, alors que nous étions pourtant à un cheveu de découvrir quelque chose qui aurait tout changé. Et nous ne pouvons pas nous permettre de passer à côté de ce qui doit être découvert. Peut-être est-ce là que réside notre responsabilité dans la communication humaine.

La conscience de la solitude

Pendant mon enfance, à une multitude d'occasions, j'ai consciemment pris des décisions pour améliorer la façon dont les gens se sentaient autour de moi.

À 7 ans, j'ai accepté d'être l'amoureux de Nadia. Accepté dans le sens de « contrat ». Nous étions au Pensionnat des Sacrés-Cœurs, à Saint-Bruno, au Québec. Elle était pensionnaire et semblait voir peu ses parents. Il y a de ces personnes dont la souffrance suinte littéralement des pores de leur peau. Nadia était une enfant mal aimée. Elle faisait l'objet d'intimidation et de moqueries dans la classe et dans la cour de récréation, et jouait toujours seule. Elle semblait provenir d'un milieu défavorisé. Son matériel scolaire était usé, son manteau et sa salopette de neige, troués et délavés. Elle avait une verrue sur le dessus de la main, ce qui lui valait le dégoût des autres

enfants. Elle tentait tant bien que mal d'établir des contacts en souriant, mais sans succès.

Juste à regarder Nadia, je sentais mon cœur se briser. Je *savais* qu'elle était mal aimée. Sa solitude me faisait tellement souffrir que j'étais incapable de supporter d'en être complice. Je m'efforçais de la regarder et de lui sourire, de la saluer, de la faire sentir spéciale. Évidemment, je suis devenue la personne de qui elle attendait d'avoir l'attention quotidiennement. Je ne l'aimais pas vraiment, je n'avais pas d'affinités avec elle. Mais je savais que le fait qu'elle se sente aimée par moi atténuait sa douleur. J'ai donc joué à être son amoureux pendant un an. Cela l'a transformée. J'étais sûr que l'impression d'être aimée changeait tout pour elle. Que ma présence lui faisait oublier momentanément sa profonde solitude. Mais je m'en voulais de ne pas ressentir envers elle ce qu'elle éprouvait pour moi. De ne pas l'aimer réellement. J'étais mal à l'aise face à moi-même. Moi qui voulais lui faire du bien, qui voulais *me* faire du bien, je devais accepter de faire quelque chose de répréhensible. Je lui mentais, et c'était mal. J'ai encore l'image d'elle qui dort, la tête sur mes genoux, pendant les longs trajets d'autobus scolaire. Je la regardais, je caressais ses cheveux noirs, l'estomac noué. Je m'étais attribué une responsabilité démesurée. J'étais un père de 7 ans.

Faire en sorte que les autres se sentent bien apaisait ma propre souffrance; c'était pour moi un plaisir, et même un défi. Il y avait bien sûr un coût à cette mission, mais aussi une joie: le pouvoir de faire ressortir le meilleur des autres en les valorisant. Étant très sensible à l'état émotionnel d'autrui, il m'est apparu évident que plusieurs enfants de ma classe n'étaient pas appréciés à leur juste valeur. Par exemple, je sentais qu'Ariane avait beaucoup étudié pour la dictée et qu'elle était déçue de ses résultats. Je sentais que Philippe avait

été humilié après avoir été réprimandé par notre enseignante. Je cherchais une façon de contribuer à deux choses : faire voir à mes amis que je savais comment ils se sentaient, et leur montrer qu'ils méritaient un cadeau juste pour *être* qui ils étaient.

À 8 ans, j'ai donc démarré une entreprise de cadeaux pour féliciter mes amis « d'être eux » et leur dire que je les aimais. Je confectionnais moi-même des bijoux à partir de pierres : une broche avec une agate, un pendentif orné d'un quartz rose, une bague surmontée d'une améthyste. Pour chacun, je créais un objet unique, à son image. Je possédais une polisseuse à pierre à la maison et des bases de bijoux de différentes couleurs ; j'assemblais le tout en pensant à chacun. En peu de temps, j'ai créé une trentaine de ces parures. Lucie, notre enseignante, commençait à s'inquiéter. Les enfants de sa classe avaient l'air de rappeurs arborant des bijoux dorés. Il semble bien que ma propre solitude autant que celle des autres m'accablent depuis toujours, d'aussi loin que je me souviens.

L'apprentissage de la communication

J'ai rapidement été forcé de prendre conscience du fait que la communication interpersonnelle est une activité stratégique en soi. J'étais un enfant extrêmement anxieux et j'évitais maladivement les conflits. Je me fiais continuellement à ma mère pour me défendre. Lorsque les choses ne se passaient pas comme je le souhaitais avec mes camarades, je n'avais pas la force de m'affirmer et de faire valoir mon point de vue ou mes demandes. Je revenais à la maison en pleurant et je demandais l'aide de ma mère pour qu'elle négocie à ma place avec mes amis. Elle devait donc leur parler, pendant que j'étais caché derrière elle, attendant qu'elle règle le litige. Évidemment, mes

copains commençaient à avoir peur de moi, sachant que je pouvais appuyer sur le bouton rouge de l'autorité à la moindre contrariété, ce qui nuisait à mes relations amicales.

Dès le début de l'école primaire, j'étais anxieux pour une raison précise : l'amitié. Je l'ignorais à ce moment-là, mais mon but n'était pas de créer des relations, mais bien d'éviter le sentiment de solitude. Dès mon réveil, j'étais hanté par la crainte de me retrouver seul à la récréation. Je me suis alors fixé un objectif : me faire le maximum de nouveaux amis chaque jour. C'était ma mission. Lorsque ma mère revenait me chercher à la fin de la journée, je lui dévoilais avec fierté le nombre de mes nouveaux copains.

« J'ai trois nouveaux amis aujourd'hui ! »

Un jour, après une de mes journées particulièrement fructueuses, elle m'a demandé : « Est-ce que tes nouveaux amis *savent* qu'ils sont tes amis ? »

Effectivement, je n'avais pas cru bon de les en informer. Devaient-ils forcément être au courant ? En fait, je leur avais donné une sorte de promotion unilatérale. Mes exigences étaient simples : une seule conversation avec un autre enfant marquait le début d'une nouvelle amitié. Et cette illusion avait réussi à me rassurer.

— C'est mieux d'avoir moins d'amis et de jouer plus avec ceux que tu aimes, m'avait expliqué ma mère. Concentre-toi sur ceux que tu préfères. Reste avec eux plus longtemps. Qui est ton ami préféré ?

— Hum ! Jonathan.

— Alors, joue davantage avec lui. OK ?

— OK.

— Et aussi... il faut qu'un enfant accepte d'être ton ami avant que tu dises qu'il est ton ami. OK ?

— OK, OK.

D'un côté, cela m'avait soulagé d'arrêter de cumuler des amis quotidiennement. Mais de l'autre, cette nouvelle approche signifiait qu'il fallait que j'endure les mêmes jour après jour. Pire encore, que je règle les conflits moi-même, ce qui était très anxiogène. J'allais apprendre que les relations nécessitent du travail, et aussi une prise de risques.

J'avais finalement un meilleur ami : Jonathan. Il est de coutume pour deux personnes de mutuellement s'entendre sur le fait qu'ils sont les meilleurs amis l'un pour l'autre. Jonathan était donc au courant de ce titre. Comme tous les enfants de notre âge, nous nous disputons souvent. J'en discutais avec ma mère. Elle voyait que j'en souffrais beaucoup et voulait m'aider de son mieux. Elle avait donc décidé de m'enseigner à parler à Jonathan. Cela consistait à m'exprimer et à « tenir mon bout », comme elle disait, même s'il n'était pas d'accord avec moi et qu'il était fâché en raison de ma résistance à ses pressions.

Tous les soirs, après mes devoirs, je m'entraînais avec elle à parler à mon meilleur ami. Nous faisons des mises en scène. Parfois, je jouais Jonathan ; d'autres fois, c'était ma mère qui tenait son rôle. Pas de stratégies très avancées sur le plan psychologique mais, encore aujourd'hui, je sais que l'habileté que j'ai alors développée était probablement la plus importante : faire face aux communications. Choisir de communiquer. Faire face à ce que je ressentais. Plus difficile encore, faire face à ceux que j'aimais le plus. Faire face au risque de déplaire. Tout faire pour ne pas éviter de parler.

J'étais anxieux à l'idée d'aller à l'école, car je savais que je devais tenir la conversation à laquelle je m'étais entraîné la veille. Pour un enfant, comme pour un adulte, parler de quelque chose d'important à une personne qui compte n'est rien de moins qu'un acte de courage, autant que de se rendre dans une tribu cannibale ou d'affronter des soldats armés.

Je devais commencer à me méfier de ma mère. Chaque fois que je revenais à la maison et que j'avais le malheur de lui raconter un fait qui impliquait une insatisfaction à l'égard d'un ami, j'étais foutu.

— Est-ce que tu t'es exprimé?

— Non...

— Alors, on va travailler ça ce soir et tu le lui diras demain. Merde!

À une certaine période, nous consacrons presque autant d'efforts à exercer mon affirmation de moi qu'à travailler mes tables de multiplication. Et il ne s'agissait pas uniquement de m'entraîner. Ma mère faisait un suivi rigoureux le lendemain, lorsque je revenais de l'école. Aussitôt que je mettais le pied dans la voiture, elle s'empressait de me demander : « Alors, comment a été ton affirmation ? Tu as fait ce que nous avons travaillé ? »

Et je devais lui raconter. Je n'avais pas le choix. Je devais m'exprimer SANS ARRÊT, avec tout le monde : amis, professeurs, surveillantes de récréation et même directeur d'école. Et les sujets de discussion étaient aussi de plus en plus élaborés.

Un après-midi, je suis revenu de l'école préoccupé par une remarque que mon enseignante m'avait faite. Elle avait douté de ma parole lorsque j'avais affirmé que j'avais lu le chapitre d'un livre.

— Est-ce que tu l'as lu, ce chapitre, oui ou non ?

— Oui.

— Et elle ne t'a pas cru ?

— Non.

— Pourquoi, d'après toi ?

— Je ne sais pas. Je fais toujours mes devoirs. D'autres ne l'ont pas lu, mais moi oui. C'est injuste !

- Donc, elle ne croit pas que tu dises la vérité?
- Ben... non...
- Eh bien, devine quoi...
- Quoi?
- Ma mère m'a jeté un coup d'œil que je connais maintenant très bien.
- Je vais communiquer, j'imagine...
- Ouiiii!
- Mais qu'est-ce que tu veux que je lui dise? C'est mon enseignante!
- Et alors?
- Ben alors, c'est elle qui a raison : c'est la prof!
- Ça ne change rien, ça, Guillaume.
- Oui, mais de quoi je vais lui parler? Je n'ai rien à discuter... C'est elle qui a raison : c'est la prof! Ce n'est pas grave, maman! Je ne veux pas...
- Ce n'est pas grave, hein?
- Non.
- Pourquoi tu fais la baboune, alors?
- Je fais pas la baboune.
- Oui, tu fais la baboune. Tu es triste parce qu'elle ne te croit pas. Oui ou non?
- Elle avait parfaitement raison.
- ... Oui.
- Ta prof, ce n'est pas une personne? Ce n'est pas un humain? Elle doit toujours être parfaite et ne jamais faire d'erreur?
- Ben non... c'est pas ça que j'ai dit non plus!
- Guillaume, est-ce que tu aimerais ça que, moi et papa, on te demande d'être parfait tout le temps? Est-ce que tu crois que tu serais heureux?
- ... Non.

— Est-ce que tu trouves que c'est gentil de demander aux adultes et aux professeurs d'être toujours parfaits ?

J'ai réfléchi un instant.

— Non.

— Est-ce que tu aimes ton enseignante ?

— Oui.

— Alors, tu ne peux pas lui demander d'être parfaite. Ce n'est pas correct. Tu comprends cela ?

— OK.

— Je sais que c'est difficile, mais elle a le droit de faire des erreurs. Et elle a le droit de corriger son erreur.

J'ai soupiré. J'ai hoché la tête.

— Tu as le droit de demander à lui parler, tu as le droit de t'exprimer, tu as le droit de parler du sujet que tu veux. Et elle, elle a le droit d'avoir fait une erreur, comme tout le monde.

Bizarrement, la conversation modifiait complètement mon point de vue. Effectivement, personne ne peut être parfait. Et imposer la perfection est cruel. Jamais je n'avais compris de cette façon ce rapport à une personne qui avait de l'autorité sur moi. Jamais je n'avais interprété mon silence comme étant complice d'une cruauté envers une autre personne.

— Et tu n'as pas aimé qu'elle dise quelque chose qui n'était pas vrai devant tout le monde. Oui ou non ?

Elle avait parfaitement raison sur ce point aussi. J'avais été humilié.

— Oui, c'est vrai.

— OK. Maintenant, il y a un choix à faire. Es-tu prêt à prendre tes responsabilités ? Je vais t'aider.

J'ai hésité longtemps. Car je savais exactement dans quel projet je m'embarquais et que la soirée finirait très tard. J'ai soupiré.

— OK.

— Bravo! Alors, demain, tu vas lui demander de la rencontrer. D'accord?

— Oui, OK... Mais de quoi je vais lui parler?

— Tu vas lui parler du vrai sujet, du vrai problème.

J'ai regardé ma mère, les yeux interrogateurs, ne sachant pas quel était le *vrai* sujet.

— Tu vas lui parler de la confiance.

— Quoi? De la *confiance*? Maman, non! S'il te plaît... Je ne peux pas parler de ça... Je ne peux pas parler de la confiance à ma prof... Maman! Un enfant n'est pas censé parler de ce genre de truc! Ce n'est pas un sujet normal! J'ai 8 ans!

— C'est décidé. Tu vas lui parler de la confiance. Ce sera bien.

— Merde!

— Quoi?

— Rien.

Comme l'aurait affirmé Jules César en 49 av. J.-C., et mon père lorsqu'il me réveillait le matin, *Alea jacta est*: le sort en était jeté. Ma mère et moi avons passé la soirée à répéter et à répéter cette conversation. Définir ce que je souhaitais exprimer, définir comment je me sentais, définir ce que je voulais. Préparer mes respirations, me préparer à rester connecté à la conversation, préparer les phrases qui exprimaient ce que je voulais vraiment dire. M'entraîner à les formuler. Me préparer à prendre mon temps. Je n'ai pas dormi de la nuit tellement j'étais nerveux. Merde. Communiquer, c'est souvent très chiant.

Le lendemain, à 16 h, la cloche retentit. Les élèves se lèvent pour sortir de la classe. Je m'approche de mon enseignante, qui range ses effets dans son sac.

— Excusez-moi.

Elle lève les yeux, souriante.

— Oui, Guillaume.

— J'aurais besoin de vous parler.

Elle est surprise, mais se montre immédiatement intéressée.

— D'accord, Guillaume. Qu'y a-t-il ?

— J'aimerais aller parler dans un endroit plus privé, s'il vous plaît.

J'avais repéré le bon lieu pour nous asseoir et choisi le bon moment. Visiblement, elle ne comprend pas ce qui se passe.

— Euh ! Oui... D'accord... Je...

— Je propose d'aller dans le corridor, plus loin. Le groupe 43 est déjà sorti de la classe, alors nous serons tranquilles.

— Euh ! Oui...

Sans attendre, je me dirige vers la porte de ma classe ; mon enseignante me suit machinalement, comme si elle n'avait pas tout à fait conscience de ce qui se passe. Les rôles semblent étrangement inversés.

— Ici ? On peut s'asseoir ici ?

— Oui, d'accord.

Mon enseignante s'installe à côté de moi, au ralenti, en me surveillant, ne comprenant toujours pas qu'elle a été convoquée par un enfant.

— Qu'est-ce qui se passe, Guillaume ?

Mon cœur bat la chamade. Je prends une grande respiration. Elle attend. Je m'élançe.

— Vous ne me faites pas confiance.

Ouf ! Je l'ai dit. C'est bien. Mais je ne peux plus revenir en arrière. Parfois, en communication, il faut se mettre soi-même le bras dans le tordeur.

J'ai tout simplement parlé chinois. Elle reste là, à me regarder, les yeux écarquillés.

— Euh ! D'acc...

— J'ai réalisé que c'est un problème pour moi.

Son visage traduit mille et une questions. Elle ne s'attendait pas à ce genre de conversation.

— D'accord... Mais pourquoi dis-tu cela?

— À cause de ce que vous avez dit hier. Vous avez dit que je n'avais peut-être pas lu le chapitre du livre.

— Oui, oui... Je me rappelle...

— J'avais lu le chapitre.

— Oh... Oui, OK... Je vois.

— Et je vous ai dit que j'avais lu le chapitre. Mais, devant toute la classe, vous avez fait comme si vous ne me croyiez pas. Ça veut dire que si je vous dis quelque chose, vous pensez que je peux mentir. Ça veut dire que vous ne me faites pas confiance.

— Bien, Guillaume, j'ai confiance en toi... Je ne pensais pas que ça t'avait fait de la peine comme ça.

Aller jusqu'au bout de sa pensée.

Je prends une respiration.

— Ça m'a fait de la peine, mais ça m'a aussi fâché. Et ça m'a déçu, également. Les trois. Parce que je ne pensais pas que vous pensiez ça de moi.

— Guillaume, je comprends. Et je ne voulais pas te faire sentir comme ça. Tu sais, beaucoup d'élèves dans la classe ne font pas toujours leurs devoirs. Alors, parfois, je suis tannée de ça.

— Mais moi, je ne suis pas les autres dans la classe.

Mon enseignante prend un instant pour réfléchir.

— Oui, Guillaume. Tout à fait. Tu as raison. Si tu dis que tu as lu le chapitre, je te crois. Et c'est vrai que j'ai cru que tu ne l'avais pas lu. Je m'excuse de cela.

Je continue de l'écouter, en silence. Elle poursuit.

— ... D'accord?

S'assurer qu'il n'y a pas un élément qu'on ignore.

— Est-ce que c'est déjà arrivé que je vous aie dit quelque chose et que ce n'était pas vrai ?

— Hum ! Non...

— Est-ce que vous trouvez que je fais ce qui est demandé, d'habitude ?

— Oui ! Tout à fait, Guillaume ! Tu n'as pas à t'en faire.

Et une légère colère monte en moi. C'est une bonne chose, car cette émotion sert à faire respecter son territoire. Je suis en colère, car elle change légèrement de sujet pour rétablir la hiérarchie, donc pour retrouver son pouvoir habituel, en insinuant que je m'en fais, de façon générale. Elle l'a donc inconsciemment utilisée pour faire une insinuation qui l'avantage à ce moment-là de la conversation. De cette façon, elle peut éviter sa culpabilité en dirigeant la conversation vers un autre sujet, justifiant le fait qu'elle peut retrouver sa force et prendre soin de moi, donc retrouver son autorité. L'écoute de cette irritation me guide naturellement vers ma prochaine idée, mes prochaines intentions, mes prochains mots, ma prochaine phrase.

— Non, normalement, je ne m'en fais pas. C'est juste là.

— OK, oui, Guillaume. Je trouve que tu travailles très bien. Et je te fais confiance. Je m'excuse si j'ai insinué que tu n'avais pas fait le travail. OK ? Je vais faire attention.

Aller jusqu'au bout de sa pensée.

— J'aimerais que vous disiez à la classe que j'ai lu le chapitre.

— À tout le monde ? Tu crois que c'est vraiment nécessaire ?

— Oui.

— Pourquoi ?

— Parce que tout le monde peut faire des erreurs. Les enfants et les adultes peuvent en faire. Et quand on se trompe, on doit le dire.

Elle reste silencieuse un instant, réfléchit quelques secondes.

— Je comprends.

— Aussi...

— Oui...

— Parce que... parce que je ne veux pas que mes amis pensent que je ne fais pas le travail et que je mens. Sinon, ils ne vont pas me croire quand je dis quelque chose. Ils pourraient me dire: « Des fois, tu ne nous dis pas les vraies choses, alors... »

— OK, Guillaume, je comprends. Je vais en parler demain matin en commençant la journée.

— OK. Merci.

Je sens que les pendules sont maintenant remises à l'heure. La boule dans mon estomac est disparue. J'aime mon enseignante à nouveau. Je suis satisfait. Encore mieux, je suis fier de moi!

— Si vous trouvez encore que je n'ai pas fait le travail ou que vous pensez que je fais quelque chose de pas correct, j'aimerais mieux que vous m'en parliez avant, pas devant tout le monde. Ça me gêne.

— Oui, d'accord, Guillaume. On va faire ça.

— Ici, ça pourrait être notre endroit pour parler si on en a besoin?

Mon enseignante me sourit.

— Oui, d'accord. Ici, c'est parfait!

Lorsque je suis monté dans la voiture, ma mère m'attendait avec impatience. Je sais qu'elle était aussi nerveuse que moi au sujet de cette conversation. Dès que je me suis assis, elle m'a regardé. J'ai hoché la tête en souriant. Elle n'avait pas besoin de demander de détails. Elle voyait que j'étais fier de moi. C'était, dans les faits, ce qui comptait. Rien d'autre.

Je croyais que, avec le temps, les conversations importantes seraient de plus en plus faciles. Mais non. Elles sont toujours

aussi exigeantes, car les émotions sont les mêmes que celles que je ressentais lorsque j'avais 8 ans. Ma sensibilité ne s'est pas atténuée avec le temps. Ma façon de l'utiliser s'est transformée, cependant. La première habileté de communication que j'avais consciemment apprise était de *tout faire pour ne pas éviter la communication*.

La complicité

Dans mes temps libres, je dessinais principalement des animaux et des plans de robotique. J'imaginai des machines. Et je voulais les rendre réelles. J'étais surtout passionné par celles d'apparence humaine. Les androïdes. La technologie qui s'approche de la perfection humaine. La main était l'organe qui me fascinait particulièrement. J'étais obsédé par les mains. C'était, pour moi, le sommet de l'accomplissement biologique. Cette partie du corps humain pourvue de la parfaite combinaison de force, de délicatesse et de précision. Cet organe qui est l'extension matérielle de l'intention humaine, qui permet d'aller vers le monde, de le toucher, d'être en contact avec lui, de le découvrir, d'apprendre, de se lier à l'Univers.

Plusieurs théories considèrent que le développement de la bipédie chez les grands singes a fortement contribué au développement cérébral. La bipédie progressive a libéré les mains de leurs rôles de locomotion et de support. En se tenant de plus en plus debout, ces primates utilisaient davantage leurs mains, libres alors de découvrir le monde. Nous constatons que le développement de la boîte crânienne et l'augmentation du volume du cerveau sont liés à cette position debout et à l'utilisation des mains. Le cerveau s'est développé pour s'adapter au niveau croissant de stimulation, et ainsi traiter et

organiser les nouvelles informations reliées aux découvertes réalisées grâce aux mains.

Par les mains, l'humain entre en contact avec l'inconnu ; il est forcé de s'y adapter, de s'y intéresser et de faire face à une certaine forme de peur. Il doit faire des liens entre les connaissances qu'il a déjà et celles qui se créent au contact des nouveaux éléments. Plus les mains manipulent, plus le cerveau reçoit de l'information. Celles-ci sont donc des portes d'entrée pour les informations, incitant le cerveau à les organiser et à les intégrer de façon plus efficace. Comme dans le cas d'un entraînement musculaire, c'est la demande de la tâche qui détermine le développement des cellules.

À l'âge de 11 ans, j'ai fabriqué une main robotisée qui m'a permis de remporter un concours scientifique. Elle possédait cinq doigts avec des phalanges munies de détecteurs de pression. J'en étais très fier. Mon père m'avait initié à l'ingénierie, à la mécanique et aux circuits électriques. Il possédait une entreprise d'enseignes lumineuses. Il y travaillait très tard, tous les soirs. Alors que l'usine fermait vers 17 h, nous restions plus longtemps et j'avais la chance, dès cet âge, d'utiliser toutes les machines disponibles. Avec le recul, je pose affectueusement l'hypothèse que la création d'une main androïde exprimait ma volonté d'être tant bien que mal en relation avec ce monde déstabilisant. Peut-être que cette main serait plus forte et courageuse que moi ? Ce difficile contact physique avec le monde se manifestait de multiples façons, dont la difficulté que j'éprouvais dans les sports.

Je n'ai effectivement jamais eu beaucoup d'habiletés dans ce domaine. J'étais – et je suis encore – exceptionnellement gauche dans tous les sports qui exigeaient de lancer et d'attraper un objet. Dans les cours d'éducation physique, j'étais celui qu'on choisissait en dernier pour faire partie d'une équipe. Les

deux chefs me regardaient, les poings sur les hanches, ne sachant pas quoi faire. Chacun tentait alors de convaincre l'autre de me prendre.

Chef d'équipe 1 : Bon, ben... on vous laisse Guillaume.

Chef d'équipe 2 : Non, c'est OK, gardez-le. Nous avons assez de joueurs.

Chef d'équipe 1 : Qu'est-ce que tu racontes? Il vous *manque* un joueur!

Chef d'équipe 2 : Oui, mais... C'est bon... Justement, avec Guillaume, ça va annuler votre joueur en plus!

Mon apport était négatif dans une équipe. Pour neutraliser cet effet, il lui fallait un joueur en plus. Contrairement à ce qu'on pourrait penser, je n'étais pas du tout victime d'intimidation. En fait, j'avais beaucoup d'empathie pour mes coéquipiers. Ma présence dans une équipe était effectivement un problème. Mais il y avait en moi l'espoir inaltérable qu'un jour j'allais finir par performer. J'allais y arriver.

Avec cet espoir en tête, je me donnais à fond dès la mise au jeu, et je le faisais tant pour moi que pour toute l'équipe. Sans aucune réelle stratégie, je courais dans tous les sens. Ma candide volonté de bien faire n'était, en réalité, que de l'agitation. J'étais en sueur et à bout de souffle en trois minutes. Je ne savais pas ce que je faisais. Je bougeais, je gigotais. Et quand on ne sait pas ce qu'on fait, on croise les doigts et on compense avec de la volonté et beaucoup trop d'amour. L'effort et l'espoir étaient mes principales stratégies. Parfois, et je dis bien *parfois*, un moment de communication magique se produisait: un joueur de mon équipe éprouvait une certaine pitié pour moi et me regardait avec l'intention de me faire une passe. Il est fascinant de constater la quantité d'informations transmise dans un seul regard, en une fraction de seconde.

TABLE DES MATIÈRES

AVANT-PROPOS	9
Les particules vivantes	9
Les particules humaines	17
INTRODUCTION	25
Le mouvement dans l'Univers cosmique	25
L'énergie dans l'Univers cosmique	29
Le problème de l'univers humain	30
La solution de l'univers humain	31
PARTIE I. À LA RECHERCHE DE L'OR	35
I Devenir un chercheur d'or	36
Le petit chercheur d'or	36
La conscience de la solitude	40
L'apprentissage de la communication	42
La complicité	53
Le moment décisif	57
La quête	60
Voir et sentir l'invisible	65
Le tour du monde	74
L'université	77
II Bilan de notre communication	81
Communication et relations: où en sommes-nous?	81
Ce à quoi les humains aspirent	86
Le test de la réalité	88
La communication et les émotions négatives	92

L'impuissance	93
L'intelligence émotionnelle	97
Les trucs et les outils de communication	101
La simplification à outrance, ou l'art de créer des malaises	103
Au sujet de la science	110
Ce qu'il faut savoir pour comprendre la suite	114
La multiplicité des boîtes fixes: le langage	119
Les humains et les ressources	121
PARTIE II. LA CONSCIENCE DYNAMIQUE	129
III La conscience, l'énergie et la communication .	130
La conscience	130
L'énergie	141
L'énergie et la communication	148
Le triangle de la stabilité relationnelle	165
Comment utiliser les buts en communication	175
IV La conscience dynamique et son application . .	187
Jouer: l'expression de la conscience dynamique	187
Le fonctionnement de la conscience dynamique	194
Relation et survie	202
De la sensibilité à la vulnérabilité	208
Le rejet, ou l'anti-relation	232
L'évitement	238
La neurobiologie du respect	272
La validation	286
Le langage verbal	290
Les processus	298
Le fonctionnement des émotions	300
Les émotions en conscience dynamique	309
Le crédit et la faillite émotionnels	320
Les émotions et la communication	326

PARTIE III. LES JEUX INTERACTIFS	333
V L'attention, les yeux et la communication	334
Le miroir de l'âme	334
La cohérence intermodale et les expressions faciales.	340
La cognition.	343
Les clignements d'yeux.	352
VI L'intuition et la personnalité.	359
Les stratégies attentionnelles	359
SI et SA: la base de nos intuitions	365
Le pouvoir des systèmes conscients:	
piloter le dialogue en conscience dynamique	391
Le <i>timing</i>	403
VII L'or, ou l'équation universelle des dialogues.	414
Notre coffre-fort.	414
Où est l'or?	416
Les conditions d'accès	420
L'équation universelle des dialogues.	425
La maison, ou les règles de vulnérabilité	436
L'écoute en conscience dynamique.	440
L'expression vectorielle: l'art de créer du mouvement.	468
La communication à distance	480
PARTIE IV. LE CHERCHEUR D'OR	
MIS AU DÉFI	491
VIII Je suis toujours un chercheur d'or	492
Expéditions en Papouasie.	492
« Nous te surveillons lorsque tu dors »	512
La frontière irakienne.	515
L'amour et la mort en Éthiopie	530
Conclusion	554
Remerciements	563