

Université de Montréal

Écosystème relationnel pour une paix intérieure et extérieure : Modèle issu d'une méthode mixte en recherche sur l'approche de l'écoute compassionnelle selon The Compassionate Listening Project

Par Brigitte Gagnon

Institut d'études religieuses  
Faculté des Arts et des Sciences

Thèse présentée  
en vue de l'obtention du grade de  
Philosophiae Doctor (Ph.D.)

Octobre 2019

© Brigitte Gagnon, 2019

Université de Montréal  
Institut d'études religieuses

Cette thèse intitulée

Écosystème relationnel pour une paix intérieure et extérieure : Modèle issu d'une méthode mixte en recherche sur l'approche de l'écoute compassionnelle selon The Compassionate Listening Project

Présentée par

Brigitte Gagnon

A été évaluée par un jury composé des personnes suivantes

Professeur Jean-Marc Charron  
Président-rapporteur

Professeur Patrice Brodeur  
Directeur de recherche

Professeure Chantal Cara  
Membre du jury

Professeur Vern Redekop  
Examineur externe

## Résumé

Cette recherche en sciences des religions appliquées porte sur l'approche de l'écoute compassionnelle (Cohen, 2011) développée par l'organisme The Compassionate Listening Project (TCLP) et pratiquée en contexte de réconciliation entre Juifs et Palestiniens d'Israël, de la bande de Gaza et de la Cisjordanie. Selon Marie Pace (2005), qui a fait une étude de cas empirique sur cette approche de construction de la paix, plusieurs participants ont témoigné à leur retour que cette expérience avait été transformationnelle et avait changé leur vie. Certains parlaient même de guérison (*healing*) (Pace, 2005). Quel processus est au cœur de cette approche, dont le rôle de la compassion est central ? Comment se vit l'expérience de procurer et de recevoir de l'écoute compassionnelle ? Quel impact de transformation, voire de guérison (*healing*) est à l'œuvre ? Tel que le clament les auteures de cette méthode, s'il s'avérait qu'elle soit le moteur d'un dialogue plus profond et d'une réconciliation véritable, est-ce qu'il y a un apport particulier d'une forme de spiritualité ? Si oui, quelle est-elle ? Pour répondre à ces questions, une méthode mixte en recherche de type exploratoire fut empruntée, débutant par une phase qualitative suivie d'une phase quantitative de recherche (Cresswell & Plano Clark, 2011). Une observation participante au sein d'une délégation en Israël-Palestine en 2010 et quatorze entrevues individuelles auprès des délégués furent effectuées ainsi qu'une analyse documentaire sur les écrits liés à cette approche. La phase quantitative a inclus l'administration d'un questionnaire auprès de plusieurs anciens participants aux délégations organisées par TCLP de 1998 à 2015 (n=60). Ce qui a permis de vérifier des éléments de réponse sur l'objet d'étude fourni par les entrevues, en plus des composantes d'une théorie émergente. L'étude adopte la méthodologie de la théorie enracinée (*Grounded Theory*) et présente une théorie de processus social de base (Glaser, 2005) sur les conditions et facteurs favorisant le passage entre un état ou sentiment de séparation avec l'autre, vers une meilleure communication et une connexion profonde et communion. Ces stages s'inscrivent au sein d'un modèle théorique et appliqué nommé : Écosystème relationnel du mieux-être pour une paix intérieure et extérieure, lequel fait figure de plateforme relationnelle (Lederach, 2005) pour la contribution d'un *agenda du cœur* aux efforts de paix. Ce modèle informe sur le type de « réponse du cœur » en jeu dans un amour centré sur l'autre, communément vu comme un amour compassionnel (Fehr et al., 2009) et présente une série de variables, indicateurs et indices prenant en compte la synergie et qualité de présence particulières pouvant contribuer aux efforts de paix et à la création d'une culture de la paix intérieure et extérieure dans tout environnement.

**Mots-clé :** Écoute compassionnelle, transformation des conflits, culture de la paix, compassion, écoute, sciences des religions appliquées, amour compassionnel, agenda du cœur, réponse du cœur, conflit israélo-palestinien.

## Abstract

The research consists of an exploratory mixed-method research (Cresswell & Plano Clark, 2011) using a constructive Grounded Theory methodology (Charmaz, 2014, 2006). The object of study is experiences and transformations related to the practice of compassionate listening, as well as the process and type of spirituality at the heart of this approach for conflict transformation developed by *The Compassionate Listening Project* (TCLP) based in the United States. People get to sit with Israeli or Palestinian guest speakers and they listen to them share their story and experience with the conflict, wherever they can locate themselves in the political Spectrum. Trained with the compassionate listening approach, it becomes possible for them to affirm their deepest humanity and learn to hold the complexities related to the conflict (Cohen, 2011). 14 semi-structured interviews with delegates from the 2010 TCLP delegation, participant observation and document analysis, took place in the qualitative stage of the research. Followed by the administration of an online questionnaire to past participants of TCLP delegations between 1998 and 2015 (n=60). The study led to the emergence of a theoretical and practical Model named: *Well-being Ecosystem for Inner and Outer peace*, based on a social process theory (Glaser, 2005) informing on conditions and factors involved in the passage between three stages: from a feeling or state of separation with the other, to more communication and towards deep connection and communion. The integration chapter of the mixed methods presents four key pillars supporting this Model to help integrate an *agenda of the heart* to peace efforts, in the form of specific types of “responses of the heart” (affiliated to the notion of compassionate love, Fehr et al., 2009) inspired by the compassionate listening approach and series of variables, factors, and conditions to help cultivate a culture of peace in any environment. The quality of presence and environment at the relational level is exposed in the nexus of the notions of spirituality and practice for peacebuilding and conflict transformation. The research combines scientific and experiential knowledge in Social Sciences, Applied Religious Studies, Health and Contemplative Studies.

**Keywords:** Compassionate listening, conflict transformation, culture of peace, compassion, listening, applied religious studies, Israel-Palestine conflict, compassionate love, agenda of the heart, response of the heart.

## TABLE DES MATIÈRES

Résumé.....	2
Abstract.....	3
Liste des figures .....	9
Liste des tableaux.....	11
Liste des sigles .....	13
Liste des abréviations.....	14
Remerciements.....	16
<b>CHAPITRE 1. Introduction.....</b>	<b>17</b>
1.1 Problématique .....	17
1.2 Questions de recherche et les buts visés de l'étude .....	27
1.3 Fondements épistémologiques et le modèle d'enquête.....	32
1.3.1 Méthode mixte de recherche et pragmatisme .....	33
1.3.2 Constructivisme et post-positivisme.....	35
1.3.3 Théorie enracinée.....	37
1.4 Contribution de l'étude et ses limites.....	42
1.5 Survol des chapitres de cette étude .....	45
<b>CHAPITRE 2. Cadre théorique .....</b>	<b>47</b>
2.1 Schéma conceptuel de base.....	48
2.2 L'écoute compassionnelle selon <i>The Compassionate Listening Project</i> .....	49
2.2.1 Mission et curriculum .....	49
2.2.2 Une approche relationnelle et spirituelle pour la paix .....	52
2.3 L'amour compassionnel.....	65
2.3.1 Modèle pour la recherche sur l'amour compassionnel .....	67
2.3.2 « Réponse du cœur » et moment du choix .....	70
2.4 Écoute et dialogue en lien avec l'objet d'étude .....	71
2.5 Transformations et guérisons en lien avec l'objet d'étude .....	76
2.5.1 Transformation des conflits pour la construction de la paix.....	76

2.5.2 Transformations et guérisons au niveau personnel .....	79
2.6 Biais du chercheur au niveau théorique .....	86
<b>CHAPITRE 3. Cadre méthodologique .....</b>	<b>91</b>
3.1 Design de recherche et la méthodologie centrale : Méthode mixte de type exploratoire séquentielle et théorie enracinée .....	91
3.1.1 Concepts centraux dans la théorie enracinée .....	92
3.2 Cueillette des données et recrutement des participants.....	98
3.2.1 Phase qualitative : Entrevues semi-ouvertes, observation participante et analyse documentaire .....	98
3.2.2 Phase quantitative : Questionnaire en ligne .....	104
3.3 Analyse des données .....	112
3.3.1 Formes de codage dans la théorie enracinée.....	114
3.3.2 Phases de codage dans la théorie enracinée.....	115
3.3.3 Codage de processus .....	121
3.3.4 Outils d'analyse : Mémos, matrices, schémas et diagrammes.....	122
3.3.5 Analyse statistique .....	126
3.3.6 Analyse intégrée dans la méthode mixte de recherche .....	127
3.4 Biais du chercheur au niveau méthodologique .....	128
<b>CHAPITRE 4. Résultats d'analyse de la phase qualitative de la recherche .....</b>	<b>134</b>
4.1 Résultats de la phase initiale d'analyse.....	135
4.1.1 Étape 1 : Analyse des entrevues.....	135
4.1.2 Étape 2 : Analyse de texte et traitement des observations .....	157
4.2 Résultats de la phase axiale de l'analyse des données .....	165
4.2.1 Étape 3 : Émergence de la théorie.....	166
4.2.2 Étape 4 : Sensibilisation théorique grandissante.....	187
4.3 Résultats de la phase avancée d'analyse .....	198
4.3.1 Étape 5 - Catégorie centrale et analyse de la variation .....	198
4.3.2 Étape 6 : Assembler et expliquer la théorie .....	211
4.4 Rigueur scientifique pour la phase qualitative de la recherche.....	214

<b>CHAPITRE 5. Résultats d'analyse de la phase quantitative de la recherche.....</b>	<b>223</b>
5.1 Résultats d'analyse du questionnaire en ligne .....	223
5.1.1 Profil sociodémographiques des répondants.....	223
5.1.2 Implication avec TCLP et la construction de la paix et motivation à participer à une ou plus d'une délégation.....	225
5.1.3 Expérience en lien avec l'écoute compassionnelle.....	227
5.1.4 Transformations et guérisons en lien avec l'écoute compassionnelle .....	253
5.1.5 Contribution de l'écoute compassionnelle à la construction de la paix.....	261
5.1.6 Derniers commentaires sur l'expérience de la délégation et la participation au questionnaire.....	262
5.2 Rigueur scientifique pour la phase quantitative de la recherche .....	265
<b>CHAPITRE 6. Intégration des données : Modèle théorique et appliqué .....</b>	<b>268</b>
6.1 Aperçu global du modèle théorique et appliqué .....	268
6.2 Premier pilier (principe central) - Règle d'or renforcée par un principe de non-violence où l'écoute et la compassion sont essentielles .....	274
6.3 Deuxième pilier (savoir-être) - Canevas intérieur de polarisation à l'image de celui extérieur et mécanisme interne d'intégration des diverses formes de savoir pour une congruence personnelle et cohérence sociale .....	276
6.3.1 Composantes centrales du deuxième pilier.....	277
6.4 Troisième pilier (savoir-faire) - Matrice structurelle relationnelle comprenant des facteurs et conditions propices à une connexion profonde avec l'autre .....	292
6.4.1 Variable 1 : Format .....	295
6.4.2 Variable 2 : Messages-clé .....	309
6.4.3 Variable 3 : Messagers.....	323
6.4.4 Impact de la pratique de l'ÉC : Zones d'ombre et de lumière .....	336
6.5 Quatrième pilier (praxis/pratique) : Guide et outils pour une culture de la paix dans tout environnement.....	344
6.6 Rigueur scientifique pour le modèle théorique et appliqué .....	349
6.6.1 Crédibilité .....	349
6.6.2 Originalité .....	351

6.6.3 Résonance .....	353
6.6.4 Utilité .....	356
6.6 Rigueur scientifique globale pour l'étude.....	358
<b>CHAPITRE 7. Conclusion .....</b>	<b>375</b>
7.1 Contribution de cette étude.....	376
7.2 Limites et pistes de recherches futures .....	385
<b>Références bibliographiques .....</b>	<b>392</b>
<b>Annexes .....</b>	<b>407</b>
Annexe A : Questions exploratoires pour les entrevues .....	408
Annexe B : Certificat éthique pour la recherche de l'Université de Montréal .....	409
Annexe C : Lettre de recrutement et formulaire de consentement aux entrevues .....	412
Annexe D : Questions-guides facilitant la réflexivité à titre de chercheur .....	417
Annexe E : Liste des thèmes récurrents découlant de l'analyse initiale des entrevues .....	418
Annexe F : Description des indicateurs-concepts de la Matrice selon les écrits sur l'ÉC..	419
Annexe G (G1-G9) : Étapes itératives d'analyse menant à la formulation des dites réponses du cœur associées aux neuf indicateurs-concepts de la Matrice : l'exemple du contenant sécuritaire.....	421
Annexe H : Indicateurs-concepts du Dialogue Intervention du Monde pour la Matrice .....	450
Annexe I : Description des polarités selon les travaux de Myss (2009).....	451
Annexe J : Ébauche d'introduction et objectifs du Guide pour le Modèle.....	456
Annexe K : Analyse de variations entre les trois stades de la connexion sociale : l'exemple du contenant sécuritaire .....	457
Annexe L : Questions-guide pour le pré-test du questionnaire en ligne.....	466
Annexe M : Courriels d'invitation et de rappel à remplir le questionnaire en ligne .....	467
Annexe N : Questionnaire en ligne.....	468
Annexe O : Compilation statistique sur le profil des répondants du questionnaire en ligne, leur participation à la formation et délégations de TCLP et dans le domaine de la construction de la paix.....	478



Annexe P : Passage d'une difficulté à connecter à une connexion profonde : Classification des commentaires des répondants au questionnaire.....	485
Annexe Q : Ouverture et fermeture du cœur selon diverses dimensions de l'être : Classification des commentaires des répondants au questionnaire.....	488
Annexe R : Effets physiologiques constatés chez soi pendant les sessions d'écoute : Classification des commentaires des répondants au questionnaire.....	489
Annexe S : Effets physiologiques constatés chez les invités des sessions d'écoute : Classification des commentaires des répondants au questionnaire.....	490
Annexe T : Classification des commentaires des répondants au questionnaires (questions 20-22) selon des thèmes centraux pour le modèle émergent.....	491
Annexe U : Moment le plus profond : Compilation des commentaires des répondants au questionnaire.....	497
Annexe V : Tableau sur l'influence des aspects administratifs de TCLP sur l'expérience des répondants au questionnaire.....	499

## Liste des figures

Figure 1 : Schéma conceptuel de base .....	48
Figure 2 : Composantes centrales du cadre méthodologique.....	91
Figure 3 : Thèmes centraux dans la théorie enracinée selon des dimensions stratégique, tactique et opérationnelle.....	92
Figure 4 : Résultats d'analyse de la phase qualitative de la recherche selon les phases d'analyse de la théorie enracinée .....	134
Figure 5 : Progression vécue par les participants aux entrevues (délégation TCLP 2010) ....	157
Figure 6 : Compilation d'éléments de la méthode de l'écoute compassionnelle liés aux notions de prédisposition, motivation (intention) et action selon les écrits des pionnières de cette approche (Hoffman, 1991, 1997, 2003 ; Green, 2001, 2007 ; Hoschinski, 2001).....	160
Figure 7 : Matrice structurelle conséquentielle - première dimension .....	167
Figure 8 : Matrice structurelle conséquentielle - deuxième dimension .....	171
Figure 9 : Matrice structurelle conséquentielle - troisième dimension.....	174
Figure 10 : Matrice structurelle conséquentielle - quatrième dimension.....	178
Figure 11 : Image d'une interface entre conscience humaine et divine chez l'individu.....	185
Figure 12 : Schéma conceptuel avancé.....	190
Figure 13 : Distinctions entre débat et dialogue (Abu Nimer, 2007 ; Yankelovich, 1999)....	196
Figure 14 : Schéma du continuum de la connexion sociale entre la séparation et la communion avec l'autre dans la pratique de l'écoute compassionnelle .....	205
Figure 15 : Éléments entourant la volonté et capacité dans la connexion profonde avec l'autre .....	208
Figure 16 : Positionnement des résultats qualitatifs en fonction de l'objet d'étude .....	212
Figure 17 : Association entre les questions et produits d'analyse de la phase qualitative avec les questions du questionnaire pour la phase quantitative.....	213
Figure 18 : Les quatre piliers du modèle théorique et appliqué.....	268
Figure 19 : Piliers détaillés du modèle <i>d'Écosystème relationnel pour le mieux-être intérieur et extérieur</i> .....	269
Figure 20 : Interface entre la conscience humaine et divine chez l'individu : le moment du choix .....	285

Figure 21 : Matrice structurelle relationnelle pour l'intégration d'un <i>agenda du cœur</i> aux efforts de paix avec l'écoute compassionnelle .....	293
Figure 22 : Éléments en lien avec la volonté (vouloir) et la capacité (pouvoir) dans l'action de connecter de plus en plus profondément avec l'autre .....	335
Figure 23 : Effet de tori dans le choix de la lumière versus l'ombre .....	339

## Liste des tableaux

Tableau 1 : Facteurs de motivation pour la participation aux délégations de TCLP .....	226
Tableau 2 : Degré d'importance de facteurs liés à la pratique de l'écoute compassionnelle .	228
Tableau 3 : Défis communs pour l'écouteur durant les sessions d'écoute compassionnelle..	230
Tableau 4 : Éléments facilitateurs pour l'écouteur durant les sessions d'écoute compassionnelle .....	232
Tableau 5 : Niveau d'aide des indicateurs-concepts liés à l'approche de l'ÉC dans le passage vers une connexion profonde pour les répondants ayant répondu « oui » à la question no. 14 et menant automatiquement à la question no 16.....	236
Tableau 6 : Niveau d'aide des indicateurs-concepts liés à l'approche de l'ÉC dans le passage vers une connexion profonde pour les répondants ayant répondu « non » à la question no. 14 et menant automatiquement à la question no 18.....	237
Tableau 7 : Éléments de changement vécus au niveau personnel dans le passage d'une difficulté à connecter avec un invité à une session d'écoute, vers une connexion profonde, rattaché à un souvenir précis .....	239
Tableau 8 : Éléments de changement vécus au niveau personnel dans le passage d'une difficulté à connecter avec un invité à une session d'écoute, vers une connexion profonde, rattaché à l'expérience du délégué en général.....	241
Tableau 9 : Énoncés représentant les réponses du cœur actualisées rattachées à l'ÉC .....	251
Tableau 10 : Éléments de transformation liée à l'expérience de l'ÉC en lien avec le CONFLIT (dans la région visitée) pour les délégués .....	253
Tableau 11 : Éléments de transformation liés à l'expérience de l'ÉC en lien avec ÉCOUTER AVEC LE COEUR pour les délégués .....	254
Tableau 12 : Énoncés de transformation liée à l'expérience de l'ÉC en lien avec la CONNEXION pour les délégués .....	255
Tableau 13 : Énoncés de transformation liée à l'expérience de l'ÉC en lien avec la SPIRITUALITÉ pour les délégués .....	256
Tableau 14 : Éléments de transformation liés à l'expérience de l'ÉC pour les délégués .....	258
Tableau 15 : Types de contribution de l'approche de l'écoute compassionnelle à la construction de la paix .....	262

Tableau 16 : Données sociodémographiques et autres caractéristiques liées au profil des répondants .....	478
Tableau 17 : Importance des croyances religieuses et spirituelles pour donner une force à faire face aux difficultés de tous les jours .....	480
Tableau 18 : Niveau de confort avec l'anglais écrit .....	480
Tableau 19 : Niveau de formation offerte par TCLP complétée .....	481
Tableau 20 : Année de participation à la première ou seule délégation de TCLP .....	481
Tableau 21 : Année de participation à la deuxième délégation de TCLP.....	482
Tableau 22 : Année de participation à la troisième délégation de TCLP .....	482
Tableau 23 : Lieu de participation de la délégation organisée par TCLP.....	483
Tableau 24 : Implication dans le domaine de la construction de la paix .....	483
Tableau 25 : Fonctions exercées dans le domaine de la construction de la paix .....	483
Tableau 26 : Nombre d'années d'implication dans le domaine de la construction de la paix .	483
Tableau 27 : Facteurs d'influence au niveau administratif.....	499

## Liste des sigles

BSP : Basic Social Process theory

DIVM : Dialogue Intervention du Monde

EC : Écoute compassionnelle

OMS : Organisation mondiale de la santé

PSSB : Processus social structurel de base

PPSB : Pprocessus psychologique social de base

TCLP : The Compassionate Listening Project

TE : Théorie enracinée

## Liste des abréviations

Etc. : Et cætera

No. : Numéro

Je dédie cette thèse à mes enfants Isabelle et Pascale :  
Chaque fois que je vous regarde, je vois le soleil, la lune et les étoiles !

Aussi, à mes parents adorés, Hilaire et Monique, pour l'amour que  
nous partageons et qui nous apporte tant de joie et de réconfort !



## Remerciements

Approchant la fin de mon projet, réaliser combien d'individus je dois remercier pour avoir rendu ce projet possible me rend humble. C'est une joie et un honneur de pouvoir exprimer la gratitude que je ressens pour chacun. D'abord, j'aimerais remercier mes parents et mes enfants pour leur soutien et amour indéfectibles et inconditionnels.

Ensuite un merci du fond du cœur à mon directeur de thèse, Dr Patrice Brodeur, pour avoir cru en mon projet du début à la fin. Y croire car 'il sait', faisant preuve d'un savoir-être et savoir-faire relationnel qui permet à une œuvre d'abord en pensée et ensuite en devenir de pouvoir s'actualiser et se déployer. Merci pour tous ses conseils, connaissances et expertises. Je remercie les membres du jury pour leurs commentaires et conseils judicieux menant au dépôt final de cette thèse. Il s'agit des professeurs Jean-Marc Charron, Patrice Brodeur, Chantal Cara et Vern Redekop. Je remercie de plus certains employés de l'Université de Montréal qui selon leur fonction ont soutenu la réalisation de ce projet et je pense ici notamment à Mme Claudine Leprohon de la bibliothèque de l'Université de Montréal.

Merci aussi à Leah Green, de l'organisme The Compassionate Listening Project, qui a soutenu mes efforts de recherche dès le moment où je lui ai fait part de mon désir de me pencher sur l'approche qu'elle a développée avec des collaboratrices. Elle a rendu possible une formation à cette approche et participation à titre de chercheur participante lors de la délégation en Israël-Palestine en 2010. Du même coup, merci aux participants à l'étude, tant pour les entrevues que pour le questionnaire : tous des participants aux délégations de TCLP à travers les années. Merci aussi à Andrea Cohen qui m'a permis d'apprendre d'une façon expérientielle cette approche.

Un merci tout particulier pour les connaissances et expertises particulières en recherche, statistiques, graphisme et autres à : Isabelle Gagnon-Arpin, Ron Melcher, France Gagnon, Ron Melcher, Sharon Gubbay-Heffner et Ann Lewis. Je reconnais aussi le soutien de mes frères et sœurs et amis. Finalement, merci à la vie et au destin ayant mis ce projet sur mon chemin et me permettant d'en appliquer les découvertes et profondeurs au niveau professionnel, en plus que personnel.

# CHAPITRE 1. Introduction

Pour décider si ce que nous faisons est bien ou mal, nous devons interroger ceux pour lesquels nous agissons. C'est l'autre qui doit décider si une action est bonne ou mauvaise, non celui qui la fait. Personne d'autre ne sait mieux si une action est bonne ou mauvaise que celui qui est concerné. L'autre connaît ton agir.

Elie Wiesel

Les guerres prenant naissance dans l'esprit des hommes, c'est dans l'esprit des hommes que doivent être élevées les défenses de la paix...  
Acte constitutif de l'UNESCO, 1945

## 1.1 Problématique

Cette thèse<sup>1</sup> est la deuxième portant sur l'approche de l'écoute compassionnelle (ÉC) développée par l'organisme *The Compassionate Listening Project* (TCLP) et pratiquée dans le cadre de délégations en contexte de réconciliation entre Juifs et Palestiniens d'Israël, de la bande de Gaza et de la Cisjordanie. La première est une étude de cas empirique réalisée par Marie Pace en 2005 dont l'objectif est de répondre à un besoin de connaissances scientifiques sur les présuppositions, attitudes, rôles et actions de citoyens impliqués dans des initiatives de construction de la paix telles que TCLP. À l'aide d'une observation participante et des entrevues individuelles au sein des délégations de 1999 et 2000, Pace examine les dimensions historiques, sociales et politiques de cette initiative dans le nexus entourant les notions de réconciliation, justice et coexistence au sein des efforts de paix en contexte contemporain. Elle rend compte de la complexité des dynamiques identitaires des acteurs-clé : délégués, facilitateurs à l'ÉC et invités à des sessions d'écoute dans le cadre des délégations, lesquels sont des israéliens et palestiniens venant raconter leur histoire, vécu et espoirs en lien avec le conflit. TCLP a organisé 32 délégations depuis 1998. Elles sont composées de 20 à 25 personnes, en général des Nord-Américains, qui se rendent en Israël-Palestine pour pratiquer l'ÉC. Les invités israéliens et palestiniens aux sessions d'écoute proviennent de tout le spectre idéologique en lien avec le conflit dans la région. Ce qui fait en sorte que les délégués vont entendre une pluralité de voix représentant diverses perspectives dans le paysage politique, social, religieux, culturel et économique en Israël-Palestine. Une à trois sessions d'écoute prennent place tous les jours, d'une durée d'une à deux heures chacune. Une délégation dure environ

---

<sup>1</sup> Dans cette thèse, l'emploi du masculin pour désigner des personnes n'a d'autres fins que celle d'alléger le texte.

deux semaines. Lors de la première journée en Israël-Palestine, les délégués suivent une formation à l'ÉC et cet apprentissage se poursuit durant le reste du séjour. L'interface entre l'étude de Pace et celle-ci de l'étudiante-chercheuse gravite autour d'un carrefour où se sont retrouvées les deux pionnières à l'ÉC : Gene Knudsen Hoffman et Leah Green et qui les ont menées à développer l'ÉC. Voyons leur œuvre et ensuite ce point culminant dans lequel s'inscrit cette étude.

Gene Knudsen Hoffman (1910-2010), écrivaine, poète et thérapeute fut activiste pour la paix dès 1951 avec le mouvement de non-violence interreligieux *Fellowship for Reconciliation*. Cet engagement l'a amenée à voyager à de nombreuses reprises dans l'ancienne Union Soviétique à l'époque de la guerre froide avec les États-Unis et ensuite au Moyen-Orient. Elle a voulu intégrer une écoute profonde dans le processus de réconciliation et de transformation des conflits dû à une frustration vécue sur le terrain de la construction de la paix qui impliquait deux camps. Il s'agit d'abord du camp des activistes voulant adresser les causes structurelles des conflits et dont l'action porte sur la défense des droits et la justice sociale et ensuite, du camp diplomatique qui désire transformer « les cœurs et les esprits » de ceux impliqués dans les conflits et où l'emphase est mise sur la transformation de ces conflits (Pace, 2005, p.21). Pace réfère à ce que John Paul Lederach, auteur chevronné et intervenant reconnu dans ce domaine, nomme comme le camp révolutionnaire versus le camp axé sur la résolution (*revolutionary and resolutionary*) (p. 22). La différence principale étant que le premier camp favorise l'intercession des droits : là où un camp peut être choisi au détriment de l'autre ; alors que dans le deuxième tous les camps sont pris en compte dans une approche de médiation. Selon Lederach, à la base des conflits sociaux se trouve une forme perçue d'inégalité et de déséquilibre au niveau du pouvoir. Pour lui, la conscience et la connaissance liées à cette asymétrie sont souvent méconnues de la société en question, surtout du côté de ceux et celles qui sont favorisés par le pouvoir en place. Pour mener le conflit à une paix durable<sup>2</sup>, une prise de conscience des besoins et des intérêts légitimes de tous ceux qui sont impliqués dans le conflit doit prendre place. Également selon lui, la reconnaissance des sources sous-jacentes aux conflits constitue l'étape intermédiaire pour passer de la confrontation à la résolution. Pour Gene Knudsen Hoffman, le

---

<sup>2</sup> La notion de paix durable dans cette thèse est liée à la notion de *sustainable peace*. Le mot « durable » est utilisé aussi dans le sens de ce que l'on retrouve avec la notion de développement durable, c'est-à-dire qui prend en compte la dimension systémique et de durée à long-terme. L'interrelation entre les dimensions environnementale, sociale, économique et culturelle sont prises en compte (Early & Early, 2013, p.113-114) en vue d'un certain succès pour éviter le conflit ou son retour (Ramsbotham et al., 2016). On pense ici à une paix pouvant être maintenue, avec les ressources et capacités pour se faire. La paix durable inclut de plus l'idée apportée par l'expression « paix véritable », c'est-à-dire qui adresse les causes sous-jacentes des conflits. J'adopte la position qu'une paix durable devrait toujours être au centre de tout processus de transformation des conflits. Pour simplifier et alléger le texte dans cette thèse, j'utilise la notion de 'paix' voulant dire la paix durable.

climat ambiant de colère entre ces deux camps sur le terrain faisait en sorte que ce niveau sous-jacent au conflit n'était pas adressé :

For most of my forty years with the peace movement, I felt that something was missing, something was out of harmony. Somehow we peace people, who wanted no enemy, always seemed to have one. There was the Nazis, the anti-communists, the military-industrial complex, the torturers, the contras and the Israelis. Sometime ago I recognized that terrorists were people who had grievances, who thought their grievances would never be heard, and certainly never addressed. Later I saw that all parties to the conflict were wounded, and at the heart of every act of violence is an unhealed wound. (Hoffman, 2001, cité dans Pace, 2005, p. 106)

Trois constats l'ont menée à développer l'approche de l'ÉC (Manousos, 2003) : 1. Les activistes pour la paix ne sont pas nécessairement en paix à l'intérieur d'eux-mêmes et se retrouvent souvent impliquées dans diverses dynamiques de pouvoir. 2. Il est facile de défendre ceux qui sont considérés comme les opprimés mais les points de vue de ceux vus comme les oppresseurs sont rarement entendus. 3. Chaque côté du conflit souffre et il est important de trouver des façons pour que chacun puisse s'écouter et communiquer à l'autre la part d'humanité et de souffrance qu'il vit.

La tâche d'écouter ceux que l'on considère comme « l'ennemi » avec le même degré d'ouverture, de non jugement et de compassion qu'on le ferait pour ses amis est devenu l'enjeu principal. Ceci, dans le but de mieux comprendre la part de vérité dans chacun (Hoffman, 1991, p. 10): « Everyone has a partial truth, and we must listen to, discern, and acknowledge this partial truth in everyone – particularly those with whom we disagree. » Un espoir de paix réelle reposait, pour Hoffman, sur l'écoute du récit de l'histoire personnelle et de l'expérience des uns et des autres dans le but de tenter de déceler leurs besoins, intérêts et préoccupations à la racine même du conflit (Pace, 2005).

Un écrit de Hoffman datant de 1991: *Pieces of the Mideast Puzzle: Israelis and Palestinians* a attiré l'attention de Leah Green. Elle a contacté Hoffman et les deux se sont associées en 1996 pour introduire une approche et un outil appelé *compassionate listening* dans le cadre de délégations en Israël-Palestine que Green dirigeait pour le compte de l'organisme *Earthstewart Network*. Cet organisme est devenu *The Compassionate Listening Project* avec, comme activité centrale, l'écoute compassionnelle. Green, interviewée par Pace (2005), explique comment l'intégration de cette approche a permis de combler des difficultés rencontrées au sein des délégations et sa prise de conscience à ce niveau :

Well, I know that some people were coming out of my pre-compassionate listening trips really angry. And, this is one thing that motivated me to do the compassionate listening. I think it was a reflection of where I was at. I was really angry at Israelis. And I knew I needed this for myself. It

started scaring me when I began seeing people who graduated from my trips mirror back to me this kind of outrage that went beyond... It seemed really anti-Semitic to me. And I just went 'Uhn oh! That's not helping. (Green, cité dans Pace, 2005, p. 108)

L'emphase fut mise sur l'écoute pour contrer le climat de polarisation qui régnait au sein de ces délégations et qui alimentait des débats nocifs plutôt que constructifs. L'introduction de l'écoute compassionnelle a eu pour effet, toujours selon Green (interviewée par Pace, 2005, p. 109), que les participants ont été en mesure de s'élever au-dessus d'un narratif polarisateur en lien avec les multiples identités liées au conflit israélo-palestinien et de l'activisme politique devenu nuisible au sein des délégations. La priorité fut mise sur la prise en compte des causes sous-jacentes au conflit, c'est-à-dire les blessures vécues par les individus dans leur expérience du conflit. Cette forme d'écoute inclut la possibilité d'entendre la colère, désormais comprise comme une manifestation de conditions psychologiques non adressées qui ne fait qu'envenimer le conflit plutôt que d'offrir des solutions (Pace, 2005, p. 107-108). Notons ci-haut la notion d'expérience du conflit car les blessures personnelles liées aux conflits peuvent être multiples. Mais là où il est intéressant de porter notre attention est sur l'expérience de cette expérience du conflit et les choix qui s'ensuivent.

Ces blessures peuvent se manifester à divers niveaux, dont physique, émotionnel, mental, social et spirituel (Chaitin, 2011). Elles sont liées à des aspects systémiques en lien avec le conflit, tels qu'économiques, politiques, culturels, religieux et autres ayant un impact sur le mieux-être individuel et collectif (Bar-Tal & Halperin, 2011). Ce qu'il y a de commun par contre est la présence d'une souffrance. La façon de la vivre, gérer, transformer, voire même transcender varie d'une personne à l'autre. Sinon, comment expliquer que des parents israéliens et palestiniens ayant perdu un enfant aux mains du conflit réunissent leurs efforts pour former une organisation oeuvrant conjointement pour la paix en Israël-Palestine, alors que d'autres parents dans la même situation ne peuvent tolérer être en présence de parents de l'autre camp ? L'identité commune de parent en deuil et le désir que cesse cette violence semble unir ceux qui unissent leurs efforts dans un choix délibéré et conscient d'œuvrer en collaboration pour une cause commune qui est la paix, alors qu'il en est autrement pour les autres.

Ce qui sous-tend ce type de choix visant la collaboration sera examiné dans cette étude car plusieurs délégués au sein des délégations de TCLP se retrouvent dans cette position de devoir écouter et s'efforcer de ressentir de la compassion pour des invités aux sessions d'écoute envers qui ils ressentent un sentiment négatif ou un état de fermeture significatif. Certains diront n'avoir jamais pensé être un jour en présence de certains invités représentant un danger pour eux, par exemple des colons juifs d'extrême droite sioniste

pour certains et des candidats palestiniens à l'auto-suicide avec bombe pour d'autres. Devant un état ou un sentiment de fermeture important face à l'autre, où il importe de connecter<sup>3</sup> avec le cœur, que se passe-t-il en termes de prédisposition et de motivation dans l'action menant à un état ou sentiment d'ouverture du cœur et de connexion profonde ? En quoi est-ce que la pratique de l'ÉC, laquelle sera définie plus loin plus en profondeur, facilite ou non ce passage ? Quelles conditions et facteurs sont en jeu ? Quels types de changements ou déclics sont à l'œuvre dans ce passage ? Comment se vit cette expérience transformative ? Qu'est-ce que les réponses à ces questions fournissent comme enseignement pour le domaine de la construction de la paix et la création d'une culture de paix dans tout environnement ? L'étude fournit des indices de réponse à ces questions. Par le fait même, elle jette un éclairage sur les écueils à la paix, identifiés par les pionnières à l'ÉC citées ci-haut.

Car nous pouvons constater que la colère et la polarisation sont toujours présents au sein des conflits et des guerres. Nous en sommes témoins au quotidien via les médias de masse et plus près de nous : dans les familles, milieux de travail et communauté, là où la colère et la polarisation mènent à des conflits et des débats destructifs plutôt que constructifs. Qui plus est, l'importance de l'écoute profonde et de la compassion devant un soi-disant ennemi et en situation de conflit ne fait pas partie de l'entendement populaire ou d'automatismes. On reconnaît certes le besoin de négocier et de dialoguer pour trouver un terrain d'entente afin de cheminer vers la résolution du conflit. Mais qui ira jusqu'à adresser les blessures profondes qui sous-tendent les conflits ? On relègue généralement cette responsabilité à des spécialistes tels que psychologues et experts en résolution de conflit aptes à adresser ce niveau de difficulté. Pourtant, la possibilité de renforcer et développer des habiletés ainsi que des environnements propices à un espace qui prend en compte cette dimension existe bien. Laissé au hasard par contre, multiples intérêts personnels et collectifs en jeu (économique, politique, religieux et autres) peuvent dominer l'agenda de la transformation des conflits, qu'ils soient en zone de guerre ou de soi-disant paix. Sans une feuille de route, un canevas et un plan compréhensif accompagnés de guides et d'outils qui permettent d'adresser cette dimension, cela peut être difficile à actualiser et même à envisager. On relègue ces limites à la nature et à la condition humaine alors qu'il s'agit d'actions précises pouvant s'inscrire dans un tout renseignant sur la façon dont ces écueils peuvent être transformés pour une paix durable.

---

<sup>3</sup> L'utilisation du verbe « connecter » dans cette thèse signifie l'action d'établir une connexion avec quelqu'un. Nous pourrions dire se relier à quelqu'un ; établir un lien, une rencontre, etc. Le verbe connecter (avec) est choisi car il est près de ce qui est utilisé en anglais dans la méthode de l'ÉC « to connect (with) ». Ce qui peut être de connecter avec l'autre avec le cœur (*connect with the heart*) ou de façon profonde (*deep connection*) comme nous le verrons dans cette thèse.

C'est à ce carrefour que s'est retrouvée ma recherche alors que l'espace dialogique et transformationnel apporté par l'approche de l'ÉC devient une forme de portail permettant l'intégration d'un « agenda du cœur » aux autres types d'agendas dans les efforts de paix (politique, économique, religieux, etc.). Ce qui sera explicité dans la thèse. Ce dit agenda du coeur permet de transcender la polarisation au centre des conflits et d'en adresser les causes sous-jacentes. Cette forme de portail a mené au développement d'un modèle théorique et appliqué découlant de données du terrain même, ce qui fait de cette thèse un modèle pour les sciences des religions appliquées. Le modèle fait figure de plateforme relationnelle pour guider cette action : une notion apportée par Lederach qui explique « qu'au-delà de la signature d'accords formels, un changement véritable pour la paix demande que des plateformes dynamiques et permanentes soient établies pour aider les gens à soutenir des processus et des relations constructives, capables de générer des solutions non-violentes devant les hauts et les bas de la vie sociale, politique et économique » (Lederach, 2005, p. 47-48). Ces plateformes interpellent la toile complexe des histoires sociales et relationnelles imbriquées dans le contexte entourant le conflit et visent à mobiliser les gens vers de nouvelles solutions et une nouvelle base de compréhension et de respect. Lederach (2005) voit ces plateformes comme une forme de système immunitaire qui dresse la voie et procure un mouvement vers une santé à long-terme mais qui adresse obligatoirement les défis profonds enracinés dans le contexte relationnel où la paix est visée.

Au centre du modèle proposant une forme de plateforme relationnelle se trouve le type de qualité de présence pouvant créer et soutenir une culture de la paix durable. Il s'agit d'une autre notion que Lederach a identifiée comme centrale pour la construction de la paix et qui interpelle la *dimension spirituelle des conflits*. Dans l'ouvrage publié en 2015 : *The Oxford Handbook of Religion, Conflict, and Peacebuilding*, édité par Omer, Appleby et Little, le chapitre de Lederach se démarque en ce sens. Il positionne la dimension profonde et intérieure en jeu dans la praxis (action, pratique) même de la transformation des conflits en zone de conflits violents. Le type de présence requise demande d'atteindre et de retourner à un espace intérieur profond où prend racine la tension et le débat concernant l'autre, l'ennemi, selon lui. Ceci demande un retour au monde intérieur profond:

The act of reaching out emanates from and must return to the deep inner world. Here I refer to the less accessible or empirically observable interior world of the individual where competing voices, anxieties, and debates arise within the potential peacebuilder as she or he encounters perceived and real enemies. A probe into the spiritual and ultimately creative worlds, the inner and outer, invites us to explore the nexus and confluence of tributaries that provide insights into and nurture the quality of presence required to sustain constructive encounter with the enemy-other. (Lederach, 2015, p. 541)

Peu de connaissances existent sur ce que l'auteur appelle : le dynamisme de l'être et la réponse qui émerge dans la construction de la paix et qui mène à transcender la violence. Pourtant dit-il, « the resilient soul capable of sustaining a healthy self and creative engagement of the other unveils the mystery of the pathways that connect the inner world with the ever present threat of the outer world » (Lederach, 2015, p. 550). La compassion et une qualité de présence compassionnelle permettent selon lui de faire ces ponts, ce que nous exposerons dans notre modèle tout en voyant des définitions pour ces deux éléments, à la lumière des enseignements de l'écoute compassionnelle selon TCLP. En se faisant, des éléments cruciaux pour la paix selon les deux auteurs suivants seront également mis en lumière.

Michael Lerner, rabbin, écrivain, docteur en psychologie et activiste pour la paix en Israël-Palestine depuis plusieurs décennies, démontre dans son ouvrage publié en 2012 intitulé : *Embracing Israel/Palestine : a Strategy to Heal and Transform the Middle East*, que la première étape pour transformer le conflit israélo-palestinien est de transformer la façon dont chaque côté du conflit voit l'autre. Il étaye son propos à partir d'une analyse pointue des facteurs historiques, géopolitiques, socioéconomiques, culturels, religieux et spirituels en place. À son avis, une plus grande compréhension des besoins de sécurité et de justice de chacun des deux côtés du conflit est essentielle. Ceci demande de mettre de côté la compréhension voulant que la sécurité de l'un dépend de la domination de l'autre (Lerner, 2012, p. 2). Ce désir de domination a pour effet de démoniser l'autre et seul un cœur ouvert et une nouvelle capacité de voir « l'ennemi » comme un être humain qui partage les mêmes besoins de paix, de sécurité, de dignité et de reconnaissance que soi-même peut mener à une transformation de la conscience dit-il.

Il s'agit pour lui de la condition centrale pour apporter une forme de présence spirituelle permettant de gérer un processus de réconciliation durable. Car au-delà de traités officiels affirme-t-il, une paix réelle ne peut survenir sans ce niveau de conscience qui implique de se défaire du jeu du blâme et de la polarisation montrant un côté du conflit comme étant le « bon » et l'autre comme étant le « méchant » (Lerner, 2012, p. 307). L'approche de l'ÉC reste volontairement loin de la polarisation et selon Pace (2005) c'est ce qui explique sa popularité dans la région. La priorité est mise sur établir un lien profond avec les autres à partir de l'humanité commune qui unit plutôt qu'à partir de ce qui sépare les gens des uns et des autres.

Un message semblable est apporté par le quatorzième Dalai Lama de tradition bouddhiste tibétaine qui œuvre pour la paix dans le monde depuis plusieurs décennies. L'enjeu pour la paix est de mettre



l'emphase sur les ressemblances plutôt que sur les différences, ce qui dit-il, demande une discipline personnelle afin de déceler ses perceptions et ses attitudes qui surviennent de façon automatique et qui mènent à la séparation avec l'autre. Le seul fait d'en être conscient ouvre la voie à la compassion qui, selon lui, porte en elle les éléments essentiels pour la survie de l'humanité (His Holiness the Dalai Lama, 1999). Nous pouvons saisir d'instinct la portée d'une telle affirmation et acquiescer au potentiel de notions prosociales telles que la compassion, l'altruisme, l'empathie et la bienveillance envers autrui. Par contre, il est difficile de voir comment une seule valeur, telle la compassion, peut faire contrepoids aux multiples intérêts en jeu dans les situations de guerres et de conflits, qui participent à la destruction de la paix plutôt qu'à sa construction. On a certes vu naître dans la dernière décennie des initiatives de concertation à grande échelle visant à mobiliser des individus et des communautés autour de la valeur de la compassion. Le but visé est l'intégration de cette valeur dans le quotidien des gens au sein de divers secteurs de la vie civile tels l'éducation, le monde des affaires, les médias et autres.

Nous pensons ici aux efforts pour instaurer une 'Charte de la compassion' dans plusieurs villes du monde<sup>4</sup>, ou encore aux initiatives découlant de la conférence '*Seeds of Compassion*' en avril 2008 à Seattle aux États-Unis, où un grand nombre de citoyens, d'organismes et d'institutions se sont mobilisés autour de la valeur de la compassion pendant près d'une semaine et qui ont poursuivi des actions issues de cet événement par la suite.<sup>5</sup> Mais quel impact suffisamment étendu et concerté découlant de la valeur de la compassion peut lui conférer ce statut de 'centrale pour la survie de l'humanité' ? Comment envisager ce potentiel au niveau systémique alors que la compassion est généralement perçue comme une qualité déployée au niveau individuel ? Quel type de synergie justement entre la dimension personnelle et collective peut découler de cette valeur et vertu ? Quelles conditions et facteurs favorisent ce potentiel ? Qui plus est, comment peut-on en mesurer l'impact ? Cette thèse apporte des éléments de réponse par l'identification d'une série de variables, indicateurs, propriétés et dimensions liés à l'approche de l'ÉC au sein de cette plateforme relationnelle ci-haut annoncée et fournie par le modèle théorique et appliqué offrant la possibilité d'intégrer un « agenda du coeur » aux efforts de paix dans tout milieu.

Cette étude emprunte un paradigme pragmatique – ce qui est décrit plus bas - car toujours selon le Dalai Lama, la compassion n'est pas un luxe mais une nécessité devant les défis actuels dans le monde (His

---

<sup>4</sup> Pour plus d'information sur cette Charte, voir l'ouvrage de Karen Armstrong : A Charter for Compassion; Religions; Doha N° 1, (2011): 21-28,145-146.

<sup>5</sup> Pour plus d'information, visiter le site de l'initiative Seeds of Compassion à l'adresse suivante : <https://www.compassionateactionnetwork.org/>. Consulté le 24 octobre 2018 à 14 :57.

Holiness the Dalai Lama, 1999). C'est dans cet esprit que Green organise depuis 1998 les délégations de TCLP en Israël-Palestine, affirmant qu'écouter ceux que l'on considère comme nos ennemis n'est pas seulement une idée radicale mais pragmatique (Green, 2001). Elle demande comment des solutions à des conflits peuvent survenir si les gens ne se connaissent pas et s'ils ne peuvent pas voir l'humanité dans l'autre et discuter de solutions ensemble ? Sans une profonde empathie mutuelle les efforts de résolution de conflit se terminent souvent en des trêves temporaires qui ne tardent pas à être brisées (Green, in Kuriansky, 2007, p. 105). L'approche développée par TCLP part du principe que chaque voix doit être à la table, et que l'écoute est la première étape d'un processus de construction d'une relation menant à une résolution. Elle aide à voir l'humanité chez l'autre et favorise l'identification de solutions aux conflits. Ce qui peut se faire au niveau politique et impliquer des leaders politiques et religieux de chaque côté du conflit selon Green (2007)<sup>6</sup>. Il s'agit d'écouter les histoires de l'un et de l'autre dans un climat particulier que nous examinerons dans cette thèse, ouvrant la voie à ce qu'une compassion et une compréhension mutuelles prennent place et où les gens en viennent à se voir les uns et les autres comme humains et à ressentir les douleurs de l'autre.

Le mot compassion vient du latin *cum patior*, « je souffre avec » *cum passio*, signifiant de « ressentir avec » ou « souffrir avec » où l'individu est porté à percevoir ou ressentir la souffrance d'autrui et poussé à y remédier et dont Rakel (2018, p. 224) en résume bien la double portée : « This is a sense of warmth and concern toward the person who is hurting that's coupled with a strong desire to improve his outcome ». Selon Underwood (Fehr, Sprecher, Underwood, 2009, p. 9), le terme *passio* peut signifier de souffrir mais aussi exprime un sentiment positif tel que dans l'expression 'je suis passionné par mon travail', nuancant que *cum passio* peut être 'je ressens avec' (*feel with*). La compassion comprend une prédisposition à la perception et la reconnaissance de la douleur d'autrui, animée par un profond sentiment d'amour de l'autre au sens de l'amour *philia* ou *agapè*, entraînant une réaction de solidarité active, voire engagée (Zielinski, 2009). Ce qui amène Heinz Kohut (1984) à suggérer que le sentiment de compassion semble élargir la capacité d'empathie :

I think of empathy as a larger capacity to understand another's emotional experience from within an intersubjective field (Orange, 1995). Compassion, in my view, is that part of empathy that

---

<sup>6</sup> À cet effet, notre groupe devait rencontrer le responsable des communications au sein du gouvernement israélien le lendemain de l'incident de la flottille apportant des provisions vers Gaza dans cette région, ce qui a dû être annulé pour des raisons évidentes. Le lendemain, nous rencontrons des leaders d'un camp de réfugiés, ce qui nous a permis de faire l'expérience en « contexte » du conflit. Green a fait une formation à des politiciens, des élus (représentatifs) et la portée fut importante au niveau de la sensibilisation et expérientiel pour ces participants.

makes me willing and able to descend into and to explore the Dantean realms of suffering with the other. (Kohut, 1984)

L'aspect proactif du désir d'alléger la souffrance de l'autre distingue la notion de compassion à d'autres connexes telles l'empathie et l'altruisme<sup>7</sup>. L'altruisme réfère à une disposition à s'intéresser et à se dévouer à autrui<sup>8</sup>. Mathieu Ricard, chercheur en génétique cellulaire, moine bouddhiste depuis plus de quarante ans et interprète français du Dalai Lama, explique dans son ouvrage publié en 2013, *Plaidoyer pour l'altruisme : la force de la bienveillance*, que les évidences scientifiques montrent que nous possédons une forme naturelle et innée de capacité d'amour altruiste, basée sur des dispositions biologiques que nous avons héritées lors de l'évolution humaine (Ricard, 2013, p. 38). Cette forme ne demande aucun entraînement contrairement à un *altruisme étendu* qui n'est pas inné mais qui demande à être cultivé. Il s'étend au-delà des personnes proches de notre entourage, allant vers des inconnus (Ricard, 2013, p. 39).

Cette thèse suppose que sans faire le choix conscient et délibéré de cette forme de compassion qui demande à être cultivé pour en optimiser le potentiel en soi et autour de soi, il est difficile de contrer les forces négatives sommes toutes facilement déclenchées par des automatismes de protection devant une situation de danger et de menace pour sa sécurité et qui mènent au potentiel de violence à la base des conflits et des guerres. Ceci inclut aussi les guerres que l'on peut croire 'justes' comme nous le verrons dans cette thèse. En jeu se trouve notre évolution humaine où est reconnue au niveau scientifique la connexion sociale comme quatrième voie devant le danger et la menace pour notre sécurité. Les trois premières communément connues étant de se battre, se sauver ou de rester paralysé (Levine, 1997, p.

---

<sup>7</sup> À la lumière des études des 30 dernières années dans le domaine de la psychologie sociale et développementale, Julie Vaughan et ses collègues (2009) définissent l'empathie comme « an affective response that stems from the apprehension or comprehension of another's emotional state or condition, and that is identical or very similar to what the other person is feeling or would be expected to feel » (Eisenberg & Fabes, 1998, p. 702, cité dans Fehr et al. 2009). L'empathie est définie par Batson et Oleson, 1991, cité dans Fehr et al., 2009, p. 39, comme étant la perception de l'état émotionnel d'une autre personne et une réponse de la part du soi qui est grandement similaire à celle vécue par l'autre. Elle sera ressentie en réponse à la souffrance de l'autre.

<sup>8</sup> Il s'agit ici de la définition provenant de Le Petit Robert : Dictionnaire de la langue française, Paris, 2004, p. 74, et bien qu'il n'y ait pas d'entente consistante sur la définition de l'altruisme (Fehr et al, p. 4-5), la plupart sont compatibles avec un type d'état motivationnel avec le but ultime d'augmenter le bien-être de la personne selon Marks et Song, tel qu'expliqué dans un chapitre de l'ouvrage de Fehr et al, 2009, p. 129-130 : « Compassionate Motivation and Compassionate Acts across the Adult Life Course : Evidence from US National Studies ». p. 121-158 et qui apporte des nuances sur ce terme.

88).<sup>9</sup> Dans l'ouvrage *Empathic Civilization : The Race to Global Consciousness in a World in Crisis* publié en 2009, Jeremy Rifkin identifie ce « quatrième instinct » qui fait partie du caractère humain et qui nous mène à aller au-delà des instincts de survie, de sexe et de pouvoir. Il porte à élargir nos frontières sur les soins prodigués envers l'autre et à inclure les communautés et le monde autour de nous (Rifkin, 2009, cité dans Koerner, 2011, p. 291). JoEllen Koerner, auteure chevronnée en sciences infirmières, démontre comment ces avancées scientifiques appuient une expansion de la conscience humaine et une plus grande sensibilité empathique et compassionnelle, le défi demeurant :

To rise above the noise and clutter of our daily lives and engage the larger questions of life, expending our economic, political, and relational models in a way that will bring empathy, rather than greed into the choices we make. Our individual and collective choices, coupled with the morality of our leaders, will make the difference between destruction or healing for the world and everything on it. (Koerner, 2011, p. 292)

Le problème réside lorsque la violence est consciemment choisie, donc qu'elle découle d'un choix conscient et délibéré. La présente étude examine ce qui sous-tend ces choix et comment ils peuvent être transformés pour faciliter la connexion profonde et la création d'une culture de paix à l'instar d'une culture de conflit. Enfin, cette thèse offre un cadre pour regrouper tout cela à partir d'un nouveau modèle théorique et appliqué utile autant à la recherche qu'au niveau pratique sur le terrain.

## 1.2 Questions de recherche et les buts visés de l'étude

L'objet d'étude porte sur les expériences et transformations, voire guérisons, vécus par les délégués ayant participé aux délégations de TCLP de 1998 à 2015 ; ainsi que le type de processus et de spiritualité à l'œuvre dans l'approche et la pratique de l'ÉC. Cette recherche adopte une approche méthodologique laissant émerger les données du terrain et il importe de situer ce qui a précédé ce choix d'objet d'étude pour laisser ensuite ce terrain se dévoiler dans les prochains chapitres. L'idée initiale vient d'une curiosité personnelle lorsque j'ai pris connaissance que les participants aux délégations organisées par TCLP en Israël-Palestine montraient à leur retour qu'ils avaient vécu une transformation et témoignaient d'un nouveau niveau de compassion, de conscience et de compréhension sur des points de vue avec lesquels ils étaient à priori en désaccord (Hwoschinsky, 2001). Pour certains, cette expérience avait changé leur

---

<sup>9</sup> Peter A. Levine dans son ouvrage « *Walking the Tiger, Healing Trauma* » (1997, p. 87-89), explique selon la perspective d'évolution de l'espèce humaine les aires du cerveau (reptilien, limbique, etc.) impliquées dans ces instincts de sécurité menant à divers niveaux de conscience de plus en plus en plus grand. La quatrième voie qui est la connexion sociale implique ces fonctions de plus en plus sophistiquées liées au cortex frontal notamment.

vie et ils avaient même vécu une certaine guérison (*healing*)<sup>10</sup>. Comme la seule tâche principale des participants à ces délégations de TCLP était de se rendre dans cette région pour aller écouter des invités palestiniens et israéliens raconter leur histoire et expérience avec le conflit, je m'interrogeais à savoir de quels types de transformations, voire de guérisons, il pouvait être question. Je me demandais de plus ce qui était sous-jacent à cette approche de l'ÉC qui mettait en son centre la pratique d'une forme particulière de compassion et d'écoute dont les résultats semblaient être si transformateurs ? Finalement, je m'interrogeais sur ce qui amenait les pionnières de cette approche à affirmer que l'ÉC est précurseur d'un dialogue véritable. Ayant œuvré personnellement sur le terrain (bien que dans des domaines différents au Canada, ceux de la santé et des services sociaux dont dans la planification des services et développement de programmes autant qu'au niveau clinique en santé mentale et intervention de crise notamment), je comprenais la portée d'une telle affirmation. Ces activistes pour la paix comptaient de nombreuses années d'expérience sur le terrain et se penchaient sur une dimension profonde en lien avec le conflit alors je 'savais' que cette affirmation était fondée.

Cette curiosité initiale m'amena à étudier de plus près cette forme de « laboratoire humain » que constituent ces délégations de TCLP pour examiner ce qui peut constituer ce qui me semblait être un certain « *edge* » ou quelque chose d'important à découvrir au niveau spirituel venant de l'emphase importante mise sur le cœur dans la description de l'approche et son curriculum. Cet intérêt pour l'étude de la dimension spirituelle faisait partie de mes motivations pour des études doctorales en sciences des religions bien que ma formation initiale fût en psychologie et service social. Après plusieurs années d'intervention sur le terrain j'ai constaté qu'en contexte séculier, dans la sphère des services publics en Ontario et au Québec du moins, la spiritualité n'est pas directement prise en compte car elle est associée à la religion<sup>11</sup>. Pourtant cette dimension fait bien partie du vécu et de l'expérience des populations desservies. Donc cette dimension spirituelle faisant partie de la réalité concrète des défis liés au conflit israélo-palestinien m'interpellait. De même qu'un intérêt à étudier la transformation des conflits dans le domaine de la construction de la paix comme tel.

---

<sup>10</sup> La notion de guérison sera utilisée dans cette étude pour celle de *healing* en anglais et sera définie dans le deuxième chapitre.

<sup>11</sup> Mon expérience est que même si les intervenants peuvent à titre individuel tenir compte de la dimension spirituelle des clients et groupes visés, selon leurs croyances, valeurs et convictions, cette dimension est en général évacuée des plans d'intervention et des discussions de cas avec les superviseurs cliniques, sauf en contexte tels que les soins palliatifs visant à répondre aux dernières volontés des patients. Du moins est-ce la réalité dans la société occidentale dans laquelle j'évolue (principalement le Québec et l'Ontario au Canada).

Un autre point d'ancrage pour le choix de l'objet d'étude a été ma participation à une conférence organisée par le *Mind and Life Institute* en octobre 2009 à Washington D.C. aux États-Unis, sous le thème : *Educating World Citizens for the 21st Century : Educators, Scientists and Contemplative Dialogue on Cultivating a Healthy Mind, Brain and Heart*. Lors de la plénière de fermeture de cette conférence, le Dr Richard Davidson a présenté son rapport de recherche à titre de directeur à la recherche de cet Institut. Je le connaissais comme chercheur émérite en neurosciences et lors de son allocution, il a mentionné qu'une des lacunes importantes dans la recherche est le fait qu'on en savait peu sur l'action même de procurer et de recevoir de la compassion. Cela m'a surpris qu'après toutes ces années d'étude sur la notion de la compassion par cet Institut et la panoplie de chercheurs et institutions académiques qui y sont rattachées, cet élément soit manquant. Il m'est donc apparu intéressant et pertinent de m'y attarder en regard de la pratique de l'ÉC.

Un autre facteur influent au niveau scientifique fut la découverte de la notion de l'amour compassionnel (traduction libre de *compassionate love*) et son modèle pour la recherche qui allait s'ajouter au cadre conceptuel et méthodologique de la recherche. Le fait que les travaux initiaux sur l'amour compassionnel furent sous l'égide de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) m'intéressait, connaissant cet organisme reconnu mondialement de par mes fonctions professionnelles. L'amour compassionnel est vu comme un facteur pouvant influencer la qualité de la vie et défini comme : « A kind of love that involves a giving of the self for the good of the other » (Fehr & Sprecher, 2009, p.29). Une de ses cinq caractéristiques centrales m'interpellait particulièrement : la « réponse du coeur » (*response of the heart*). Vue comme : « Some kind of heartfelt, affective quality is usually part of this kind of attitude or action... some sort of emotional engagement and understanding seem to be needed to love fully in an integrated way » (Underwood, 2008), peu d'écrits lui étaient accordés par rapport aux autres caractéristiques de l'amour compassionnel, ce qui m'intriguait. J'y voyais là potentiellement cette forme de « *edge* » nommé ci-haut dont il valait la peine d'explorer en lien avec le fait que la notion du coeur est si centrale dans l'ÉC. Je reviens sur ces notions dans le prochain chapitre.

Les principales questions de recherche au centre de cette thèse doctorale sont les suivantes : Comment se vit l'expérience de procurer et de recevoir de l'écoute compassionnelle ? Quel type de transformations, voire de guérisons (*healing*) sont à l'œuvre ? Quel processus est au cœur de cette approche, dont le rôle de la compassion est central ? Tel que le clament les pionnières de cette approche, s'il s'avérait qu'elle soit précurseur d'un dialogue véritable, est-ce qu'il y a un apport particulier d'une forme de spiritualité ? Si oui, quel est-il ? Pour y répondre, les objectifs suivants ont été énoncés en début de recherche, et

réalisés : 1. Me familiariser avec l'approche de l'écoute compassionnelle selon TCLP via une analyse documentaire de base sur cette approche et suivre la formation d'introduction à l'écoute compassionnelle. 2. Accompagner la délégation organisée par TCLP en Israël-Palestine en 2010, dans un exercice d'observation participante et afin d'y conduire des entrevues semi-dirigées auprès de participants.<sup>12</sup> 3. Analyser les données de la première phase qualitative de recherche, pour en identifier les éléments principaux à utiliser dans un questionnaire aux données quantitatives envoyé auprès de tous les participants aux délégations TCLP de 1998-2015. 4. Développer et administrer un questionnaire en ligne auprès de ces anciens délégués aux délégations de TCLP. 5. Quantifier les résultats de la deuxième phase. 6. Identifier en particulier le type de contribution de l'approche de l'écoute compassionnelle selon TCLP aux efforts de construction de la paix, dont ceux de nature spirituelle.

Cette étude se situe au carrefour des domaines de la construction de la paix et des sciences des religions, des sciences sociales et de la santé. Je la positionne dans le champ de la transformation des conflits spirituellement intégrée contribuant notamment à une perspective systémique et cosmopolitaine pour la paix. Nous verrons comment ceci se décline dans les prochains chapitres, inspiré et appuyé des auteurs clé suivants selon leur champs d'expertise : Sciences des religions /spiritualité et construction de la paix (Lederach, 2015, 2012, 2005; Gopin, 2016, 2012 ; Brodeur 2019 ; Dalai Lama, 1999); Psychologie et sociologie des religions/spiritualité (Pargament, 2013, 2007; Fairlie, 1979); Construction de la paix (Ramsbotham et al., 2016; Cohen, 2011; Pace, 2005; Manousos, 2003; LeBaron, 2002); Psychologie et construction de la paix (Bar-Tal, 2013, 2011; Chaitin, 2011; Kurianski, 2007, 2006) ; Écoute et construction de la paix (Fisher-Yoshida, 2012); Écoute en communication (Floyd, 2010; Rehling, 2008); Sciences de la santé et mieux-être (Rakel, 2018, 2017 ; Siegel, 2018; Koerner, 2011; Fehr et al., 2009 ; Dossey et al., 2005) ; Sciences transformatives (Shlitz et al., 2007; Myss, 2009, 2010 ; Myss & Finley, 2009; Finley, 2000).

La majorité de ces auteurs sont à la fois des chercheurs et des experts reconnus sur le terrain depuis plusieurs décennies, ce qui confère à leurs travaux connaissances, expertises et expériences pouvant rendre compte d'éléments centraux dans le nexus entre théorie et pratique en lien avec l'objet d'étude. Plusieurs ont travaillé de près et ont impliqué dans leurs travaux un large éventail de systèmes de pensées et représentants de traditions spirituelles, religieuses et culturelles. La perspective relationnelle et

---

<sup>12</sup> À noter qu'au début de l'étude je croyais être en mesure d'interviewer les invités aux sessions d'écoute en plus des délégués, mais l'horaire chargé au sein de la délégation de 2010 ne m'a pas permis de faire des entrevues auprès des invités aux sessions d'écoute.

dialogique (ce qui se rapporte au dialogue telles les habiletés, espaces, etc. comme nous le verrons dans cette thèse) est au centre des intérêts de plusieurs, que ce soit au niveau intrapersonnel (à l'intérieur de la personne), interpersonnel (la personne en lien avec l'autre) ou systémique (les individus, groupes et organisations en lien avec l'environnement et la culture globale<sup>13</sup>, voire l'écologie). Ces multiples angles ont amené plusieurs chercheurs à favoriser une approche intégrative et compréhensive dans leur champ d'expertise, comme nous le verrons en cours d'étude, tout comme le fera cette recherche qui en est venue à s'inscrire dans la mouvance des découvertes associées aux sciences contemplatives. Ce champ d'étude allie le savoir scientifique à celui issu des traditions de sagesse anciennes: « Work within the contemplative sciences has integrated the rigorous methodologies of modern science with the rigorous philosophical and experiential insights into mind and mental training offered by the world's ancient contemplative traditions »<sup>14</sup>. L'objectif est le développement de connaissances afin d'optimiser le potentiel d'un mieux-être humain avec l'utilisation de pratiques contemplatives en contexte de modernité :

*The aims of the contemplative sciences are to advance our understanding of the human mind and how training the mind through the use of particular contemplative practices can lead to a reduction in suffering, enhanced health and cognitive/emotional functioning, greater happiness, and increased social harmony.*<sup>15</sup>

Dans cette discipline, on vise à voir comment des notions prosociales comme la compassion et l'altruisme peuvent influencer le fonctionnement humain à divers niveaux (physiologique, biologique, cognitif, émotionnel, social, spirituel et religieux) et dans divers milieux (santé, scolaire, etc.). Par exemple avec l'apport d'exercices contemplatifs tels la méditation, la centration ou la pleine conscience au sein de ces milieux. La notion de résilience est étudiée de près en puisant dans l'héritage de diverses traditions pour

---

<sup>13</sup> Terme qui caractérise des considérations à la fois locales et globales. Source consultée le 3 septembre 2018 à 10h33 : <https://en.oxforddictionaries.com/definition/glocal>.

<sup>14</sup> Il s'agit ici d'une description provenant du site suivant, consulté le 13 mai 2016 : <http://www.uvacontemplation.org/content/health-well-being>. On retrouve l'étude des sciences contemplatives au sein de facultés universitaires et des centres associés tel que le *Contemplative Sciences Center* de l'université de Virginie aux États-Unis où on souligne l'importance de s'associer et de collaborer avec les praticiens et les milieux liés aux pratiques contemplatives. On indique avec ce programme vouloir développer le nouveau champ de recherche collectivement appelé "contemplative sciences" qui inclut les neurosciences, les pratiques cliniques contemplatives, l'éducation dans ce domaine. Une grande partie de ces chercheurs oeuvrent dans les neurosciences, la psychologie, la médecine et les sciences infirmières.

<sup>15</sup> Soutiré d'un dépliant du Mind and Life Institute, consulté le 3 septembre 2018 à 18h37 : <https://www.mindandlife.org/wp-content/uploads/2015/06/2015-MLSRI-Brochure-web.pdf>.



en mesurer les bienfaits<sup>16</sup>. Le lien entre la présente étude et les sciences contemplatives repose sur le fait que la compassion est au centre de l'étude – champs de prédilection dans ce courant – ainsi que le fait que la pratique de l'ÉC inclut des exercices de méditation, centration et pleine conscience pour favoriser le type de présence favorable à l'écoute compassionnelle prescrite. Ce fut durant le cours de cette recherche issue du terrain que cette niche disciplinaire s'est dessinée par contre, le modèle théorique et appliqué ouvrant la voie à diverses explications et applications en regard du mieux-être sollicitant une prise de conscience et entraînement de l'esprit à plusieurs égards. Voyons maintenant les fondements épistémologiques et le modèle d'enquête ayant soutenu cette émergence disciplinaire.

### **1.3 Fondements épistémologiques et le modèle d'enquête**

Cette recherche est foncièrement subjectiviste bien qu'elle comprenne un volet quantitatif que nous décrirons plus bas. François-Pierre Gingras et Catherine Côté (2009) décrivent les caractéristiques du subjectivisme de la façon suivante :

La méthodologie subjectiviste recherche le sens de la réalité sociale dans l'action même où elle se produit, au-delà des causes et des effets observables, mais sans toutefois oublier ceux-ci. Dans cette perspective, l'action humaine n'est pas un phénomène que l'on peut isoler, figer et encadrer sans tenir compte du sens qui l'anime, de son dynamisme proprement humain, de l'intention (même inconsciente) des acteurs, de la société. L'intérêt de la recherche doit donc porter sur la personne ou la collectivité comme sujet de l'action. (Gingras & Côté, 2009, p. 42)

Le cœur de l'action de la réalité sociale à l'étude ici est la pratique de l'écoute compassionnelle lors de sessions d'écoute dans le cadre de délégations organisées par TCLP, là où des israéliens et palestiniens viennent raconter leur histoire et vécu. Elle comprend ceux et celles qui ont participé à une délégation organisée par TCLP de ses débuts en 1998 jusqu'en 2015. Le sens qui l'anime est celui de l'expérience de la pratique de l'écoute compassionnelle et des transformations, voir guérisons, découlant de cette pratique et de la participation à une ou des délégation(s). Le dynamisme humain et les intentions des acteurs sont explorés selon le point de vue des participants eux-mêmes et dans l'examen du processus au cœur de cette approche, dont une dimension spirituelle potentielle à explorer de plus près. Pour réaliser cette stratégie, une méthode mixte de recherche de type exploratoire séquentielle selon une perspective pragmatique fut empruntée (Cresswell & Plano Clark, 2011). La méthodologie centrale est la théorie

---

<sup>16</sup> Le Contemplative Sciences Center de la University of Virginia aux États-Unis est un centre qui puise ses forces dans les humanités, dont les sciences des religions, pour mettre l'emphase sur la notion de contemplation et des pratiques contemplatives selon des contextes socio-historiques, culturels et contemporains, tout en puisant sur l'héritage de diverses traditions dans le monde au niveau contemplatif.

enracinée (*grounded theory*) de type constructiviste (Charmaz, 2014, 2006 ; Strauss & Corbin, 2004) et post-positiviste. Voyons de près ces éléments exposant les fondements épistémologiques de la recherche.

### 1.3.1 Méthode mixte de recherche et pragmatisme

Les méthodes mixtes en recherche comprennent des phases qualitative et quantitative et sont vues comme le '3<sup>ème</sup> paradigme en recherche' suivant ceux purement quantitatif et qualitatif (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 22-35). Elles ont connu une phase formative de la fin des années 1950 jusqu'à la fin des années 1970<sup>17</sup> et leur reconnaissance formelle viendra vers la fin des années 1980 grâce à une convergence de publications scientifiques à leur sujet, malgré de vifs débats sur la coexistence et l'intégration de ces deux méthodes (qualitative et quantitative). Une phase de consolidation des procédures au sein des méthodes mixtes et leur représentation formelle dans le monde académique a pris place à la fin des années 1990. Elles sont depuis dans une phase d'expansion où on accepte l'idée que différentes méthodes soient associées à différentes visions du monde et philosophies. On recommande par contre, pour les méthodes mixtes en recherche, l'adoption d'un paradigme pragmatique (Tashakkori & Teddlie, 2003, in Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 26), là où la priorité porte sur les questions de recherche plutôt que sur le fait d'adhérer à des principes philosophiques et théoriques sans perspective critique (Locke, 2007 ; Strubing, 2007, cité dans Oktay, 2012, p. 10).

Le pragmatisme provient d'une série d'idées articulées par des figures historiques telles que John Dewey (1922), William James (1842-1910) et Charles Saunders Pierce (1839-1914), de même que des figures plus contemporaines telles que Cherry Homes (1992) et Murphy (1990) (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 43). Ce paradigme recherche « ce qui fonctionne » dans le but de répondre aux questions de recherche (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 42). Le chercheur utilise le modèle et les techniques les plus utiles en lien avec son sujet de recherche au-delà de devoir choisir telle vision philosophique au détriment d'autres visions théoriques et/ou méthodologique. On suggère de laisser de côté l'utilisation de concepts tels que la « vérité » et la « réalité » (Tashakkori & Teddlie, 1998, 2003a, in Oktay, 2012, p. 23). Une critique concernant l'utilisation de paradigmes à la fois objectif et subjectif en recherche porte sur le fait que les résultats peuvent présenter des contradictions. Cela n'est pas défavorable pour certains, car cela permet d'examiner et de mettre en valeur le monde social de diverses façons (Sharlene Hesse-Bieber,

---

<sup>17</sup> Dans les milieux académiques on discutait alors de la possibilité d'intégrer diverses sources d'information qualitative et quantitative dans une même recherche (Campbell & Fiske, 1959 ; Campbell, 1974 ; Cronback, 1975 ; Denzin, 1978 ; Siver, 1973 ; Patton, 1980, cités dans Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 25).

2010). De plus, d'autres diront que des positions divergentes n'ont pas à être conciliées : l'important étant que le chercheur explique comment il prend en considération les paradigmes privilégiés dans sa recherche (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 45). Le fait que divers types de questions peuvent être posées dans les phases qualitative et quantitative demande aussi au chercheur d'être explicite sur la façon d'utiliser les deux phases de la recherche. Il lui revient de décider dans quel ordre prendront place ces phases ou si elles se produiront en même temps ou encore dans un va-et-vient.

Pour cette recherche doctorale, une méthode mixte dite exploratoire séquentielle fut choisie, laquelle se prête bien à des sujets peu documentés dans la littérature (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 86) comme c'est le cas ici. Elle débute par une phase dont le but est d'explorer qualitativement le sujet d'étude (*Idem.* p. 87), qui est ensuite suivie d'une phase quantitative pouvant être bâtie à partir des premiers résultats qualitatifs. Ce design a comme avantage de permettre le développement d'un instrument (i.e. questionnaire) ou d'un modèle théorique avec les données recueillies lors de la première phase (Greene et al., 1989, cité dans Cresswell & Plano Clark, 2011, p.86). Des aspects d'une théorie émergente ou d'une classification peuvent être testés dans la phase suivante (Morgan, 1998, cité dans Cresswell & Plano Clark, 2011, p 87), ce qui permet au chercheur d'en voir la prévalence dans la théorie émergente comme ce fut mon cas.

Dans ce design de recherche, ce qui est vu comme une phase intermédiaire peut mener à la phase quantitative (Creswell, 1999 ; Cresswell et al., 2004) a l'avantage d'identifier des variables importantes à être analysées quantitativement. Selon Morgan (1998, cité dans Cresswell & Plano Clark, 2011), cela est particulièrement utile lorsque ces variables ne sont pas connues ou qu'il n'y a pas de cadre guide ou théorie associés au phénomène à l'étude comme ce fut le cas avec mon objet d'étude. La phase quantitative a donc permis de vérifier auprès de tous les participants aux délégations de TCLP (1998-2015) qui ont pu être joints, des données recueillies auprès d'un plus petit groupe (des délégués de la délégation de 2010) et de vérifier des composantes clé du modèle émergeant.

Le chercheur doit déterminer la façon dont les résultats des deux phases sont inters reliés et doivent être interprétés à la lumière des questions de recherche (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 218).<sup>18</sup> Dans mon

---

<sup>18</sup> Le chercheur va se demander comment les données de la phase quantitative bâtissent ou apportent une expansion aux données de la phase qualitative et peut procéder par exemple en comptant les deux séries de résultats ; les mettre côte à côte dans un tableau résumé accompagné d'une discussion qui devient le moyen de combiner les données (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 223).

cas, l'intégration se fait via le modèle théorique et appliqué, découlant des analyses des deux phases de la recherche. La littérature montre qu'au sein des méthodes mixtes de type exploratoire séquentiel il est fréquent de retrouver une perspective épistémologique constructiviste lors de la phase qualitative et une perspective post-positiviste pour la phase quantitative, en plus du fait que la dimension qualitative soit priorisée (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 45 et 87). C'est le cas dans cette étude, qui demeure ancrée dans le pragmatisme.

### 1.3.2 Constructivisme et post-positivisme

Le constructivisme part de l'idée que la réalité est socialement construite et met l'emphase sur la compréhension du sens donné à la réalité sociale selon la perspective de l'expérience des individus (Charmaz, 2014, p. 342). Il prend en compte l'existence de multiples réalités et pose comme questions : Qu'est-ce que les personnes voient comme étant réel ? Comment construisent-elles et agissent-elles sur leur vision de la réalité ? Les études constructivistes fournissent des données qui permettent au chercheur de démontrer une diversité de sens et d'interprétations subjectives offertes par les sujets d'enquête et d'examiner des dimensions sociales et culturelles faisant partie de l'expérience humaine (Saks & Allsop, 2007, p. 25). La connaissance est située selon des positions, des perspectives et des expériences, ce qui explique que des méthodes qualitatives telles que des entrevues, des groupes témoin et des observations ethnographiques soient privilégiées. Pour la recherche subjectiviste, Gautier (2009) suggère d'ailleurs au chercheur de vivre l'expérience avec les sujets d'étude, ce que j'ai fait à l'aide d'une observation participante. J'ai de plus utilisé une stratégie semblable à celle qui a permis à Fehr et collaborateurs (2009) d'explorer ce qui se passe lorsqu'une personne procure un amour compassionnel, c'est-à-dire en recueillant le rapport qu'elle fait sur cette expérience et des processus internes en jeu :

Scientific research methods in this area include objective assessment, self-report, and experimental models. Methods that utilize more clear discernment and awareness of internal processes need to be developed. Understanding gained in this way can give additional insight into how compassionate love might be fostered in individuals and societies. (Underwood, 1999)<sup>19</sup>

L'exploration pour mon étude se concentre évidemment sur l'expérience de procurer une écoute compassionnelle du point de vue des délégués qui sont les participants à l'étude, en plus d'examiner le

---

<sup>19</sup> Il s'agit de la description d'une conférence organisée par le Fetzer Institute et le John Templeton Foundation du 1-3 octobre 1999. Consulté le 6 octobre 2018 à 10h00 : <http://www.altruisticlove.org/docs/underwood.html>.

processus et type de spiritualité au cœur de cette approche. Mes résultats s'arriment donc avec ceux de Fehr et collaborateurs, dont Underwood qui indique que, bien que les rapports recueillis sur l'amour compassionnel puissent être limités, leurs travaux a permis d'identifier des indicateurs importants pour la recherche sur les conditions entourant l'expression ou l'inhibition de l'amour compassionnel et de voir le type d'impact que cette expérience peut avoir au niveau personnel et collectif (Underwood, in Post et al., 2002, p. 72). Des entrevues individuelles (n=14) dans le cadre de la délégation de TCLP en 2010 et un questionnaire en ligne administré auprès de tous les participants des délégations de TCLP entre 1998 et 2015 qui ont pu être rejoints (n=60), a permis de collecter de l'information sur l'expérience et les transformations découlant de la pratique de l'ÉC et la participation aux délégations. En ce qui concerne les questions portant sur le processus et type de spiritualité au sein de cette approche, les explications supplémentaire d'Underwood sur la méthodologie utilisée pour l'étude de l'amour compassionnel ayant mené à examiner le processus au cœur de cette notion (et développer le modèle pour la recherche) résonne avec mon étude :

To enrich the typical self-report methodology, an additional approach has been articulated well in the field of contemplative psychology (de Wit, 1987). It can give insight into the processes involved in expressing compassionate love and increase the quality of our awareness of motives, enable us to effectively sift through them, and more effectively choose actions. It can also illuminate the motives and sources of compassion that are most likely to lead to personal and spiritual growth. (Underwood, 1999)<sup>20</sup>

Cette citation réfère à des composantes centrales dans leur modèle pour la recherche sur l'amour compassionnel dont je me suis inspirée et dont les détails suivent dans le troisième chapitre.

En ce qui a trait à la phase quantitative de la recherche, j'entrevois une perspective post-positiviste car le questionnaire en ligne allait fournir des données quantitatives statistiques, mais aussi ajouter aux données qualitatives de la première phase de recherche avec des questions ouvertes. Le paradigme post-positiviste dépasse le positionnement épistémologique positiviste qui a comme postulat qu'il existe une réalité objective et que les « faits » sont indépendants de l'expérience et des valeurs subjectives des individus. Dans le positivisme, la réalité est vue comme concrète ; on peut atteindre l'objectivité prenant pour acquis que la réalité est constante et peut être mesurée si on possède les bons instruments et les

---

<sup>20</sup> Idem.

conditions pour ce faire (Hesse-Bieber, 2010, p. 59).<sup>21</sup> Le post-positivisme stipule plutôt qu'il est impossible de témoigner d'une réalité purement objective et que nous ne pouvons peut-être jamais connaître parfaitement la réalité (Idem). L'emphase est mise sur l'accumulation d'efforts en recherche menant à la découverte de ce qui « pourrait être réel ».

Sommaires toutes, la phase constructiviste de mon étude qui a précédé la phase quantitative m'a permis comme chercheuse de construire une certaine réalité sociale qui a généré des hypothèses et initié le développement d'une théorie (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 89), dont des composantes émergentes furent explorées dans la phase quantitative. Julianne S. Oktay (2012) propose le pragmatisme comme troisième voie au-delà du constructivisme et du positivisme afin de rester ancré sur le terrain et faire des choix à titre de chercheur sur 'ce qui fonctionne' pour l'étude en cours. Cela rejoint le but de la méthodologie de la théorie enracinée (TE) choisie pour cette étude<sup>22</sup> et qui s'adapte à divers paradigmes dont celui du constructivisme (Annells, 1996, in Shreiber & Stern, 2001, p. 107) et du post-positivisme (Denzin & Lincoln, 1994, in Schreiber & Stern, 2001, p. 107). Elle s'inscrit bien dans les méthodes mixtes de recherche. La TE est devenue centrale dans l'étude et en ce sens, la phase quantitative en viendra à s'inscrire comme une étape importante de collecte et d'analyse de données dans cette démarche. Voyons de plus près comment la TE en est venue à prendre une place centrale dans l'étude.

### 1.3.3 Théorie enracinée

Avant d'aborder la TE comme telle, mentionnons qu'au début de la recherche, j'ai choisi la méthode phénoménologique de recherche en psychologie pour mener l'étude et l'émergence de propositions théoriques a mené à la théorie enracinée (TE). Mon plan initial était une triangulation en recherche afin de croiser et comparer des données obtenues dans les deux phases de la recherche mixte par le biais d'entrevues, d'observation sur le terrain et d'un questionnaire. La méthode phénoménologique de recherche en psychologie cadrerait bien avec l'objet d'étude et la psychologie sociale cognitive

---

<sup>21</sup> Le positivisme en sciences sociales est une tradition où les chercheurs suivront des prémisses de base dans l'enquête scientifique qui comprend la collecte et une interprétation de faits sociaux de manière objective permettant de produire des lois et des modèles de comportement venant de ces faits sociaux (Sask et Alltop 2007 p. 205). Il est associé à des méthodes logiques, principalement quantitatives, qui optent pour un positionnement rationnel et détaché afin de pouvoir « saisir la connaissance ».

<sup>22</sup> La traduction en français utilisée pour cette étude est *théorie enracinée* empruntée de la traduction de l'ouvrage de Strauss et Corbin en 2004 : Les fondements de la recherche qualitative : Techniques et procédures de développement de la théorie enracinée.

(Langdridge, 2007, p. 107) dont j'étais familière. Ce qui m'a interpellée avec cette méthodologie est que lors des entretiens le chercheur pose la question ouverte suivante en premier : Quelle est votre expérience avec (objet d'étude) ? Il pose ensuite des questions sur des points importants soulevés par les interviewés afin qu'ils puissent élaborer plus à fond sur leur expérience (Langdridge, 2007, p. 108). Je voyais là la façon idéale de laisser le 'terrain' se dévoiler dans cette première phase exploratoire qui allait débiter plus formellement avec des entretiens auprès de participants à la délégation de TCLP en Israël-Palestine.

De plus, ce qui me convenait avec cette méthode est le fait qu'on suggère au chercheur de s'éloigner du dualisme sujet-objet qui sépare le monde entre ce qu'il 'est' et comment il apparaît au niveau des perceptions. Le focus est mis sur l'identification de l'essence même du phénomène tel qu'il apparaît au niveau perceptuel pour les sujets (Langdridge, 2007). Ainsi, suivant l'analyse des données d'entretiens effectuées auprès de participants de la délégation de TCLP en 2010, l'émergence d'hypothèses de recherche a mené à une théorie émergente. La phénoménologie ne va pas jusqu'au développement de modèles théoriques soutenus par des hypothèses comme le fait la TE (Wertz et al., 2011, p. 280-281), bien que ces deux approches aient plusieurs points en commun.<sup>23</sup> Elles débutent toutes les deux avec des instances concrètes de l'expérience humaine et se penchent sur son dévoilement, portant attention à la réflexivité chez le chercheur. Stern considère la TE comme « phénoménologique » lorsqu'elle est utilisée pour décrire « le monde » des sujets d'étude (Stern, 1994, in Schreiber & Stern, 2001, p. 191). Quant à Charmaz (2006), elle voit la TE comme « *the study of experience from the standpoint of those who live it* », mettant la priorité sur le phénomène étudié.<sup>24</sup>

J'ai été consciente d'un point tournant durant l'analyse des données où s'est effectuée cette transition vers une dimension plus constructiviste et participative à titre de chercheur comme le permet la TE

---

<sup>23</sup> Elles ont toutes les deux participé à l'effort de contrer le paradigme positiviste en science durant les années 1960. En plus du fait qu'elles s'intéressent toutes deux aux processus humains au cœur des phénomènes, dont sociaux et socio-psychologiques en lien avec l'expérience de groupes qui partagent des préoccupations et des problèmes communs.

<sup>24</sup> La recherche phénoménologique en psychologie fut introduite par des psychologues s'inscrivant dans une « famille d'approches » guidées par la phénoménologie en philosophie mais dont l'emphase porte sur les perceptions que les gens ont du monde dans lequel ils vivent et ce que cela signifie pour eux (Langdridge, 2007). On vise à permettre au phénomène de se laisser dévoiler dans ce qui est le plus significatif au niveau de l'expérience humaine, ses structures et ses référents essentiels (Bachelor & Joshi, 1986). Des considérations pragmatiques pouvant mener au changement social caractérisent cette méthode de recherche, dont le but est d'explorer le point de vue des participants sur le phénomène à l'étude (Langdridge, p. 108). Une équipe de chercheurs à l'université de Duquesne aux États-Unis ont fait figure de proue dans ce domaine, dont Amedeo Giorgi, Von Eckartsberg, Fisher et leurs collaborateurs (Bachelor & Joshi, 1986). L'approche connaît aussi des créneaux de chercheurs en Grande-Bretagne notamment.

(Charmaz, 2006). C'est-à-dire lors de l'émergence des hypothèses dans la phase qualitative et au moment où j'ai dû répondre à certaines questions de recherche moins adressées par les entrevues. Ce qui a mené à une analyse documentaire et le traitement d'observations dans une série d'étapes itératives de collecte et d'analyse de données menant au modèle théorique et appliqué tel que le prévoit la TE. Ceci, avec comme motivation centrale le pragmatisme me poussant à répondre aux questions de ma recherche. Ce qui a sollicité et engendré ma créativité comme chercheur, tel qu'encouragée dans la TE.

Pour mieux comprendre de quel type de théorie il s'agit avec la TE, regardons de plus près sa genèse et ses buts. La TE est issue de la tradition en sociologie de l'école de Chicago, dont ses débuts étaient rattachés à la sociologie mais aussi aux sciences infirmières, pour ensuite s'étendre à plusieurs autres disciplines (Charmaz, 2006). Une forme de révolution qualitative en recherche a suivi l'émergence de cette méthodologie qui a menée à la publication de nombreux ouvrages et positionnements scientifiques en faveur de la TE (Denzin & Lincoln, 1994). La recherche qualitative dans son ensemble en a bénéficié même si les tenants de l'approche quantitative ont vu cette méthode comme subjective et anecdotique, plutôt qu'objective et systématique (Morse et al., 2009). Elle s'est forgée une crédibilité avec la parution en 1967 de l'ouvrage de Barney G. Glaser et Anselm L. Strauss : *The Discovery of Grounded Theory*. Ils y décrivent le processus de recherche emprunté pour une étude d'une durée de quatre ans sur les mourants dans les hôpitaux de San Francisco (Glaser & Strauss, 1965, 1968, cité dans Oktay, 2012, p. 13). Cet ouvrage fut le premier effort considérable au niveau stratégique et méthodologique pour codifier et systématiser l'analyse de données menant à des énoncés théoriques explicites. Les auteurs y revendiquent une application répandue de leur approche (Wertz et al., 2011, p. 57) et leur argumentaire est apparu solide et a conféré une légitimité à cette nouvelle approche appelée *ground-based theory* ou *grounded theory* (Wertz et al., 2011).

Oktay (2012) révèle que ce n'est pas tant le fait que la méthodologie présentée par Glaser et Strauss était nouvelle qui a permis de lui donner la place qu'elle connaît aujourd'hui, mais le fait que les auteurs apportaient des nuances importantes pour justifier le besoin de ce type de méthodologie en recherche. Pour eux, la TE (*grounded theory*) vise le développement de théories de moyenne (*middle range theory*), ce qui la distingue d'autres approches qualitatives que l'on rencontrait à l'époque (Oktay, 2012, p. 13). Leur argument est que les études ethnologiques typiques d'alors généraient des descriptions détaillées et non des théories pouvant être utiles dans la pratique. Le type de théorie logico-déductive qui était générée était basée sur de la spéculation et des déductions qui n'étaient pas ancrées au niveau empirique selon eux. Le domaine de la sociologie produisait des théories leur apparaissant trop vastes (*grand theories*)



pour s'appliquer à des situations concrètes dans la réalité. Ils énoncèrent le besoin de théories basées sur une observation empirique et applicable dans des situations réelles, prenant la forme de théories plus mitoyennes que vastes, basées dans des milieux précis et à partir de problématiques bien cernées. Ces théories se devaient de plus d'être transférables dans d'autres domaines que celui visé.

Strauss et Glaser en viendront à adopter des positions épistémologiques différentes, ce qui a fait naître un débat dans ce champ d'étude entre les tenants de l'approche *glaserienne*, c'est-à-dire plus objectiviste et près du positivisme et une approche « straussienne », plus constructiviste et près de la tradition interprétative (Charmaz, 2006, p. ix). Leurs divergences d'opinion portent sur la façon de mettre en pratique la TE (Oktay, 2012, p. 19). Selon Glaser, ce qui est découvert en utilisant cette méthode et la théorie qui en découle est « réel » et peut être testé avec des méthodes traditionnelles quantitatives (Oktay, 2012, p. 21). Strauss met plutôt l'emphase sur l'aspect constructiviste où la réalité est construite par le biais de la recherche (*Idem.* p. 19). Il opte pour une exploration sur le terrain pour découvrir vraiment ce qui se passe « dans la réalité » en lien avec le phénomène étudié. Le but de la TE pour Strauss est de rendre compte de l'action sociale en exposant la complexité des phénomènes liés à l'action humaine. Des experts de la TE se sont réunis pour la première fois le 24 septembre 2007 dans le cadre d'un Symposium à Banff en Alberta, au Canada. Organisé par l'*International Institute for Qualitative Methodology*, en conjonction avec le *Advances in Qualitative Methods Conference*, ces chercheurs faisaient partie de la deuxième génération qui utilisaient et développaient cette approche, dont des étudiants de Glaser et Strauss (Morse et al., 2009). Ils ont discuté des développements, controverses et formes associées à cette approche et leur conclusion fut que cette méthode repose sur des bases solides bien qu'elle comprenne des variantes.

Cathy Charmaz, une de ces spécialistes et présente lors de ce Symposium, affirme qu'il y a de la place pour les deux paradigmes au sein de cette approche : autant celui de Glaser avec son inclinaison positiviste que celui de Strauss porté sur le constructivisme<sup>25</sup>. Elle a examiné les énoncés classiques de l'approche de la TE dont les racines sont autant constructiviste que positiviste et est d'avis que la combinaison du 'meilleur des deux mondes' est de privilégier une utilisation judicieuse de ces deux perspectives dans un ancrage pragmatique :

---

<sup>25</sup> Cathy Charmaz fait partie de la première cohorte de doctorants en sociologie à l'université de Californie à San Francisco qui de son propre dire ont eu le privilège d'apprendre sur la théorie enracinée avec Barney Glaser et les multiples séminaires de doctorants qu'il a offert sur cette approche. Alors qu'Anselm Strauss fut le président de sa thèse de doctorat elle a suivi ses travaux jusqu'à sa mort en 1996 et est tout de même demeurée inspirée par Glaser.

Our journey forward through the grounded theory process took into account its pragmatist antecedents. Now I call for other scholars – old and new – to journey back to the pragmatist heritage of grounded theory and to build on these antecedents while invoking twenty-first century constructivist sensibilities. A constructivist grounded theory retains the fluidity and open ended character of pragmatism as evidenced in Strauss’s works and those influenced by him. In typical grounded theory practice, you follow the leads in your data, as you see them – and constructivist grounded theory takes you one step further. With it, you try to make everyone’s vantage points and their implications explicit – yours as well as those of your various participants. (Charmaz, 2006, p. 184)

Cette perspective et les écrits de Charmaz ont trouvé écho avec ma recherche, tout comme les ouvrages collaboratifs d’autres auteurs qui seront cités dans cette étude. Charmaz (2006) s’inscrit dans le mouvement de la TE de type constructiviste tout en intégrant des dimensions positivistes dans ses recherches au besoin.

Une nuance par contre est que les approches quantitatives en recherche procèdent généralement à partir d’hypothèses qui doivent être testées ou vérifiées alors que la fonction de la TE est de laisser émerger du terrain des hypothèses qui aboutiront à une théorie. La notion d’hypothèse de travail en recherche (que l’on peut voir semblables à des propositions théoriques) est associée à celle de vérification, qui prend un sens particulier avec la TE. Saks et Allsop (2007) ont effectué une revue de la littérature sur les points de vue de chercheurs de la TE autant d’allégeance constructiviste que positiviste. Ils ont découvert que quel que soit le camp, la TE génère des théories plutôt que les « vérifie ». Tous les concepts pertinents découlant de ces dernières sont vus comme des cas qui demandent à être comparés les uns aux autres. Le chercheur s’en sert pour poser des questions, que sa recherche soit positiviste ou constructiviste (Shreiber et Stern 2006, p. 130). Ceci via le processus de comparaison constante et où les concepts qui trouvent leur voie jusqu’à la théorie y sont intégrées. Retenons ici que dans la TE, l’analyse et l’explication de processus sociaux et psychosociaux se fait à partir de la source même où ils se manifestent.

Dans ce mode de recherche inductive, le chercheur est l’instrument premier de la collecte et de l’analyse des données (Merriam, 2002, p. 142). Les questions de départ sont liées à l’aire substantive de recherche<sup>26</sup> telles : « Quel est l’expérience (de la population à l’étude) ? Qu’est-ce qui se passe ici ? Les questions

---

<sup>26</sup> Strauss et Corbin (2004, p. 311) décrivent la théorie à partir d’une aire substantive de recherche comme une théorie développée à partir d’une étude centrée sur un petit domaine d’enquête et sur une population spécifique et dans le cadre de mon étude il s’agit de la pratique de l’ÉC développée par TCLP dans le cadre des délégations que cet organisme a organisées entre 1998 et 2015. L’idée ici selon Strauss et Corbin est que le chercheur part d’une aire d’étude de laquelle émergera ce qui est pertinent pour lui, plutôt que de débiter avec une théorie dans le but de la prouver en cours de recherche.

mettent aussi l'emphase sur le processus d'où l'utilisation de mots tels que « comment ? » et « pourquoi ? ». L'induction est définie comme étant: « A type of reasoning that begins with the study of a range of individual cases and extrapolates patterns from them to form a conceptual category » (Charmaz, 2014). Plusieurs stages d'analyse mènent au développement de la théorie qui fait l'objet d'exploration, d'expansion et de testage via une cueillette de données additionnelles selon une logique déductive (tester la théorie).

Un va et vient s'installe entre l'induction et la déduction dans la recherche, ce qui crée l'abduction comme troisième catégorie de raisonnement. D'où le nom de « *abductive theory* » donnée à la TE par des auteurs tels que Oktay, qui décrit cette forme de raisonnement : « A type of reasoning used in grounded theory research that combines inductive and deductive logic in a cyclic process of theory development. As the theory is derived inductively from the data, it is confirmed deductively by seeking and examining additional data » (Oktay, 2012, p. 149). La nature inductive de la TE laisse place à la créativité et à la liberté du chercheur et pour Charmaz (2006, p. 200), l'abduction démarre dès l'induction lorsque le chercheur fait des découvertes surprenantes ne cadrant pas avec celles déjà dévoilées et ne pouvant pas s'expliquer au niveau théorique de la même façon. Ce qui lui fait dire que l'abduction mène les chercheurs de la TE à aller au-delà de l'induction (p. 201), indiquant qu'une voie importante est dressée pour interagir avec les données et l'analyse émergente : « It means paying attention to data that do not fit under existing interpretive rules or earlier inductive generalizations. Peirce posited abduction as a type of reasoning that includes imaginative interpretations and deductions that follow inductive discoveries ». Nous verrons dans les trois chapitres présentant les résultats (4 à 6) comment ce type de va et vient vers une théorie de type abductive a su émerger et le rôle important des hypothèses de travail à cet égard.

## **1.4 Contribution de l'étude et ses limites**

Cette étude s'appuie sur des suggestions de Pace pour la recherche découlant de son étude de cas sur TCLP en 2005 (p. 249-250) : 1. Voir comment l'approche de l'ÉC transforme les attitudes et les actions des individus et peut servir d'influence au niveau collectif ; 2. Évaluer ou mesurer l'impact et la portée de l'expérience de la délégation sur les délégués ; 3. Voir le processus associé à l'écoute dans cette approche et sa dimension transformationnelle et de guérison (*healing*) associée à l'expérience. Cette recherche contribue de plus à un souhait émis par plusieurs participants aux délégations et formations offertes par TCLP dont je fus témoin : apprendre davantage sur cette approche de TCLP et notamment pouvoir avoir une forme de portrait global pour mieux comprendre « ce qui se passe » quant aux effets

positifs sur les participants et pour la construction de la paix. Ceci, car les écrits et le curriculum sur l'ÉC ne sont pas volumineux et l'approche est foncièrement expérientielle et riche d'enseignements à mieux comprendre pour plusieurs. Cette étude doctorale présente une forme d'état des lieux répondant à ce besoin. Elle offre un savoir pouvant faciliter le développement d'une culture de la paix intérieure et extérieure dans tout environnement.

Le modèle théorique et appliqué qui en a émergé contribue à mieux comprendre une série de facteurs et d'indicateurs associés à cette approche, informant sur le type d'environnement et d'habiletés dialogiques qui la composent. Il permet de mieux reconnaître, comprendre et transcender la polarisation au sein des conflits pour laisser place à des formes de sagesse et de discernement favorisant le choix d'une écoute et compassion, voir des formes « d'amour centré sur l'autre » tel qu'est défini l'amour compassionnel. Les zones de polarisation transformées sont autant intérieures (intra personnelles) qu'extérieures (interpersonnelles et systémiques). Elles sollicitent l'intégration de formes d'intelligence diverses au niveau relationnel et pour aider à ce faire, le modèle fait figure d'outil ou de plateforme relationnelle ci-haut mentionnée pouvant guider la recherche future et l'application sur le terrain de la construction de la paix et dans tout environnement pour un mieux vivre ensemble et une coexistence pacifique. La recherche s'inscrit ainsi comme un exemple dans les sciences des religions appliquées.

Une autre contribution est l'utilisation de la notion et modèle de recherche sur l'amour compassionnel pouvant être adaptés par les chercheurs selon leur champs et sujet d'étude (Fehr et al., 2009). Examiné sous l'angle de ma recherche est unique au sein de ce créneau et plus particulièrement en lien avec ladite « réponse du cœur » comme une des cinq caractéristiques centrales de l'amour compassionnel et peu étudié dans ce créneau de chercheurs. Une des questions du questionnaire en ligne fut d'ailleurs pour les répondants d'indiquer - sans qu'ils soient au courant - si les caractéristiques de base de l'amour compassionnel (Fehr et al., 2009) faisaient partie de la pratique de l'écoute compassionnelle. Les réponses sont concluantes comme nous le verrons dans le chapitre cinq. Ce qui confère une crédibilité dans l'utilisation de cette notion pour faire des ponts avec l'objet d'étude. Une autre dimension adressée par l'étude en lien avec ce modèle de recherche sur l'amour compassionnel est le fait que la notion du transcendant est reconnue comme faisant partie des composantes du modèle, même si peu documentée. Mon étude l'aborde en plus de répondre à un souhait émis par les chercheurs Pearlman et Sanchez Aragon, qui invités à commenter l'ouvrage scientifique de Fehr et collaborateurs (2009) - lequel offre une compilation de plus de dix années de travaux scientifiques sur l'amour compassionnel - ont indiqué que les défis actuels sur la planète reposent en grande partie sur la qualité

des relations interpersonnelles, intergroupes et internationales. Dans ce contexte, il s'avère selon Pearlman et Sanchez Aragon que l'amour compassionnel est une force prosociale qui peut contribuer à approfondir ces relations. Ils ont émis le souhait que des chercheurs puissent trouver des facteurs facilitateurs à cette force prosociale qu'est l'amour compassionnel et plus précisément dans des environnements de conflits violents, ce qui rendrait encore plus cruciale l'importance de connaître ces facteurs (in Fehr et al., 2009, p. 450).

Les résultats de cette recherche semblent répondre à ce souhait. Cette recherche contribue de plus aux lacunes suivantes identifiées dans la littérature scientifique : la dimension spirituelle dans l'écoute (Wolvin, 2010); les initiatives sur le terrain pour la construction de la paix en Israël et Palestine (Kurianski, 2007, 2006) dont celles visant la transformation et guérison de blessures en lien avec le conflit; la pratique de l'écoute compassionnelle comme nouveau domaine à ajouter à la cartographie des expériences transformatives de Mandala Schlitz et collaborateurs (2007); et le besoin identifié par Richardson de favoriser un plus grand nombre de recherches sur l'action de procurer et de recevoir de la compassion lors de la conférence du Mind and Life Institute en 2009.

En ce qui a trait aux limites de l'étude, la dimension géopolitique ne figure pas comme sujet d'étude bien que le conflit israélo-palestinien fasse partie du contexte dans lequel prennent place les sessions d'écoute et que les témoignages des invités portent en partie sur ce dernier. L'angle d'intérêt est plus psychosocial et spirituel en lien avec les questions de recherche que socio-géopolitique et religieux, bien que ces dimensions fassent partie du contexte. J'ai choisi d'aller plus à fond sur les angles privilégiés tout en informant là où c'était approprié ceux qui le sont moins. C'est un choix pragmatique et lié à mes champs d'expertise. De plus, la notion de justice sociale n'est pas abordée de front mais trouvera sa place partiellement avec le modèle final, ainsi que dans mes conclusions qui abordent des pistes pour la recherche future. La justice sociale ne fait pas partie des questions de recherche mais il importe de la mentionner en regard du modèle théorique et appliqué ayant émergé de l'étude. Notons ici que la dimension transformationnelle liée à l'expérience des délégués et la prise en compte de la souffrance, voir transformations et guérisons, des invités résonnent avec la perspective théologique développée par le théologien allemand Johann Baptist Metz dans l'ouvrage de Maureen H. O'Connell, *Compassion : Loving Our Neighbor in an Age of Globalization* qui fait des ponts avec la dimension systémique :

Encounters with suffering others, particularly with their memories and narratives, serve as a catalyst for the transformation of non-suffering persons from bourgeois to political understandings of self, world, and faith. Encountering with suffering of others break open private, quiet, and self-

referential understandings of our reality with a politically and mystically disruptive other-centered orientation. (Metz, cité dans O'Connell, 2009, p. 120)

La notion d'identité humaine commune sera un thème important à cet égard. La déclaration universelle des droits de la personne (1948) par les Nations Unis, basée sur la reconnaissance de l'égalité de droits entre tous à partir de l'identité humaine commune et des besoins universels en termes de bien-être et de justice trouvera sa place dans la règle d'or qui deviendra un pilier central du modèle présenté à la fin de cette recherche (chapitre 6). Une culture de la paix dans tout environnement comme le suggère le modèle implique *de facto* une dimension sociale soulevant l'interdépendance entre les notions de compassion et de justice. Des écrits et recherches futures pourront élaborer plus à fond ces liens en regard du modèle.

## 1.5 Survol des chapitres de cette étude

Dans l'approche enracinée, une forme de schéma conceptuel (*conceptual map*) peut remplacer la revue de la littérature classique et c'est ce qui sera présenté dans le chapitre deux (Charmaz, 2006, p. 167). Le but est d'instaurer progressivement une discussion, d'apporter des arguments et des évidences retenues à titre de chercheur et d'expliquer comment j'en suis venue à faire des choix théoriques (Idem). Les concepts de base pour l'étude dans ses débuts seront donc présentés et ce schéma conceptuel deviendra plus sophistiqué au fur et à mesure que prendront place des étapes itératives de collecte et d'analyse des données tel que l'on retrouve dans la TE. Laquelle prévoit aussi des retours à la littérature scientifique, ce qui sera témoigné à des moments charnières de l'étude.

Le chapitre trois présente les composantes du cadre méthodologique pour cette recherche, soutenu par les fondements épistémologiques présentés plus haut mais cette fois-ci s'attardant plus à fond sur le design et les outils de recherche, ainsi que les méthodes de cueillette et d'analyse des données. Le tout soutenu par une riche littérature scientifique. Nous verrons le contenu et la forme proposés pour les entrevues et le questionnaire en ligne ainsi que les détails entourant le recrutement des participants aux entrevues et questionnaire en ligne.

Dans le chapitre quatre sont présentés les résultats de la première phase de la recherche, qui est qualitative. On y retrouve des étapes successives d'analyse selon trois phases-type dans la TE : initiale, axiale et avancée et comment elles en viennent à faire émerger le modèle théorique et appliqué. Les données proviennent d'entrevues individuelles, de l'observation participante et de l'analyse documentaire d'écrits des pionnières de l'ÉC et ont inspiré le contenu du questionnaire en ligne dont les résultats apparaissent

dans le chapitre cinq suivant. Le questionnaire comprend aussi des questions sur des composantes du modèle théorique émergent. L'analyse des données du questionnaire dans le chapitre cinq portent sur une compilation de statistiques et maints constats découlant de l'analyse quantitative, en plus d'éléments de contenu pour les questions ouvertes qui s'ajoutent aux données qualitatives de la première phase et en apporte de nouvelles.

Les données des deux phases de recherche sont intégrées dans le chapitre six présentées sous forme de quatre piliers centraux sur lesquels repose le modèle théorique et appliqué. On y retrouve une série de variables, d'indicateurs, de facteurs et de conditions facilitant l'intégration de ce qui apparaît comme un « agenda du cœur » aux efforts de paix pour la création d'une culture de paix intérieure et extérieure. Cet agenda englobe les réponses aux questions de recherche. Le premier pilier fait état d'un principe central chapeautant le modèle et le dernier pilier propose un guide pour la pratique/praxis. Les deux autres apportent des explications au niveau d'un savoir-être et savoir-faire dans la pratique de l'ÉC et les expériences, transformations, processus et type de spiritualité qui la compose.

Enfin, le chapitre sept offre une conclusion sur la portée de cette recherche et des pistes d'action tant au niveau scientifique que pour le terrain, dont de la construction de la paix.

## CHAPITRE 2. Cadre théorique

Une controverse existe sur l'étendue que doit prendre la revue de la littérature avant et pendant la recherche avec la TE comme méthodologie. Dans leur ouvrage phare en 1967, Glaser et Strauss suggèrent au chercheur de ne pas faire de revue de la littérature avant le début de la collecte et de l'analyse des données afin de demeurer libre de toute influence dans le processus de développement d'une théorie qui doit émerger des données. Le chercheur ne doit pas se sentir contraint de faire cadrer des observations empiriques avec des éléments issus de la revue de la littérature car cela pourrait faire ombre à de nouvelles idées pouvant surgir. Ainsi, le processus théorique doit évoluer en fonction du terrain et non en fonction de la littérature (Oktay, 2012, p. 46). La plupart des chercheurs associés à la TE ramènent aujourd'hui cette question au biais du chercheur. C'est-à-dire que le fait de ne pas faire de revue de la littérature n'élimine pas ce biais (p. 47) et avoir un « esprit ouvert » n'est pas la même chose qu'avoir un « esprit vide » (Dey, 1993). Thornberg (2012) propose une variante où la recherche peut être « informée par la recherche scientifique » (*informed grounded theory*). Il est permis au chercheur d'avoir certains cadres théoriques en début de recherche tout en s'assurant que la recherche demeure ancrée sur la réalité du terrain étudié. J'adopte cette position et intègre dans ma démarche la suggestion suivante :

The important point in a grounded theory study is to review theoretical perspectives or models without allowing this initial work to blind you to new ways of looking at your data as the study progresses. Keep any theories or concepts from your review in the back of your mind, so that as you move into data collection and analysis, they can be drawn upon as needed, but avoid getting attached to any of them. As the study progresses, most likely, concepts will arise that were not considered in the initial proposal and you may need to explore areas of theory that were not in your conceptual framework. (Oktay, 2012, p. 46)

Charmaz (2006) suggère que la revue de la littérature soit plus qu'un simple chapitre de la thèse et qu'elle prenne la forme d'une discussion qui s'étale tout au long de l'ouvrage. Un « schéma conceptuel » peut remplacer la revue de la littérature et comprend à la fois les perspectives théoriques qui façonnent la vision du monde du chercheur et une certaine revue des théories pertinentes en lien avec le sujet de recherche. À partir de ce cadre, le chercheur clarifie ses idées, fait des comparaisons, invite le lecteur à un début de réflexion théorique et montre comment son travail se situe au sein de la littérature existante et même la dépasse (Charmaz, 2006, p. 167). C'est ce que vise ce chapitre et à la fin j'expose des limites de l'étude au niveau théorique et des biais comme étudiante-chercheuse.



## 2.1 Schéma conceptuel de base

La figure 1 suivante présente le schéma conceptuel de base dans les débuts de l'étude bien que quelques chercheurs et notions ayant fait irruption plus tard dans la recherche y figurent pour mieux établir le cadre théorique général pour l'étude.

<b>OBJET D'ÉTUDE</b>			
L'expérience de la pratique de l'écoute compassionnelle selon TCLP et le type de processus et spiritualité en jeu. Ceci, dans le cadre de...	...sessions d'écoute au sein des délégations organisées par TCLP de 1998 à 2015, en contexte de ...	...résolution de conflit et construction de la paix. Ainsi que les...	...transformations, voir guérison, découlant de cette expérience pour les délégués.
<b>SITES IDÉOLOGIQUES</b>			
<b>L'écoute compassionnelle selon TCLP</b> (Cohen, 2011 ; Green, 2008 ; Pace, 2005 ; Manousos, 2003)  <b>La réponse du cœur, une caractéristique centrale de l'amour compassionnel</b> (Fehr et al., 2009)	<b>L'écoute et le dialogue</b> (Wolvin, 2010 ; Floyd, 2010 ; Rehling, 2008 ; Fisher-Yoshida, 2012).	<b>La construction de la paix de type relationnel, spirituel et transformationnel</b> (Gopin, 2016, 2012; Lederach, 2015, 2012, 2005; Cohen, 2011; LeBaron, 2007)	<b>Les expériences de transformation et de guérison (liés à ce type de méthode et d'expériences)</b> (Koerner, 2011 ; Dossey et al., 2005 ; Shlitz et al., 2008)
<b>Champs et disciplines :</b> Sciences des religions (spiritualité) ; Sciences sociales (psychologie, communications, construction de la paix) ; Sciences de la santé (mieux-être et santé des populations). Contribution aux sciences contemplatives.			

**Figure 1** : Schéma conceptuel de base

On retrouve dans la première rangée l'objet d'étude : L'expérience de la pratique de l'écoute compassionnelle selon TCLP et le type de processus et spiritualité en jeu. Ceci, dans le cadre de sessions d'écoute au sein des délégations organisées par TCLP de 1998 à 2015, en contexte de résolution de conflit et construction de la paix ; ainsi que les transformations, voir guérison, découlant de cette expérience pour les délégués. La deuxième rangée comprend ce que Charmaz (2006) appelle des sites idéologiques, renseignant sur les concepts centraux de l'étude et liens avec la littérature. La dernière rangée expose les

champs et disciplines entourant l'étude tel qu'abordé dans le chapitre précédent. Afin d'éclairer ces assises théoriques, nous verrons d'abord en quoi consiste la mission et le curriculum de l'ÉC selon TCLP et comment se situe cette initiative dans le domaine de la construction de la paix. Ensuite, la notion de l'amour compassionnel et le modèle pour la recherche qui lui est associé seront examinées en fonction de la présente recherche, avec une attention particulière sur la « *réponse du cœur* » comme une des caractéristiques centrales de l'amour compassionnel et le 'moment du choix' faisant partie d'une composante centrale du modèle de recherche sur l'amour compassionnel. Ce qui nous mènera à examiner comment l'écoute et le dialogue, ainsi que les notions de transformation et de guérison s'inscrivent en lien avec l'objet d'étude.

## **2.2 L'écoute compassionnelle selon *The Compassionate Listening Project***

### **2.2.1 Mission et curriculum**

Selon le site internet de TCLP, cet organisme est à but non lucratif et dédié à : « *Empowering individuals and communities to transform conflict and strengthen cultures of peace* ». Leah Green, directrice générale, explique que ce qui l'a motivée à organiser des délégations en Israël-Palestine est le fait qu'à titre de femme juive américaine qui a vécu en Israël et qui a travaillé en Cisjordanie, elle voulait renforcer le soutien des États-Unis pour la paix au Moyen-Orient en mettant en contact des américains avec des chefs de file du domaine de la réconciliation entre israéliens et palestiniens dans cette région (Pace, 2005). Le but était de leur fournir une expérience directe des complexités que l'on retrouve sur le terrain en lien avec ce conflit. TCLP est inscrit comme un organisme ayant une mission d'éducation à la paix et toujours selon son site Internet, est une des plus vieilles organisations non gouvernementales (NGO) qui travaille en Israël-Palestine dans le domaine de la diplomatie citoyenne. On dit offrir un modèle puissant pour la résolution de conflits et le développement d'habiletés concrètes dont les retombées sont les suivantes :

Our delegations have resulted in an extensive network of informed leaders across North America who stand for both peoples as a result of their transformative experiences in the field. Our impressive alumni play a positive role in peace-making efforts: educating in their home communities and inviting others to support reconciliation leaders in Israel and Palestine. Some of our alumni have created successful Mideast peace programs that promote cross-cultural and interfaith understanding, as well as human rights and humanitarian work. Their leadership and efforts are especially important as the conflict in the Middle East continues to create harsh

divisions among religious and political groups, on college campuses and within the peace movement.<sup>27</sup>

La motivation de Gene Knudsen Hoffman, qui a inspiré Green à intégrer l'ÉC dans les délégations, était de découvrir les causes profondes et psychologiques de la violence (Hoffman, 2008), ainsi que de faciliter un processus de transformation et de guérison des blessures liées aux conflits (Howschinsky, 2002). La citation suivante de Hoffman fait figure de description de ce qu'est l'ÉC :

The listening requires a particular mode. The questions are non-adversarial. The listening is nonjudgmental. The listener seeks the truth of the person questioned, and strives to see through any masks of hostility and fear to the sacredness of the individual, and discerns the wounds at the heart of any violence. (Hoffman, conférence le 25 novembre 1997, California University à Santa Barbara, dans Manousos, 2003, p. 311).

La définition de la compassion dans le guide à l'ÉC de Cohen (2011) est celle standard dans la littérature : *'to suffer with'* tout en spécifiant que pour ressentir cette profondeur de connexion avec l'autre la personne doit trouver en elle cet « endroit qui souffre ». Ce qui sera examiné en cours d'étude et déjà la description de compassion dans le premier guide à l'ÉC donnait des indices sur une certaine expansion de la conscience et capacité de transcender des polarités (Hwoschinsky, 2001, p. 83) : « *Compassion is an expanded state of awareness in which one does not focus on strong/weak, joy/pain ; but is present without judgment* ». Un outil publicitaire sur la formation d'introduction à l'ÉC mentionne qu'il s'agit à la fois d'une pratique personnelle pour cultiver force intérieure, conscience de soi, autorégulation et sagesse ; d'une série d'habiletés pour améliorer les relations interpersonnelles et naviguer à l'intérieur des défis que l'on rencontre dans nos conversations avec les autres et ; d'un processus pour amener les individus et les groupes ensemble afin de faire des ponts entre leurs différences et transformer le conflit.<sup>28</sup> Les appellations d'approche, de pratique, de méthode et d'outil sont apprêtées à l'ÉC. La distinction entre ces termes est éclairée par le dictionnaire<sup>29</sup> : une approche est « une manière d'aborder un sujet de connaissance quant au point de vue adopté et à la méthode utilisée » ; une méthode est « l'ensemble de moyens raisonnés suivis pour arriver à un but (procédé, voie) ou alors l'ensemble des règles, des principes normatifs sur lesquels reposent l'enseignement et la pratique d'un art » et ; l'outil est « ce qui permet de

---

<sup>27</sup> Cette explication provient du site Internet de TCLP : <https://www.compassionatelistening.org/>. Consulté le 20 mars 2018 à 14h30.

<sup>28</sup> Traduction libre de contenu dans un dépliant d'une des facilitatrices sur les formations à l'ÉC. Bien que moins scientifique, cette formulation reflète la partie appliquée de l'approche à l'étude, sachant que cette thèse se situe au niveau des sciences des religions appliquées.

<sup>29</sup> Cette définition provient de Le Petit Robert : Dictionnaire de la langue française, Paris, 2004, p. 122.

faire un travail (instrument) ». Pour les fins de cette étude, l'utilisation du terme *approche* réfère à l'ensemble le plus inclusif de toutes les composantes de l'ÉC comme méthode promue et utilisée par TCLP. Le terme de *méthode* constitue l'ensemble des explications et des exercices pratiques suggérés par l'organisme TCLP depuis 1998 selon ses deux guides. La *pratique* de l'ÉC porte sur l'application de cette approche tel que suggéré dans son curriculum.

Le premier guide à l'ÉC fut publié en 2001 lors des premières années de mise en œuvre. Il expose la philosophie et l'approche de TCLP. Le deuxième publié en 2011 par Andrea Cohen avec la collaboration de Leah Green et Susan Partnow et intitulé : *Practicing the Art of Compassionate Listening*, réunit l'essentiel de plus de 10 ans d'enseignement et de pratique sur le terrain. Il présente les éléments centraux du curriculum de l'ÉC qui gravite autour des cinq pratiques/compétences centrales (Cohen, 2011, p. 12-13)<sup>30</sup> :

1. *Cultivating compassion*: This includes developing empathy, experiencing and communicating gratitude, the ability to forgive, and the willingness to step into another person's shoes – seeing and feeling the world from their perspective to the extent that we can.
2. *Developing the fair witness*: With this practice, we cultivate an ongoing process of self-exploration and the ability to hold both complexity and ambiguity. We learn to step out of a difficult interaction enough to notice what is happening on a 'meta' level – in our minds, emotions, bodies, and spirit. We learn to recognize and contain our triggers and suspend judgment enough to stay connected and listen fully to another person's story and perspective.
3. *Respecting self and others*: We take responsibility for our own part in what's unfolding and how we impact each other. We learn to hold healthy boundaries that are both protective and permeable, trusting that each of us has the capacity to resolve and heal our conflicts. Often just being heard allows us to take an important next step in that direction.
4. *Listening with the heart*: This skill requires quieting our minds so we can be fully present to others, genuinely seeking to know who they are, what they value and the experiences that motivate their perspectives. Learning to listen with the heart, whether to ourselves or to another person, always open doorways to deeper understanding. It requires shifting the focus from our active minds to the energetic core of our being, and keeping our own stories and interpretations out of the way. Then, listening with the heart is truly a gift.
5. *Speaking from the heart*: We seek to access and convey our own deep truth from as close to our own heart as we can get. The language we choose reflects a healing intention rather than words of blame and judgment that may trigger another's defenses. If we seek more information, it is out of genuine curiosity rather than to disprove the other's point of view. We reframe issues to get at the essence of

---

<sup>30</sup> Les formations à l'ÉC selon TCLP sont : Une d'introduction (1 à 2 journées) et deux avancées (3 à 4 journées chacune) et offertes par des formateurs certifiés qui sont au nombre de 30 (en janvier 2018). Ils sont en majorité américains bien qu'il y ait quelques canadiens et européens. Ils pratiquent dans divers milieux dont la construction de la paix mais aussi en santé, éducation, politique, milieux de travail, etc.

underlying needs and feelings. We courageously choose to give voice to what truth has and meaning – and do all of this for the sake of promoting healing.

Nous sommes à même de constater que ces descriptions comprennent une série de concepts, d'actions et de recommandations qui peuvent sembler quelque peu disparates tout en étant révélateurs sur ce qui soutient cette approche. L'état des lieux découlant de la présente étude positionne ces éléments dans un cadre explicatif global, tant au niveau théorique qu'appliqué. Ceci, bien entendu à la lumière des questions de recherche qui apportent des angles d'analyse particuliers sur la praxis au cœur de cette approche. Cohen explique l'utilité de ces cinq pratiques (Cohen, 2011, p. 13): « These practices are particularly useful in challenging situations where we tend to feel the most vulnerable and 'reactive' – and often the least able to access our full wisdom and power ». Ces compétences aident la personne à accéder à la sagesse du cœur pour une plus grande paix et guérison dans les relations avec soi-même et les autres indique-t-on. Ajoutant que l'intégration de multiples sources d'intelligence venant de la tête, du cœur et du corps est en jeu avec cette pratique, qui sans prétendre régler les conflits, aide à créer les conditions qui aident les gens à découvrir leur propre vérité et à développer une confiance en leur propre sagesse pour les guider en situation de conflit (Cohen, 2011, p. 10) : « *Compassionate Listening is a practice that integrates cognitive awareness with the wisdom of the heart. It fosters a quality of listening that helps create a safe setting for people to express themselves honestly and fully in search of their deepest truth* ». La prise en compte d'une dimension intégrative des diverses dimensions de l'être (physique, émotionnel, mental/cognitif, social et spirituel) en est venue à jouer un rôle important dans l'étude, de même que l'interdépendance entre les dimensions systémiques et individuelles dans le contexte global de la construction de la paix. La perspective intégratrice selon divers angles en viendra à jouer un rôle important dans cette étude. Divers champs et disciplines s'y penchent, ce que nous verrons plus bas.

### **2.2.2 Une approche relationnelle et spirituelle pour la paix**

À la lumière de la littérature scientifique, Schirch (2008) explique que le terme *construction de la paix* peut signifier différentes choses pour différentes personnes selon : les résultats visés, les processus empruntés, les acteurs impliqués et leurs rôles au sein des divers cycles de la violence, les capacités requises au moment où l'intervention prend place et le type de relations en jeu pouvant inclure la guérison du trauma, la médiation, le dialogue, la justice réparatrice et de transition (Schirch, 2008). Elle propose une définition sur ce que fait la construction de la paix (p. 6): « Peacebuilding seeks to prevent, reduce, transform, and help people recover from violence in all forms, even structural violence that has not yet led to massive civil unrest ». Une définition de la construction de la paix en contexte contemporain est

tous les mécanismes qu'une société développe afin de promouvoir une plus grande compréhension et coopération vers la paix (Merdjanova & Brodeur, 2009, p. 24). Bâtir une compréhension mutuelle et œuvrer en collaboration sont des thèmes récurrents dans la littérature alors que la paix est vue comme n'étant pas que l'absence de la guerre mais l'établissement de valeurs et de structures sociales positives qui affirment et renforcent la vie où la paix et le bonheur sont : « the most longed-for human condition » (Barash & Webel, 2002, p. 3 et 4). Afin de mieux situer l'ÉC de TCLP dans ce créneau, examinons ce en quoi consiste le qui, où, quand, quoi et comment pouvant en définir les contours.

**Le 'qui'.** On réfère en général à deux stratégies globales pour la construction de la paix. La première est interventionniste et multidimensionnelle, liée aux Nations Unies, une organisation transnationale qui implique l'appui de tierces parties dans des efforts de réconciliation, construction institutionnelle et transformation politique et économique (Bertram, 1995 ; Jakobsson Hatay, 2005 ; Paris, 2004, cités dans Oetzel et al., 2006). Cette approche coexiste avec une deuxième stratégie qui implique divers acteurs et activités associatives sur le terrain, allant jusqu'à celles connues comme *Grassroots peacebuilding and coexistence efforts* (Schirsh, 2008, p. 13). TCLP se situe à ce deuxième niveau et fait figure de tierce partie vue comme (Ramsbotham, Woodhouse & Miall, 2016, p. 213) : « Third parties are often essential in contributing to issue transformations. They typically help the conflicting parties by putting them in contact with one another, gaining their trust and confidence, setting agendas, clarifying issues and formulating agreements ». Bien que des sessions d'écoute lors des délégations de TCLP peuvent comprendre à la fois les deux parties impliquées, en général, un seul des parties est présent et raconte son vécu. Les délégués peuvent se sentir plus d'affinités avec un côté du conflit que l'autre et se trouvent aussi sensibilisés tel que visé par Green, vu plus haut. Ceci dit, l'ÉC a été utilisée à quelques occasions comme menant à des ententes avec les deux parties d'un conflit présent, dont au sein de petites communautés en Alaska dans un conflit entre pêcheurs et résidents locaux (Hwoschinski, 2002).

Les délégués au sein des délégations sont en majorité Nord-américains bien que certains viennent d'Europe. Selon Pace (2005, p. 4): « The citizens that go on these trips are just that, they are ordinary citizens, who somehow care enough about the Israeli-Palestinian conflict to travel there to listen, look and learn ». C'est ce que j'ai constaté et un profil plus détaillé sera offert dans le chapitre 5 sur ceux ayant participé à cette étude. Les invités aux sessions d'écoute viennent de tous les milieux et peuvent œuvrer à tous les niveaux au sein du continuum entre les initiatives formelles et celles sur le terrain pour la construction de la paix, ou ne pas œuvrer dans ce domaine du tout. Ils peuvent être autant des représentants d'autorités et de gouvernements et des chefs religieux que des bénévoles et simples

citoyens. Ils viennent parler en principe en leur nom personnel pour raconter leur vécu et histoire personnelle en lien avec le conflit dans la région.

**Le ‘où’.** Les activités de construction de la paix peuvent prendre place autant au niveau local que global, régional, national, international et entre nations. Les conflits prennent place autant au sein des familles et communautés que dans les officines gouvernementales et les institutions locales et internationales. En ce qui a trait aux délégations de TCLP, la majorité (28) ont pris place en Israël-Palestine, deux en Allemagne et deux également au Guatemala. La formation sur l’ÉC a lieu principalement aux États-Unis (quelques-unes au Canada, Europe et continent africain). L’ÉC est utilisée par les facilitateurs dans les milieux de travail, écoles, au sein des gouvernements et autres endroits selon leurs champs d’expertise et peut être combinée avec d’autres approches.

**Le ‘quand’.** La *construction de la paix* peut englober des activités préventives donc avant que le conflit éclate, lorsqu’il est en cours et suivant sa résolution afin de prévenir son retour. Le terme important ici est ‘conflit’. Les conflits sont des dynamiques et peuvent se développer et changer lentement ou rapidement. Leur gestation peut s’étendre sur une longue période et leur éruption en violence ouverte se faire soudainement (Ramsbotham et al., 2016, p. 14). C’est pourquoi ce domaine porte une attention particulière sur une série d’éléments, processus, méthodes et pratiques selon des phases progressant de l’escalade du conflit à sa transformation et résolution jusqu’à ce que le cycle recommence. On parlera alors de guerre, cesser le feu, ententes et normalisation des dynamiques et des relations entre les parties et tous les éléments ci-haut comportent un corpus littéraire en soi et impliquant une panoplie de domaines et disciplines (ex. sciences politiques, affaires internationales, sociologie, éthique, etc.). En ce qui a trait à la pratique de l’ÉC, elle peut être exercée ou utilisée à tous les stades du conflit car son action principale est de créer un espace d’écoute et de dialogue pour ceux concernés par tout conflit. Ses pionnières la voient précurseur d’un dialogue véritable en ce sens qu’il est important de pouvoir apprendre à s’écouter avant même que commencent les négociations (Manousos, 2003). Force est de constater que même des négociations formelles n’empêchent pas tout conflit de fomenté et d’escalader à nouveau, donc le conflit est vu comme changeant en soi. Le conflit israélo-palestinien quant à lui fait partie de ceux vus comme *intractable*, c’est-à-dire sévère, prolongé (plus d’une génération) et comprenant un niveau de violence important (Bar-Tal, 1998 ; Coleman, 2006, cités dans Bar-Tal & Halperin, 2011 p. 219) : « The most difficult, prolonged and violent intergroup confrontation over major disagreements between the two (or more) parties about existential goals and interests ». Des auteurs consacrent une attention particulière à ce type de conflit sur lequel nous reviendrons plus loin.

**Le ‘quoi’.** L’institut *Multi-Track Diplomacy*<sup>31</sup> identifie trois types de construction de la paix. D’abord celui politique avec les ententes et problématiques légales et les négociations formelles. Ensuite celui structurel touchant les infrastructures tels les systèmes économiques, militaires, sociaux et culturels qui soutiennent une culture de la paix. Finalement, celui social avec les relations entre ceux concernés et qui inclue une prise en compte des émotions, attitudes, opinions, croyances et valeurs à travers des processus de dialogue, d’activités de développement communautaire et de formation. TCLP agit à ce troisième niveau et fait partie des initiatives de construction de la paix qui visent l’amélioration des relations entre les parties dans un conflit et la transformation culturelle et contextuelle afin de mener à sa résolution. Il s’agit d’une vision de la paix positive définie comme : « A stable social equilibrium in which the surfacing of new disputes does not escalate into violence and war » (Haugerudbraaten, 2003, cité dans Oetzel et al., 2006). La paix positive demande la création de nouvelles relations entre des personnes dites « ennemis » qui visent à dépasser la violence structurelle et culturelle. Ce qui demande que la légitimité et la justice soient prises en compte. La paix négative quant à elle réfère à la cessation de la violence directe sans que ces éléments se retrouvent à être nécessairement adressées (Galtung, 1990, in Ramsbotham et al., 2016, p. 13). La démarcation quant à la présence ou non de la violence, qu’elle soit directe ou non, est en jeu.

**Le ‘comment’.** Ce qui est au cœur de problématiques précises au sein des conflits et l’identification du potentiel de transformation et d’alternatives vers la paix sont examinés de près dans le domaine de la construction de la paix, ce qui demande de se pencher sur le contexte, l’historique, les parties impliqués et les dynamiques de pouvoir entre eux, ainsi que les buts et potentiels de résolution (Wher, 1979, cité dans Ramsbotham, 2016, p. 103). Ici encore, on retrouve une panoplie de perspectives et positions. Pace voit TCLP et la méthode de l’ÉC comme faisant partie des centaines d’interventions non officielles dans le conflit israélo-palestinien qui visent le consensus, se disent apolitique, non partisane et n’adoptent pas de position négative ou oppositionnelle dans les conflits (Lofland, 1993, cité dans Pace 2005 ; Kuriansky, 2006, 2007)<sup>32</sup>. Les délégués y figurent comme des activistes de la paix autoproclamés (*self-anointed*

---

<sup>31</sup> Cette information provient du site de cet organisme, consulté le 28 avril 2018 à 13h00 : <https://www.imtd.org/>.

<sup>32</sup> Pace explique que cette perspective de tiers partie (Ury, 1999) a ceci d’unique d’inclure et de considérer les divers parties et entités au sein du conflit, tant les individus que les collectivités et les intérêts internes qu’externes. Ses origines viennent du mouvement idéaliste populaire (*people to people*) de la tradition diplomatique citoyenne datant des années ’80 lors de la période de la guerre froide entre les États-Unis et la Russie et dont Gene



*peacemakers*) ayant pour objectif d'écouter avec compassion tous les côtés en lien avec le conflit israélo-palestinien. Pace considère l'ÉC comme une approche hybride qui combine une diplomatie citoyenne<sup>33</sup> avec une technique d'intervention en situation de conflit. Son respect sur le terrain vient du fait que l'intention est d'écouter plutôt que de donner des conseils, ce qui crée un climat conducteur pour la construction de la paix selon elle. A cet égard, Green affirme qu'aucun invité n'a refusé de participer aux sessions d'écoute (Pace, 2005, p.17). Selon Pace, ce qui distingue TCLP parmi d'autres initiatives semblables sur le terrain est son emphase sur l'écoute et le processus de guérison.

La littérature de TCLP indique que l'ÉC contribue au conflit par le pouvoir de guérison apportée par l'écoute, ce qui supporte sa résolution (Pace, 2005 p. 7 et 12). En ce sens cette méthode est un outil pour la réconciliation et pour créer des ponts (*Idem*, p. 10). Une approche qui peut sembler simple selon Pace mais qui s'avère être plus complexe qu'envisagé a priori. Ceci est dû au contenu des sessions d'écoute et de l'impact au niveau identitaire pour les personnes qui sont présentes. C'est ce que nous continuerons à explorer et démontrer en cours d'étude.

TCLP fait partie de la vague d'évolution dans le domaine de la construction de la paix qui a vu naître l'importance de la dimension relationnelle dans la construction de la paix suivant celles portant sur le partage de matériel et l'amélioration des communications seulement. On s'est rendu compte que les conflits sont indivisibles du contexte relationnel dans lequel ils prennent place. Vu comme son épicerie, le contexte relationnel peut diminuer, alimenter ou créer de la violence et des guerres<sup>34</sup> :

If we want to bridge differences durably and respectfully, we cannot use a strategy centred in problem solving or in improving communication alone. We have to begin by acknowledging that our logic and common sense about how to communicate arise from our own ways of knowing –

---

Knudsen Hoffman fut partie prenante. Des citoyens voulaient alors jouer un rôle constructif pour contribuer à la construction de la paix et participer à la transformation des conflits.

<sup>33</sup> Le principe ici est que les citoyens ont un rôle important à jouer dans l'arène des conflits sociaux récurrents (*protracted*). Selon des académiciens, leur implication fait une différence positive dans ce type de contexte, dont de lutte ethnique tel qu'en Israël-Palestine selon Pace (2005). Le principe est que des acteurs en dehors des hautes sphères des gouvernements et des autorités ont un rôle à jouer et ce type de participation citoyenne a dès lors été reconnue comme importante dans le champ de la construction de la paix (Winer, 1998 ; Rasmussen, 1997 ; Rothman, 1997 ; Lederach, 1997 ; Saunders, 1991, cité dans Pace 2005 ; Lindner et al., dans Kuriansky 2007).

<sup>34</sup> Dans l'évolution du domaine de la construction de la paix, LeBaron identifie trois vagues jusqu'en 2002 (année d'ouvrage) : 1. la compétition pour des ressources et matériel et dont le but est de trouver des solutions gagnant-gagnant ; 2. une plus grande emphase sur la communication entre les parties dont sur les inégalités de pouvoir car le conflit n'émerge pas dans un vacuum et peut être dû à une mauvaise communication. 3. la prise en compte de la dimension relationnelle au sein des conflits tel qu'expliqué dans cette section du chapitre.

the ways we make meaning of our lives. These ways are influenced by culture, personality, context and a whole system of knowing called our worldview. Along with cultural and personality differences, our worldviews are present in conflict, even when everyone at the table looks the same and apparently comes from a shared context. (LeBaron, 2002, citée dans Pace, 2005, p. 8-9)

Dans cette phase relationnelle pour la construction de la paix, la façon dont les diverses parties structurent leurs pensées, sentiments et perceptions selon les messages culturels qu'ils véhiculent est vu comme étant souvent à la base des échecs dans les pourparlers. Ou encore ils immobilisent les conflits dans un engrenage sans solution véritable. La prise en compte des visions du monde est devenue essentielle pour comprendre et connaître l'autre : ses multiples identités et dynamiques conflictuelles en jeu. Elles sont souvent tributaires des perceptions issues de diverses cultures et façons de voir le monde (Idem).

Les approches prônant le dialogue, la coexistence et la réconciliation ont fait éclosion dans cette vague relationnelle pour la paix et TCLP s'y inscrit avec l'emphase sur l'écoute profonde de l'autre pour mieux le connaître, ainsi que sa perspective, son angle de vérité et ses espoirs en lien avec le conflit (Pace, 2005, p.6). Des théories et pratiques impliquant des tierces parties tels que TCLP et contribuant des stratégies de communication telles l'écoute active, la reformulation et le recadrage ont été développées. On y retrouve notamment la méthode de communication non-violente de Rosenberg (1999), fondateur de l'approche de la communication non-violente qui est largement répandue dans ce domaine. Rosenberg dit de son approche qu'elle fait appel à la bienveillance et à la générosité en vue de pallier à des lacunes au niveau de la communication. Rosenberg souligne que la manière dont nous avons été éduqués à penser et à communiquer est une source énorme de violence sur la planète et une attention est portée sur l'intention dans la communication. Il est temps dit-il d'acquérir une conscience et un langage qui soit réellement celui de la communication et dont le but est que chaque besoin de chaque individu soit rencontré avec paix (RTBF, 2004).

Dans la phase relationnelle de la construction de la paix, les approches de résolution de conflit « basées sur le cœur » telles que l'ÉC, visent l'intégration de diverses façons de connaître (*ways of knowing*) qui combinent à la fois des dimensions intuitives et cognitives, la science avec l'art et les techniques avec l'humanité (LeBaron, 2002). On priorise le retour à une dimension interne dans la responsabilité sociale envers les autres tout en adressant des facteurs de connexion, de sens et d'identité. Selon la perspective relationnelle, la nature humaine peut être comprise dans sa dimension spirituelle, incluant des formes d'expression de la connexion avec soi, les autres et toute forme de transcendance selon le choix de l'individu selon Marian de Souza (2003). La spiritualité est vue comme une qualité qui va au-delà des affiliations religieuses et qui vise l'inspiration, la révérence, l'émerveillement, le sens et la raison ; même

pour celles et ceux qui ne croient pas en Dieu selon elle. Lorsqu'une dimension spirituelle ou religieuse fait partie du dialogue pour la construction de la paix, cela offre la possibilité d'amener le processus au-delà d'une discussion où la compétition et l'aspect légal règnent et d'aller au cœur du problème selon Abu-Nimer, Khoury et Welty (2007, p. 342). Une « éthique globale spirituelle » peut émerger, ainsi qu'une forme d'expansion de la conscience, de l'esprit et du cœur, au-delà de frontières identitaires nous séparant des autres affirment ces experts dans ce domaine.

Les deux sources de motivation pour Hoffman pour développer l'approche de l'ÉC viennent d'Adam Curle de la Société religieuse des amis (*Quakers*) et Thich Nhat Han, moine bouddhiste vietnamien et prix Nobel de la paix. Au cœur de la mission de Hoffman (1991) se trouve l'appel à tous de voir le mystère de l'esprit et de Dieu à l'intérieur de chaque personne car elle porte en elle une part de vérité, et de tenter de voir qu'en chaque personne se situe le mystère :

The call, as I see it, is for us to see that within all life is the mystery: God. It is within the contra (opponent of the Sandinista government in Nicaragua), the Nazi, the Afrikaner, the Israeli, the Palestinian and the American. By compassionate listening we may awaken it and thus learn the partial truth the other is carrying, for another aspect of being human is that we each carry some portion of the truth. To reconcile, we must listen for, discern and acknowledge this partial truth in everyone. (Hoffman, 1991, cité dans Manousos, 2003, p. 10)

On reconnaît ici l'importance de « voir la lumière divine en chacun » de la Société religieuse des amis (*Quakers*) fondée par George Fox au milieu du 17<sup>ème</sup> siècle (Barash & Webel, 2002, p. 32) et dont Adam Curle est une figure connue. Ancien directeur des études pour la paix à l'université Bradford et ayant terminé sa carrière académique en 1978, il a participé à des missions de médiation dans des zones de conflits en Inde, Pakistan, Rwanda, Afrique du Sud, Irlande du Nord, Sri Lanka et les Balkans au nom de la Société religieuse des amis ou avec leur soutien. Admirateur et ami du Dalai Lama, cette notion que Dieu est dans chaque personne et le concept de pensée universelle (*universal mind*)<sup>35</sup> représente de sa part une vision inclusive du domaine de la religion et de la métaphysique qui ont influencé ses travaux et son activisme pour la paix sur le terrain. Dans la quatrième édition de l'ouvrage classique dans le domaine de la résolution de conflit en 2016 : *Contemporary Conflict Resolution*, Oliver Ramsbotham, Tom Woodhouse et Hugh Miall établissent une grande partie du développement de la notion même de

---

<sup>35</sup> Il s'est de plus intéressé à la notion d'inconscient collectif de Jung et l'idéalisme utopien de Dimitrije Mitronivić et les théories sur le mysticisme.

construction de la paix à des groupes religieux qui œuvrent à préserver et cultiver des cultures de la paix là où des conflits armés font rage. Ils commentent la mise en place d'un centre de paix, non-violence et droits humains<sup>36</sup> par Curle dans les années 1990 à Osijek (Croatie) :

The wars in former Yugoslavia, for example, provided challenging situations for local peacemakers, and approaches were developed representing what Fetherston (1998) called anti-hegemonic, counter-hegemonic and post-hegemonic peacebuilding projects, and what Nordstrom (1992:270) referred to 'counter-lifeworld constructs' that challenge the cultures of violence. (Ramsbotham et al., 2016, p. 275)

Ces auteurs associent l'émergence de ces approches à Curle et Lederach. Ce dernier affirme avoir eu Curle comme mentor, même s'il fait plutôt partie de la tradition des activistes pour la paix du mennonitisme (mouvement chrétien évangélique anabaptiste). Il s'agit d'une autre dénomination religieuse ayant joué un rôle pivot dans les processus de la construction de la paix, dont pour la guérison du trauma et le développement d'initiatives autour du monde (Omer et al., 2015, p. 7). Il s'agit d'une forme de construction de la paix '*from Below*', basée sur le terrain et en lien avec les acteurs locaux et régionaux (Ramsbotham et al., 2016, p. 58). La vision de Curle est la suivante: « Empower people of goodwill in conflict-affected communities, and the starting point for this is to help in the development of the local peacemakers' inner resources of wisdom, courage and compassionate non-violence (Curle, 1994, p. 104). » L'exploration des ressources spirituelles soutenant la pratique de la construction de la paix, dont en lien avec le religieux, ainsi que la capacité de développer des relations avec 'l'ennemi' est important selon Lederach (in Omer et al., 2015) qui ajoute que ce potentiel spirituel et les ressources intérieures sont peu explorés dans la littérature formelle associée au champ de la construction de la paix. Ajoutant que Marc Gopin le fait avec son ouvrage *Bridges Across an Impossible Divide : The Inner Lives of Arab and Jewish Peacemakers* publié en 2012.

Gopin examine la vie intérieure des activistes de la paix juifs et arabes en Israël-Palestine et à titre de rabbin, chercheur et auteur chevronné et activiste sur le terrain depuis plus de 30 ans, il explique qu'un des éléments centraux pour la construction de la paix qui est peu étudié est l'examen de soi et l'autoréflexivité. En laissant ces juifs et arabes lui raconter leur vécu comme activistes pour la paix, il fut surpris du fait qu'au-delà de la surface même où chacun semble bien s'entendre, se trouve une série d'éléments cognitifs, affectifs, sociaux et spirituels exposant une panoplie de défis pour ces activistes

---

<sup>36</sup> Le Centre de Curle portait l'appellation des droits humains (*human rights*), bien que dans cette thèse, l'expression utilisée et qui est de plus en plus adoptée dans le milieu juridique international est : les droits fondamentaux, en référence et équivalence aux notions de 'droits de la personne' et 'droits de l'homme'.

qui ont tous vécu une forme de violence ou été témoin de violence en lien avec le conflit israélo-palestinien. Nous reviendrons dans le sixième chapitre sur la portée du narratif et cette étude de cas qui rejoint l'importance qu'y accorde l'approche de TCLP. Notons surtout que pour Lederach, cette dimension intérieure personnelle profonde (*deep inner world*) ouvre la voie à une qualité de présence particulière (ce qui est souligné dans le texte apparaît en italique dans la citation de Lederach) :

Here I refer to the less accessible or empirically observable interior world of the individual where competing voices, anxieties, and debates arise within the potential peacebuilder as she or he encounters perceived and real enemies. A probe into the spiritual and ultimately creative worlds, the inner and outer, invites us to explore the nexus and confluence of tributaries that provide insight into and nurture the quality of presence required to sustain constructive encounter with the enemy-other. (Lederach, 2015, p. 541).

Nous aurons aussi la chance d'explorer de près ce type de qualité de présence dans cette étude, tributaire de l'œuvre notamment de la deuxième source d'inspiration pour Hoffman : Thich Nhat Han, moine bouddhiste et impliqué dans le domaine de la construction de la paix depuis le milieu des années 1950. Selon lui, afin de se mettre dans de bonnes dispositions et d'établir la qualité de présence nécessaire pour faire des ponts avec l'autre/les autres en ligne ennemi, la responsabilité de la guerre repose chez tous les individus dans la société et non seulement les armées et les politiciens. La violence à la source des guerres fait irruption dans nos préjugés, nos peurs et notre ignorance, donc notre propre esprit pour Nhat Han – ce qui rejoint la pensée bouddhiste dont tibétaine et les messages du Dalai Lama depuis des décennies. La paix est donc autant un objet interne venant et disparaissant dans chaque esprit humain que ce que l'on voit à l'extérieur et pour Thich Nhat Han, faire la paix signifie 'être la paix'. Il fait la promotion de l'écoute compassionnelle qu'il décrit de la façon suivante<sup>37</sup> :

You can call it compassionate listening. You listen with only one purpose: to help him or her to empty his heart. Even if he says things that are full of wrong perceptions, full of bitterness, you are still capable of continuing to listen with compassion. Because you know that listening like that, you give that person a chance to suffer less. If you want to help him to correct his perception, you wait for another time. For now, you don't interrupt. You don't argue. If you do, he loses his chance. You just listen with compassion and help him to suffer less. One hour like that can bring transformation and healing.

---

<sup>37</sup> Il a tenu ces propos dans le cadre d'une entrevue télévisée menée par Oprah Winfrey en 2013. <https://www.bing.com/videos/search?q=interview+oprah+thich+nhat+han+compassionate+listening&&view=detail&mid=1A7F2875C6CEC219B1D61A7F2875C6CEC219B1D6&FORM=VRDGAR>. 29 novembre 2017. Le verbatim apparaît à l'adresse internet suivante : <http://www.oprah.com/spirit/oprah-talks-to-thich-nhat-hanh/all>. Consulté le 4 septembre 2018 à 17h14.

À la question à savoir s'il croit que l'écoute profonde, compassionnelle, a le pouvoir de mettre un terme à la souffrance d'une personne, voire de mettre fin à des guerres et de changer le monde pour le mieux, Nhat Han répond :

The fear, the anger and the despair is born on the ground of wrong perception. We have wrong perceptions concerning ourselves and the other person. And that is the foundation of conflict and war and violence. We should be able to say: dear friends, dear people, I know that you suffer a lot. I have not understood enough of your difficulties and your suffering. It's not our intention to make you suffer more. It is opposite. So please tell us about your suffering, your difficulties. I'm eager to learn, to understand. It has to start like that, loving speech. And if you are honest, if you are true, they will open their heart and tell us. And then we practice compassionate, deep listening. And during the process of deep listening, we can learn so much about our perception and their perceptions. And that is the best way, the only way, to remove terrorism.<sup>38</sup>

Cette intention d'aider à soulager la souffrance en offrant la chance de raconter son expérience est au cœur de la sagesse pratique de l'ÉC et la stratégie d'aider chaque groupe à voir le visage humain de l'autre. Ce type d'initiative de dialogue et de coexistence est répandu en Israël et son influence reconnue (Bar-Tal, 2013 ; Chaitin, 2011, Rothman, 1998, cité dans Pace, 2005 ; Kuriansky, 2006, 2007). Green explique que le contexte de pratique de l'ÉC selon TCLP se veut séculier, avec au centre la valeur du respect fondamental pour la diversité et le pluralisme<sup>39</sup>. Elle indique que plutôt que de parler de Dieu, de Buddha ou d'autres concepts transcendants ou de personnes exceptionnelles (ex : prophètes, saints, etc.), les préférences et les croyances sont propres à chacun et l'important est de voir ce qu'il y a de plus précieux et unique en chacun. Ce qui revient au « cœur » de la personne dans le sens de son essence propre (*core essence*) foncièrement liée au cœur humain.

« **Modèle du cœur** » de TCLP. TCLP a développé un « modèle du cœur » sous forme de métaphore pour illustrer ce qui est en jeu dans cette pratique. Pour Michelle LeBaron, les approches de résolution de conflit avec le cœur utilisent des métaphores comme outils symboliques qui servent à communiquer un système complet de pensée. Elles réfèrent à des expériences physiques et sensorielles combinées à des sentiments et idées :

Metaphors are more than poetic ways of looking at what we do. They are windows into who we think we are, our purpose, and our approach. They show us what our blind spots are, where our attention is likely to go, and how we situate ourselves relative to others. Conflict intervention means paying attention to many levels simultaneously. But we cannot pay attention to everything.

---

<sup>38</sup> Idem.

<sup>39</sup> Ce que Leah Green me communiquait lors d'un entretien informel en 2013 que j'ai enregistré. Je validais auprès d'elle certains éléments de la recherche émergente pour mes besoins comme chercheur.

Metaphors give us clues about what we feature on our radar screens and what may be missed.  
(LeBaron, 2002, p.184)

Les métaphores sont particulièrement utiles lorsqu'on entre dans une zone d'explication qui est plus symbolique et spirituelle selon l'auteure et c'est ce que l'on constate en prenant connaissance de ce modèle du cœur pour l'ÉC selon TCLP tel qu'énoncé dans le guide à l'ÉC (Cohen, 2011, p. 11) :

We believe that within each individual is the essence of love and compassion. But as we move along our life journey, we suffer – whether from the pain of judgment, self-doubt, physical or mental abuse, or from the impacts of injustice, war, and poverty. Over the years, we have all developed layers of armor to protect ourselves. And that armor may manifest in one of many behaviors – perhaps as anger, blame, cynicism, physical attack, or withdrawal. Unfortunately, as we arm ourselves against others, we may also close ourselves off to the gifts of our deepest essence, allowing our hearts to shrivel and harden. In the process of protecting ourselves, we also may commit the disservice of waving together negative stories about ourselves or about the ‘other’ who has harmed us. We may repeat the stories often and truly believe them. Sometimes these stories are about us as ‘victims’ and the other person as ‘victimizer’, leaving little room for a different truth to emerge. Unfortunately, these negative stories can deplete our physical and mental energy and block access to one of our greatest assets – the wisdom of our hearts. You might imagine the metaphor of bricks and mortar when thinking about this. The bricks refer to the specific incidents that caused us pain, often in our early years. And the mortar represents the stories we tell ourselves about these events that keep the bricks impermeable and locked in place. The structure we create can contribute to a physical sensation of feeling weighed down, isolated, and stuck. How often have you felt the burden of ‘stuckness’ shrinking your heart, mind, and body? Our work in Compassionate Listening is to re-open and strengthen the pathways back to our hearts, particularly when we're upset or in the heat of conflict. We seek to soften the mortar enough to allow our hearts to expand and enable a new perspective to emerge.

Des données recueillies dans le cadre de la présente étude font écho à ce modèle et nous permet de voir comment cette métaphore et modèle de l'ÉC se traduit dans la pratique et quels types d'expériences en découlent, dont celles de nature transformative. Tel que mentionné plus haut, le ‘cœur’ de la personne signifie son essence propre (*core*), tout comme c'est le cas avec la réponse du ‘cœur’ dans l'amour compassionnel comme nous le verrons plus bas. La notion de ‘*core*’ apportée par Pargament et ce qu'il appelle le domaine de la spiritualité, se sont avérés importants en lien avec une délimitation de dimensions rattachées à la spiritualité que j'ai dû faire en cours de recherche et que j'expliquerai dans le chapitre quatre. Il est suffisant de dire que Pargament, professeur en psychologie et figure de proue sur le rôle vital de la religion et de la spiritualité pour faire face au stress et trauma notamment, a plusieurs ouvrages à son actif et est récipiendaire du Prix d'excellent William James pour sa recherche en psychologie des religions. Il est l'éditeur de deux ouvrages importants publiés en 2013 sous l'égide de l'Association américaine de psychologie, intitulés : *APA Handbook of Psychology, Religion, and Spirituality*, volume 1 (aspect théorique) et volume 2 (aspect appliqué).

La thèse centrale soutenant ces volumes est que la psychologie des religions et la spiritualité ont une contribution importante à faire dans l'effort de comprendre comment la religion et la spiritualité jouent un rôle important dans la santé et le mieux-être ; et qu'afin de propulser ce champ d'étude de l'avant, une vision globale permettant de l'organiser dans une plus grande cohérence face à la multiplicité et la diversité qui le compose est nécessaire (Pargament, 2013, p. 5). Cette convergence doit se faire autour d'un paradigme intégrateur<sup>40</sup> qui est proposé par Pargament et les auteurs participants à ces ouvrages. Notons que Pargament a déjà ouvert la voie en ce sens avec un ouvrage publié en 2007 : *Spiritually Integrated Psychotherapy : Understanding and Addressing the Sacred*. Ce livre, découvert en fin de recherche, s'est trouvé révélateur pour moi puisqu'il a confirmé et non influencé l'évolution de ce concept de 'core' ou coeur, avec la pratique de l'ÉC que j'ai développé dans cette étude. Par contre, je l'utiliserai pour fournir un cadre théorique à un produit d'analyse de la phase qualitative (chapitre 4).

En l'absence d'une seule définition pour la religion et la spiritualité chez les chercheurs et les praticiens en psychologie, Pargament et ses collaborateurs endossent celle-ci pour la spiritualité (Pargament, 1999 in Pargament et al., 2013, p. 14) : « *The search for the sacred* », soulignant l'importance des deux mots : recherche et sacré. Le terme sacré se veut inclusif (Pargament & Mahoney, 2005, cite dans Pargament et al., 2013) : « The term sacred is used inclusively here to refer not only to concepts of God and higher powers but also to other aspects of life that are perceived to be manifestations of the divine or imbued with divine like qualities, such as transcendences, immanence, boundlessness, and ultimacy ». Tout ce qui fait partie de la vie peut être imprégné du sacré (croyances, pratiques, expériences, relations, motivations, nature, la guerre, etc.) et le choix et la recherche du sacré s'inscrit dans une trajectoire continue prenant la forme d'un processus qui débute avec la découverte de quelque chose de sacré et qui comprend découverte, conservation et transformation. La religion est définie pour les fins de ces ouvrages comme : « The search for significance that occurs within the context of established institutions that are designed to facilitate spirituality ». Le terme '*significance*' dans cette citation touche l'étendue complète des buts potentiels, dont psychologiques, sociaux, physiques et spirituels (Pargament, 2013, p. 15). Ces éléments

---

<sup>40</sup> Le paradigme intégrateur suggéré dans les ouvrages de l'American Psychological Association dont l'éditeur en chef est Kenneth Pargament se fait autour de ce qui est appelé cinq thèmes intégrateurs (traduction libre) : 1. Les multiple dimensions et niveaux de religion et spiritualité; 2. Les valences multiples liées à la religion et la spiritualité; 2. La théorie, recherche et pratique; 3. La psychologie des religions et la spiritualité avec le champs plus large de la psychologie et ses diverses approches;; 4. L'intégration avec les autres disciplines et ; 5. Les perspectives sur les sens rattachés à la religion et la spiritualité, notamment ce qui touche aux notions d'identité, des croyances et rituels et le surnaturel.



ne sont pas étrangers à plusieurs éléments qui deviendront important dans cette étude comme nous le verrons dans les prochains chapitres.

Ceci dit, la notion de spiritualité empruntée pour cette étude dès ses débuts et qui perdure, s'arrime à celle présentée par le Dalai Lama dans son ouvrage *Ethics for a New Millenium* publié en 1999. Cette définition cadre bien à mon avis avec les buts et visées de l'étude ainsi que pour la dissémination du savoir qui va en découler. Il s'agit d'un choix de chercheur qui s'arrime avec ma vision du monde au niveau personnel. Le Dalai Lama (1999) associe la spiritualité aux valeurs humaines telles que la compassion. La distinction entre la religion et la spiritualité pour lui est que cette première sera préoccupée avec des questions telles que la foi dans le but du salut selon une tradition religieuse ou une autre, c'est-à-dire une dimension où est acceptée une forme de réalité métaphysique ou surnaturelle incluant possiblement les cieux ou le nirvana. Il ajoute que des dogmes, rituels et prières sont liées à ces enseignements religieux alors que la spiritualité se penche sur les qualités de l'esprit humain tels l'amour, la compassion, la patience, la tolérance, le pardon, le contentement personnel, un sens de responsabilité et d'harmonie. Ce qui apporte du bonheur à soi-même et aux autres (His Holiness the Dalai Lama, 1999).

Selon le Dalai Lama (1999) ces qualités intérieures n'ont pas besoin d'être connectées directement à une religion et il n'y a pas de raison pourquoi un individu ne pourrait pas les développer et même à un niveau très élevé, sans avoir recours à un système de pensée religieux ou métaphysique. La religion peut-être quelque chose dont on peut se passer dit-il, mais non ces qualités spirituelles de base, ajoutant que bien entendu, ceux qui pratiquent une religion ont raison de dire que ces qualités ou vertus sont le fruit d'efforts au niveau religieux et que la religion a tout à faire avec une pratique spirituelle. Mais ajoute-il, la foi religieuse demande une pratique spirituelle alors qu'il peut y avoir confusion entre croyants et non-croyants sur ce que cette pratique devrait être. Ce qui caractérise les qualités humaines telles que la compassion selon le Dalai Lama, est un niveau de préoccupation pour le bien-être des autres.<sup>41</sup> Ce qui est en écho avec la définition de l'amour compassionnel : « *an other-centered love* » comme nous verrons dans la prochaine section. Pour le Dalai Lama, la pratique spirituelle est d'agir en étant soucieux du bien-être des autres, ce qui demande de se transformer pour devenir plus disposé à l'être et une réorientation radicale de ses propres préoccupations habituelles avec le Soi. Il lance un appel à se tourner vers la communauté plus étendue d'êtres avec qui nous sommes connectés, pour agir d'une façon qui reconnaît le besoin des autres à côté des nôtres. La compassion et le respect fondamental envers l'autre dans

---

<sup>41</sup> Il explique qu'en tibétain il s'agit de : *Shen pen Kyi sem* qui signifie « la pensée d'être de service pour les autres ».

l'écoute avec compassion tel qu'anticipé dans la pratique de l'ÉC rejoint ces qualités humaines de base préconisées par le Dalai Lama selon moi. Notamment du fait que les instructions données pour l'ÉC rejoignent l'essence de ses propos et vision tout juste exposées.

L'examen du type de prédisposition et d'orientation envers autrui qu'elle comprend continuera notamment à cerner ce type de spiritualité. Pour l'instant, voyons comment la notion de l'amour compassionnel, son modèle pour la recherche et ladite 'réponse du cœur' comme une de ses caractéristiques sont présentées au niveau conceptuel et en lien avec l'objet d'étude.

### 2.3 L'amour compassionnel

Dans l'ouvrage publié en 2009, *The Science of Compassionate Love : Theory, Research and Applications*, Fehr, Spretcher et Underwood exposent l'état de la recherche sur la notion de l'amour compassionnel et son modèle de recherche. Il s'agit de la première tentative de réunir et de présenter des définitions, théories et modèles explicatifs, en plus d'indicateurs et de mesures associées à l'amour compassionnel et les facteurs qui l'encouragent ou qui le limitent. Leur souhait avec la publication de leur ouvrage est qu'une large utilisation et expérimentation du modèle de la recherche sur l'amour compassionnel puisse prendre place. Des experts présentent leurs travaux à la lumière de ce modèle<sup>42</sup> selon une preuve scientifique multidisciplinaire. Ce qui suit s'arrime donc avec l'avancement des travaux dans ce champs d'étude<sup>43</sup> et montre comment il est utilisé pour cette recherche. La notion de l'amour compassionnel et son modèle pour la recherche sont nés d'une initiative de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) en 2006 dans le but de développer un outil d'évaluation de la qualité de vie pouvant être utilisé dans diverses

---

<sup>42</sup> On retrouve une compilation de ce type d'ouvrages qui réunit quelques créneaux de chercheurs se penchant sur des notions connexes tel que l'altruisme. Notamment l'ouvrage de Stephen Post, bioéthicien : *Altruism and Health : Perspectives form Empirical Reseach* publié en 2007 et qui réunit nombreux collaborateurs. On vise la consolidation de modèles et de théories sur l'altruisme selon diverses disciplines dont en santé (médecine, épidémiologie et biologie). Le potentiel humain prosocial et le capital social au sein de la société sont abordés dans ce type de compendium et appuyés par des Instituts et Fondations dont la mission vise le développement de ces connaissances. On pense ici à titre d'exemple à l'Institut et fondation *Fetzer* (<http://fetzer.org/>) et la fondation *John Templeton* (<https://www.templeton.org/>). Il s'agit d'organisations philanthropiques qui catalysent des découvertes et soutiennent des projets sur le terrain et de recherche qui encourage le potentiel humain, ainsi que des valeurs telles l'amour et la compassion pour un mieux-être qui sont transformatives aux niveaux individuels et collectif.

<sup>43</sup> Un bilan de la recherche entourant ce champ d'étude a été effectué en 2010 et financé par l'Institut Fetzer un article scientifique écrits par Doug Oman en 2011 *Compassionate Love : accomplishments and challenges in an emerging scientific/spiritual research field* montre que la notion de l'amour compassionnel est de plus en plus citée dans la recherche scientifique et publications plus générales. Elle demeure tout de même un construit nouveau et complexe et l'utilisation de son modèle de recherche continue à être encouragé dans divers champs d'étude.

cultures. Un module développé au cours d'une série de rencontres impliquant des représentants de diverses régions dans le monde, religieux et non-religieux, ainsi que des professionnels de la santé et des scientifiques du domaine des sciences sociales, visait à définir un mot ou une phrase pouvant apporter un langage commun sur la notion de l'amour, vu comme un facteur lié à la qualité de la vie. Il importait d'avoir une meilleure compréhension de cette notion et voir les facteurs qui pouvaient la mesurer. Dans le choix final de la notion d'amour compassionnel (*compassionate love*), Fehr et Sprecher (2009) expliquent que les bouddhistes n'étaient pas satisfaits avec le mot « amour » et voulait y voir celui de « compassion » afin de refléter plus précisément ce qu'on tentait de démontrer à leur avis. Les musulmans dans le groupe, provenant de l'Indonésie, l'Inde et la Turquie, trouvaient le mot compassion trop « froid » et pour eux, le mot « amour » devait être présent car il apportait l'élément affectif du « sentiment d'amour ». L'expression choisie à titre de compromis, « l'amour compassionnel », voulait adresser à la fois la souffrance humaine et encourager l'épanouissement humain (*flourishing*). L'important étant qu'avec ce langage commun, la recherche pouvait avancer et le modèle de recherche résultant de ces travaux allait servir de cadre structurel pour se faire.

La définition de l'amour compassionnel est donc « *another-centered love* » vu ci-haut et décrit comme (Fehr & Sprecher, 2009, p.29) : « A kind of love that involves a giving of the self for the good of the other » avec le type d'orientation suivante offertes par Perlman et Sanchez Aragon en intégration et conclusion de l'ouvrage de Fehr et ses collaborateurs (2009) :

Compassionate love is an attitude toward other(s), either close others or strangers or all of humanity; containing feelings, cognitions, and behaviors that are focused on caring, concern, tenderness and an orientation toward supporting, helping, and understanding the other(s), particularly when the other(s), is (are) perceived to be suffering or in need. (Perlman & Sanchez Aragon, 2009, p. 439)

En comparaison avec d'autres notions connexes telles que l'empathie, l'amour compassionnel est dirigée vers le bien de l'autre et ne se limite pas à souffrir avec l'autre. Cette notion ajoute une composante émotionnelle à l'altruisme (Underwood, 2008). L'amour compassionnel comprend des dimensions de l'empathie mais est un construit plus large qui (Sprecher et Fehr, 2005, cité dans Sprecher et Fehr, 2009, p. 39) : « Entails behavioral predispositions such as self-sacrifice ». L'empathie peut donc être une composante de l'amour compassionnel et même un précurseur (*Idem.*). Quant au lien entre l'altruisme et l'amour compassionnel, les termes sont utilisés de façon interchangeable bien qu'ils doivent être distingués de la façon suivante (Underwood, 2005, p. 292) : « The word 'altruism' does not capture the fullness of the construct. It is nested within the wider concept, but compassionate love captures an

investment of self deeper than ‘altruism’ suggests, a dimension that cannot be fully assessed through external evaluations of actions ». Fehr et collaborateurs ajoutent sur la nature et portée du terme :

Compassionate love is seen as a valuable aspect of life, and one that should be fostered and encouraged. There is something essentially ineffable and powerful in the reality that the terms agape, compassion, unconditional love, and self-giving love try to describe. Altruism is nested within them, but these terms, which might be summarized as compassionate love, capture an investment of self deeper than the practical. (Underwood, 1999)

La notion de l’amour compassionnel est considérée comme un prototype, c’est-à-dire un concept avec l’absence d’une définition type et classique que l’on pourrait retrouver dans plusieurs langues et c’est pourquoi on lui a attribué les caractéristiques centrales suivantes (Underwood, 2009, p. 7-8): « *Free choice for the other* » où la personne est dénuée d’une motivation première envers soi mais plutôt vers l’autre (selfless motive of the other) ; « *Some degree of accurate cognitive understanding of the situation, the other and oneself* », ce qui demande de comprendre ses propres inclinaisons et contraintes, de même que les besoins et les sentiments de l’autre; en plus de ce qui peut être approprié pour améliorer véritablement son mieux-être ; « *Valuing the other at a fundamental level* », c’est-à-dire un respect pour l’autre dans cet amour envers lui ou elle (et non de la pitié devant sa situation et sa souffrance), ce qui permet de visualiser son potentiel de développement humain (enhancing human flourishing) ; « *Openness and receptivity* » en ce sens que l’amour compassionnel comprend une qualité d’inspiration envers l’autre et laisse place à un genre d’input divin ou une qualité d’ouverture réceptive envers l’autre ; « *Response of the ‘heart’* », une caractéristique décrite un peu plus loin car elle est d’intérêt particulier pour notre recherche. Selon Underwood (2008), l’amour compassionnel comprend des attitudes, des actions et des expressions qui font en sorte que cette notion est plus qu’une composante statique : la raison pour laquelle son modèle pour la recherche peut être adapté en fonction des besoins du chercheur. Voyons-le de plus près.

### **2.3.1 Modèle pour la recherche sur l’amour compassionnel**

Ce modèle de recherche positionne l’amour compassionnel comme un processus dynamique impliquant quatre composantes centrales (Underwood, 2009, p. 10). La première comprend les dispositions et facteurs prédisposant l’individu à l’amour compassionnel, c’est-à-dire les substrats émotionnel, cognitif et physique et les facteurs situationnels, qu’ils soient au niveau social, environnemental et/ou culturel. On indique que la personne qui exprime de l’amour compassionnel le fait en partant avec une certaine base, laquelle variera entre les individus selon leur développement, leur personnalité et des facteurs biologiques. Ces éléments sont influencés par l’environnement social, culturel, familial et historique de

l'individu. Selon le modèle, une perspective théologique dans cette composante peut inclure le divin, Dieu ou le transcendant, qui sont vus comme une partie plus englobante de l'environnement et qui peut se situer au niveau interne chez l'individu et dans ses relations interpersonnelles. Cette présence du transcendant peut aussi se retrouver dans les autres composantes du modèle (Underwood 2009).<sup>44</sup>

La deuxième composante est la motivation et le discernement, vu comme faisant partie intégrante du moment des choix pour l'action d'un amour compassionnel ou non. On explique ici que la personne réfléchit intérieurement et va faire le choix d'agir, d'exprimer quelque chose, de se centrer sur le bien des autres. À ce moment-là, elle fait un discernement, implicite ou explicite, voir analytique ou autre, mais la motivation et le discernement sont vus comme central au moment du choix. Divers facteurs influencent ces choix dont les besoins personnels, émotionnels et autres (Fehr et al., 2009). Diverses recherches dans ce créneau scientifique visent à mieux comprendre les processus cognitifs et les subtilités impliquées dans ces choix. On a identifié en jeu la compétition entre des intérêts personnels versus les intérêts des autres ; des considérations à court et à long-terme ; des bénéfices pour les proches versus des bénéfices pour des personnes étrangères ou éloignées ; donner versus recevoir et ; la justice versus la clémence (Underwood, 2005, 2006).

La troisième composante comprend les actions et les attitudes résultant des choix et qui mène soit vers une action positive ou négative en termes d'amour compassionnel. Finalement, la quatrième composante est une boucle de rétroaction avec la capacité et le désir de continuer de procurer de l'amour compassionnel (Fehr et al., 2009). Finalement, ce modèle de la recherche pour l'amour compassionnel comprend une boucle de rétroaction (Idem) dans le sens où d'exprimer un amour centré sur l'autre (amour compassionnel) peut développer la capacité et désir de continuer à exprimer ceci. Ainsi,

---

<sup>44</sup> Ce que la recherche démontre est qu'une série de substrats et de conditions peuvent détourner un amour compassionnel de l'action. Notamment en lien avec la liberté même de pouvoir procurer ce type d'amour. Des limitations peuvent être au niveau physique avec un handicap par exemple. Ou encore liées à des ressources matérielles limitées ; des structures et un environnement social qui crée une pression pour la protection de soi au détriment de comportements altruistes. D'un autre côté, un soutien social procuré par les autres peut augmenter la capacité de donner. D'autres limites peuvent venir de facteurs personnels montrant que les gens présentent divers degrés d'habileté à l'empathie. Elles peuvent être liés à des facteurs cognitifs associé à des valeurs et des priorités qui s'inscrivent dans un cadre religieux ou non. L'individu peut de plus avoir des capacités intellectuelles le limitant à comprendre une situation donnée. Finalement, des motifs personnels qui peuvent aussi détourner l'amour compassionnel d'une conduite sont le besoin d'amour et d'affection, le besoin d'être accepté des autres ou de Dieu, le besoin d'appartenir, la culpabilité, la peur, voir l'autre comme une extension pour une réflexion de soi (égo), le plaisir de bien paraître aux yeux des autres, le contrôle de l'autre quant à un certain 'dû', le désir d'exercer un pouvoir spirituel sur les autres, le désir de renforcer l'image de soi et des sentiments de supériorité et le désir d'éviter la confrontation (Fehr et al, 2009).

« l'expression d'un amour compassionnel est un processus d'action ; de rétroaction interne ; de correction interne et ; d'action » (Fehr et al, 2009, p. 17). Cette rétroaction peut être intrinsèque à titre d'effet du choix et de l'action sur la personne même) ou extrinsèque résultant de la rétroaction des autres sur la personne quant à ses actions et motivations apparentes (Idem).

J'ai vu une association entre les trois premières composantes de ce modèle et les éléments associés au terme de *Kun Long (wa)* que l'on retrouve dans la culture tibétaine et qui est considéré central pour déterminer la valeur éthique d'une action donnée selon le Dalai Lama :

The individual's kun long, translated literally has the participle kun meaning "thoroughly" or "from the depths," and long (wa) denoting the act of causing something to stand up, to arise, or to awaken. Kun long is understood as that which drives or inspires our actions - both those we intend directly and those which are in a sense involuntary – and denotes the individual's overall state of heart and mind. When this is wholesome, it follows that the actions themselves will be (ethically) wholesome. (His Holiness the Dalai Lama, 1999, p. 31)

Cette description s'arrime au moment du choix dans le modèle de recherche sur l'amour compassionnel, partie intégrale de la motivation et du discernement :

At some point a person internally reflects and makes a choice to move, to act, to express something, centered on the good of the other. In this moment, the person balances the various aspects of the situation, ex. needs and priorities of obligation, fairness assessments and perceived urgency. They discern the appropriateness of action, explicitly, analytically and with more of a "gut" sense or implicit process. (Underwood, 2009, p. 13-14)

Basée sur la description que le Dalai Lama fait de la notion du *Kun Long (wa)* (1999, p. 29-31), j'en viens à le nommer de façon générale dans cette étude, comme « l'état d'esprit et de cœur, la motivation dans l'action » et ce concept fait figure d'outil conceptuel. L'état d'esprit et de cœur interpelle les prédispositions de la personne, et la motivation est liée à l'action dans le moment du choix et du discernement qui lui est rattaché. Ceci car le Dalai Lama indique dans son ouvrage (1999) que le terme *Kun Long (wa)* réfère à un « *overall state of heart and mind* ou *mindset* » qui en tibétain (*lo*) inclue l'idée de la conscience (*counsciousness* et *awareness*) avec des sentiments et émotions, en plus de la notion de motivation et choix rattachés menant à des actions qui sont éthiquement appropriées ou non (en regard d'un amour/compassion envers l'autre). Cet « état d'esprit et du cœur » lié au *Kun Long (wa)* et l'emphase mise sur « le cœur » dans l'approche de l'ÉC m'ont menée à un intérêt particulier sur la « réponse du cœur » comme caractéristique de l'amour compassionnel et cet aspect du moment du choix dans le modèle. Ceci dit, ces associations étaient plutôt exploratoires au niveau conceptuel dans les débuts de cette étude et en sont venues à jouer un plus grand rôle tel que décrit ici. Ceci dit, regardons

de plus près les notions de réponse du cœur et moment du choix liés à l'amour compassionnel et son modèle pour la recherche.

### 2.3.2 « Réponse du cœur » et moment du choix

Peu étudiée comme caractéristique de l'amour compassionnel (Oman, 2010, p. 12), le concept original en anglais de la « réponse du cœur » est *'the response of the heart'*. Il est associé à "cœur" en français, ou le 'cœur de l'être': *the core of one's being* et décrit comme étant (Underwood in Ferh et al., 2009, p.8): « Some kind of heartfelt, affective quality is usually part of this kind of attitude or action, and some sort of emotional engagement. Understanding seems to be needed to love fully in an integrate way ». On reconnaît ici des dimensions autant émotionnelle et cognitive qu'axées sur les comportements et surtout le choix d'un engagement envers l'autre et une forme 'intégrée' d'être en lien, d'aimer. Pour Underwood, la réponse du cœur est associée à une partie émotionnelle du cerveau essentielle pour une prise de décision éclairée et implique une compréhension empathique pour choisir l'action appropriée :

Response of the heart. The emotional part of the brain is essential to much of good decision-making (Damasio, 1994), and this extends to decision-making in the area of compassion. Emotional understanding-empathy and sympathy play a role in fully grasping the situation in order to choose the appropriate action.<sup>45</sup>

La référence à des dimensions autant cognitives qu'émotionnelles et un certain discernement pour une action adéquate n'est pas sans écho avec un des objectifs dans l'approche de l'ÉC qui est d'associer la sagesse du cœur avec des éléments cognitifs (Cohen, 2011). L'intégration de diverses formes d'intelligence en jeu dans la pratique de l'ÉC en est venue à prendre une importance dans cette étude pour répondre aux questions de recherche. Notamment, comment elle prend forme au sein de 'réponses du cœur' particulières dans la pratique de l'ÉC à partir des données sur le terrain. Le type de motivation et de discernement (deuxième composante du modèle avec le moment du choix) demandés devant les défis de la pratique de l'ÉC seront commentés. La notion de discernement trouvera son chemin en appui aux données du terrain en accord avec les travaux de Trauffer, Bekker, Bocârena et Winston (2010). Ils montrent que le discernement demande des habiletés d'autorégulation, d'acquisition de connaissance et d'application des connaissances à travers un système de valeur construit à l'intérieur de soi (Trauffer et

---

<sup>45</sup> Il s'agit d'explications fournies par un feuillet d'invitation à une conférence organisée par le Fetzer Institute et le John Templeton Foundation, les 1-3 octobre 1999. Titre du feuillet: *The Human Experience of Agape & Compassion: Conceptual Mapping and Data from Selected Studies*. Source consultée le 24 mai 2018 à 18h20 : <http://www.altruisticlove.org/docs/underwood.html>

al., p. 178). Le discernement est défini par eux comme un concept multidimensionnel de prise de décision impliquant à la fois la logique et la raison ; une forme d'empathie découlant de la réflexion (*reflection*) et de la compréhension et ; une éthique morale déterminée par sa propre spiritualité (Idem). Il est régulateur de sa propre pensée dans l'acquisition et l'application de la connaissance pour prendre des décisions qui sont bonnes, justes et équitables disent-ils (Trauffer et al., p. 180). Les travaux sur l'amour compassionnel démontrent d'ailleurs l'importance de la connaissance de soi en fonction de laisser de côté un agenda personnel au profit de l'autre :

Understanding of self includes knowing ourselves adequately in order to choose as freely as possible. To express compassionate love, we need to set aside our own agendas, let go for the sake of, to strengthen, to give life to the other. Seeing clearly our own agendas is important. (Underwood, 2009, p. 7)

La notion d'agenda deviendra aussi importante en ce que la recherche ouvre la voie à voir comment peut être intégré ce que j'en suis venue à appeler un « agenda du coeur » aux efforts de paix via la pratique de l'ÉC. Ceci se fait grâce à une série de choix pouvant devenir conscients avec un éveil de la conscience (*mindfulness*) et l'acquisition de connaissances, expertises et expériences particulières qui seront éclairées par la recherche. Une des caractéristiques de l'amour compassionnel, le libre choix, est envisagé dans la mesure où la compassion est une manifestation de l'amour et l'amour, quel qu'il soit, implique un choix (Underwood, Fehr et al., 2009, p. 7). L'écoute comme variable importante dans l'ÉC joue un rôle dans ces choix et influe sur l'activité dialogique que sont les sessions d'écoute.

## 2.4 Écoute et dialogue en lien avec l'objet d'étude

La littérature scientifique nous renseigne sur ce qui est en jeu dans l'écoute et nous verrons l'impact en lien avec cette étude. La *International Listening Association* réunit des experts et chercheurs de l'écoute dans le monde depuis 1979. Au terme d'une vaste consultation auprès d'experts dans le but de travailler dans une perspective commune, elle a adopté en 1995 la définition de l'écoute suivante (Wolvin, 2010, p. 9) : « Listening is the process of receiving, constructing meaning from, and responding to spoken and/or non verbal messages ». Cette définition perdure à ce jour et l'analyse de contenu de 50 définitions de l'écoute a montré que les notions les plus souvent mentionnées sont la perception, l'attention, l'interprétation, se souvenir et une réponse (*response*) (Janusik, 2010, p. 204). Le type de 'réponse du coeur' (*response of the heart*) dans l'ÉC prend certes en compte celle liée à l'écoute. L'écoute est considérée comme un phénomène multidimensionnel qui implique des dimensions physique, mentale, émotionnelle et sociale chez les individus (Brownell, 2002, dans Schnapp ; Purdy, 1991 ; Wolvin &



Caokley, 1996, cité dans Schnapp, 2010, p. 239). Tout comme ces dimensions font partie de l'amour compassionnel. En ce qui concerne la dimension spirituelle dans l'écoute, Corley Schnapp a effectué une revue de la littérature sur le sujet. Elle a recueilli des commentaires venant de divers milieux religieux et spirituels et souligne que très peu de recherches empiriques recueillent des données sur l'écoute dans un contexte religieux ou spirituel (Schnapp, 2010, p. 240).<sup>46</sup> En général, les auteurs d'articles et de livres religieux et spirituels assument que l'écoute prend place dans le phénomène religieux et spirituel et plutôt que de fournir des analyses scientifiques sur comment l'écoute est liée à la spiritualité et à la religion, ils mettent l'emphase sur la pratique de l'écoute et des aspects spécifiques de son processus selon elle. Ceci l'amène à se ranger du côté de Laura Ann Janusik (2002, p. 40, cité dans Schnapp, 2010) qui affirme qu'il n'y a pas un seul modèle de l'écoute qui est accepté car il s'agit d'un processus complexe et que les chercheurs se penchent sur ses divers aspects. Les travaux de Imhof sont instructifs en lien avec la notion de moment du choix.

Elle démontre que lors de l'écoute, la personne fait un « choix conscient » sur qui, quoi et quand elle veut écouter (Imhof, 2010, p. 100, citant Barker & Watson, 2000). Ce mode de perception présume qu'un plan d'action planifié et dirigé vers un but est en jeu et que la décision de diriger son attention sur un item particulier lorsque la personne entend quelque chose, déterminera la transition entre la fonction d'entendre et d'écouter (Imhof, 2010, p. 6). L'écoute comprend la fonction d'allouer son attention de façon intentionnelle selon Imhof, où l'intention agit comme une forme de filtre sur l'information et qui aura des répercussions sur la façon de la gérer (p. 101) : « The intention which guides an act of listening serves as a filter for the incoming information and facilitate retention of relevant information while irrelevant information is discarded or compromised ». Une définition de l'intention est (Slater, 2005, p. 176) : « Purpose, aim, or objective. The choice to act in a certain way » ou le fait de se proposer un certain but ; le but même qu'on se propose d'atteindre.<sup>47</sup> Ce qui motive l'écoute et l'intention derrière cette action mène à diverses formes d'écoute. Plusieurs sont mentionnées dans la littérature, telles de soutien

---

<sup>46</sup> En 2006 dans le cadre d'une conférence internationale, un groupe d'étude sur la recherche sur l'écoute dans le domaine interreligieux a identifié comme besoin de recherches la reconnaissance et la neutralisation de nos propres mots chargés émotionnellement et phrases utilisées dans le dialogue intra personnel, interpersonnel et interreligieux (Janusik, 2007 citée par Corley Schnap in Wolvin p. 243). Des directives pour une écoute de qualité existe dans le domaine pastoral et au sein de contextes religieux et spirituels. Dans une perspective plus large de communication référant au langage, son contenu et interlocuteurs, les écrits se voient plus nombreux car liés au cœur des écrits entourant les diverses traditions. Ceci dit, l'attention sur la fonction de l'écoute plus spécifiquement demeure tenue (*Idem.*).

<sup>47</sup> Il s'agit ici d'une définition provenant de Le Petit Robert : Dictionnaire de la langue française, Paris, 2004, p. 1385.

(*supportive*), profonde (*deep*), empathique, active, thérapeutique et autres. La littérature en psychologie éclaire sur ce qui peut être en jeu au niveau relationnel dans l'écoute. Carl Rogers et Richard Farson offrent une description de l'écoute active :

What does active listening entail? Basically, it requires that we get inside the speaker, that we grasp, from his point of view, just what it is he is communicating to us. More than that, we must convey to the speaker that we are seeing things from his point of view. To listen actively, then, means that there are several things we must do. (Rogers & Farson, 1987, p. 3)

Cette description montre que l'écoute active participe du même type d'intention qu'une partie de la compassion et où cette dernière atteint une résonance avec la souffrance de l'écoté et une motivation à alléger sa souffrance (d'une façon ou l'autre, dans cet aspect actif qui la distingue). L'invité aux sessions d'écoute dans le cadre des délégations de TCLP est appelé à partager son histoire et son vécu sans être interrompu devant plusieurs personnes qui l'écoutent attentivement. La tâche d'écouter est moins innocente ou passive qu'elle n'en a l'air à priori, toujours selon Rogers et Farson :

The first reaction of most people when they consider listening as a possible method for dealing with human beings is that listening cannot be sufficient in itself, because it is passive, they feel, listening does not communicate anything to the speaker. Actually, nothing could be farther from the truth. By consistently listening to a speaker, you are conveying the idea that: "I'm interested in you as a person, and I think that what you feel is important. I respect your thoughts, and even if I don't agree with them, I know that they are valid for you. I feel sure that you have a contribution to make. I'm not trying to change you or evaluate you. I just want to understand you. I think you are worth listening to, and I want you to know that I'm the kind of a person you can talk to. (Rogers & Farson, 1987, p. 4)

Parmi les chercheurs sur l'écoute, Rehling (2008) apporte des nuances et explications fort à propos en lien avec l'objet d'étude. Elle explique combien l'action d'écouter peut sembler simple en apparence mais comment salvatrice fut une forme d'écoute reçue qu'elle en est venue à appeler « compassionnelle ». Aux prises avec une maladie grave, elle a examiné pendant plusieurs mois le type d'écoute que ses visiteurs lui procuraient à l'hôpital. Ce type d'écoute compassionnelle lui a apporté une grande guérison à l'instar d'autres formes d'écoute. La forme d'écoute empathique qu'elle a observée amenait les visiteurs à lui poser maintes questions qui a fait en sorte qu'elle préparait des résumés succincts sur sa condition à l'avance. La forme d'écoute thérapeutique reçue a fait en sorte que les gens mettaient l'emphase sur le problème à régler, ce qui la campait dans un isolement plus grand ayant l'impression qu'il lui manquait quelque chose pour pouvoir régler son problème de façon adéquate, d'autant plus que les solutions n'étaient pas immédiates dans son cas. Rehling associe l'écoute compassionnelle dont elle a fait l'expérience à une écoute de forme dialogique où ce qui fut déterminant est le fait qu'elle a senti que les

personnes pouvaient se relier à son expérience et par le fait même, elle a pu le faire elle-même et cela l'a aidée à explorer ce qui se passait, en plus de pouvoir apprendre sur ce qui se situait au-delà de sa situation. C'est-à-dire dit-elle, ce que c'est que d'être humain, de souffrir et de lutter (Rehling, 2008, p. 83). Pour elle, c'est à partir d'une position dialogique que les gens se rassemblent pour arriver à de nouvelles façons de comprendre des choses non prévues à l'avance. De façon collaborative, ils acceptent de laisser l'activité dialogique procurer un sens personnel à chacun, à leur propre façon. Cela demande une attitude d'ouverture et d'acceptation de l'autre et de s'engager dans un dialogue conclut-elle.

Le dialogue est généralement vu comme toute situation dans laquelle il y a un échange entre deux personnes ou plus. Son étymologie est grecque, '*dialogos*' qui signifie à travers (*dia*) le mot (*logos*), ou à travers le sens du mot (Pruitt & Thomas, 2007, p. 21). Dans le contexte de l'après-guerre froide, le terme de dialogue s'est mis à désigner un type spécifique de processus participatif, ce qui l'inscrit comme processus, méthode et outil pour la construction de la paix (*Idem.*). Pour certains, le dialogue est un concept plus vaste que les négociations et pour d'autres, les mécanismes et les processus qui le soutiennent doivent exister avant, pendant et après un conflit car le dialogue apporte des changements qualitatifs dans les relations (Aqa, cité dans Pruitt & Thomas, 2007, p. 24)<sup>48</sup>. C'est d'ailleurs sur la qualité relationnelle dans le dialogue, autant en termes d'habiletés que d'environnements dialogiques, que je m'attarde dans cette thèse. Elle est décrite par Mark Gerzon (Pruitt & Thomas, 2007, p. 23) : « La qualité critique du dialogue réside dans le fait que les participants se réunissent dans un espace de confiance pour chercher à comprendre le point de vue de l'autre afin de déterminer de nouvelles solutions pour traiter un problème communément établie. » Le dialogue pour la construction de la paix devient un processus pouvant éclairer sur des malentendus et renseigner sur des zones de convergence et de divergence entre les participants. Il s'agit d'un espace de découverte et d'apprentissage, ce qui amène Hal Saunders de *l'International Institute for Sustained Dialogue* et de la Fondation Kettering à définir le processus au cœur du dialogue comme tel :

---

<sup>48</sup> Selon Aqa, le dialogue est vu par certains comme un processus de résolution de problèmes dont de nature sociopolitiques, économiques ou autres, géré par des institutions gouvernementales et d'autres le considère distinct des processus de résolution de conflits que sont la négociation et la médiation. Pour le palestinien Bassam Nasser, la négociation est un 'processus officiel' et peut mettre fin à un conflit mais ne peut instaurer une paix véritable entre les peuples car cela requiert des changements qualitatifs. Le dialogue pour lui est ce qui permet des changements profonds pour mener à la paix alors que la négociation peut n'être qu'une alternative à la résistance et aux conflits armés et non la paix. Saunders (1991) renchérit cette idée en affirmant que ce que l'on espère d'une médiation ou d'une négociation est un accord concret alors que le dialogue cherche à altérer les relations de manière à créer de nouvelles conditions favorisant un respect et une collaboration mutuels (Saunders, 1991 in Pruitt & Thomas, 2007, p. 24).

Le dialogue est un processus basé sur une véritable interaction à travers laquelle les êtres humains s'écourent suffisamment attentivement pour être mûs par ce qu'ils apprennent. Chacun d'entre eux consent à un sérieux effort pour tenir compte des préoccupations des autres, même si le désaccord subsiste. Aucun participant ne laisse de côté sa propre identité, mais chacun reconnaît suffisamment de besoins humains valables chez l'autre pour agir différemment. (Saunders, 1999, p. 22 in Pruitt et Thomas, 2007, p. 23)

Floyd documente le type de prédisposition favorable au dialogue dans l'écoute (2010, p. 127). Il identifie deux types d'attitudes et d'actions contraires pouvant prendre place chez l'écouteur. Une première attitude qu'il nomme "dialogique" est définie comme (p. x): "A turning toward, outgoing to and reaching for the other; the dialogic communicator attempts to minimize the tendency toward selfishness and manipulation of others ». L'attitude ou l'action contraire en est une monologique ayant pour effet de: « Either ignores those selfish tendencies or intentionally strives to accomplish selfish, manipulative purposes » (Johannesen, 1971, p. 375, cité par Floyd in Wolvin, 2010 p. 128). Avec comme résultante la forme suivante de communication : « Seeks to command, coerce, manipulate, conquer, dazzle deceive, or exploit » (Idem.). Tout échange peut donc être décrit en termes de discours non interrompu et cela devient un monologue, ou il peut prendre place au sein d'une conversation, d'où un dialogue. Stolorow, dans une perspective clinique à titre de psychiatre, voit aussi la compassion comme une attitude et un processus. Il la qualifie d'équivalent à une compréhension émotionnelle s'inscrivant dans un processus dialogique (en contexte clinique) :

It is the dialogic process of "undergoing the situation with the other" (Gadamer, 1975), and coming to an understanding (Verstaendigung). Together we make sense of the patient's emotional predicament within the relational system that we experience together, and gradually this shared world changes by means of a personal reorganization of experience (of both participants). (Stolorow, 2007, p. 10)

Cette description rejoint le type de vécu et d'affirmation de Rehling ci-haut où le sens est créé dans le processus dialogique et la rencontre au niveau relationnel. L'approche dialogique en communication est aussi vue comme importante pour la construction de la paix. Beth Fisher-Yoshida notamment a fait l'exercice de mettre en commun la voix d'académiciens et de praticiens dans ce domaine qui commentent sur le dialogue et l'utilise dans leur pratique. Les thèmes communs qui en ont découlé sont (Fisher-Yoshida in Coleman & Deutsh, 2012, p. 106, citant Cissna et Anderson, 1994; Ellinor et Gerard, 1998; Isaacs, 1999; Pearce et Pearce, 2000): « Deeply listening to each other; joint inquiry in a shared exploration to co-create understanding; temporary suspension of assumptions; deepening of connection and relationship; about our humanity; a space or container in which all of the above can take place. » Ces éléments font tous partie de l'approche de l'ÉC et sont porteurs de transformation. Leur actualisation est

complexe et ils en viendront à trouver une place et sens dans la plateforme relationnelle que comprend le modèle théorique et appliqué issue de cette étude. Le fait d'être exposé dans ce cadre permet de démystifier cette complexité.

## 2.5 Transformations et guérisons en lien avec l'objet d'étude

Cette section présente des dimensions systémiques et personnelles associées à la notion de transformation en lien avec l'objet d'étude. Rappelons que ce qui a mené à cet intérêt est le fait que les participants aux délégations organisées par TCLP en Israël-Palestine montraient à leur retour qu'ils avaient vécu une transformation et témoignaient d'un nouveau niveau de compassion, de conscience et de compréhension sur des points de vue avec lesquels ils étaient à priori en désaccord (Hwoschinsky, 2001). Pour certains, cette expérience avait changé leur vie et ils avaient même vécu une certaine guérison (*healing*). Voyons comment le contexte plus systémique dans lequel prennent place les délégations de TCLP et les transformations individuelles pouvant y prendre est commenté dans la littérature.

### 2.5.1 Transformation des conflits pour la construction de la paix

Selon Kriesberg (Austin et al., 2011, p. 51) il n'y a pas une théorie d'ensemble (*grand theory*) dans le domaine de la résolution des conflits mais plutôt une série de propositions et de généralisations empiriques isolées, ainsi que diverses analyses de processus sociaux qui lui sont associées. Ramsbotham et collaborateurs (2016, p. 471-486) analysent le statut de ce domaine selon diverses perspectives théoriques dont réaliste, pluraliste, cosmopolitaine, critique et post-structurelle en lien avec des problématiques telles les lois et politiques au niveau international et des méthodologies privilégiées selon le moment et les buts visés dans le processus de résolution de conflit. En général, les tenants du réalisme se méfieront de tout utopisme et idéalisme ; ceux de la théorie critique se méfieront de la notion de paix libérale<sup>49</sup>; la critique post-structurelle embrasse une série d'approches non positivistes, constructivistes et post-constructivistes et d'autres remettent en cause ce domaine s'étant défini principalement à la

---

<sup>49</sup> La « paix libérale » (*liberal peace*) met l'emphase sur les droits fondamentaux, la démocratie, l'état de droit, les libres marchés et le rôle central des institutions internationales et des gouvernements pour construire la paix selon Daniel Philpott et Gerard F. Powers dans l'ouvrage publié en 2010 : *Strategies of peace : Transforming conflict in a violenc world* (Oxford University Press : New York). Il en explique les limites et propose un type de construction de la paix qui est plus stratégique afin de prendre en compte la complexité grandissante de ce domaine et où des choix et actions stratégiques sont de mise plutôt que de laisser continuer ce type de consensus général établi avec la paix libérale. Un échec de la paix libérale selon Ramsbotham et al., (2016, p. 433) porte sur le fait que son cadre est universaliste, séculier et a une approche de résolution de problèmes qui ignore les tradition religio-culturelles comme ressource pour la construction de la paix.

lumière d'une perspective occidentale pour en redéfinir les contours de façon *Non-Western/Non-Northern*. Une analyse comparative et poussée selon ces angles dépasse les buts de cette étude bien que certains seront adressés en lien avec les limites du modèle dans le chapitre six. Ce qui nous intéresse particulièrement ici est la notion de transformation des conflits et comment cela prend place de l'intérieur de la personne et en lien avec l'autre. À cet égard, Lederach (2003) fait la distinction entre résolution et transformation des conflits. Pour lui la résolution de conflit vise la négociation d'une entente pour mettre un terme à la violence et si les leaders réussissent le conflit pourra cesser, ce qui favorise certes la transformation. La transformation des conflits en soi implique une transformation des perceptions sur les problématiques en jeu et les actions d'individus et des groupes, au-delà des leaders impliqués (Idem).

Dans la transformation des conflits, explique Lederach (2003), on ne cherche pas seulement à résoudre ou de contenir les difficultés au cœur du conflit mais d'en adresser les causes sous-jacentes. Le type de changement pouvant prendre place peut être au niveau personnel (attitudes, comportements, identité et perceptions personnelles); des relations (changement dans les patrons de communication, la coopération interpersonnelle, le processus de décisions, les mécanismes de gestion des conflits); au niveau culturel (changement dans les façons de voir sur les mécanismes traditionnels de résolution des conflits) mais aussi au niveau structurel et systémique (inégalité, discrimination raciale, religieuse, ethnique et autres, patrons de comportement (inclusion plutôt qu'exclusion, accès, etc.) (Lederach, 2003).

La priorisation de certains de ces éléments pour l'action et la façon d'adresser les conflits peut mener à des divergences d'opinion, pouvant être toutes interprétées comme causes sous-jacentes des conflits. Sharoni témoigne de cette réalité en lien avec son expérience à titre de déléguée de TCLP. Elle affirme que les problématiques structurelles et systémiques au cœur du conflit sont difficilement adressées dans une délégation de TCLP. Elle propose la notion de « résistance compassionnelle » pour pallier à ce problème et explique son point de vue :

While both compassionate listening and compassionate resistance have been used to put a human face on the Palestinian–Israeli conflict, the Compassionate Listening Project, which includes tours to the region, fails to address the structural, systemic issues at the heart of the conflict. By focusing exclusively on individuals whose lives have been shaped, and who have to a great extent been victimized, by the conflict, the project reinforces the prevailing view that the Palestinian–Israeli conflict involves two parties on an equal playing field. In contrast, compassionate resistance seeks to humanize the conflict without overlooking its history, root causes and the unjust systems that have made it seem intractable. It involves the analysis and targeting of oppressive systems and policies. In the current context of the Palestinian–Israeli conflict, one cannot speak about

compassion between Palestinian and Israelis without explicit reference to the Israeli occupation of the West Bank and Gaza Strip and to such oppressive practices as the Apartheid Wall, checkpoints and home demolitions. (Sharoni, 2006, p. 288)

L'argumentaire de Sharoni (2006) est le fait que l'emphase sur les gens qui subissent l'impact du conflit ne peut être séparée du contexte avec des structures qui créent des dynamiques d'injustice et d'inégalité. Cela implique une analyse des processus à travers lesquels les gens deviennent conscients de leur position et de leur relation avec le conflit et comment ils décident d'agir en retour. Une telle analyse dit-elle, a le potentiel de soulever des pistes pour le changement et la transformation et peut être faite par les individus et les groupes qui choisissent de jouer un rôle actif dans l'élimination des causes systémiques liées à l'injustice. Dans le cadre de la délégation en 2010 des visites de lieux ont été accompagnées d'un volet éducatif sur les disparités et inégalités sociales sur le territoire et les témoignages et lieux où prenaient place les sessions d'écoute rendaient très évidentes les conditions difficiles à divers niveaux vécus par ces invités. La nuance ici étant que l'activité centrale au sein de la délégation était de créer un espace pour entendre et connecter avec le cœur sur l'impact de ce vécu et réalité sur les gens vivant le conflit au quotidien et d'entendre leurs espoirs et stratégies de vie et de survie dans ce contexte. La question de justice morale et sociale faisait partie de ces témoignages et discussions entre les délégués et ces invités. Pour certains, elle est devenue centrale et ils ont changé leur perspective quant au conflit. Ce que nous verrons dans le chapitre quatre. Une des pistes de recherche proposée par Pace (2005) est de voir de plus près cet impact au retour des délégués dans leur pays.

Une distinction importante à faire à mon avis porte sur ce qui est appelé 'les causes sous-jacentes aux conflits' et la souffrance liées aux blessures en lien avec le conflit. Ces catégories ne sont pas étanches, étant grandement interdépendantes. La littérature scientifique à mon avis ne porte pas suffisamment attention à cette nuance, ce qui explique possiblement le manque d'attention précise justement sur l'impact des blessures liées aux conflits, dont sur le mieux-être et qui comprend toutes les dimensions de l'être, dont celle de nature spirituelle. Dans la transformation des conflits, les dimensions personnelles et systémiques sont prises en compte dans la façon d'aborder et d'exprimer la nature du conflit. Le champ de la psychologie sociale et de la construction de la paix y porte une attention particulière et en arrive à l'identification de causes sous-jacentes aux conflits tant au niveau personnel que systémique ; par le fait même des éléments pouvant être en jeu dans le narratif en lien avec le conflit. Des auteurs chevronnés dans ce domaine se spécialisent sur le conflit israélo-palestinien et les initiatives-terrain depuis quelques décennies.

Chaitin (2011) notamment identifie des catégories de facteur psychosociaux interreliés qui expliquent comment ce conflit en vient à persister. Ces facteurs constituent par le fait même à des points d’ancrage sur lesquels travailler pour aider à sa résolution : les effets intergénérationnels et à long-terme de trauma majeurs au niveau social (Holocauste, Naqba et occupation pour les palestiniens impactant la mémoire collective); les questions d’identités collectives (identité de victime empruntée par les deux parties et l’interdépendance négative des identités des deux côtés envers l’un et l’autre); les visions du monde, perspectives et idéologies opposées (qui est responsable pour le conflit, qui a légitimé sur le territoire, dimensions légale, croyances sociétales); la perspective ‘nous versus eux’ (stéréotypes, démonisation et déshumanisation, etc.); les difficultés liées à la résolution de problème en lien avec le conflit (difficulté à imaginer un futur paisible, fixations, etc.); le manque de dialogue (*dialogical dearth*) qui est de ne pas avoir la chance de parler les uns avec les autres et lorsque c’est possible, ne pas savoir comment avoir cette conversation : ce que tend à combler comme besoin TCLP et son approche. Pour Chaitin, la dimension intégrative dans la construction de la paix doit comprendre le niveau du terrain (*bottom-up, grassroots*) et les négociations qui sont traitées (Chaitin, 2011, p. 17). Elle doit de plus inclure un processus qui impliquent des gens avec des gens et qui inclut la notion de justice sociale avec celle de la paix (Chaitin, 2011, p. 18).

Qui plus est, une approche compréhensive et stratégique pour la paix intégrant l’action de divers niveaux d’acteurs et lieux d’intervention là où un travail de collaboration est demandé pour agir sur la violence est une des caractéristiques de l’approche cosmopolitaine (Ramsbotham, 2016). Le modèle découlant de cette étude et le type de plateforme relationnelle et visée pour sa dissémination participent à mon avis à ce type de construction de la paix et qui sera expliqué au chapitre six à la lumière du modèle théorique et appliqué découlant de cette étude. L’emphase dans les questions de recherche porte plus précisément sur les expériences transformatives personnelles vécues par les délégués de TCLP.

### **2.5.2 Transformations et guérisons au niveau personnel**

Les approches dialogiques transformatives pratiquées en contexte de résolution de conflit se font notamment sous forme d’ateliers ou de sessions d’écoute comme on le retrouve dans les délégations organisées par TCLP.<sup>50</sup> . Le but est de créer un environnement positif et conducteur pour la résolution

---

<sup>50</sup> L’ouvrage de Kurianski (1987) présente nombreuses initiatives oeuvrant dans ce but en Israël-Palestine. Ce type d’activité de transformation des conflits prend place dans divers endroits dans le monde et à cet égard, une



de conflit et de mettre l'emphase sur la transformation de la relation entre les parties (LeBaron, 2002). Ceci est fait en vue d'apporter une plus grande compréhension et empathie pour tous les participants. Cela rejoint les pratiques de médiation transformationnelles qui portent sur les conditions psychologiques propres à chaque partie, avant ou pendant la médiation et la négociation (Moore, 2003). Une dimension informelle est souvent présente afin d'ouvrir la possibilité de construire un lien de confiance et un rapport interpersonnel entre les participants. Des intermédiaires peuvent aider les parties à redéfinir et à réparer les relations conflictuelles entre eux, de sorte à ce que chacun retrouve l'équilibre émotionnel, le respect de soi, la dignité et des sentiments de considération les uns envers les autres (Bush & Folger, 1994).

Il est de mon avis que la pratique de l'ÉC s'inscrit dans les pratiques d'apprentissage transformatives (Mezirow et al., 2009, p. xi): « Transformative learning is an approach to teaching, based on promoting change, where educators challenge learners to critically question and assess the integrity of their deeply held assumptions about how they related to the world around them ». Le rôle des facilitatrices au sein de la délégation de 2010 et lors des formations à l'ÉC est central : ce que les participants à cette étude ont témoigné et que j'ai observé. Comme le rapporte Pace dans son étude (2005) : « Delegates often describe these trips as intense, challenging, transformative, life-altering experiences ».

Des travaux sur les expériences transformatives de la conscience et les cheminements qui s'ensuivent ont été effectuées pour le compte du *Institute of Noetic Sciences*. Shlitz, Vieten et Amorok (2007) ont tenté de mieux comprendre ce type d'expérience en collaboration avec des experts et praticiens d'un large éventail de traditions et de cultures religieuses et spirituelles. Ces auteures voient ces travaux de recherche comme faisant partie des sciences transformatives dont l'objet porte sur la transformation (2007). La recherche transformative est vue comme (Trevors et al., 2014): « That which transforms or causes a major change in thought patterns concerning an area for scientific endeavor ». La définition des expériences transformatives retenue par Shlitz et collaborateurs est (2007, p. 203): « A shift in your perspective on yourself, your life, and the world in which you live. » Les auteurs expliquent qu'elles ont comme conséquence de changer la vie de la personne, en comparaison avec des expériences dites « exceptionnelles » qui sont typiquement de courte durée et n'ont pas nécessairement un impact transformateur en profondeur pour le reste d'une vie. Ces expériences montrent un point commun : l'élargissement radical de la vision du monde (*worldview*) qui mène à une redéfinition de l'identité, du

---

initiative au Liban : Healing the Wounds of History organise des activités et ateliers visant à adresser les causes psychologiques de la violence et donc l'emphase sur cette dimension personnelle vécue par chacun, avec comme assumption que ceci s'inscrit au sein de l'histoire et dimension social et culturelle de ce pays. Voir <https://healingwoundsofhistory.com/about/> pour plus de détails.

sens et du but de la vie (Idem). Ces transformations peuvent se manifester rapidement ou s'étayer dans le temps, mais dans tous les cas la vision du monde est changée de façon dramatique et permanente. La personne en sort avec une vision commune plus bienveillante, aimable, remplie de compassion, altruiste et connectée à l'autre et vouée à créer un monde plus juste, viable et en paix. (Shiltz et al., 2007).

Les travaux de Pace (2005) et la présente étude montrent ce type d'expérience vécu par des délégués. L'approche de l'ÉC part du principe que des activités qui mettent l'accent sur l'humanité de chaque partie dans le conflit sont clés pour transformer les relations adversariales. Transformer ces relations est central pour construire la paix (Pace, 2005, p. 8). Cela passe entre autres par la transformation du narratif associé au conflit et ses protagonistes. Les expériences racontées par les invités aux sessions d'écoute génèrent de nouvelles formes de sens et compréhension partagés. Des changements s'effectuent sur la perception de l'autre, voir l'ennemi et par le fait même des préjugés, même envers les membres de son propre groupe identitaire (Pace, 2005, p.130), pour le meilleur ou pour le pire. Pace rapporte dans les résultats obtenus avec l'expérience des délégués des « formes d'éveils personnels » (p. 118), des « perspectives plus inclusives sur le conflit » (p. 119), une « plus grande capacité à écouter des récits qui peuvent sembler dissonants pour les écouteurs » (p. 122) et à « contenir plus d'une 'vérité' sur le conflit » (p. 120). Pour certains, faire face à diverses peurs est transformateur tel que se rendre dans des lieux visités (territoires occupés, etc.). Une plus grande ouverture et empathie font partie de ces expériences (Pace, 2005, p. 126). Le fait que les délégués arrivent disposés à apprendre facilite ces changements et des dires d'un interviewé par Pace (2005, p. 153) : « The project sets up the conditions to support a self-conversion process for the speakers and listeners alike, a movement towards an evolutionary shift in the direction of non-violence and justice seeking perspectives ».

Le cœur du modèle théorique et appliqué issu de la présente étude porte sur mieux décortiquer et comprendre ces conditions. Il fournit une connaissance centrale sur le nexus entre pratique et spiritualité dans l'optique suggérée par Lederach qui indique qu'on doit s'y pencher, dont du point de vue des sciences des religions :

The combination of the two terms, 'spiritual' and 'practice' carries a paradoxical quality. Spirituality points toward mystery if not mysticism. Practice evokes the image of habit or daily activities of the devotee. Thus the phrase spiritual practices may draw our attention toward quasi-technical explorations of behavior and action, a kind of religiously based classification useful for cross comparison responsive to questions like these: How do religiously motivated persons explain their action? What rituals do they follow? What preparation do they practice? These questions reflect a pragmatic orientation to 'spiritual practices', but they rarely dig deeper, toward the more

profound ways of being and attitudes that may help explain creative forms of positive in response to enmity. (Lederach in Omer et al., 2015, p. 549-550)

Dans cet optique, Appleby, Rojas et Lederach ont complété en 2013 une bibliographie annotée sur cinq grands corpus littéraires afin d'explorer le nexus entre créativité, spiritualité et compassion dans des champs aussi divers que les neurosciences, les traditions contemplatives, les professions d'aide, la construction de la paix et les arts (Lederach, 2015, p. 560). Les points de convergence entre eux se sont avérés être peu nombreux selon Lederach mais ce qui les unissait sont des pratiques centrales et régulières mettant l'emphase sur la pleine conscience et des formes de méditations et de prières, le yoga et l'utilisation de symboles. Ces pratiques dit-il fournissent des habitudes spirituelles où la personne se « centre » et vise un équilibre (*centring and balancing*), forgeant une connexion avec un « espace sacré à l'écart » (*sacred space apart*) des demandes du travail et du quotidien, vers une reconnexion avec un sens, un but et raison (*purpose*). Dans une forme de dialogue/espace visant une plus grande compréhension (*dialogue for understanding*) à l'instar d'autres formes de dialogues dont le but est la négociation et l'accommodation politique notamment, la connexion se fait à divers niveaux : avec soi, avec l'autre, avec la nature et toute forme de transcendance selon les choix, habitudes et traditions de chacun (Lederach, 2016, p. 444).

En ce qui a trait à la notion de guérison comme telle, Pace rapporte (2005, p. 8): « More than one Palestinian reported to me the healing effects they experienced through sharing stories of injustice, injury and suffering. » Ceci bien qu'elle ait constaté que plusieurs invités ne venaient pas avec cet objectif en tête (guérison et transformation via le narratif) mais celui de sensibiliser sur leur perspective sur le conflit (Pace, 2005, p. 9). Dans le premier guide à l'ÉC, on affirme que le fait d'écouter le cœur d'un autre être humain avec empathie et compréhension construit la confiance rapidement et que ce type d'écoute est profondément guérisseur (Howschinsky, 2001). Les pionnières de l'écoute compassionnelle partent du principe qu'une écoute de qualité attentive à la souffrance de l'autre, ouvre la voie à la transformation, voire la guérison (*healing*)<sup>51</sup>. Kerner Furman a participé à une délégation de TCLP en Israël-Palestine et écrit l'article *Compassionate Listening as a Path to Conflict Resolution* dans le *Journal for the Study of*

---

<sup>51</sup> La notion de guérison - *healing* en anglais – résonne plus près d'une guérison de type physique en lien avec une maladie par exemple, qu'au niveau psychologique, émotionnel et spirituel comme on la retrouve largement utilisée avec le mot 'healing'. Les termes de réparation et de restauration (de l'état de santé à ces niveaux) font aussi partie du vocabulaire entourant celui de guérison en contexte de construction de la paix. Pace indique que bien que l'ÉC est décrit comme un processus de guérison pour les écouteurs et écoutés, un regard sur l'itinéraire révèle les complexités associées à cet agenda.

*Peace and Conflict* en 2010. Se basant sur un écrit de Hoffman en 2003 : *A new Approach to Peace : Speaking Truth to Power*, elle démontre la portée de cette idée de base pour l'ÉC :

As Hoffman claims that no side “is the sole repository of Truth”, she reveals her Quaker commitments: “But each of us has a spark of it within. Perhaps, with compassion as our guide, that spark in each of us can become a glow, and then perhaps a light, and we will watch one another in awe as we become illuminated. And then, perhaps, this spark, this glow, this light will become the enlightening energy of love that will save all of us”. (Kerner Furman, 2003, page 31)

Pour Green, les transformations et guérisons prennent place autant du côté des invités que des délégués.<sup>52</sup> La définition de guérison pour cette étude est empruntée d'auteurs prolifiques sur le conflit israélo-palestinien dans une perspective psychosociale (Nets-Zehngut & Bar Tal in Kuriansky, 2007, p. 10) : « *Restoring the object of the healing to a sound and healthy condition* ». Hoffman (2003) réfère à : « *Some restoration to wholeness of something that has been severed or broken.* » Nets-Zehngut et Bar-Tal (in Kurianski, 2007) s'inspirent de Viktor Frankle (1998) pour dire que la guérison vise à réduire au moins partiellement la douleur et la souffrance causée par le conflit. Pour eux, la « guérison de soi au niveau collectif » (*collective self-healing*) demande que la guérison prenne place à l'intérieur de l'individu, en lien avec sa société comme entité, sans nécessairement collaborer avec l'autre partie du conflit, alors que la réconciliation demande l'interaction des deux parties.

Si les efforts de réconciliation et de création d'ententes de paix ne prennent pas en considération la dimension psychologique, tant individuelle que collective, le syndrome de l'impuissance apprise (*learned helplessness*) et des sentiments de colère et de haine qui mènent à des conduites destructrices peuvent s'installer telles qu'observées en Israël-Palestine selon Kurianski (2007). La haine peut envenimer le conflit. Dans ce contexte, pouvoir guérir en tant que groupe comme tel devient un élément essentiel pour pouvoir guérir face à l'autre groupe. Les spécialistes du dialogue pour la construction de la paix mettent ainsi l'accent sur le rôle joué par les sentiments tels que la confiance, le respect et l'empathie, en plus de l'échange d'idées et de réflexions pour parvenir à une compréhension commune (Pruitt & Thomas, 2007, p. 22). Ces qualités n'excluent pas la capacité de pensée critique et au contraire, elles prédisposent pour un dialogue constructif sur ces éléments pouvant être critiques. Dont ceux liés à des éléments systémiques tels que politique, économique, judiciaire et autres qui ne disparaissent pas

---

<sup>52</sup> Ces propos de Green proviennent d'un entretien semi-formel que j'ai eu avec elle, en personne, visant à discuter de certains éléments liés à l'approche de l'écoute compassionnelle dans le cadre de cette étude. J'ai fait un verbatim de cet entretien.

lors d'une écoute avec compassion, mais qui peuvent se voir recadrer au niveau humain dans la qualité du lien interpersonnel et intergroupe qui prend place.

Dans une perspective clinique, Burton explique l'association de l'écoute avec la compassion sur la guérison (*healing*) :

Through being heard with compassion, patients can experience their own sacredness and thus enter into a process of healing. Hearing with the heart, withholding judgment, and maintaining appropriate boundaries is linked to compassionate listening and through being heard with compassion, patients can experience their own sacredness and thus enter into a process of healing. (Burton, 2002, cité dans Gilbert 2002, p. 164)

Rehling (2008) affirme que la particularité de l'écoute compassionnelle par rapport à d'autres formes d'écoute est de comprendre une forme de guérison émotionnelle. Le psychologue Paul Gilbert, fortement influencé par le bouddhisme, dont tibétain, a écrit quelques ouvrages sur la guérison émotionnelle via la compassion. Il explique comment la honte et la critique personnelle sont inhérentes à plusieurs problèmes de santé mentale et il voit la compassion comme centrale pour aider la guérison (Gilbert in Rehling, 2008, p.1) : « Compassion involves being open to the suffering of self and others, in a non-defensive and nonjudgmental way. Compassion also involves a desire to relieve suffering, cognitions, related to understanding the causes of suffering, and behaviors, acting with compassion. » Une compilation d'études scientifiques montre d'ailleurs une signification statistique stipulant un « effet de compassion » et atteste à l'importance fondamentale de la compassion et de l'empathie dans la guérison.<sup>53</sup> Ceux qui témoignent de ces guérisons insistent sur le fait qu'un lien émotionnel est crucial pour éliciter l'effet de guérison selon Goleman (2006). Le modèle-type médical qui présente une dualité entre le corps et l'esprit et où les facteurs émotionnels, psychologiques et spirituels sont considérés moins réels que les facteurs physiques, s'estompent graduellement dans les sciences positivistes affirme-t-il. Ce que nous avons dû gérer dans cette étude notamment et qui a découlé vers la perspective intégratrice plus haut annoncée. Nous verrons, à la lumière des données découlant des entrevues et du questionnaire en ligne, comment se décline le type de transformations vécues par les participants à l'étude, lesquelles combinées avec

---

<sup>53</sup> Des travaux en physique quantique par des chercheurs éminents en neurobiologie, en mathématiques, en physiques et autres sciences pures émettent diverses hypothèses sur des événements de type-psi, paranormaux, non locaux et autres qui pourraient inclure des effets de guérison. Une corrélation existe entre des effets physiologiques mesurables et l'amélioration de résultats cliniques suggérant qu'un effet de guérison réel est médiatisé par la compassion et l'empathie. Voir l'ouvrage publié en 2008 *Measuring the Immeasurable : The Scientific Case for Spirituality* (Sounds True : Boulder) pour plus de renseignements.

l'impact de l'approche de l'ÉC dans les efforts de paix selon eux apportent des réponses aux questions d'étude et en informe la portée transformationnelle.

À ce niveau, la recherche porte particulièrement attention à la notion de *peacemaking in practice* qui se penche sur la pratique ou praxis de « faire la paix » non sans écho du « être la paix » de Nhat Han cité plus tôt. En ce sens, deux volumes publiés en 2012 par Nan, Mampully et Bartoli, *Peacemaking : from Practice to Theory*, sont révélateurs du type d'enseignement dans lequel s'inscrit cette thèse. Ces auteurs réunissent plus de 48 chapitres écrits par des sommités dans le domaine de la construction de la paix appelés à relater, à partir de leur perspective comme constructeurs de la paix (*peacemakers*) et de chercheurs qui observent les processus de construction de la paix, comment « la paix est créée ». Ceci en partant du principe que la paix « se fait » partout autour de nous en ce sens qu'elle est créée en tout temps là où se trouve la violence et où elle vise à construire des relations constructives à l'encontre de cette violence. « Faire la paix » est présent dans les familles, communautés, milieux de travail et autres et s'avère un acte créatif en soi que ces auteurs visaient à mieux comprendre. Leurs ouvrages réunissent un savoir qui éclaire sur ce qui nourrit la paix et la sagesse entourant ces connaissances et des façons d'en accroître les capacités. Leur approche contraste avec celles souvent rencontrées dans ce domaine qui exposent en premier des modèles et théories qui peuvent paraître rigides à leur avis :

By moving from practice to theory, this two-volume set makes a radical departure from previous analyses that emphasized the application of formal models towards peacemaking. Instead, the books foreground the peacemaking practices produced, recorded, recognized, and understood by a wide variety of individuals and institutions. Our intention is to refocus the study opted by peacemakers towards a systematic understanding of the various practices adopted by peacemakers around the globe. (Nan et al., 2012, p. xiv, volume 1)

C'est ainsi que les auteurs prolifiques de ce domaine exposent leur expérience sur ce qui facilite de « faire la paix », là où ils exposent des modèles et théories ayant trouvé un chemin issu ou résultant du terrain. C'est une emphase sur ce qui est au cœur de la praxis et pratique de la paix qui est favorisé et décrit. Ce qui porte foncièrement sur la construction de relations et d'environnements pacifiques. La présente étude participe à ce type d'ancrage en regard de la paix pour mieux éclairer par le fait même la méthode de l'ÉC à partir de ceux et celles qui la pratiquent dans le cadre de délégations organisées par TCLP. Car la définition de *peacemaking* dans ce nouveau champ d'exploration pour les auteurs, est (Nan et al., 2012, p. 76): « Peacemaking can be defined as an appropriate response of the actors involved in the conflict (either as party to it or as intermediary) that moves (or is intended to move) the human system away from violent confrontation toward cooperative inquiry ». Le modèle théorique et appliqué issu de cette étude

participe à aider à comprendre comment peut se « bâtir la paix » (*peacemaking*) en ce sens et le type de « réponses du cœur » qui facilitent l'intégration d'un « agenda du cœur » à ces efforts de paix. La dimension appliquée du modèle nous mènera à voir comment des perspectives théoriques présentées dans cette section prennent forme dans la pratique.

## 2.6 Biais du chercheur au niveau théorique

Afin d'assurer la validité et la fiabilité de cette étude doctorale, mais aussi pour répondre à des impératifs de vérification, j'ai pris en compte les recommandations d'auteurs chevronnés en lien avec chacun des aspects de cette étude : autant pour la phase qualitative que quantitative mais aussi en ce qui concerne les cadres conceptuel et méthodologique de l'étude. La notion de réflexivité est ici interpellée et centrale en recherche. Définie comme « a consciously reflective process » (Mc Ghee et al., 2007), elle réfère au processus emprunté par le chercheur pour être conscient et réflexif sur les façons dont ses questions, méthodes et propre position subjective ont un impact sur la connaissance produite dans sa recherche. Coproducteur des résultats produits, la réflexivité aide le chercheur dans la reconnaissance et l'exploration de ses biais de façon transparente tout au long de la recherche et pour trouver des façons de les mitiger (Idem). Les mémos s'avèrent utiles pour une prise de conscience de biais comme chercheur et des questions peuvent le guider. À cet effet, voici des réponses fournies en début et en cours de recherche à titre de chercheur, à partir d'une liste de questions suggérées par divers auteurs (voir l'annexe F pour celles offertes par Langdrige, 2007, p. 59).

**Quel est mon profil et biais comme chercheur ?** Cette question amène à voir comment la recherche peut être influencée par l'âge, l'ethnicité, le genre et autres variables associées à la vision du monde du chercheur. En début de recherche, j'ai écrit le mémo suivant qui reprend des prédispositions vues au premier chapitre :

**Mémo.** En tant qu'étudiante-chercheuse, je saisis l'occasion de faire preuve de transparence en lien avec l'objet d'étude : Je ne suis ni juive, ni arabe, palestinienne ou liée de près à ce conflit par la famille, les amis, le travail ou autre. Je porte un plus grand intérêt sur ce conflit depuis que j'ai vu sur Internet, au début septembre 2009, la philosophie et les activités de l'organisme *The Compassionate Listening Project*. L'approche de l'écoute compassionnelle a tout de suite raisonné fortement en moi. Notamment en ce que je cherchais et tentais de démontrer avec un autre sujet de doctorat portant sur une initiative citoyenne sur la compassion à large échelle en collaboration avec le Dalai Lama. Je m'intéresse à la valeur universelle de base de la compassion depuis plus de 12 ans et je suis de près les travaux et conférences du Dalai Lama depuis ce temps. Son message, raisonnement et pistes d'action pour répondre à divers besoins du XXIème siècle trouve écho en moi. Cela est dû autant à des intérêts personnels qu'académiques, mais surtout à mon expérience de travail dans les services sociaux et en santé (physique et mentale). Afin de mieux me guider dans le domaine de la construction

de la paix j'ai changé de directeur de recherche. Le fait que son approche intervisionnelle ait résonné de vérité en moi n'est aussi pas étranger à ce choix. Elle rejoint l'esprit de l'approche étudiée. Ce qui me permettra d'apprendre sur ce qui m'interpelle par le sujet et d'être guidée par ce directeur de thèse qui se trouve aussi à très bien connaître le conflit israélo-palestinien et a vécu dans sa région quelques années.

Le biais le plus important possiblement est que je crois en la valeur de cette approche, ou surtout de la compassion, mais je sais aussi que les découvertes peuvent se situer à des 'endroits' non soupçonnés. Je suis demeurée et demeure à distance et à l'affût de toute émergence en termes d'*insights* et de découvertes comme étudiante-chercheure. Pour ce faire un état de doute continu m'a habitée et m'habite comme étudiante-chercheure, un doute qui me semble sain et que je tente de refléter dans les chapitres de cette thèse en étant transparente et explicative sur mes choix. Ceci étant dit, je ne peux nier des facteurs identitaires qui influent sur ma vision du monde, dont les suivants.

***Affiliation religieuse et spirituelle.*** Je suis québécoise « de souche » (10<sup>ème</sup> génération d'ancêtres venus de la France), blanche, venant d'une famille catholique et baptisée. En cours de vie, j'ai développé un intérêt pour la philosophie et psychologie bouddhistes, qui fait en sorte que je m'intéresse plus particulièrement aux valeurs humaines universelles de base tel que décrit dans ce deuxième chapitre liée à la description qu'en fait le Dalai Lama. Ceci dit, je m'identifie aussi à ma religion et suis croyante mais ce qui m'intéresse dans ma religion est « le cœur de Jésus » au niveau symbolique, sa force d'amour, charité et accueil de l'autre. Ce qui pour moi réfère à « l'essentiel » alors que ce qui relève de l'institution (dogmes, doctrines) m'interpelle moins. En ce sens, je me situe plus dans la dimension mystique et intéressée à celle-ci dans toute tradition spirituelle et religieuse. Une partie séminale du modèle en cours de développement réfère à des éléments issus du catholicisme mais qui peuvent aussi s'appliquer à d'autres traditions. C'est le cœur du propos en lien avec ce développement qui a eut résonance, en plus du fait qu'il apportait des réponses à la réflexion en cours tel que nous le verrons dans le chapitre 4.

***Affiliation idéologique, dont avec le conflit israélo-palestinien.*** Mes allégeances avec le conflit israélo-palestinien sont sincèrement assez neutres, et ce, de façon choisie pour les besoins de la recherche. Je suis consciente d'asymétries en termes de dynamiques de pouvoir au sein de ce conflit à divers égards. Ma perspective est liée à un vécu occidental et de race blanche et peut apporter une certaine distance au fait que je ne suis ni juive ni palestinienne et/ou arabe et/ou musulmane. Ceci peut aussi amener une difficulté à saisir des nuances liées à ce conflit venant de l'intérieur, dont en lien avec des facteurs identitaires tels que religieux, familiaux et autres. J'étais et suis consciente de ce double effet tout au long de la recherche (positif via une certaine distance et négatif par le manque d'expérience). Ceci dit, j'ai



acquis des connaissances et un certain vécu via la recherche et la participation sur le terrain, lesquels m'amènent à la fin de cette étude à me sentir à l'aise avec les diverses étapes et résultats de la recherche.

***Affiliation professionnelle.*** Je cumule autant des expériences d'intervention clinique en travail social auprès de diverses clientèles défavorisées et en crise, que de planification, développement et réalisation de programmes et projets divers en santé et services sociaux. À titre de consultante maintenant je suis intéressée à faire une contribution qui inclut la dimension spirituelle et relationnelle pour le mieux-être individuel et collectif. Ceci explique une source de motivation à faire l'étude et en même temps un biais en ce sens qu'une question de recherche porte à vouloir mieux comprendre le processus et le type de spiritualité à l'œuvre dans l'approche étudiée et donc me menais à rechercher cette dimension. Ceci dit, je la sais à l'œuvre en intégration par rapport aux autres dimensions de l'être, ce qui aussi transparaît dans mes choix de certaines catégories d'analyse des données qualitatives des deux phases de la recherche.

Dans un autre ordre d'idée, trois ans après le début de ce projet d'étude j'ai choisi de suivre la certification à l'approche de l'ÉC offerte par TCLP et en grande partie la raison étant de poursuivre ma familiarisation avec cette approche sous un autre angle. Cela a pris place suivant l'analyse des entrevues et en cours d'analyse des écrits des pionnières et du traitement des observations, donc s'inscrivant bien dans cette étape en termes d'apprentissage. J'expose dans les prochains chapitres des détails entourant cette certification et des biais pouvant lui être associée selon la nature de ces chapitres.

**Pourquoi je mène cette étude ?** Je veux contribuer au domaine de la construction de la paix une dimension prosociale liée au potentiel humain et au capital social. J'ai débuté les études doctorales à l'âge de 48 ans et avait déjà une carrière dans le milieu de la santé comme planificatrice des services de santé pour une autorité régionale en santé en Ontario. Mais je voulais y apporter une expansion et un ressourcement pour continuer à contribuer mes habiletés, connaissances et expertises vers ce plus ou '*edge*' au niveau spirituel énoncé dans le premier chapitre, dont lié à la valeur universelle de base qu'est la compassion telle que la présente le Dalai Lama. Je n'avais pas l'impression qu'un doctorat en sciences des religions allait apporter de nombreuses opportunités de carrière à l'instar d'un doctorat en psychologie ou en administration des services de santé par exemple, ce que j'aurais très bien pu choisir. Je voyais plutôt une trajectoire professionnelle pouvant cheminer vers l'intégration de cette dimension de la compassion et que j'ai réalisée en devenant consultante et retournant à un travail clinique pendant les études. Des expertises poussées en termes de développement et mise en place de programmes divers sur le terrain m'ont certes menée à envisager comment la connaissance générée par le modèle émergent

pouvait être transférable en programme et initiative sur le terrain, étant spécialisée dans ce type de fonction au niveau professionnel. Mais je n'avais pas envisagé ce développement en début d'étude mais voulait surtout étendre mes connaissances.

**Qu'est-ce que je veux accomplir avec cette recherche ?** Une étude porteuse pour la recherche et le travail sur le terrain. Il reste à voir ce que cette étude saura générer dans le futur en termes de responsabilisation et d'explications à l'appui soutenues par le modèle présenté dans la thèse pouvant faire œuvre utile.

**Est-ce qu'il y a des pressions externes qui influencent cette recherche ?** Aucune. Si bien que durant l'étude, lorsque je pensais à la façon dont les résultats pouvaient être utiles sur le terrain, je me disais que j'allais privilégier des sources de financement les plus neutres possibles pour garder cette autonomie intellectuelle. Ce qui m'intéresse est de 'découvrir' et en ce sens, la distance et l'ouverture comme chercheur m'a permis de ne pas rester fixée dans un cadre précis de l'évolution théorique de la recherche en dehors des quelques biais énoncés dans cette section. Pour Thornberg (2012), ce qui peut guider le chercheur dans cet équilibre délicat est de s'amuser théoriquement, ce que je confirme avoir fait tout au long de l'étude comme en fera foi les prochains chapitres, tout en demeurant rigoureuse dans la recherche.

*En ce qui concerne le contenu du cadre conceptuel présenté dans ce chapitre*, il faut noter qu'outre quelques écrits des pionnières sur l'ÉC, les autres références n'étaient pas aussi développées en début d'étude qu'elles apparaissent dans le présent chapitre. Ceci, jusqu'à la fin de l'analyse et à plusieurs égards beaucoup plus tard. Les questions exploratoires dressaient certes la table en un sens comme nous verrons dans le prochain chapitre, mais je partais avec l'idée de base de laisser le terrain se dévoiler. L'utilisation intuitive d'équivalences entre les composantes du modèle de recherche sur l'amour compassionnel et le *Kun long (wa)* tibétain et la façon de traiter la notion de la réponse du cœur comme une caractéristique de l'amour compassionnel allait prendre place plus tard dans l'étude.

Je me suis d'ailleurs assurée dans le questionnaire en ligne aux délégués d'inclure les caractéristiques de l'amour compassionnel pour voir jusqu'à quel point celles-ci résonnaient en lien avec leur expérience de la pratique de l'ÉC et les résultats sont concluants comme nous le verrons au chapitre cinq. Ces résultats me confèrent l'assurance d'utiliser cette notion dans le cadre conceptuel de la façon choisie, sachant de toute façon que son modèle pour la recherche vise ce but d'adaptation au gré des chercheurs. De plus, l'étude s'étant échelonnée sur quelques années, un retour à la littérature plus tard en fin d'écriture pour mettre à jour les sources bibliographiques ont fourni des indices supplémentaires sur le type de

contribution de l'étude et du modèle, reposant sur ce schéma conceptuel de base bien qu'un schéma conceptuel plus avancé allait suivre. Ce qui se trouve dans ce chapitre englobe bien ce qui allait suivre. Les biais reposent sur les choix basés sur des instincts certes de chercheur mais aussi des intérêts liés à qui je suis et ce qui m'interpelle.

Je suis consciente finalement que certaines notions n'ont pas été exhaustivement définies et examinées car le projet a une étendue importante en termes de thèmes clé et aussi parce qu'en cours d'analyse des données, pour laisser le terrain émerger, j'ai senti le devoir de donner des définitions de base aux termes pour ne pas biaiser leur contribution au modèle final. Ce chapitre reflète en partie cet état de fait. Des recherches futures et articles et ouvrages associées vont pousser plus à fond ces définitions et explications selon des disciplines, dont les notions d'intention et motivation en psychologie cognitive et comportementale ; des traditions spirituelles et religieuses en sciences des religions ; et la fonction de l'écoute en communication dans les sciences sociales. Je suis restée intègre dans cette fidélité aux limites intuitives que je portais aux définitions pour ne pas forcer les données dans des cadres au détriment de ce qui se dévoilait réellement sur le terrain au niveau méthodologique.

## CHAPITRE 3. Cadre méthodologique

Ce chapitre présente les composantes centrales du cadre méthodologique que l'on peut retrouver dans la figure 2. Je poursuis les explications apportées dans le premier chapitre sur le design de recherche, les instruments de collecte et d'analyse de données pour les deux phases de la méthode mixte, qualitative et quantitative, pour terminer avec les biais et limites au niveau méthodologique.

<b>DESIGN DE RECHERCHE et FONDEMENTS ÉPISTÉMOLOGIQUES</b>					
Méthode mixte de recherche exploratoire séquentielle : PRAGMATISME					
Première phase qualitative : CONSTRUCTIVISME			Deuxième phase quantitative : POST-POSITIVISME		Intégration des 2 phases : Priorité au constructivisme
<b>INSTRUMENTS DE COLLECTE DES DONNÉES ET MÉTHODOLOGIE</b>					
Entrevues, analyse documentaire et observations			Questionnaire (en ligne)		Méthode mixte
Recherche Phénoménologique en psychologie	Théorie enracinée		Statistique		Méthode mixte
<b>MÉTHODES D'ANALYSE DES DONNÉES</b>					
Analyse Thématique	Phase de codage Initial	Phase de codage Axial	Phase de codage Avancé	Analyse statistique	Analyse comparative et intégrée

**Figure 2** : Composantes centrales du cadre méthodologique

### 3.1 Design de recherche et la méthodologie centrale : Méthode mixte de type exploratoire séquentielle et théorie enracinée

Le pragmatisme étant le paradigme central de cette recherche, elle « regarde ce qui se passe dans la pratique » (Saks & Allsop, 2007, p. 24). Comme peu de données existaient sur le sujet, la méthode mixte en recherche et de type exploratoire (Cresswell & Plano Clark, 2011) allait permettre de laisser émerger du terrain les réponses aux questions de recherche. Ce type de design comprend deux phases où le chercheur débute une collecte et analyse de données qualitative et à partir des résultats exploratoires

obtenus, il construit la deuxième phase où des données quantitatives seront collectées et analysées afin de tester ou généraliser les découvertes initiales qualitatives » (Idem, p. 122).

La phase qualitative initiale a inclus des entrevues individuelles auprès de 14 participants à la délégation de TCLP en 2010 en Israël-Palestine, combinées à une observation participante et analyse documentaire. La phase quantitative a suivi avec l'administration d'un questionnaire en ligne auprès de tous les anciens délégués de TCLP qui ont pu être contactés (n=60). Le type de design de recherche emprunté adopte une perspective épistémologique constructiviste pour la phase qualitative et post-positiviste pour la phase quantitative et la dimension qualitative est priorisée (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 45 et 87). La méthodologie centrale est la théorie enracinée (TE) et peut contenir à la fois des inclinaisons positivistes et interprétatives (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 127). Nous allons d'abord passer en revue des concepts centraux dans la TE et ensuite examiner de près les détails entourant la collecte et l'analyse des données. La transition de la recherche phénoménologique en psychologie vers la TE sera explicitée.

### 3.1.1 Concepts centraux dans la théorie enracinée

La figure 3 montre des concepts clé dans la TE selon trois niveaux : stratégique (objectifs), tactique (moyens pour ce faire) et opérationnel (actualisation). Ils s'emboîtent tels des poupées russes de la dimension la plus large à la plus détaillée. Les deux premiers niveaux sont présentés dans ce qui suit et le troisième suivra dans la section sur l'analyse des données de ce présent chapitre.

Niveaux	Éléments centraux dans la théorie enracinée
<b>Stratégique</b>	Ce qui différencie la théorie enracinée d'autres méthodes qualitatives au niveau stratégique : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aller au-delà de la description avec un ordonnancement conceptuel, précurseur de la théorisation.</li> <li>- Laisser émerger une théorie de l'analyse des données.</li> </ul>
<b>Tactique</b>	Les moyens privilégiés pour actualiser cette stratégie : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les deux actions centrales de la TE : Une analyse comparative constante et poser des questions.</li> <li>- Un échantillonnage, sensibilité et saturation théoriques.</li> </ul>
<b>Opérationnel</b>	Les éléments permettant de réaliser ces moyens tactiques : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Des formes et stages de codage particuliers à la TE pour l'analyse des données.</li> <li>- L'utilisation de mémos, matrices, schémas et diagrammes dans le traitement des données.</li> </ul>

**Figure 3** : Thèmes centraux dans la théorie enracinée selon des dimensions stratégique, tactique et opérationnelle

### **Au-delà de la description : de l'ordonnement conceptuel à la théorisation.**

Strauss et Corbin voient la TE de type constructiviste dépasser la simple description que l'on retrouve souvent en recherche pour aller vers ce qu'ils appellent un ordonnancement conceptuel, lequel est précurseur de la théorisation : la tâche centrale dans la TE (Strauss & Corbin, 2004, p. 47). La description permet aux chercheurs en général de dépeindre une situation avec la distance nécessaire les menant à interpréter des événements et expliquer comment ils prennent place disent-ils, ajoutant que plusieurs formes d'ordonnements conceptuels font partie de l'analyse en sciences sociales car les chercheurs tentent de donner un sens à leurs données. Ils les organisent selon un schéma de classification particulier et par le fait même identifient des éléments propres à ces données selon diverses propriétés et dimensions, ce qui devient le fondement de l'ordonnement conceptuel (Strauss & Corbin, 2004, p. 39). Cette différenciation des éléments entre eux et entre des catégories est ce qui mène à la théorisation qui est : « L'acte de construire un schème explicatif à partir des données, qui intègre de façon systématique divers concepts à travers des énoncés de relation » (Strauss & Corbin, 2004, p. 43). Les auteurs disent utiliser le verbe construire ici dans le sens où, dans la TE, le chercheur apporte une extension théorique aux dimensions et propriétés associées aux données et ainsi une couleur particulière est apportée à la théorie émergente. Une théorie bien développée est celle dans laquelle les concepts sont définis selon leurs propriétés et leurs dimensions spécifiques qui est cet ordonnancement conceptuel. Lequel est précurseur de la théorisation et met à profit l'intuition ou la conceptualisation d'idées et de concepts formulés dans un schème logique, systématique et explicatif de la part de l'analyste :

La théorisation est constituée par l'interaction entre l'élaboration des inductions (dérivant des concepts, de leurs propriétés et des dimensions des données) et des déductions (faire des hypothèses par rapport aux relations entre les concepts). Des relations qui dérivent elles aussi des données, mais de données qui ont été abstraites des données brutes par l'analyste. (Strauss et Corbin, 2004, p. 43)

La théorie est plus qu'un ensemble de résultats et apporte une explication aux phénomènes en présentant un certain ordonnancement conceptuel. Ainsi, en cours de collecte et d'analyse des données j'ai pu voir le rôle de l'intuition et de la conceptualisation d'idées et de concepts à titre d'analyste dans la préoccupation première de répondre aux questions de recherche. Ceci a mené à une forme d'ordonnement conceptuel particulier à travers les stages d'analyse et des variations tel qu'il est prévu avec la TE (*Idem.*, p. 40). Schreiber et Stern expliquent: « *Grounded theory was designed to reveal the human characteristic of change in response to (or anticipation of) various life circumstance* » (Schreiber

et Stern, 2001, p. xvii). Le processus de théorisation permet un raffinement des catégories et des concepts découlant de la collecte et de l'analyse de données (Morse in Schriber & Stern, 2001, p. 9). Le but pour le chercheur n'est pas de « prouver » des éléments dans une logique de cause à effet, donc d'entrevoir comme linéaire ces va-et-vient entre induction et déduction, mais plutôt de procéder à des analyses déductives en testant la théorie émergente et déceler une forme de raisonnement lié à l'abduction. Ceci peut mener à la formulation d'hypothèses (Deely, 1990 ; Fann, 1970 ; Rosenthal, 2004, cité dans Charmaz, 2006, p. 103) comme ce fut le cas avec ma recherche. Elles ouvrent la voie à la théorie émergente qui se voit consolidée à travers les stages d'analyse. La construction de la théorie découle de cette théorisation continue à partir d'un ordonnancement conceptuel particulier. Deux tâches principales permettent d'y parvenir.

### **Les deux tâches centrales dans la TE : L'analyse comparative constante et poser des questions.**

Faire une analyse comparative constante et poser des questions sont les deux tâches principales dans la TE. Dans leur ouvrage publié en 1967, Glaser et Strauss envisagent la superposition de divers types de codage avec une analyse comparative constante des données qu'ils appellent « *the cumulative nature of knowledge and theory* » (Glaser & Strauss, 1967, p. 35, cité dans Feeler 2012, p. 79). Shreiber et Stern expose le rôle de l'analyse comparative constante dans la TE :

Because grounded theory is an exploratory method of research, it does not begin from a position of an existing theory and predefined concepts. Rather, as the data, which can be anything, are collected, coded, and analysed simultaneously, concepts and properties become evident (Glaser et Strauss, 1967). Grounded theory is sometimes referred to as the constant comparative method because every piece of coded data is compared with every other piece of data, with concepts and categories, and with all levels of abstraction as the developing theory begins to take form. At each stage of analysis, hypotheses or hunches are generated and tested against the data so that a core category and an explanatory theory of behavior arise from that data. (Shreiber & Stern, 2001, p. xvii)

Il faut comprendre qu'avec la TE, toutes les formes de données, catégories, propriétés et autres éléments recueillis en cours de recherche peuvent être comparés ensemble avec comme seul but d'aider à comprendre le phénomène à l'étude (Charmaz, 2006). De l'analyse comparative constante émerge des catégories, lesquelles aident à dépasser la seule description (Oktay, 2012, p. 70) tel que vu plus tôt. C'est ce qui a pris place dans mon étude dans le croisement et l'analyse continues de données provenant des divers outils de collecte de données. Qui plus est, mes divers rôles d'étudiante-chercheuse, observatrice, participante et facilitatrice à l'ÉC combinés à mes acquis et expérience professionnelle continue en cours de recherche où j'utilisais des dimensions de l'approche de l'ÉC m'ont permis d'examiner et de

comprendre l'objet d'étude selon divers prismes. Tout ceci m'a permis d'aboutir à un certain ordonnancement conceptuel et théorie reflétant la complexité de la réalité sur le terrain. La TE honore ces particularités des chercheurs bien qu'ils doivent être transparents sur la part de constructivisme qu'ils apportent à l'exercice (Charmaz, 2006).

Cette évolution dans la TE fait en sorte que le chercheur dépasse la simple comparaison de faits avec des faits pour les classer. En ce sens l'analyse comparative est une caractéristique importante de la recherche en sciences sociales en général (Strauss & Corbin, 2004), là où on voit le chercheur se mobiliser et faire des comparaisons théoriques afin de stimuler une réflexion sur les propriétés et les dimensions entourant les données recueillies. Ces comparaisons ont pour but de l'aider en cours d'analyse à expliquer des éléments qui le rendent perplexe quant à leur pertinence et leur sens (Strauss & Corbin, 2004, p. 109) : « Les comparaisons théoriques sont des outils (une liste de propriétés) pour regarder quelque chose le plus objectivement possible plutôt que de le nommer ou de le classer sans examiner minutieusement l'objet quant à ses propriétés et ses dimensions. » Cela va aussi pour les éléments difficiles à classer et à saisir. Ainsi, lorsque les propriétés des données ne sont pas évidentes et que cela demande au chercheur de creuser plus à fond la réalité, ces auteurs recommandent de « laisser de côté la description de spécificités pour réfléchir de façon plus abstraite sur ce qui réunit et différencie le type de cas ou de situation à l'étude » (Strauss & Corbin, 2004, p. 113). C'est en effectuant la deuxième tâche principale de la TE qui est de poser des questions que le chercheur en vient à mieux comprendre ce qui est en jeu et entoure ces complexités. Les questions en début de recherche sensibilisent le chercheur pour l'orienter vers ce que les données peuvent lui indiquer. Par la suite, les questions deviennent plus théoriques afin de « déceler des processus et des variations, ainsi que faire des relations entre les concepts », ce qui peut faire émerger des hypothèses (Strauss & Corbin, 2004, p. 105).

C'est ce qui s'est produit suivant l'analyse des entrevues où des questions de recherche étaient moins prises en compte, menant à des analyses plus poussées des textes des pionnières pour voir de plus près quel type de processus était central dans l'approche de l'ÉC. Cette interrogation sur les relations entre les concepts, leurs propriétés et leurs dimensions forme la base d'une théorie (Charmaz, 2006). En continuant à poser des questions de façon ininterrompue, le chercheur augmente la probabilité de découvrir des modèles généraux en lien avec le sujet à l'étude. C'est en effet ce qui s'est passé dans le cas de cette étude au sein de phases d'analyse et de comparaisons continues tout en posant des questions de plus en plus ciblées en fonction du modèle théorique émergeant. C'est notamment en décelant le sens d'évènements qui sont demeurés obscurs à travers ses opérations que le chercheur devient sensibilisé aux propriétés et



aux dimensions possibles entourant l'objet d'étude (Strauss & Corbin, 2004 p.114). Dans le cadre de cette étude, certaines de ces dimensions possibles et potentielles ont mené à un élément heuristique qui s'est greffé au modèle théorique émergent. L'heuristique (du grec ancien εὐρίσκω, *eurisko*, « je trouve ») sert à la découverte et présente une méthode de recherche fondée sur l'approche progressive d'un problème donné<sup>54</sup>, donc sert à faire des découvertes au niveau des connaissances et façons de les faire émerger. Il peut s'agir d'opérations mentales, rapides et intuitives et ces '*insights*' m'ont menée à poser des questions encore plus pointues et explorer cette dimension séminale, donc créative, de la recherche avec l'avantage de pouvoir être testée dans la phase quantitative suivante. Car poser des questions dans la TE est aussi vu comme un moyen analytique pour lancer l'enquête et orienter l'échantillonnage théorique (Strauss & Corbin, 2004).

### **L'échantillonnage, la sensibilité et la saturation théoriques.**

La collecte, le codage et l'analyse des données se font conjointement dans la TE (Glaser & Strauss, 1967, p. 45 dans Saks & Allsop, 2007, p. 80 ; Shreiber & Stern, 2001, p. 64), accompagnés d'une prise de décision sur les données à recueillir dans la phase suivante. Le chercheur regarde où il peut les obtenir en fonction de développer la théorie émergente. Cette façon de procéder lui permet de diriger, gérer et peaufiner la collecte de données en plus de construire une analyse originale à partir des données comme telles (Charmaz, 2006, p. 2). Strauss et Corbin décrivent l'échantillonnage théorique comme : « Construire l'échantillonnage selon des concepts émergents afin d'explorer l'étendue des dimensions ou la variété des conditions par l'entremise desquelles les propriétés des concepts varient » (Strauss & Corbin, 2004, p. 100). Des directives sont fournies pour systématiser ce processus d'étapes itératives de collecte et d'analyse de données bien qu'elles doivent demeurer flexibles. Il est important de ne pas 'forcer' les données dans la théorie mais de laisser cette dernière émerger des données. Dans le cas de cette étude, la décision prise dès le début de la recherche d'administrer un questionnaire suivant les entrevues dévie de l'idée de déterminer les méthodes de collecte des données au fur et à mesure du déroulement de la recherche comme le propose la TE. Le type de méthodologie choisi initialement le permet et bien entendu une transition s'est effectuée vers la TE tel qu'expliqué auparavant. Ceci dit, lorsqu'est venu le temps de

---

<sup>54</sup> Il s'agit ici d'une définition provenant de Le Petit Robert : Dictionnaire de la langue française, Paris, 2004, p. 1265.

revoir si le questionnaire en ligne était le meilleur moyen, la réponse fut positive.<sup>55</sup> La décision par contre d'une analyse documentaire et du traitement d'observations fait partie d'un échantillonnage théorique dit 'discriminant', c'est-à-dire que le chercheur choisit les sites, les personnes et les documents maximisant les possibilités de l'analyse comparative (Strauss & Corbin, 2004, p. 252).

Un échantillonnage théorique dit relationnel et de variance me fut aussi utile. Il demande de chercher des éléments qui démontrent l'étendue dimensionnelle ou la variation d'un concept et les relations au sein de concepts dans le but de traiter des données jugées nécessaires pour en arriver à saturer des catégories ayant émergées en cours d'analyse (Strauss & Corbin, 2004, p. 250). Ceci a aidé à l'analyse de variation comme nous le verrons dans le prochain chapitre. Cette analyse a mené vers une certaine saturation théorique pour la phase qualitative des données en vue de la phase quantitative. Ceci est commun du fait qu'une sensibilité théorique grandissante s'installe à travers les étapes de collecte et d'analyse des données dans la TE grâce aux questions posées et à l'analyse comparative constante tel que vu plus haut, en plus de retours à la littérature scientifique qui peut prendre place à travers ces étapes en fonction de ce que le chercheur a besoin de vérifier.

La sensibilité théorique lui permet de générer des concepts et une théorie à partir des données, donc elle est liée aux habiletés, inclinaisons et tempérament du chercheur, ainsi qu'à ses intuitions théoriques et son habileté d'utiliser ces dernières pour faire avancer la recherche et la théorie. Dans la TE, le chercheur découvre la théorie ; il ne vérifie pas des faits (Glaser & Strauss, 1967, p. 49, cité par Feeler 2012, p. 71). La découverte est donc celle de catégories et de leurs propriétés ainsi que des relations entre elles (Idem). L'intérêt du chercheur porte davantage sur les concepts à l'étude que sur les participants à l'étude (Glaser & Strauss, 1967 ; Glaser 1978 ; Strauss 1987, cité par Charmaz, 2006, p. 15). De cette façon, l'émergence de la théorie guide les étapes ultérieures de collecte des données et leur analyse débute dès le début de cette collecte des données.

La saturation théorique survient : « lorsqu'il ne semble plus y avoir de données nouvelles ou pertinentes qui semblent émerger par rapport à une catégorie » (Strauss & Corbin, 2004, p. 252) ou lorsque la catégorie est solidement développée en fonction de ses propriétés et de ses dimensions, tout en

---

<sup>55</sup> J'ai réfléchi à savoir si des entrevues auprès des facilitatrices à l'ÉC ou des groupes témoins seraient plus favorables pour conclure que le questionnaire en ligne était fort à propos du fait qu'il permettait de rejoindre le plus grand nombre d'anciens participants possibles et ainsi un échantillon le plus complet pour cet état des lieux avec l'étude.

démontrant de la variation. Elle survient lorsque les relations parmi les catégories sont bien établies et pointent vers une catégorie centrale qui est une caractéristique du stage avancé de la TE comme nous le verrons plus loin dans le chapitre. La saturation se situe dans l'absence de nouvelles informations sur cette catégorie pendant le codage, là où il ne semble plus y avoir de nouvelles propriétés, dimensions, conditions, actions/interactions ou conséquences tel que perçu par le chercheur (Oktay, 2012, p. 81). Dans le cadre de mon étude, une fois la catégorie centrale identifiée et sa portée identifiée et vérifiée dans une analyse de variation comme nous le verrons dans le prochain chapitre, un certain point de saturation en lien avec le modèle émergent fut atteint selon mes besoins d'étudiante-chercheur pour passer à l'étape quantitative, ayant pour but de vérifier des composantes du modèle théorique en construction. Le point de saturation final fut atteint à la fin de l'écriture du modèle théorique et appliqué présenté au chapitre six. J'ai ressenti cette saturation pour les limites de cette thèse et en respect de ce que prescrit la TE, notamment ici que c'est la responsabilité du chercheur de faire ce type de ligne de démarcation. Le niveau opérationnel soutenant ceux stratégiques et tactiques présentés dans cette section (figure 3) suit plus loin dans le chapitre, avec les détails entourant l'analyse des données recueillies dans cette recherche.

## **3.2 Cueillette des données et recrutement des participants**

Dans la TE, le chercheur peut utiliser diverses méthodes de collecte de données et la majorité des recherches proviennent d'entrevues et d'observations (Merriam, 2002, p. 142) bien qu'une seule analyse documentaire puisse être suffisante (Glaser & Strauss, 1967). Il est fréquent de voir le chercheur faire une analyse documentaire après avoir recueillies des données d'entrevues (Charmaz, 2006, p. 16) comme ce fut le cas ici, tout comme d'utiliser des moyens plus positivistes avec un questionnaire suivant l'étape qualitative (Saks & Allsop, 2013, p. 30). La façon de procéder varie selon les besoins du chercheur et ce qui suit expose les choix de méthodologies et comment les participants furent recrutés.

### **3.2.1 Phase qualitative : Entrevues semi-ouvertes, observation participante et analyse documentaire**

**Les entrevues semi-ouvertes.** Les questions posées lors d'entrevues peuvent être ouvertes, semi-ouvertes ou fermées. Ces dernières visent l'obtention de réponses courtes et simples telles que « oui » ou « non », offrir un choix multiple de réponses ou recueillir de l'information simplifiée telle qu'on retrouve dans le profil des répondants (genre, profession, etc.) (Feeler 2012, p. 68). Les questions fermées tendent à arrêter la discussion car il y a peu de raison ou d'opportunité d'élaborer au-delà d'une réponse courte, donc « fermée » à l'élaboration ou la discussion. Mon choix s'est porté sur des questions ouvertes et

semi-ouvertes en ce qui concerne les entretiens, permettant aux interviewés d'élaborer leurs réponses de leur propre façon, encouragés par le chercheur pour se faire (Holsetin & Gubrium 1995, cité par Feeler, 2012, p. 70). Ils formulent leurs propres concepts et réponses en fonction de leur expérience sur le sujet d'étude car les questions ouvertes sont une invitation à explorer leurs expériences et leurs pensées sur le sujet, ainsi que de verbaliser et révéler leurs perspectives (Saks et Allsop, 2013, p. 88). Le gabarit de base utilisé pour les entretiens en Israël-Palestine fut constitué de deux pistes générales exploratoires guidant les questions. Langdrige nomme une variante utilisée pour la recherche phénoménologique en psychologie dite interprétative selon Nigel King de l'Université de Huddersfield en Grande-Bretagne reconnu pour se faire dans ce créneau de recherche (Langdrige, 2007, p. 56)<sup>56</sup>. Une distinction entre la recherche phénoménologique en psychologie et la TE au niveau des questions d'entretiens est qu'avec la TE, le chercheur peut modifier ses questions d'entretien en cours d'entretien. J'ai suivi ces deux pistes initiales (première et quatrième question ci-bas) et les quatre autres se sont immiscées en cours d'entretien fournissant des éléments de réponse aux questions de recherche. Le tout était exploratoire donc les questions pouvaient être posées selon le déroulement de l'entretien dans cet ordre ou non sauf pour la première question, à titre de guide d'entretien semi-dirigé. Une familiarisation sommaire avec les écrits des pionnières sur l'ÉC et des interrogations en début de recherche ont donc mené aux questions/pistes exploratoires suivantes (traduction libre, voir le gabarit original en anglais à l'annexe A).

1. **Pouvez-vous me décrire avec le plus de détails possibles, votre expérience de procurer/recevoir de la compassion avec la méthode de l'écoute compassionnelle ?** Posée selon les règles de l'art en recherche phénoménologique en psychologie (Bachelor & Joshi, 1986), cette question vise à laisser la personne parler de son expérience librement. Ensuite des questions sont posées sur des éléments importants qu'elle a soulevés dans le but qu'elle élabore pour éclairer cette expérience. Le choix de formulation « procurer de la compassion » est inspiré de la piste de recherche mentionnée dans le premier chapitre, provenant du rapport du directeur de recherche du *Mind and Life Institute* à sa conférence en octobre 2009 où il manquait de recherche sur ce que signifie procurer et recevoir de la compassion.
2. **Avez-vous remarqué des effets physiologiques découlant de l'action de procurer de la compassion pendant les sessions d'écoute ? (Pour vous ou auprès des invités) ?** Cette question

---

<sup>56</sup> Pour cette méthodologie et partie de ma recherche, j'ai suivi les instructions selon Darren Langdrige. Il a publié en 2007 un ouvrage guide sur la recherche phénoménologique en psychologie intitulé *Phenomenological Psychology : Theory, Research and Method*. Il s'agissait d'un des rares ouvrages présentant un aperçu global et assez complet sur cette méthode selon ce que j'ai pu constater dans la littérature.

visé à voir si dans cette action de procurer de la compassion et de l'ÉC entraient en jeu des effets physiologiques, liés ici à des intérêts de recherche concernant les notions pro sociales telles la compassion dans des organismes tels que le *Mind and Life Institute* et au sein des sciences contemplatives. Mon intérêt en santé et bien-être nourrit certes cette curiosité.

3. **Qu'est-ce qui vous a prédisposé, au niveau du cœur et de l'esprit, à participer à cette expérience (TCLP et la pratique de l'ÉC) ? Qu'est-ce qui vous a motivé, pour quelle(s) action(s) ?** Cette question exploratoire réfère à la notion globale en tibétain du *Kun long (wa)* de l'individu : « son état d'esprit et de cœur, sa motivation au moment de l'action » (His Holiness the Dalai Lama, 1999, p. 27). Cette notion est en écho avec les composantes centrales du modèle pour la recherche sur l'amour compassionnel tel que vu dans le deuxième chapitre. Par cette question, je visais un angle d'exploration du processus en jeu dans la fonction de procurer de la compassion impliquant ces éléments au niveau intrapersonnel et interpersonnel qui allait prendre de l'ampleur dans la phase qualitative de recherche suivant les entrevues (sans en être pleinement consciente à ce moment-là).
  
4. **Avez-vous expérimenté un moment, une impression ou une expérience, avec l'ÉC, pendant que vous procuriez de la compassion, ou lors d'une session d'écoute, où votre identité humaine est devenue plus importante que les autres dimensions de votre identité ? Par exemple, politique, religieuse, économique, etc. ? Dans le cas d'une réponse positive, suivaient les questions : Quel fut le déclencheur de ceci selon vous ? Expliquez. Comment cela se manifeste-t-il ? Que ressent-on à ce moment-là ? Y a-t-il eu une sorte de déclic, de changement (*shift*) ou autre accompagnant ceci ?** Cette question exploratoire et sous-questions découle de ma propre expérience lors d'un cours d'été universitaire dans le cadre de mon cheminement comme doctorante, sur l'approche de dialogue intervisionnel du professeur Patrice Brodeur à l'Université de Montréal. Une expérience personnelle vécue lors d'un échange avec un autre étudiant dans ce cours m'a amenée à voir qu'un certain type de qualité relationnelle impliquant un état et sentiment de compassion envers l'autre semble amener un assouplissement de la détresse vécue par cette personne et principalement en lien avec des aspects de son identité. Une sorte de « déclic » particulier semblait avoir pris place à la suite de cette réalisation personnelle j'ai convenu que cette question pouvait être ajoutée (Brodeur, 2010, communication personnelle). Elle apporte le concept d'identité humaine commune à explorer en regard d'autres facteurs identitaires (tels politique, religieux, économique, etc.) et des déclics en ce sens.

5. **Quel a été l'impact de la méthode de l'ÉC sur vous jusqu'à maintenant ? (Ce qui peut être suivi par la question : Est-ce que cela vous a transformé, ou apporter une forme de guérison quelconque ?)** Ce qui est visé ici est d'obtenir des éléments de réponse à la question de recherche portant sur le type de transformations, voire de guérisons (*healing*) témoignées dans les écrits de TCLP. J'ai choisi de ne pas utiliser les mots 'transformation' et 'guérison' pour ne pas présupposer de leur existence et garder la question plus vaste avec le terme d'impact. Selon les réponses obtenues, je pouvais voir de quels types de transformations, voire de « guérisons » il pouvait s'agir.
  
6. **Comment voyez-vous la méthode de l'ÉC figurer au sein du Spectrum des efforts pour la construction de la paix ? Quel est son rôle ? A-t-elle une place ?** Les réponses allaient fournir de l'information sur le type de contributions que l'ÉC apporte au domaine de la construction de la paix, son rôle et sa place selon l'approche préconisée par TCLP (Cohen, 2011). Elle vise à déceler des indices à savoir si cette approche peut être précurseur d'un dialogue véritable tel que le clament les pionnières à l'ÉC, en plus de fournir des indices potentiellement sur le type de spiritualité à l'œuvre. Sans aborder ces éléments de front évidemment, laissant les réponses fournir des indices ou non en ce sens.

**Le recrutement des participants aux entrevues et leur déroulement.** Avant mon départ en Israël-Palestine en 2010 un certificat éthique fut émis par le Comité plurifacultaire d'Éthique de la recherche de l'Université de Montréal permettant de faire les entrevues (voir l'annexe B-1). J'ai fait parvenir par courriel une lettre formelle de présentation de la recherche aux participants à la délégation (délégués) expliquant en quoi ma recherche consistait, exprimant le désir de procéder à des entrevues individuelles et expliquant les exigences éthiques dont le consentement individuel. Lors de la première journée de délégation à Jérusalem, j'ai expliqué de vive voix aux délégués ces éléments et j'ai répondu à leurs questions. Ils ont accepté de signer le formulaire de consentement, accompagné de la lettre de recrutement envoyée auparavant par courriel (voir l'annexe C).

Le choix des participants aux entrevues s'est fait selon un échantillonnage de convenance (*convenience sampling*), c'est-à-dire selon la facilité de recrutement en termes d'accessibilité (Saks et Allsop, 2007, p. 158). Au hasard et sans exclure aucun candidat, je demandais à des co-délégués s'ils acceptaient de faire une entrevue et nous convenions d'un endroit et d'un bon moment pour ce faire. Ce qui était en général dans le hall d'entrée ou le restaurant des hôtels où nous logions. Cela pouvait être en début, mi ou fin de journée selon le temps libre que nous disposions à partir d'un horaire très chargé. Ceux et celles

volontaires choisissaient de passer ces rares moments libres à passer l'entrevue, d'où l'échantillonnage de convenance.

La majorité des entrevues ont pris place dans le dernier tiers du voyage et les trois jours suivant la délégation lors d'un complément de voyage<sup>57</sup>. J'ai reconfirmé en début d'entrevue leur consentement qu'ils avaient préalablement signé (voir le formulaire à l'annexe C) et je réitérais la possibilité pour eux de se retirer de l'entrevue en tout temps et de refuser de répondre à des questions. Quinze personnes furent interrogées sur un maximum de 23 personnes que constituait la délégation complète en 2010. Aucune ne s'est retirée en cours d'entrevue. L'enregistrement électronique d'une entrevue a été perdue, donc le total pour l'analyse de cette recherche fut de 14 entrevues. Cela comprend 10 femmes et 4 hommes âgés entre 25 et 70 ans. Douze sont de nationalité américaine et 2 de nationalité canadienne. Ils sont de confession religieuse variée : chrétiens, juifs, musulmans, bouddhiste et athées. Il ne s'agissait pas d'une question formelle mais de l'information partagée en cours de délégation. Je suis demeurée neutre quant au choix des participants sur cette question d'affiliation religieuse et les autres facteurs identitaires, l'important étant d'avoir des participants selon les limites de temps nommées plus haut. Certains avaient suivi la formation d'introduction à l'ÉC avant la délégation et aucun n'avait suivi la formation avancée sauf une répondante qui était une facilitatrice à l'ÉC. Les entrevues duraient en moyenne une heure, ce qui suffisait pour couvrir les questions du gabarit de base, sachant que le contexte intensif de la délégation facilitait aussi le partage. Plusieurs m'ont souligné avoir aimé l'expérience de l'entrevue et ont trouvé les questions fort à propos pour partager sur leur expérience de la pratique de l'ÉC et l'impact sur eux.

**L'observation participante et l'analyse documentaire.** L'observation participante : « Est une technique de recherche qualitative qui convient bien à la situation du chercheur qui souhaite comprendre un milieu social qui lui est étranger ou extérieur au départ, lui permettant de s'intégrer progressivement aux activités des gens qui y vivent » (Lessard-Hébert et al., in Mayer et Ouellette, 1991, p. 405). Elle part du principe que l'analyste ou l'observateur va se mêler à la vie d'un groupe, participer à ses diverses activités et s'efforcer de comprendre de l'intérieur les attitudes et les comportements qu'il juge significatifs (Mayer & Ouellette, 1991, p. 402). Cela permet de passer d'une vision extérieure à une analyse du vécu des participants de l'intérieur (*Idem.*, p. 404). L'observation participante est utile dans un stage exploratoire de la recherche car elle a pour fonction de : « *Map out variables in a field and*

---

<sup>57</sup> Neuf des 23 participants à la délégation de 2010 ont participé à un complément de voyage organisé par une des facilitatrices qui était guide de voyage dans la région à ce moment-là.

*generate hypotheses for testing in later quantitative studies. They can also have a role in making sense of observed correlations or patterns in quantitative data by elucidating the social processes that produce these patterns* (Saks & Allsop, 2007, p.94). Le rôle de l'observateur porte en grande partie sur les processus et les pratiques en lien avec son objet d'étude et, en ce sens, j'ai pu mieux comprendre l'approche de l'ÉC à la lumière des questions de recherche notamment.

L'observation participante pour cette recherche comprend quatre segments. Elle a débuté dès ma participation aux formations à l'ÉC en 2009 à Baltimore aux États-Unies, suivie de deux formations avancées près de Seattle aux États-Unis, avant la délégation. Elle s'est poursuivie durant la délégation de 2010 à laquelle j'ai participé. Puis, elle s'est continuée en 2011 tout le long du processus d'obtention de la certification à l'ÉC qui m'a amenée à observer d'autres participants, cette fois-ci ceux et celles venus aux ateliers que j'offrais sur l'ÉC<sup>58</sup>. L'observation participante m'a permis de recueillir des impressions, faits, expériences et intuitions (*insights*) dans les rôles autant de participante que d'observatrice. Au début, mon regard (donc les observations) était plutôt naïf : un terme utilisé pour décrire une observation participante dite *libre* par De Robertis et Pascal et décrite de la façon suivante : « Le chercheur ne part pas avec des grilles d'observation préétablies, découpant à l'avance le réel ; il pose un regard naïf, non pré codé, sur le terrain. Cela est utile pour explorer et découvrir un nouveau terrain d'intervention. » (De Robertis & Pascal 1987, p. 88 in Mayer & Ouellette, 1991 p. 403). Telle fut ma prédisposition et motivation dans les débuts de la recherche. Malgré le gabarit de base pour les entrevues, le terrain avait préséance en ce sens que pour moi « tout pouvait arriver » m'informant de pistes supplémentaires cruciales. Je prenais des notes et écrivais des mémos, un outil important dans la TE, commenté plus loin.

Charmaz place les observations du chercheur parmi une série de sources de données à traiter : « Grounded theorists start with data. We construct these data through our observations, interactions, and materials that we gather about the topic or setting. We study empirical events and experiences and pursue hunches

---

<sup>58</sup> La certification à l'écoute compassionnelle comprend plusieurs exigences dont former et faciliter un groupe devant recevoir les enseignements et effectuer les exercices pratiques dans le curriculum développé par TCLP. J'ai offert cette formation à un groupe formé de membres du Groupe de dialogue Montréal Dialogue Group, composé d'arabes et de juifs se réunissant dans des activités dialogiques et interculturelles depuis plusieurs années. J'ai mené auprès d'eux une session de trois heures par mois pendant un an en 2012. Cette expérience et les autres tâches liées à l'obtention de la certification m'ont permis d'être témoin de maintes expériences et facteurs d'impact de cette approche sur les participants et ainsi mieux comprendre cette approche et poursuivre des interrogations en lien avec le projet de recherche. J'ai de plus offert la formation d'introduction à cette approche à des groupes tels des bénévoles dans les prisons et les hôpitaux de la région de Montréal en 2013. J'ai utilisé par la suite certains aspects de cette approche dans mes activités cliniques professionnelles, ce qui me permettait aussi de continuer à en voir la portée.



and potential analytic ideas about them ». (Charmaz, 2006, p. 3). Les notes d'observations peuvent être descriptives, interprétatives et apporter des idées en lien avec les observations du chercheur. Ces notes peuvent être revues, commentées, classées et peaufinées (Oktay, 2012).

L'analyse documentaire quant à elle est un outil de recherche où le chercheur va soutirer de l'information importante pour son étude à partir d'écrits créés par d'autres que lui ou elle. Il s'agit ici de textes que Charmaz nomme « *extant* », c'est-à-dire des textes où le chercheur n'a joué aucun rôle pour les produire. Il peut s'agir d'autobiographies et de biographies (Charmaz, 2006, p. 37) comme ce fut mon cas avec l'ouvrage d'Anthony Manouso, éditeur et compilant des écrits de Gene Knudsen Hoffman et présentant sa biographie, publié en 2003. L'analyse de textes dans cette recherche a porté sur les écrits formels des pionnières de l'ÉC et quelques rares ouvrages connexes comme la thèse de Pace. L'analyse de textes complémentent des méthodes telles des entrevues (Charmaz, 2006, p. 37) et peut être utilisé comme matériel menant à de nouvelles questions de recherche. Dans cette étude, des questions supplémentaires se sont ajoutées aux questions de recherche de base comme nous verrons au chapitre suivant découlant du traitement d'observations et de l'analyse documentaire. Ceci, bien que les questions initiales de recherche soient demeurées centrales. L'analyse de texte a surtout permis de fournir des réponses à des questions de recherche non suffisamment répondues lors des entrevues. Elle a aussi généré des pistes de recherche émergentes et dans la TE le chercheur traite les textes comme des données à traiter en lien avec ses questions de recherche, même si ces textes ont été créés par d'autres et pour diverses raisons (Charmaz, 2006, p. 35). La parution en 2011 du deuxième guide sur l'ÉC fut un écrit important en tant que le seul ouvrage regroupant les éléments essentiels de près de 20 ans de pratique sur le terrain, donc un document important pour en analyser le contenu.

### **3.2.2 Phase quantitative : Questionnaire en ligne**

La complémentarité entre les approches qualitative et quantitative en recherche apporte une plus grande compréhension du phénomène étudié selon Hesse-Biber (2010, p. 4). La première étape exploratoire séquentielle qualitative allait poursuivre dans la phase quantitative la dimension de « développement » du modèle théorique émergeant. La TE demeure la méthodologie centrale pour intégrer les deux phases de la recherche et des données qualitatives provenant des réponses à des questions ouvertes dans le questionnaire allaient s'ajouter à celles de la première phase et faire l'objet de croisement et de comparaisons (Yauch & Steudel, 2003, p. 466), tout en en ajoutant de nouvelles.

**Les objectifs du questionnaire.** L'administration du questionnaire en ligne auprès des participants des délégations de TCLP de 1998 à 2015 a trois objectifs : 1. Vérifier des éléments de réponse fournies par les participants aux entrevues auprès d'un plus grand groupe de semblables (délégés de TCLP) ; 2. Vérifier de façon exploratoire comment certaines composantes du modèle théorique émergeant résonne auprès des répondants et ; 3. Recueillir tout élément supplémentaire pouvant répondre aux questions de recherche et alimenter le modèle théorique et appliqué émergeant. Le questionnaire auto-administré par les répondants comprend l'avantage selon la littérature scientifique de leur faciliter l'accès à la recherche en autant qu'ils ont accès à un ordinateur et qu'ils ont la capacité de manœuvrer des fonctions en ligne et d'utiliser une souris et un clavier (pour savoir comment bouger la flèche afin d'insérer les bonnes réponses) (Bourque & Fielder, 2003, p. 19). Cette capacité peut varier d'une personne à l'autre et cela demande au chercheur de donner les instructions nécessaires pour offrir la possibilité aux répondants de modifier des réponses au besoin. J'ai fait cela en demeurant notamment disponible pour les soutenir au besoin et j'ai vérifié la facilité d'accès et d'utilisation de l'outil auprès des participants au pré-test. Du point de vue du chercheur, les avantages de cet outil sont notamment des coûts moindres que pour l'organisation d'entrevues et de groupes-témoin (Bourque & Fielder, 2003).

**La préparation du questionnaire.** J'ai développé une première ébauche du questionnaire en ligne en tenant compte de conseils pour la préparation et l'administration de ce type d'outil dans la littérature, notamment ce qui délimite l'utilité des données pour un tel outil, les répondants, un plan d'analyse, des contraintes opérationnelles, format et contenu des questions, instructions à fournir et durée adéquate pour remplir le questionnaire, en plus de conseils sur les biais du chercheur (Fink, 2003 ; Bourque & Fielder, 2003). Je me suis joint les services de chercheurs chevronnés en questionnaire, dont en ligne et statisticiens,<sup>59</sup> pour assurer une validité et fiabilité à l'instrument, son administration et l'analyse des données, mais aussi sur les questions de recrutement des participants, dont pour le pré-test. Le design exploratoire séquentiel permet dans la deuxième phase quantitative de la recherche de bâtir sur ce qui a été appris avec la première phase qualitative. Ainsi, plusieurs questions, choix de réponses et items dans le questionnaire proviennent de l'analyse des données de la phase qualitative (Cresswell & Plano Clark, 2011). Un tableau comparateur à cet effet est présenté à la fin du quatrième chapitre.

---

<sup>59</sup> Il s'agit de deux personnes dont un professeur d'université en criminologie et expert des méthodes de recherche dont quantitatives et outils tels des questionnaires en ligne. Il est consultant avec Statistique Canada et Santé Canada pour ce type d'expertise. La deuxième personne est épidémiologue (niveau de la maîtrise) et experte en bio-statistiques et recherche dans le domaine de la santé et de l'économie.

Rappelons que la phase dite intermédiaire dans la méthode mixte de recherche (entre celle qualitative et quantitative dans ce cas-ci) sert à « développer selon les besoins, une table de thèmes, de codes et de citations qui deviennent utiles dans le choix du contenu de l'instrument utilisé pour la phase quantitative » (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 87). Ce processus fournit une typologie permettant d'utiliser des catégories qualitatives dans l'organisation du questionnaire, même de formuler des expressions des participants aux entrevues et de créer une échelle de mesure pour les items du type de Likert. Il s'agit ensuite de traduire le questionnaire en un langage qui sera compris par les participants de la phase quantitative, ce sur quoi a porté mon attention avec en main l'analyse des réponses des participants aux entrevues (donc des regroupements et classifications) qui allaient être transposées en choix de réponse pour les questions les plus pertinentes en lien avec l'objet d'étude. Je me suis assurée dans le nombre d'items comme choix de réponses que l'essentiel des réponses s'y retrouvent. Ajoutons que bien que la majorité des questions du questionnaire en ligne font partie d'un contenu original basé sur les résultats de la première phase qualitative, quelques items et choix de réponses furent utilisés provenant d'études validées. Notamment les caractéristiques de l'amour compassionnel pour vérifier s'ils faisaient partie de la pratique de l'ÉC (Underwood, 2009, p. 7-8). Le cas échéant, cela allait proférer (ou non) une légitimité dans l'utilisation des deux concepts dans l'étude (amour compassionnel et écoute compassionnelle).

D'autres items venaient d'échelles ou d'items validés sur les notions de transformation et de guérison (*healing*) des sciences infirmières (McKivergin, 1997, 2005), familières avec ce type de notions dans une perspective de santé et mieux-être. La majorité des questions du questionnaire offrent la possibilité pour les répondants d'élaborer qualitativement leurs réponses. Ce qui permet d'ajouter des éléments aux listes d'items initiaux provenant des entrevues. De plus, comme il n'était pas clair jusqu'à quel point les répondants allaient se souvenir de leur expérience, la majorité des questions comportent l'option de « *I don't know / I don't remember* ». Je visais analyser cette variable de cette façon.

La construction du questionnaire, son hébergement et l'accès pour les répondants s'est fait via l'outil et serveur *Survey Monkey* dont l'utilisation est reconnue en recherche, ce que j'ai vérifié et validé avec le comité éthique de l'Université de Montréal qui a aussi émis un certificat éthique pour la phase quantitative de la recherche (voir l'annexe B-2). Ce serveur et outil fournit une compilation statistique des réponses à chaque question et qui peut paraître sous diverses formes (tableaux, figures) que le chercheur utilise à sa guise. Soutenue par des statisticiens, j'ai pu compiler et analyser les résultats et l'analyse des données apparaît au chapitre 5. Les répondants recevaient par courriel le lien Internet pour accéder au questionnaire et j'ai choisi l'option de garder confidentiels leur nom et adresse courriel que j'aurais pu

retracé via cet outil. J'ai pris cette décision pour garder encore plus étanche et confidentielle la recherche.

<sup>60</sup> Un code leur était assigné dans le système sans que je puisse les identifier, à moins qu'ils laissent leurs coordonnées à la fin du questionnaire où j'offre l'option si intéressés à être joints pour un entretien au besoin. Plusieurs l'ont fait.

Avant de faire le pré-test, j'ai demandé à une collègue docteure en sciences des religions et mon directeur de thèse, tous les deux familiers avec l'approche de l'ÉC, de compléter une ébauche du questionnaire comme s'ils étaient des répondants. Nous avons partagé ensuite leurs réponses dont en fonction de questions fournies à l'avance (voir l'annexe C) qui allaient permettre de valider l'instrument. L'ébauche améliorée fut révisée d'abord par une journaliste et écrivaine anglophone pour une révision et édition linguistiques en anglais du questionnaire. Comme elle est aussi familière avec l'ÉC, nous étions en mesure de préciser les termes et vocabulaire le plus près possible de ce qui était visé comme questions, en fonction d'être compris par le plus grand nombre de répondants et ainsi augmenter la validité et fiabilité à l'outil. Le spécialiste des méthodes de recherche, dont des questionnaires et statistiques, a révisé la version éditée (il est aussi anglophone donc pouvait commenter à cet égard) et a fourni des conseils d'appoint, dont sur les échelles de réponses utilisées. Il a continué à jouer ce rôle de conseiller pendant et après l'administration du questionnaire, ainsi qu'une épidémiologue experte en statistiques. Les deux ont aussi soutenu l'analyse des données.

Dix participants ont été choisis pour le pré-test, à partir d'une liste d'adresses courriel et de numéros de téléphone fournie par Leah Green à partir de l'information en sa possession sur les anciens participants aux délégations depuis ses débuts en 1998<sup>61</sup>. Je les ai choisis au hasard tout en visant avoir des participants du plus grand nombre d'années possible entre 1998 et 2015, ainsi qu'une parité entre hommes et femmes, ce qui a été réalisé<sup>62</sup>. Je n'ai pas choisi des participants de la délégation en 2010 car y étant participante j'en connaissais la nature et portée. De plus, comme plusieurs d'entre eux avaient fait des entrevues, je voulais garder le plus grand nombre possible de répondants restants pour le questionnaire.

---

<sup>60</sup> J'ai consulté des représentants du comité éthique de l'Université de Montréal qui indiquaient que je pouvais garder ces informations, mais que ne pas le faire renforçait évidemment la confidentialité.

<sup>61</sup> Leah Green m'a indiqué que le curriculum pour l'ÉC fut rendu plus formel vers 2002 mais j'ai choisi d'inclure les délégués avant 2002 pour voir notamment si leurs réponses variaient des délégués à partir de 2002. Le pré-test a inclus des personnes ayant fait les délégations avant cette période et ils étaient aptes à comprendre et répondre aux questions comme les autres. J'ai donc conservé ces cohortes avant 2002.

<sup>62</sup> Comme certains répondants au pré-test avait fait plus d'une délégation, toutes les années entre 1998 et 2015 sauf 2010 ont été représentées.

J'ai recruté les participants au pré-test par courriel ou au téléphone et nous avons eu au moins une conversation de vive voix au téléphone avant le pré-test pour clarifier les attentes de part et d'autre : les miennes étant communiquées par écrit pour les rendre claires et uniformes pour tous les participants au pré-test et dont on pouvait clarifier de vive voix.

Le nombre de participants au pré-test (10) vient de la recommandation de l'expert conseil, ainsi que la façon de procéder. Ils accédaient au questionnaire en ligne et choisissaient une des trois options suivantes, lesquelles étaient en ordre de priorité pour moi comme chercheur : 1. Au téléphone afin qu'ils remplissent le questionnaire en ma présence directement au téléphone. Ils répondaient aux réponses en commentant sur des éléments tels le niveau de clarté des questions, leur niveau de compréhension et d'interprétation, etc. afin que le tout concorde avec les buts visés et en fonction d'éléments sur lesquels je portais une attention tels la mémoire des événements selon l'année de participation et la facilité à utiliser l'outil en ligne. 2. Par téléphone après qu'ils aient rempli le questionnaire pour le passer en revue ensemble en vérifiant les mêmes éléments. Cette approche était plus rapide que la précédente, moi-même ayant pris connaissance de leurs réponses en ligne. 3. Fournir des commentaires directement dans le questionnaire ou par courriel en le remplissant et après l'avoir complété. Je les rappelais au besoin pour plus de précisions. Seulement deux personnes ont choisi cette dernière option sur un total de dix (4 ont choisi la première option et 4 autres la deuxième options). Tous avaient la liste des questions à répondre pour le pré-test et cet exercice a permis de faire des ajustements au questionnaire. Cet exercice m'a fait voir combien riches furent les expériences partagées de vive voix par ces participants au pré-test et combien significative a été pour eux la participation aux délégations de TCLP. Une seule personne gardait un faible souvenir de son expérience étant avancée en âge (il s'agissait des premières délégations). Ceci dit, les objectifs visés avec ce pré-test furent rencontrés et ont menés à l'ajout de trois questions additionnelles exposées plus bas.

**Le contenu du questionnaire.** Le type de données pouvant être recueillies par les questionnaires peuvent être sociodémographiques ; porter sur l'environnement des répondants ; leurs comportements, leur expérience, pensées, sentiments, connaissances, attitudes et opinions (Bourque & Fielder, 2003, p.27). Les attitudes, opinions, préférences, sentiments et valeurs peuvent être des notions interchangeables et portent sur la « façon en général de penser » du répondant selon Arlene Fink (2003, p. 67-68). Ces entités peuvent être complexes à définir et à mesurer dit-elle, du fait notamment qu'il y a des contrastes entre connaissances et comportements. Néanmoins, basé sur les données de la première phase de la recherche, ce type de données allait être recueilli dans le contexte de la pratique de l'ÉC lors des sessions d'écoute

auprès des invités des délégations TCLP et la participation à ces délégations. Le questionnaire final apparaît à l'annexe N. On y retrouve les sections suivantes :

**Introduction au questionnaire :** En première page d'accès au questionnaire en ligne se trouve une lettre d'introduction qui présente le but du questionnaire, les instructions pour le remplir et les questions éthiques à la recherche (voir l'annexe N). Une question suit à savoir si les participants ont compris ces instructions, ce à quoi ils répondent par un oui ou par un non. Une réponse affirmative donne accès au reste du questionnaire.

**Section 1 – Implication avec l'organisme *The Compassionate Listening Project* et le domaine de la construction de la paix.** Dans cette section, les répondants indiquent s'ils ont complété la formation d'introduction et celle avancée à l'ÉC, ainsi que la certification de TCLP. Le cas échéant, en quelle année ont pris place ces activités. Ils précisent où a pris place la ou les délégations dont ils furent participant<sup>63</sup> et leur degré d'implication dans le domaine de la construction de la paix et dans quel type de fonction le cas échéant à partir d'un choix de réponse et depuis combien d'années. Suit une question sur les facteurs de motivation les ayant menés à participer à une ou plus d'une délégation avec comme choix multiples les réponses des participants aux entrevues regroupés en catégories. Les répondants peuvent ajouter des facteurs de motivation additionnels et/ou des commentaires. Cette question fait office de brise-glace permettant de se replonger dans les souvenirs de leur participation aux délégations de TCLP. La notion de motivation étant au centre du modèle de recherche pour l'amour compassionnel, la question sert aussi à éclairer cette dimension.

**Section 2 – Expérience de l'approche de l'écoute compassionnelle.** La première question (voir l'annexe N) vise à voir le degré d'importance des caractéristiques de l'amour compassionnel (Fehr et al., 2009) dans la pratique de l'ÉC. On retrouve de plus trois énoncés regroupant une dimension centrale du modèle théorique émergent que nous verrons dans le prochain chapitre. Je sonde la question dès le début du questionnaire m'assurant que la réponse ne sera pas influencée par les questions suivantes. Viennent par la suite des questions sur les défis/obstacles à l'ÉC et des éléments facilitateurs, dont les items retrouvés dans les choix multiples proviennent des réponses aux entrevues et ajustées au besoin selon le pré-test. La prochaine question est ouverte, volontairement, afin de recueillir toute information résonnant

---

<sup>63</sup> J'ai choisi de sonder les participants des délégations en Allemagne (deux délégations) et Guatemala (deux délégations) pour voir et comparer les réponses de ces groupes de répondants avec celles en Israël-Palestine de loin les plus nombreuses.

chez le répondant. Elle est liée à un processus de base au sein de l'ÉC émergent de la phase qualitative. Selon une réponse affirmative ou négative à la question, les répondants se voient posée une prochaine question adaptée. Pour les premiers, ils répondront en fonction d'un souvenir précis ayant pris place durant la délégation, pour les autres, elle réfère à un souvenir général. Suivent des questions sur des indicateurs et facteurs particuliers faisant partie du modèle émergent avec comme choix de réponse des items de l'analyse de données de la phase qualitative.

**Section 3 – Transformations et guérisons en lien avec la pratique de l'écoute compassionnelle et contribution de cette approche au domaine de la construction de la paix.** Cette section sonde les participants quant à des transformations vécues en lien avec leur expérience de l'approche de l'ÉC et une série de thèmes associés, dont les choix de réponse proviennent des entrevues et quelques items de la littérature scientifique. Encore une fois, les répondants sont invités à fournir tout commentaire ou réponses additionnelles en lien avec les questions. Une question porte sur la contribution de l'approche de l'ÉC dans le domaine de la construction de la paix à partir des réponses des participants aux entrevues. Une question en particulier demande si des facteurs liés à l'administration de la délégation et des facilitatrices ont eu une influence sur leur expérience. Il s'agit d'une question ajoutée suivant le pré-test et qui sert à voir si cette dimension a affecté leur expérience.

**Section 4 - Données sociodémographiques, degré d'aise pour la langue anglaise à l'écrit et commentaires sur le questionnaire si désiré.** Dans le but de créer un profil sociodémographique des répondants, des questions portent sur le genre, l'âge, le statut marital, le niveau d'éducation, le revenu annuel et statut d'emploi, la nationalité et groupe d'appartenance au niveau ethnique ou culturel, la religion, niveau d'activité en lien avec la pratique de la religion (voir l'annexe N). Une autre question examine le degré de force apportée par les croyances religieuses ou spirituelles pour faire face aux difficultés de tous les jours. Elle provient d'un questionnaire validé sur la religiosité et je voulais voir comment cette dimension se décline chez les répondants. J'ai choisi de mettre les données sociodémographiques à la fin du questionnaire afin de permettre aux répondants d'entrer dans le vif du sujet le plus rapidement possible dès les premières questions. Certains auteurs suggèrent de procéder ainsi, d'autres privilégient de poser ces questions au début. Il en revient au chercheur de décider et mon choix fut validé par l'expert-conseil, de même que la question du profil des répondants sur l'ethnicité et la race. Ce qui a demandé une revue des formulations utilisées aux Etats-Unis, Canada et en Europe pour mener au choix le plus judicieux pour cette étude, ce qui fut corroboré lors du pré-test.

La sensibilité à cette question porte notamment sur le fait que plusieurs participants sont soit de culture et/ou de religion juive, donc peuvent ne pas être pratiquants. L'utilisation de termes tels la race et l'ethnie est aussi sensible et non uniformisée à ce jour dans les sondages. Ce qui fut choisi en collaboration avec l'expert-conseil en sondages et suivant les commentaires reçus dans le pré-test est : *To what ethnic or cultural group do you belong ? Select all that apply and/or specify in open space*. Les choix de réponses choisis sont: *'Arab; Asian/Pacific Islander; Black; Indigenous/Aboriginal; Jewish; Latin American; White; Multiracial and/or multicultural; prefer not to answer; Other (please specify)*. Cette dernière option permet d'indiquer la façon dont ils s'identifient au niveau culturel et ethnique. Une autre nuance porte sur le genre, alors que des choix au-delà de se dire homme ou femme sont de plus en plus présents dans ces profils, bien que je m'en suis tenue à ce choix binaire. Une autre question vérifie le niveau de confort lié à l'habileté de lecture en anglais, afin de voir si cette variable pouvait avoir une incidence sur la compréhension des questions. Finalement, les répondants étaient invités à fournir des commentaires sur le questionnaire à la toute fin.

**Le recrutement des participants au questionnaire en ligne.** Le choix d'échantillonnage pour le questionnaire en ligne en est un complet car il comprend tous les délégués des délégations TCLP de 1998 à 2015 ayant pu être contactés. En début de recherche, les responsables de l'organisme TCLP indiquaient avoir tenu à jour les coordonnées de la majorité des participants aux délégations depuis le début et ont accepté de partager cette base de données. Dans la réalité, une liste moins nombreuse que prévue a pu être fournie avec le rassemblement de ces coordonnées selon les archives de TCLP. Ceci dit, une liste d'adresses courriels et/ou numéros de téléphone de 187 participants des délégations de 1998 à 2015 a été fournie. De ce nombre, j'ai soutiré les 14 personnes ayant fait une entrevue individuelle et les 10 ayant participé au pré-test. J'ai ensuite envoyé un courriel d'invitation à remplir le questionnaire aux 163 personnes restantes, ainsi qu'un rappel pour ce faire (voir l'annexe M). J'ai reçu 42 retours de courriels indiquant que le récipiendaire n'avait pas reçu le courriel. J'ai pu retracer certains d'entre eux par téléphone lorsque j'avais leur numéro selon la liste fournie par Leah Green. Au total, 142 personnes furent rejointes par courriel ou téléphone, du nombre total de tous les délégués de 1998 à 2015 ayant pu être joints. Notons que le courriel de recrutement peut avoir été éliminé par un système anti-pourriel chez certains (bien que j'aie pris le soin d'envoyer un message via mon adresse courriel personnelle et un titre général pouvant attirer leur attention : *Compassionate Listening*). D'autres peuvent avoir changé d'adresse courriel et j'ai tenté de le savoir en sollicitant l'aide des facilitatrices de TCLP ayant participé à leur délégation mais qui n'a pas porté fruit. J'ai de plus appris que quelques élus étaient décédés.



Ceci dit, deux rappels par courriels sur une période de quatre semaines furent envoyés aux répondants que j'ai pu rejoindre. Finalement, 73 personnes ont ouvert le lien menant au questionnaire et à partir de ces 73 entrées dans le système, 10 répondants furent éliminés car ils n'avaient rempli que le consentement à l'étude suivant la lettre d'introduction et aucune des questions suivantes. Trois questionnaires furent éliminés car remplis plus d'une fois par les répondants. L'analyse des données du questionnaire porte donc sur 60 répondants dont 44 l'ayant rempli au complet et deux autres presque au complet. Les données manquantes furent traitées en utilisant les formules mathématiques requises pour fournir des statistiques viables. Ce taux de réponses (n=60) comprend environ 42% des personnes ciblées initialement (60 sur 142 - ne sachant pas si tous les 142 destinataires ont bien reçu l'invitation). L'échantillonnage fut complet dans le sens où tous ceux ayant participé à une délégation de TCLP entre 1998 et 2015 ont tenté d'être joint selon les coordonnées existantes sur eux. Le nombre de répondants pour chaque question peut varier car les répondants peuvent ne pas avoir rempli tout le questionnaire. Ceci dit, nous retrouvons un minimum de 40 répondants pour chaque question (et un peu moins pour deux sous-groupes formés de cet ensemble selon leur réponse affirmative ou négative à une question). Dans la littérature un échantillon de 20 à 30 participants peut être considéré « micro » bien qu'il demeure apte à fournir des tests et inférences statistiques (Marien et Beaud 2003, p. 14). Notons ici que le but du questionnaire n'est pas de faire des généralisations mais d'éclairer le phénomène à l'étude à partir des réponses et le fait d'avoir rejoints le plus de délégués possibles est la variable la plus importante pour cette étude.

### **3.3 Analyse des données**

La recherche phénoménologique en psychologie de type interprétative avec gabarit de base ont été suivies pour l'analyse des entrevues et de ce fait, les étapes qu'elle suggèrent pour l'analyse thématique de ces entrevues : (Langdridge, 2007, p. 111, traduction libre) :

1. Lire et relire la transcription de l'entrevue en ajoutant des commentaires dans la marge de gauche sur le sens des sections particulières de la transcription. L'analyste vise à établir ce qui se passe dans le texte plutôt que de faire des remarques interprétatives. Cette étape peut être répétée jusqu'à ce que le chercheur sente qu'il a capté le sens du texte.
2. Noter dans la marge de droite les thèmes émergents, ce qui fait en sorte que les notes initiales sont transformées en énoncés plus significatifs et reflétant un niveau de sens plus large associé à des sections particulières du texte. Cela peut comprendre des préoccupations théoriques significatives plus étendues.
3. Par la suite les thèmes sont mis en une liste séparément selon leur ordre chronologique original. L'analyste tente alors d'identifier des liens communs entre les thèmes et va les réordonner d'une façon plus analytique ou théorique. Certains apparaîtront subordonnés à d'autres.

4. Une table (ou liste) de thèmes selon un ordre cohérent peut alors être produite et ces thèmes sont nommés de façon appropriée, chacun étant lié au texte original par la référence à des citations spécifiques. À cette étape, certains thèmes seront mis de côté s'ils ne cadrent pas bien avec les thèmes subordonnés ou s'ils n'ajoutent pas beaucoup à l'analyse.
5. Lorsque ces stages ont été effectués pour un cas, l'analyste procède au prochain cas (dans cette étude, les réponses de chaque participant aux entrevues) et peut recommencer à zéro ces étapes ou utiliser la table de thèmes générée par l'analyse du premier cas, laquelle sert alors de guide à l'analyse du prochain cas. La table initiale des thèmes est alors modifiée et adaptée jusqu'à ce qu'une table finale des thèmes soit produite et représente tous les cas de l'étude.

Suivant l'analyse des entrevues, une transition vers la TE a pris place, notamment avec l'émergence d'hypothèses de travail. Selon Charmaz (2006), il n'est pas clair que l'analyse thématique ne soit pas une meilleure méthode que celle de codage dans les débuts d'analyse de la phase initiale dans la TE. Les thèmes centraux découlant de l'analyse thématique peuvent faire figure de catégories centrales associées à la TE de type constructiviste (Charmaz, 2006 ; Strauss & Corbin, 2004). Qui plus est, la première phase d'analyse dans la recherche phénoménologique en psychologie est en général similaire à l'analyse avec une méthode qualitative en général (Langdrige, 2007, p. 107), la différence la plus importante entre les deux approches étant que la phénoménologie s'en tient au phénomène « *live-world* » alors que la TE peut expliquer l'expérience humaine en termes de relations fonctionnelles entre des variables et ceci en dehors de l'expérience (Wertz et al., 2011, p. 281). De plus, la recherche phénoménologique en recherche ne vise pas le développement d'une théorie. On cherche surtout à saisir et demeurer ouvert au phénomène tel qu'il apparaît.

Ceci dit, même dans la TE, bien que le chercheur en vienne à développer une théorie, on lui demande dans la première étape de la recherche de tenter de voir l'action dans chaque segment plutôt que d'appliquer des catégories préexistantes aux données. Le codage doit se faire dans un langage qui évoque l'action, ce qui évite de faire des bonds conceptuels et d'emprunter une voie théorique trop rapidement, c'est-à-dire avant d'avoir fait un travail préalable d'analyse (Charmaz, 2006, p. 47-48). Ce qui est important dans la TE, lorsque les données proviennent de diverses méthodes de collecte de données, est qu'elles soient divisées en unités d'analyse et que celles-ci soient comparées entre elles (Idem). De nouvelles unités s'ajoutent à travers les phases de la recherche jusqu'à sa toute fin et il s'agit pour le chercheur de dériver de ces unités d'analyse des éléments conceptuels menant à une théorie. Ceci fut le cas pour cette recherche en utilisant des formes de codages et phases d'analyse types dans la TE.

### 3.3.1 Formes de codage dans la théorie enracinée

Strauss et Corbin définissent le codage comme : « Les processus analytiques par lesquels les données sont fractionnées, conceptualisées et intégrées pour produire de la théorie. » (Strauss & Corbin, 2004, p.19). Pour Oktay, il s'agit d'assigner des « codes » aux données, c'est-à-dire des « mots utilisés pour donner un sens » (Oktay, 2012, p. 54). Ce qui fait dire à Charmaz que le codage définit ce qui se passe dans les données et commence à en capter le sens (Charmaz, 2006, p. 43) : « Coding means categorizing segments of data with a short name that simultaneously summarizes and accounts for each piece of data. Your codes show how you select, separate and sort data to begin an analytic accounting of them. » Le codage est le lien pivot entre la collecte et le développement d'une théorie émergente car il sert à expliquer les données recueillies. À partir des codes initiaux, l'analyste procède à identifier des groupes de codes, de concepts, de catégories et de sous-catégories. Il identifie des dimensions et propriétés rattachées à ces concepts et catégories qui jouent un rôle important dans la TE. Strauss and Corbin les voient comme « les points focaux » (*cornerstones*) pour le développement de la théorie. Elles émergent de l'analyse et fournissent les moyens de cheminer vers une intégration théorique (Strauss & Corbin, 1990, p. 7).

Glaser et Strauss (1967) font la distinction entre deux types de codes dans les premiers stages d'analyse de la TE : ceux « substantifs » qui réfèrent à des mots et des idées mentionnées par les participants à l'étude et appelés codes « in vivo » et ceux « théoriques » (ou conceptuels) qui ne proviennent pas directement des données mais de l'analyste qui effectue le codage. Un codage conceptuel sert à transformer les données brutes en théorie (Schreiber & Stern, 2001, p. 68-69) et trois niveaux de code sont ici en jeu : le premier niveau comprend des codes ouverts utilisant surtout les mots des participants à l'étude ; le deuxième niveau représente la synthèse des codes du premier niveau vers des codes plus abstraits et ; le troisième niveau comprend des codes théoriques qui font des relations entre les niveaux de codes précédents. Les trois niveaux peuvent comprendre des concepts, catégories ou relations (Shreiber & Stern, 2001) et des hypothèses peuvent s'immiscer concernant ces relations. Le codage est donc d'abord étroitement lié aux données et devient de plus en plus abstrait au fur et à mesure que l'analyse progresse et que la théorie se développe (Oktay, 2012, p. 61).

Le processus doit, par contre, être dynamique dans ces diverses formes de codage (Strauss & Corbin, 2004, p. 133) et le chercheur retourne de façon continue au point de départ de l'analyse, car les données sont comparées de façon constante entre elles. Il examine les unités d'analyse, cherche des similarités et des différences entre les données et écrit des mémos tout en faisant du codage. Il se trouve donc engagé

simultanément dans le processus d'analyse, de comparaison et d'abstraction à partir des données (Charmaz, 2006). La comparaison constante et l'échantillonnage théorique jouent ici un rôle important tel que vu plus haut et c'est en comparant des cas, des situations ou des incidents, que des dimensions et des propriétés de concepts et de catégories deviennent apparentes (Oktay, 2012, p. 61). Le processus comparatif permet de désagréger un grand nombre de données en des groupes d'idées ou de concepts plus petits que l'on peut mieux gérer. La comparaison constante ouvre la voie à l'émergence d'une théorie à partir d'unités d'analyse qui apparaissent significatives au chercheur, lesquelles, lorsque comparées entre elles, génèrent des catégories et des propriétés (Merriam, 2002, p. 142). Ce qui est comparé est autant des éléments venant de la collecte de données que des catégories conceptuelles figurant dans un cadre global dans lequel la théorie a émergé. Le processus d'analyse comparative constante mène en cours d'analyse à l'identification d'éléments communs et de patrons, dont des comportements (Oktay, 2012, p. 150). Le codage vient de la comparaison constante entre les données, les concepts et les catégories analytiques et ainsi, les codes servent d'ancrages permettant aux éléments centraux qui viennent des données d'être rassemblés (Charmaz, 2006). L'échantillonnage théorique permet au chercheur de sélectionner les incidents et les situations à analyser selon les besoins de la théorie émergente et d'en explorer les dimensions et les propriétés provenant de catégories théoriques (Oktay, 2012, p. 152). Cette action apporte une robustesse aux catégories, ainsi que des analyses profondes découlant des choix du chercheur sur les catégories à traiter. Celles-ci deviennent des concepts majeurs au fur et à mesure que s'effectue l'analyse et ce mouvement d'aller et retour entre les catégories et les données a pour effet d'élever le niveau conceptuel des catégories et d'en étendre la portée. Les phases de codage encadrent ce processus.

### **3.3.2 Phases de codage dans la théorie enracinée**

On retrouve deux ou trois phases de codage dans la TE selon la préférence des auteurs utilisant cette méthodologie. On retrouve d'abord une phase de codage *initial* ou dite *ouvert* selon la formulation qu'ils privilégient. Cette phase est suivie d'une phase de codage *axial*. Enfin, une dernière phase est celle dite de codage *avancé* ou *théorique* ou encore *sélectif* selon les auteurs. Charmaz (2006) met en garde de ne pas prendre ces stages pour des recettes On peut voir en début de recherche les stages de codage initial et axial se chevaucher (Strauss & Corbin, 2004) et certains auteurs ont laissé tomber le stage axial pour ne garder que les deux autres. Personnellement, j'ai utilisé les trois stages et s'ils devaient être divisés en deux stages, je serais en mesure de montrer où en serait la délimitation. Ce qui suit contribue au niveau opérationnel exposé dans la figure 3 en début de chapitre, réunissant les concepts importants dans la TE.

### **Première phase : Codage initial (ouvert)**

Pour Oktay, la phase de codification initiale est celle qui ressemble le plus aux autres types d'analyse qualitative en recherche, car la plupart débutent en codant les données ou en les séparant et les divisant (Oktay, 2012, p. 54). Autant la recherche phénoménologique en recherche que la TE débute par une identification ligne par ligne, voir mots par mots des concepts importants communiqués par les participants aux entrevues (tel que vu plus haut). La TE débute un travail explicite d'analyse des unités et des indicateurs dès ces débuts d'analyse (Strauss, 1987, cité par Feeler, 2012, p. 78). La recherche phénoménologique en psychologie débute une analyse continue une fois ces catégories identifiées dans le but de les regrouper et identifier des thèmes qui sont similaires aux catégories dans le vocabulaire de la TE, mais elle ne cherche pas à les relier ensemble nécessairement. La TE le fait dans le but d'amener l'analyste vers un niveau d'analyse plus abstrait qui comprend notamment le développement de relations entre les concepts et les catégories tel que vu plus tôt.

Le codage initial influence donc la direction que la recherche va prendre. Strauss et Corbin (2004) utilisent le terme de codage ouvert qui comprend comme processus une identification de concepts et la découverte de leurs propriétés et dimensions à partir de ces données d'analyse initiale. Le chercheur est appelé à catégoriser des segments de données en leur donnant un nom qui est court et il fait rapport immédiat de chaque section de données analysées. Les codes développés montrent comment sont sélectionnées et divisées les données en fonction de leur compilation, en plus de permettre de former un cadre analytique à partir duquel l'analyse sera bâtie. Ce codage débute déjà la fonction d'intégration (Charmaz, 2006, p. 45).

L'analyse des entrevues dans mon étude a produit des thèmes centraux et des dimensions associées qui sont demeurés centraux à l'étude. Cette étape mène à l'identification de groupes de codes ou de concepts, ou encore à des catégories plus larges à partir de ces codes initiaux selon Oktay (2012, p. 60). L'analyste distingue les codes qui vont ensemble et peut les combiner en « concepts ». Suit une étape d'identification des dimensions et des propriétés rattachées aux concepts et aux catégories. Le défi ici est de déterminer quels codes initiaux font le plus de sens au niveau analytique afin de catégoriser les données de façon précise et complète (Charmaz, 2006, p. 57-58). Ce processus n'est pas entièrement linéaire. En comparant des données avec d'autres données, cela mène à des codes plus ciblés sur l'expérience partagée par les participants en termes d'intensité, d'impact et de moments significatifs.

Cette étape en cours d'analyse m'a paru coïncider avec une étape de codage plus ciblée ajoutée par Charmaz dans le stage initial et qui lui est propre : le '*focus coding*'. Lors de l'analyse plus poussée des données d'entrevue, est venu un moment où je ciblais encore plus ces catégories et groupes de concepts et leur sens en lien avec les questions de recherche. Charmaz définit cette étape de codage ciblé comme celle qui utilise les codes les plus significatifs et fréquents déjà identifiés afin de faire un tri dans une grande quantité de données (Charmaz, 2006, p. 57). L'analyste pose un regard sur les données codées dans le but de créer des codes plus interprétatifs et inclusifs visant à représenter la compréhension de ce que les répondants ont dit (Hesse-Biber, 2010). Il s'agit de la première grande étape d'analyse où sont comparées des données avec des données et des données avec des codes. Des décisions sont prises sur les codes initiaux qui font le plus de sens au niveau analytique afin de catégoriser les données de façon incisive et complète.

Cette action participe à mon avis à la deuxième étape d'analyse de la recherche phénoménologique en psychologie de type interprétatif vu plus haut. Charmaz souligne par contre de ne pas s'inquiéter à savoir si ce qui est énoncé est un code, un concept ou une catégorie : l'essentiel est de passer d'un grand nombre de codes à un nombre relativement petit de catégories qui se retrouveront au cœur de la théorie et voir comment ces éléments sont centraux pour le développement de la théorie (Charmaz, 2006, p. 60). Les codes dans la phase initiale de codage peuvent être temporaires car leur but est de rester ouvert à d'autres possibilités analytiques et à la création de nouveaux codes qui s'ajusteront étroitement avec les données. Les codes sont aussi ouverts dans le sens où ils peuvent être renommés plus tard pour améliorer leur arrimage avec la théorie émergente (Oktay, 2012). Les thèmes découlant de la phase initiale d'analyse demeurent par contre des piliers importants dans le corpus de données, comme ce fut le cas pour mon étude.

Le chercheur peut déceler des manques et des lacunes résultant de la phase initiale qui l'amène à identifier des sources de données additionnelles pour éclairer la prise de décision quant aux prochaines étapes d'analyse (Charmaz 2006). Ma décision d'aller plus en profondeur avec une analyse documentaire sur l'ÉC selon les écrits des pionnières à la suite de l'analyse des entrevues, visait à adresser plus à fond des questions de recherche non suffisamment adressées par les réponses obtenues durant les entrevues. Des hypothèses peuvent aussi surgir à la fin de ce stage, ouvrant la voie pour les phases subséquentes d'analyse comme ce fut aussi le cas dans mon étude.

Trois propositions théoriques (ou hypothèses de travail) ont émergé de façon spontanée (présentées dans le prochain chapitre). À l'instar d'hypothèses dans les études expérimentales, les hypothèses provenant d'approches telles que la TE ont une fonction suggestives plutôt que testées. Ces propositions théoriques ont donc permis de continuer à explorer plus à fond ce qui pouvait bien 'se passer' pour répondre aux questions de recherche. Elles offraient des balises permettant de poursuivre l'exploration de l'objet d'étude de façon encore plus focalisée.

### **Deuxième phase d'analyse : Codage axial**

Dans ma recherche, cette phase m'apparaissait au début comme celle intermédiaire dans une méthode mixte de recherche devant permettre d'élaborer le questionnaire pour la phase quantitative. Les propositions théoriques émergentes m'ont menée à un exercice constructiviste débouchant vers un modèle théorique et appliqué sans que cela soit prédéterminé. Cette phase axiale fut déterminante pour un ancrage définitif dans la TE. Le concept de « codage axial » fut introduit par Strauss qui le voyait comme une composante du codage ouvert plutôt qu'un stage séparé d'analyse (Strauss, 1987, p. 32). Oktay (2012) mentionne que Charmaz et Corbin ont laissé tomber le codage axial comme une étape séparée du codage ouvert, mais elle-même le situe comme une étape à mi-chemin qui permet de faire un pont entre le codage ouvert et le codage sélectif (avancé ou théorique selon chacun). La flexibilité est de mise. Il importe de ne pas 'forcer' des données dans des stages et laisser l'analyse suivre son cours :

Whether axial coding is seen as a step that follows open coding or as part of open doing, the researcher is likely to be doing open and axial coding at the same time in the study, but for different concepts. That is, you might be working on axial coding for those concepts identified early in your analysis, while other concepts that continue to arise from new data sources require open coding. (Oktay, 2012)

En poussant plus à fond l'analyse de concepts découlant des propositions théoriques le codage axial permet de poursuivre l'exploration plus en profondeur des catégories et concepts venant du codage initial, d'où le terme « axial » expliqué par Strauss et Corbin (2004, p. 157) : « Le processus de mise en rapport des catégories avec leurs sous-catégories est appelé « axial » parce que le codage se produit autour de l'axe d'une catégorie, liant ainsi les catégories en fonction de leurs propriétés et de leurs dimensions ». L'objectif est de commencer le processus qui consiste à rassembler les données qui ont émergé pendant le codage ouvert et de relier les catégories à leurs sous-catégories sur le continuum de leurs propriétés et de leurs dimensions afin de voir comment elles s'entrecroisent et se lient entre elles. Cela permet de formuler des explications plus précises et plus complètes sur le phénomène à l'étude.

La notion de catégorie dans cette approche pouvant être un phénomène, un problème, un enjeu, un évènement ou un fait défini comme étant significatif pour les répondants. Elle peut être aussi large que la négociation d'un accord de paix entre deux nations (Strauss & Corbin, 2004, p. 158). De plus, les unités d'analyse peuvent être des endroits sociaux, bref, ce que le chercheur considère avoir besoin d'explorer. La catégorie possède la qualité d'expliquer ce qui est en train de se passer alors que la sous-catégorie sert à répondre aux questions du quand, où, pourquoi, qui, comment et avec quelles conséquences, ce qui apporte au concept une puissance explicative (Idem). Ceci se fait au niveau conceptuel et non descriptif. Tel que vu plus tôt, les dimensions reliées entre les catégories viennent d'une analyse de ce que les participants aux entrevues ont dit, donc leurs propres mots, et/ou de la propre conceptualisation du chercheur.

Les axes d'analyse peuvent graviter autour de conditions, conséquences et relations entre des acteurs, des stratégies et autres éléments. MacDonald résume l'étape de codage axial comme étant: « Data put back together in new ways after coding, by making connections between categories using a coding paradigm: causal conditions, phenomenon, context, intervening conditions, action-interaction strategies, consequences » (MacDonald, 1990, cité par Schreiber & Stern, 2001, p. 146). Mon analyse a porté sur plusieurs de ces axes, ce qui a proféré une dimension systémique à l'objet d'étude notamment, fournissant un cadre de plus en plus explicatif sur ce qui 'se passait' en lien avec l'objet d'étude. La phase avancée de la recherche a contribué à faire un tri dans cet ensemble et positionner la théorie émergente de façon plus précise.

### **Troisième phase d'analyse : Codage avancée (sélectif ou théorique)**

Le codage sélectif est la phase avancée de l'analyse. Certains l'appellent la phase théorique car elle est caractérisée par un processus d'intégration et de peaufinage de la théorie (Strauss & Corbin, 2004, p. 179). Pour Charmaz (2006) il s'agit d'un codage théorique qui est plus sophistiqué que ceux des stages précédents. Les codes théoriques spécifient des relations possibles entre les catégories que le chercheur a développées dans le stage initial même. Les codes théoriques au niveau conceptuels pour Glaser montrent « comment des codes substantifs peuvent être liés les uns avec les autres à titre d'hypothèses pouvant être intégrées dans la théorie » (Charmaz, 2006, p. 63, citant Glaser, 1978). Pour ma part, des catégories et concepts issus de la première phase de codage ont effectivement trouvé une place de choix dans la théorie émergente, devenant de plus en plus denses selon des propriétés et des dimensions



privilégiées en fonction du modèle théorique et appliqué émergeant. Le chercheur relie donc dans cette phase avancée d'analyse les concepts et les catégories les uns avec les autres, en mettant l'emphase sur le développement des relations entre les concepts et les catégories dans la théorie. Une façon de se faire est de les lier au niveau des propriétés et des dimensions. Les relations entre les divers concepts et catégories deviennent alors de plus en plus apparentes et se dévoilent de plus en plus. Nous sommes certes en présence du constructivisme du fait que les « construits » viennent de l'analyste qui se trouve à avoir réduit les données de plusieurs cas en concepts et en un ensemble explicatif d'énoncés relationnels (Strauss et Corbin, 2004, p. 181). Strauss et Corbin diront que les énoncés relationnels dans cette phase avancée reprennent rarement les mots exacts du participant (bien qu'il puisse y avoir des codes in vivo associés à ces catégories) et ils traduisent l'expression de plusieurs sujets d'étude. Ces énoncés de relations vont montrer le lien étroit des catégories avec un schème théorique plus large.

Dans la phase avancée du codage, l'analyste continue à faire des comparaisons et à poser des questions mais ces dernières sont différentes de celles identifiées plus tôt, portant maintenant sur le contexte et les conditions dans lesquels « quelque chose se passe » et les conséquences en jeu (Glaser, 1978, p. 72, cité par Charmaz, 2006, p. 75). Ces questions ne s'ajoutent pas tant aux questions de recherche initiales mais apportent des angles d'examen particuliers à l'objet d'étude, ce qui fut mon cas. De plus, le chercheur peut avoir fait une ou des hypothèses qui sont souvent spéculatives (Strauss & Corbin, 2004, p. 77), il utilise les idées qu'elles génèrent pour guider cette étape de collecte de données plus avancée et de cette façon, il utilise une logique liée à l'abduction, faisant un aller-retour entre la génération de la théorie et un testage de la théorie.

Dans mon cas, les propositions théoriques initiales se sont peaufinées en fonction de catégories devenant de plus en plus centrales en fonction de la théorie émergente. Cette intégration se poursuit jusqu'à la fin de l'écriture finale, ce qui implique l'interaction entre l'analyste et les données (Strauss & Corbin, 2004, p. 180). Deux actions centrales prennent place dans le stage avancé d'analyse : identifier la catégorie centrale et assembler et expliquer la théorie, ce qui me fut très utile dans ce stage.

*L'identification et l'utilisation d'une catégorie centrale* aide le chercheur à ne pas être surchargé, dispersé ou trop vaste en termes de focus. La catégorie centrale représente le thème principal de la recherche et consiste ni plus ni moins en une catégorie au centre de tous les produits d'analyse que l'on peut condenser en quelques mots explicatifs sur ce en quoi consiste la recherche (Glaser, 2005). On peut la voir comme la catégorie liée à l'histoire principale au cœur de l'étude (La Rossa, 2005, cité par Feeler, 2012, p. 82) et dans cette phase avancée, elle a les liens les plus nombreux et puissants avec les autres

catégories. Elle permet au chercheur de bien concentrer ses énergies et de discontinuer le codage ouvert et axial auprès de catégories et de concepts qui ne sont pas liés à la catégorie centrale (Charmaz, 2006). Parfois elle est assez claire tôt dans la recherche tout en évoluant vers une forme de codage de processus tel que ce fut mon cas. L'analyse qu'elle procure reflète la meilleure compréhension du chercheur par rapport à ce qui se passe en lien avec les données.

Dans la phase finale, l'analyste pourra aussi compléter des catégories insuffisamment développées (Strauss & Corbin, 2004, p. 196), ce qui peut demander de retourner faire une revue des mémos et des données brutes pour voir si des données ont été ignorées. Cela peut aussi se faire par voie d'une cueillette sélective de données avec un échantillonnage théorique. Mais on indique que l'analyste trouve toujours des lacunes quand il rédige et il doit savoir quand lâcher prise (Strauss & Corbin, 2004, p. 196). Tous les détails ne peuvent pas être entièrement développés et spécifiés. L'important est qu'une catégorie soit suffisamment développée en termes de propriétés et de dimensions pour en démontrer l'étendue de variabilité en tant que concept central pour la théorie émergente. D'où une analyse de variation pouvant prendre place détaillant cette variabilité et par le fait même renseignant sur le modèle émergent, comme j'ai fait pour cette phase de recherche, présenté dans le chapitre 4.

*Assembler et expliquer la théorie* dans le codage avancé (sélectif ou théorique) implique pour le chercheur de réviser la théorie, c'est-à-dire de positionner les relations entre les catégories pour une complétude, une cohérence et une logique interne (Schreiber & Stern, 2001, p.83). Une analyse additionnelle peut être requise pour ficeler ensemble les composantes de la théorie ou remplir des vides qui demeurent et qui peuvent même être testée dans une ronde finale de cueillette de données. Le chercheur doit être capable d'expliquer le processus central de son étude en utilisant les concepts de la théorie et leurs interrelations. Les unités d'analyse dans la TE peuvent être des éléments autant micros que macros, telles des pratiques, relations, rôles, organisations ou cultures (Glaser, 1992, cité dans Charmaz, 2006, p. 63), en plus de pouvoir être des éléments tels des émotions, des processus cognitifs ou des sens (*meanings*) (Schreiber & Stern, 2001, p. 182). Le chercheur fait un va et vient entre ces dimensions micro et macro. On doit trouver au sein de la théorie une forme de processus, vu comme un type de codage particulier et qui peut même prendre la place de la catégorie centrale.

### **3.3.3 Codage de processus**

Le processus joue un rôle important dans la TE en ce qu'il représente la nature dynamique et évolutive d'une action-interaction. Il est lié à la structure qui procure le contexte pour cette action-interaction au

cœur du phénomène étudié (Strauss & Corbin, 2004, p. 219). Le processus fournit le rythme, la vitesse, la forme et le caractère au sein de cette structure. Il est vu comme essentiel dans la TE d'introduire le processus dans l'analyse car il peut être le fil organisateur des données. Strauss et Corbin (2004, p. 219) suggèrent de penser au processus comme étant la différence entre une photo et une image en mouvement : chaque forme présente une perspective différente et apporte une modalité de compréhension particulière. Si on veut voir ce qui se passe ou la manière dont les choses évoluent, on doit se tourner vers l'image en mouvement. La théorie sans le processus manque une partie vitale de son histoire, c'est-à-dire la manière dont évolue l'action-interaction selon ces auteurs. Le processus peut même devenir la catégorie centrale d'une théorie car le but de la TE est de générer une théorie qui tient compte de patrons rencontrés dans les comportements humains (Glaser, 2005).

Entre en jeu l'analyse de la variation dans le processus qui aide à expliquer le changement dans le temps et voir comment cela se passe : « Même à l'intérieur des codes et des catégories, il existe une variabilité entre personnes, organisations et groupes correspondants aux différents points de la dimension, selon certaines propriétés » (Strauss & Corbin, 2004, p. 198). En élaborant la théorie, le chercheur doit rendre visible les variations aussi bien entre elles qu'entre les catégories, car en recherche il est fréquent de trouver des cas isolés situés à des extrêmes des dimensions d'un concept et semblant montrer le contraire de ce qui se passe. Ces cas représentent des variations de la théorie ou des explications alternatives en ce sens que des variables ou conditions alternatives peuvent être identifiées et incorporées dans la théorie comme telle. Ceci augmente sa puissance explicative et sa capacité de généralisation (Strauss & Corbin, 2004, p. 198).

En résumé, dans la phase avancée de codage et d'analyse, la catégorie centrale devient le point focal dans la génération de la théorie et permet de rendre compte de variations et perceptions dans les patrons de comportement (Strauss, 1987). Dans le cadre de mon étude, un processus particulier s'est greffé à la catégorie centrale pour rendre compte de ce qui se passe en lien avec l'objet d'étude. Le processus incorporé à l'analyse est donc vu comme essentiel pour le développement de la théorie (Strauss & Corbin, 2004, p. 201) et des outils sont déterminants pour se faire et dès les phases initiales d'analyse.

### **3.3.4 Outils d'analyse : Mémos, matrices, schémas et diagrammes**

*Les mémos.* Faire des mémos est un outil central dans la TE (Feeler, 2012, p. 80). Strauss et Corbin définissent le mémo comme : « Le compte rendu de l'analyste, de ses réflexions, de ses interprétations, de

ses questions et directions pour la suite de la récolte des données. » (Strauss & Corbin, 2004, p.143). Ils associent les fonctions suivantes au mémo (lesquelles ont joué un rôle important dans mon étude) : Pousser le chercheur à travailler les concepts plutôt que les données brutes ; Lui permettre d'utiliser sa créativité et son imagination alors qu'une idée en stimule une autre ; L'aider à élaborer sa pensée analytique et ; Lui fournir une réserve d'idées analytiques qui peuvent être classées, triées et ordonnées (Strauss & Corbin, 2004, p. 260-261). Les mémos vont varier en termes de contenu, de degré de conceptualisation et de longueur selon le moment de la recherche, l'intention et le type de codage en cours. Ce qu'il faut retenir est que les mémos comprennent des produits de l'analyse et des directions pour l'analyste. Ils servent à représenter des relations parmi les concepts et à conserver la trace des analyses. Chaque analyste développe son propre style et outils dans la confection de mémos, donc ils peuvent varier de type et de forme (Strauss & Corbin, 2004, p. 257). Par exemple, ils peuvent être faits à la main ou via un logiciel informatique conçu pour cet objectif. Pour ma part, j'ai débuté une compilation des données de la phase qualitative au sein d'un programme informatique pour m'en remettre surtout à l'écriture de mémos sur ordinateur et à la main sur papier, tout en utilisant des codes de couleurs, schèmes de classement et autres moyens.

Quant aux comptes-rendus dans les mémos, ils peuvent être théoriques ou opérationnels. Les premiers servent à une sensibilisation et récapitulation et comprennent des réflexions et idées sur l'échantillonnage théorique et d'autres problématiques (Strauss & Corbin, 2004, p. 257). Les deuxièmes sont plus opérationnels et comprennent des directions au niveau des procédures et des rappels à ce niveau. Les mémos peuvent ne comprendre que quelques idées génératives et quelques phrases et cela peut être suffisant selon Strauss et Corbin (2004), qui ajoutent que des mémos peuvent être écrits à partir d'autres mémos. Leur utilité à travers les différents stages de codage pour Oktay est de permettre l'intégration de composantes importantes de la théorie émergente et en ce sens, ils sont un outil faisant partie du processus créatif comme tel (Oktay, 2012, p. 69). Leur focus évolue en cours de recherche, donc ils sont évolutifs selon les divers stages d'analyse avec des réflexions et intuitions (*insights*) sur des pistes émergentes.

Dans le stage initial de la recherche, le mémo sert à documenter des idées, décrire des concepts et les combiner ensemble en catégories. Ils aident à la recherche de catégories émergentes (La Ross 2005, in Feeler, 2012), comparer des éléments, combiner des concepts en catégories, développer des sous-catégories à ces catégories, explorer des questions et spéculer sur les réponses et laisser aller sa pensée là où elle nous mène (Oktay, 2012, p. 68). Il devient progressivement la clé pour développer de nouveaux concepts et poser des questions génératives, c'est-à-dire qui poussent le chercheur à penser de façon plus

abstraite et théorique (Oktay, 2012, p. 80). Dans le stage axial, le mémo peut refléter et documenter le processus d'analyse comparative constante et d'échantillonnage théorique. Pour Oktay, le mémo implique le développement d'idées sur de possibles relations entre les concepts et les catégories. Il porte sur les pensées du chercheur concernant des facteurs contextuels et des conséquences propres aux catégories émergentes : « In memos (in axial stage), you can explore questions about the study, tentative answers, ideas for further sampling, hypotheses, and comparisons of emerging data with other theories » (Oktay, 2012, p. 80). Dans le stage avancé, les mémos servent à expliquer le modèle théorique. Ils peuvent servir à un retour sur les résultats de recherche et répondre aux questions : Sur quoi porte l'étude ? Comment la catégorie centrale et les autres catégories sont-elles reliées ? Lesquelles sont incomplètes ? Quelles sont les conditions liées aux actions, interactions, émotions et autres ? Les mémos dans le stage avancé peuvent aussi servir à passer d'un niveau micro à un niveau macro d'analyse (Oktay, 2012, p. 88), ce qui s'est avéré important pour mon étude dans l'examen de dimensions à la fois intérieures et extérieures dans la construction de la paix, en lien avec le modèle émergent. Le mémo fait donc partie intégrante de la théorie en construction et j'en expose quelques-uns central pour cette étude dans les prochains chapitres. D'autres outils tels des matrices, schémas et diagrammes aident à représenter les relations entre les concepts de façon visuelle.

**La matrice.** Miles et Huberman, experts en analyse de contenu, illustrent l'importance des matrices pour développer des relations entre des catégories : « Un outil analytique pour stimuler les réflexions des analystes sur les relations entre les conditions-conséquences macro et micro aussi bien qu'entre celles-ci et le processus. » (Miles & Huberman, 1994, p. 221) La matrice est une technique utilisée dès 1967 dans l'ouvrage phare sur la TE de Glaser et Strauss (Oktay, 2012, p. 77). Elle sert de guide conceptuel au niveau visuel qui permet au chercheur de la faire correspondre à son étude et ses données (Strauss et Corbin, 2004, p. 233). Cet outil a été utile pour Oktay d'une façon qui s'apparente à mon expérience : elle lui a permis de raisonner sur la façon dont les catégories de son analyse étaient interreliées entre elles (Oktay, 2012, p. 77). Un des quatre piliers du modèle théorique final dans le cadre de mon étude, présenté dans le chapitre 6, repose d'ailleurs sur une matrice phare qui a gagné en couches explicatives à travers l'analyse des données tel que nous verrons dans le quatrième chapitre. Le positionnement de concepts et catégories émergentes dans cette matrice m'a fourni l'outil visuel et spatial (*visuospatial*) nécessaire pour mener une série d'analyses, réflexions et comparaisons constantes, stimulant des questions et faisant progresser la théorie émergente. Elle a permis de fournir une structure accueillant des actions-réactions au centre du processus qui a pris la place avec la catégorie centrale. C'est ainsi que j'ai pu envisager

comment des éléments clé des hypothèses de travail ayant émergé pouvaient prendre forme en lien avec l'objet d'étude. Ainsi, je corrobore les fonctions suivantes à la matrice:

Matrices helps the analyst to be theoretically sensitive to the range of conditions that might bear upon the phenomenon under study, the range of potential consequences that results from action/interaction, and assists to systematically relate conditions, actions/interactions, and consequences to a phenomenon. (Strauss & Corbin, 1990, cité dans Shreiber et Stern, 2001, p. 134)

La matrice aide à réfléchir et expliquer des variations dans les comportements et les phénomènes humains, donc à rendre compte de l'action au sein de situations complexes comportant des conséquences et impact à divers niveaux. Strauss et Corbin parlent de matrice conditionnelle et conséquentielle ; les conditions et conséquences dites macro pour ces auteurs sont celles qui sont larges en termes de portée et d'impact possible, alors que celles micro le seront de façon étroite (Strauss & Corbin, 2004, p. 221). À cet effet, une dimension systémique importante s'est ajoutée à ma matrice centrale alors qu'elle a aidé à y intégrer des indicateurs complémentaires au niveau macro. Cela a initié une collaboration importante pour la recherche que j'expliquerai dans le prochain chapitre. Les schéma et diagrammes se sont ajoutés à cet outil et furent tout aussi déterminants pour ma recherche.

***Le schéma et le diagramme.*** L'utilisation du schéma permet de positionner des catégories importantes et intégrer des représentations abstraites liées aux données (Strauss & Corbin, 2004, p. 254). Il peut contenir des lignes et des flèches et s'imposer avec une certaine logique qui devient évidente. L'action de passer en revue et trier les mémos développés en cours d'étude permet de voir les idées d'intégration qu'ils contiennent et qui peuvent être disposées dans un schéma (Strauss & Corbin, 2004, p. 291). Ces schémas font partie d'un registre pour la suite des activités d'analyse et contiennent une réserve d'idées importantes. On peut les trier par catégories et au moment de peaufiner la théorie, les passer en revue pour en voir la cohérence interne et la logique liée à la théorie émergente (Idem). Si le mémo du scénario (en lien avec l'objet d'étude) et les schémas sont clairs, la cohérence et la logique vont suivre. Cependant, si lors de la rédaction le chercheur ressent que quelque chose n'est pas tout à fait juste ou a besoin d'être clarifié, il peut utiliser de nouveaux schémas et revoir les mémos (Strauss & Corbin, 2004, p. 194). Il peut commencer avec la catégorie centrale définie en fonction de ses propriétés et dimensions et par le schéma en exposer les points d'ancrages selon les données.

En ce sens, le diagramme peut servir à clarifier les connections entre la catégorie centrale et les autres catégories. L'analyste intègre les catégories pertinentes en un diagramme intégrateur qui permet de lier

certaines catégories avec d'autres, afin de former une théorie substantive de l'action (Clarke, 2004, in Charmaz, 2006 p. 61). C'est le rôle que les schémas et diagrammes ont joué dans ma recherche. Ils ont aidé à intégrer des éléments qui pouvaient sembler disparates découlant de l'analyse des données pour trouver le sens qui les relie. Ils sont devenus sophistiqués dans l'analyse de variation de la phase avancée pour mener à un schéma final illustrant le modèle théorique et appliqué dans son ensemble et de façon détaillée.

### **3.3.5 Analyse statistique**

Dans la phase préparatoire du questionnaire, le chercheur peut décider comment seront analysées les données quantitatives ayant pour fonction de tester les résultats qualitatifs de la première phase d'analyse (Creswell & Plano Clark, 2011, p. 236). Il peut utiliser des statistiques descriptives pour déterminer la prévalence relative, ou encore l'importance de différentes dimensions : ce qui fut prédominant dans ma recherche. L'analyse quantitative peut comprendre des inférences statistiques afin de tester des relations entre des variables si les résultats qualitatifs pointent en ce sens, ce qui n'était pas nécessaire dans la phase quantitative de mon étude. En fait, des inférences peuvent être faites à chaque étape d'analyse (qualitative et quantitative) avec les méthodes mixtes. L'interprétation peut mener à des conclusions, inférences ou méta-inférences incluant une interprétation plus large (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 236), ce qui est plus près de cette étude. Des échelles de Likert furent utilisées et interprétées en fonction des choix de réponses offerts dans la majorité des questions. L'interprétation pouvait porter sur la catégorie la plus élevée (ex. degré d'importance) ou les deux premières catégories combinées sur une échelle de quatre items par exemple.

Des statistiques sont compilées à partir des réponses fournies par les répondants pour chaque question du questionnaire au sein même de l'outil Survey Monkey. En consultation avec les deux spécialistes en statistique, j'ai examiné ces résultats et transférés en tableaux selon les besoins d'analyse. Ces tableaux organisent et résument les données selon des opérations statistiques descriptives selon le nombre de répondants pour chaque question, exposant des mesures telles la moyenne, médiane et mode. La majorité des données sont décrites selon leur distribution ou leur dispersion à partir des scores obtenus, liés aux concepts mesurés au niveau nominal ou ordinal. Ce qui renseigne sur la variabilité au sein des données (Bernard, 2000, cité dans Schwandt, 2001, p. 56-57). Les mesures nominales portent sur des catégories ou les caractéristiques qui n'ont pas de sens au niveau numérique ou selon leur ordre d'apparition (Idem). Les mesures ordinales sont des catégories qui comprennent un certain ordre et font en sorte qu'un nombre

peut être assigné à chaque catégorie (Idem). La fréquence des réponses est importante entre ces catégories (Nardi, 2006, p. 3). La distribution des réponses apparaissant surtout en fonction d'échelles telles Likert, des nombres ou pourcentages rattachés aux résultats permettent de voir la prévalence de réponses. Les analyses sont descriptives en plus d'offrir des interprétations sous forme de constats en grande partie. Pour les réponses obtenues par les questions ouvertes, une analyse qualitative a pris place produisant des classifications, compilations et regroupements des données informant l'objet d'étude. Elles peuvent s'ajouter ou appuyer certaines données qualitatives obtenues dans la phase qualitative précédente ou apporter un sens nouveau. Ceci, s'inscrivant dans la méthodologie de la TE tel qu'adopté pour cette étude.

### **3.3.6 Analyse intégrée dans la méthode mixte de recherche**

L'intégration des données dans le design exploratoire séquentielle pour les méthodes mixtes en recherche demande au chercheur de décider comment la deuxième phase d'analyse peut bâtir sur ce qui fut appris avec la première phase (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 218). Certains diront que la quantification dans le cadre d'un paradigme positiviste est essentielle pour une enquête rigoureuse. D'autres diront qu'aucune description ne peut être complète sans une compréhension qualitative du sens subjectif que les acteurs sociaux portent aux phénomènes et aux interactions sociales (Saks & Allsop, 2007, p. 19 citant Glassner & Morenon, 1989). Pour Saks et Alltop ces arguments sont plus idéologiques que pratiques. Ils ne recommandent qu'aucune des approches soit vue comme supérieure à l'autre, les deux pouvant servir un but particulier (2007, p. 19). Ceci est d'ailleurs privilégié dans la perspective pragmatique qui priorise une réponse aux questions de recherche. Il n'est pas nécessaire de voir une séparation ou une dichotomie entre les méthodes de recherche qualitatives et quantitatives (Cresswell & Plano Clark, 2011). La tendance est de choisir une des deux comme étant plus prédominante et d'où seront dérivées les données. En ce qui concerne la méthode mixte de type séquentiel exploratoire, la dimension qualitative tend à prendre préséance sur la dimension quantitative comme c'est le cas dans cette recherche (Idem). D'ailleurs, pour Strauss et Corbin (2004) la construction véritable d'une théorie demande de penser en termes d'interaction entre les méthodes qualitatives et quantitatives. Ils décrivent à titre d'exemple, la forme que peut prendre l'interaction entre des données d'analyse qualitatives provenant d'entrevues et des analyses statistiques :

Des matériaux provenant des interviewés sont susceptibles d'être remplacés par des analyses statistiques, et inversement, des données statistiques sont probablement en partie analysées qualitativement. Toutefois, le point plus opérationnel consiste en ce que la récolte des données et l'analyse puissent être entreprises dans les deux registres, et dans des combinaisons diverses, pendant toutes les phases du processus de recherche. (Strauss & Corbin, 2004, p. 54)



Ce sera lors de l'assemblage des données des deux phases de recherche que le tout allait être intégré, donc au chapitre six de cette thèse qui présente le modèle théorique et appliqué. Les frontières entre le constructivisme et le post-positivisme furent prises en compte bien que dans la pratique ces frontières peuvent paraître floues (Saks & Allsop, 2007, p. 18). Le chapitre sept reprend en conclusion comment l'intégration de ces paradigmes contribuent à l'objet d'étude précis. En ce sens, les deux types de données (qualitatives et quantitatives) étaient en interaction pour la construction de la théorie finale. Dans ce type d'intégration, on suggère que des citations des sujets d'enquête soient utilisées, ou que l'argumentaire soit supporté par des analyses statistiques.<sup>64</sup> Une analyse de contenu des données qualitatives fournies par les réponses au questionnaire a pris place. En plus d'un regroupement et d'une classification en fonction d'angles choisis afin de continuer à comprendre certains éléments liés à l'objet d'étude ou au modèle émergent. La connaissance générée de part et d'autre des méthodes sur les mêmes éléments a produit une compréhension croisée du phénomène.

### **3.4 Biais du chercheur au niveau méthodologique**

En recherche sociale, Benoît Gauthier (2009) parle de la nécessité pour le chercheur d'exercer vigilance et modestie pour toute méthodologie utilisée. Il doit en reconnaître les embûches et limites et proposer des façons de les contrer dit-il, mettant en garde contre un excès de confiance en soi et des instruments utilisés pouvant être imparfaits car l'objectivité est impossible. Je rejoins ce plaidoyer et énonce qu'en adoptant un positionnement épistémologique à prédominance constructiviste et certainement intersubjectiviste,<sup>65</sup> je suis consciente de la difficulté et de l'impossibilité de rendre compte de la totalité

---

<sup>64</sup> Les données peuvent être jointes et interprétées ensemble et un tableau peut aider à se faire, notamment selon les thèmes ayant émergés des données qualitatives, ou encore avec des tableaux montrant des convergences et des divergences entre les deux types de données. Des catégories ou des items quantitatifs avec des nombres associés peuvent être ajoutés à l'argumentaire selon Creswell & Plano Clark (2011). Il peut y avoir présentation d'un cas en soi, comprenant des statistiques et des explications qualitatives. Une transformation des données qualitatives et quantitatives combinées est aussi possible. Dans ce cas, le chercheur transformera un des types de données en l'autre et il est plus facile de transformer les données qualitatives en données quantitatives selon Biber et Leavy (2006 in Creswell et Plano Clark, 2011, p. 228). Les thèmes et les codes se voient réduits en une information numérique comme des catégories comprenant des dichotomies ou une binarité. Le problème sera la façon de quantifier les données. Cela peut être fait en comptant la fréquence des thèmes, voire compter si un code ou un thème est présent pour chaque participant. Ou encore de vérifier le pourcentage des thèmes au total qui sont associés au phénomène (Creswell et Plano Clark, 2011, p. 232).

<sup>65</sup> L'intersubjectivisme réfère à la perception et compréhension de la réalité qui devient interreliée dans le lien entre divers sujets (au niveau interpersonnel). Dans le cadre de cette recherche on peut identifier trois niveaux

de la réalité. J'en offre un découpage et surtout demeure vigilante et modeste face à la *perspective dialectique* qui en regard des méthodes mixtes reconnaît que différents paradigmes peuvent amener des idées et arguments contradictoires (Green & Caracelli, 1997, cité dans Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 45). J'ai eu un souci de garder une distance saine à titre de chercheure examinant comment la connaissance était co-créée et m'interrogeant sur les limites des instruments de mesure choisis pour bien en délimiter la portée et contribution particulière dans le cadre de cette étude.

Deux éléments ont apporté une dimension d'hybridité à la recherche : le fait qu'était déjà prévu le choix d'administrer un questionnaire en ligne pour la deuxième étape de recherche avec la méthode mixte et le fait que je n'avais pas prévu que la TE deviendrait centrale suivant l'émergence des propositions théoriques, d'où le besoin d'échantillonnage théorique menant à une analyse de textes et au traitement d'observations plus poussées. La littérature scientifique reconnaît et permet ces dimensions hybrides et j'ai tenté de refléter ce qui est en interface entre les différentes méthodologies que j'ai utilisées, dans ce chapitre et qui se poursuivra dans le prochain en fonction de la démarche et choix du chercheur.

Les aspects suivants renforcent la validité finale de mes résultats de recherche doctorale : la réflexivité continue ; une source diversifiée de données (questionnaire, entrevues, observations, documents) et le fait que la perspective intersubjectiviste et constructiviste a été centrale au développement de ma recherche tant théoriquement que méthodologiquement. J'ai de plus suivi les recommandations suivantes sur la validité au niveau qualitatif (Yardley, 2000) : l'importance d'être conscient de la façon dont prend place ma relation comme chercheur avec les participants, dont en regard de l'équilibre de pouvoir entre nous et comment cela affecte la collecte des données et donc le sens ; être sensible au contexte socio-culturel plus large entourant l'étude et la façon dont les influences suivantes sont en interaction avec les identités, croyances et comportements des participants, ainsi que moi-même comme chercheure : normatives, idéologiques, religieuses, historiques, linguistiques et socio-économiques ; garder une sensibilité continue au contexte de recherche ; démontrer un engagement et une rigueur envers celle-ci, en plus d'une transparence et cohérence et ; prendre conscience de l'impact et de l'importance de la connaissance produite. Encore ici, répondre à certaines questions aident.

**Comment est-ce que je me sens à propos du travail à faire pour cette recherche ?** Le voyage en Israël-Palestine m'apportait une certaine trépidation, n'y étant jamais allée auparavant. De plus, la région

---

d'intersubjectivisme : 1. Entre les écouteurs et les écoutés (invités aux sessions d'écoute) ; 2. Entre les participants à l'étude et moi-même comme chercheur ; 3. Entre moi et les autres chercheurs nommés dans cette étude.

m'apparaissait être instable et dangereuse. Ma familiarité avec le conflit n'étant pas si grande somme toutes, je me demandais si je possédais la base nécessaire pour bien atteindre les objectifs de la recherche, malgré le fait que mon focus n'était pas sur le contenu précis des éléments et dynamiques de ce conflit en lui-même. Ce qui m'a réconforté est le fait que j'allais faire partie d'un groupe donc je n'allais pas être seule. De plus, je serais au sein d'une initiative déjà éprouvée sur le terrain et entre les mains d'organisatrices familières avec l'endroit. Après tout, ce qui m'intéressait était d'étudier l'EC utilisée par TCLP, que ce soit en Israël-Palestine ou dans n'importe quel autre endroit conflictuel géopolitiquement, voire pour faciliter la transformation de conflits dans la vie de tous les jours comme approche.

**Quel est ma relation avec les participants à la recherche ?** J'ai garde une impression d'une relation positive comme co-déléguées avec les participants à la délégation de 2010 bien que je n'aie pas gardé de liens avec eux sauf avec Leah Green pour m'aider à fournir la liste des participants du questionnaire en ligne. Ceci, délimitant bien mon rôle de chercheur devenu prédominant devant celui aditionnel de participante durant la délégation. J'ai adopté la même approche avec les répondants au questionnaire. Le seul lien avec les facilitatrices à l'ÉC fut d'assister à quelques appels conférence téléphoniques donnant des nouvelles sur TCLP (trois ou quatre en plusieurs années). J'ai volontairement gardé des liens de distance tout au long de la recherche avec ce réseau aussi pour délimiter mon rôle de chercheur. Ceci, sauf avec Andrea Cohen qui fut mon mentor pour l'obtention de la certification à l'ÉC pour une durée d'un an (2012). Notre lien était exclusif à ce contexte. J'ai refusé de mettre ma bibliographie sur le site internet de TCLP pour aussi privilégier le rôle et statut de chercheur jusqu'à l'obtention du doctorat.

**Est-ce que j'ai de l'empathie pour les participants et leur expérience ?** J'ai une empathie similaire avec les participants, ni plus ni moins grande, qu'avec toute personne que je rencontre dans ma vie. J'ai écrit dans un mémo (dans le chapitre précédent) que je n'étais ni juive, ni arabe ou musulmane, et pas non plus américaine : ce qui amenait une certaine distance avec la grande majorité des délégués de la délégation de 2010 à ce niveau. Ceci dit, cela peut m'enlever une certaine sensibilité à une ou l'autre de ces identités importantes par rapport aux identités principales en jeu dans le conflit Israël-Palestine. Par contre, en particulier pour compenser mes limites initiales dans la compréhension de la complexité du conflit, j'ai porté une très grande attention pour bien comprendre toutes les personnes incluses dans cette délégation, sans jugement et à l'affût de divers angles explicatifs sur ce que j'observais tant par rapport aux écoutés qu'aux écouteurs. J'exerçais certes mon rôle d'observatrice et d'étudiante-chercheure et prenait des notes sur mes observations. À titre d'étudiante-chercheure lors des entrevues, du pré-test et

de l'administration du questionnaire j'ai aussi gardé une approche professionnelle et axée sur la tâche, consciente de mon rôle et stature de chercheur. J'ai bien pris en compte les conseils d'amélioration du questionnaire lors du pré-test mais utilisant mon jugement quant aux choix finaux les concernant.

***Biais quant aux instruments de mesures.*** J'ai tenté de refléter du mieux possible dans ce troisième chapitre ce qui a sous-tendu mes choix d'instruments de mesure et certaines limites inhérentes. En voici d'autres.

### **1. Entrevues semi-dirigées**

Les questions du gabarit de base sont des pistes exploratoires et la question la plus importante pour moi fut la première portant sur l'expérience en général. Les autres étaient secondaires dans mon esprit. Comme l'objet d'étude porte en partie sur les expériences, cela convenait bien. Les autres questions exploratoires étaient liées à mes intuitions ainsi qu'à une certaine curiosité et intérêts de ma part à en savoir davantage : donc en soi elles étaient biaisées là où un autre chercheur en aurait eu des différentes selon ses intérêts et curiosité. Ceci dit, ce biais est lié à des objectifs à atteindre pour cette recherche, ce qui en va de toute démarche qualitative semblable. Car avoir des balises pour l'entrevue avec ces questions me convenait bien pour donner une structure minimale au contexte chargé dans lequel j'allais me retrouver, celui de la délégation. Ces questions ont de plus apporté des résultats porteurs, donc il en va de la recherche et une réflexivité sur ces résultats et sur le modèle émergent est commentée à la fin des prochains chapitres en fonction de critères de validité et fiabilité. Ce qui encadre l'étude selon ces aspects de vérification.

### **2. Observation participante**

Le désir d'aller sur le terrain et de laisser se dévoiler des éléments de réponses à mes questions, mais aussi de nouvelles questions, rejoint un besoin important non seulement d'un point de vue de la recherche scientifique, mais aussi dans le domaine de la construction de la paix. Le chercheur Daniel Bar-Tal, psychologue social, chercheur et enseignant à l'Université de Tel-Aviv en Israël soulève l'importance pour le domaine de la psychologie sociale d'observer les situations réelles dans le contexte même où prennent place les comportements dans ce domaine :

Studying social behaviour in real life contexts is essential, not only to return social psychology to its roots, but also to ensure that our contributions are both theoretically rich and socially valuable. Observation of real life situations is essential if we want to advance our understanding of how individuals and collectives behave. It is argued that social psychology

should strive towards equilibrium between natural and experimental approaches, between personal and contextual emphases and between micro and macro perspectives. (Bar-Tal, 2004, p. 677)

Mon directeur de thèse m'a suggéré des façons d'envisager l'interdépendance entre mes différents rôles en regard de cette recherche : étudiante-chercheuse, observatrice, participante, facilitatrice et qui je suis fondamentalement (et qui unit et donne congruence à ces rôles sommes toutes). Il y a donc une part de chaque rôle qui est unique et une autre qui est en interaction avec les autres, tel des anneaux olympiques qui sont interreliés (l'image que nous utilisons). Ma tâche fut de déceler ces zones et d'apprendre comment les gérer, ce sur quoi j'ai porté une attention fine. Encore une fois, les mémos ont aidé à la réflexion et une certaine déformation professionnelle rattachée à des fonctions professionnelles qui m'on amenée dans ma carrière à développer les capacités d'être en lien avec un sujet, tout en recueillant de l'information dont en mode de méta-analyse (donc avec distance et dans un mode d'observation) pour ensuite documenter des détails, faire des rapports, etc. Ceci notamment dans les fonctions d'enquêteur pour des situations d'abus chez les enfants et à titre de planificatrice de services sociaux et de santé comme personne pivot auprès de divers acteurs clé tels directeurs d'hôpitaux et d'organismes communautaires, des groupes d'intercession des droits et autres. Cela demandait de voir ce qui se déroulait et où j'avais une part active dans les décisions pouvant affecter et contribuer une série d'éléments en interrelation les unes avec les autres. J'ai de plu mené, coordonné et participé à un grand nombre d'études sur le terrain produisant des données, dont des entrevues auprès de clientèles ciblées. Ce qui a aussi affilé mes habiletés de chercheurs tout en menant en parallèle divers rôles, activités et intérêts. À la question : *Suis-je de l'intérieur ou de l'extérieur du champ d'étude ?* J'ai répondu dans un mémo que je suis de l'intérieur dans mon rôle de facilitatrice de l'ÉC, mais que ce rôle a été mis sur la glace le temps de terminer mes études. Je demeure en dehors des activités courantes de TCLP (courriels, rencontres, etc.). Le rôle prédominant et central dans ma vie en lien avec ces différents rôles est définitivement celui de chercheur. C'est ma priorité et même dans l'adaptation de certains éléments de l'approche de l'ÉC dans ma pratique clinique au niveau professionnel pour apprendre sur leurs tenants et aboutissants, ainsi que limites dans ce contexte se situant en parallèle de celui de chercheur mais informant tout de même la dimension appliquée de ma recherche.

### **3. Analyse documentaire**

Les points forts dans l'utilisation de documents pour la recherche est notamment l'authenticité (Saks & Allsop, 2013, p. 72) car dans le cas de cette recherche il s'agit d'analyser ls explications, réflexions et démarches mêmes des pionnières pour expliquer l'approche de l'ÉC : ses origines, les raisons de son développement, l'utilisation sur le terrain et le curriculum. L'ouvrage de Cohen publié en 2011 portant

sur la méthode de l'ÉC et son curriculum est arrivé à point car il reprenait les enseignements de base pour la méthode. Il s'agissait donc d'un point de référence centrale pour l'étude. Une autre force est la flexibilité (Saks & Allsop, 2013, p. 73) car j'ai pu utiliser ces écrits à ma guise et au moment opportun à l'instar d'autres méthodes qui ont un début et une fin en regard du lien avec les participants. Bien entendu, la façon d'en analyser le contenu et de le classer selon les besoins de la recherche demeurent liés à mes choix, avec toutes les forces et les limites de ma perspective et de mes biais comme chercheur mais dont j'explique les raisons pour ce faire, la façon et les résultats de l'analyse documentaire dans le prochain chapitre

#### **4. Questionnaire en ligne**

J'ai énoncé des avantages pour le questionnaire en ligne comme instrument de mesure tels l'accessibilité pour les participants s'ils sont à l'aise avec les ordinateurs, l'économie de temps qui s'y ajoute alors qu'ils peuvent remplir le questionnaire plutôt que moi qui aurais dû sinon les contacter pour les interviewer et le coût pour les raisons ci-haut énoncées. Par contre, un des problèmes avec les questionnaires en ligne est que le courriel d'invitation peut être perçu comme de la publicité non sollicitée et le récepteur ne va pas en prendre compte ; il peut y avoir un accès inégal dépendant du type d'ordinateur (vitesse, programmes, etc.) que possèdent les répondants ainsi que leur capacité d'utiliser la technologie.<sup>66</sup> Mais au-delà de ces limites il y a celle qui fait en sorte que le contact humain pendant la collecte des données comme telles n'est pas là. Elle peut l'être lors du recrutement si le chercheur parle aux répondants par téléphone. Les courriels demeurent un échange écrit et non verbal. Des problèmes d'échantillonnage sont une limite importante en marketing par exemple. Dans mon cas, l'échantillonnage complet pouvait être cerné avec tous les anciens délégués de TCLP de 1998 à 2015. Le problème allait être une liste incomplète des coordonnées de tous ces participants atteignant le nombre d'environ 600 en principe et où en bout de compte près de 90 furent impliqués avec les entrevues, pré-test et répondants au questionnaire en tant que tel (n=60).

---

<sup>66</sup> Cette information provient des auteurs Joel R. Evans and Anil Mathur Zarb School of Business, Hofstra University, Hempstead, New York: The value of online surveys, consulté le 18 mai 2018 à 16h34: [UShttps://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/j.1083-6101.2005.tb00259.x](https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/j.1083-6101.2005.tb00259.x).

## CHAPITRE 4. Résultats d'analyse de la phase qualitative de la recherche

La figure 4 démontre les résultats obtenus pour la phase qualitative de la recherche selon les phases d'analyse initiale, axiale et avancée de la TE. Chacune est caractérisée par deux étapes centrales auxquelles sont associés deux produits d'analyse chacune (A-B).

Étapes et produits d'analyse pour les trois phases d'analyse de la TE	
ÉTAPES D'ANALYSE	PRODUITS D'ANALYSE
<b>PHASE INITIALE</b>	
Étape 1 : Analyse des entrevues	A. Thèmes centraux et catégories associées B. Processus 1 : Continuum des défis et facilitateurs à l'ÉC
Étape 2 : Analyse de texte et traitement des observations	A. Tableau : Prédilection, motivation et action dans l'EC à partir des écrits des pionnières associées à TCLP B. Propositions théoriques (hypothèses de travail)
<b>PHASE AXIALE</b>	
Étape 3 : Émergence de la théorie	A. Matrice structurelle conditionnelle à quatre dimensions : Variables et indicateurs de l'ÉC; Processus 2 : Réponse du cœur au sein des indicateurs (processus 2); Le Tout : dimension systémique émergente; Conséquences synergétiques entre vices et vertus. B. Ébauche d'un Guide et outils : <i>Le Tic Tac Toe de la paix</i>
Étape 4 : Sensibilisation théorique grandissante	A. Questions de recherche additionnelles et raffinement des hypothèses B. Schéma conceptuel avancé : Interface entre les notions d'écosystème, paix, mieux-être et spiritualité en lien avec l'objet d'étude
<b>PHASE AVANCÉE</b>	
Étape 5 : Catégorie centrale et analyse de la variation	A. Catégorie centrale : Un processus social de base B. Analyse de la variation : Processus 3
Étape 6 : Assembler et expliquer la théorie	A. Saturation théorique grandissante (sera complété avec l'écriture finale au chapitre six) B. Échantillonnage théorique pour la phase quantitative de recherche

**Figure 4** : Résultats d'analyse de la phase qualitative de la recherche selon les phases d'analyse de la théorie enracinée

Ce chapitre présente la progression de l'analyse des données selon la figure 4, sachant que bien qu'il montre des étapes linéaires, multiples opérations et analyses les entourent, d'où un complément d'analyse au besoin en annexe, auquel le lecteur sera dirigé dans le texte. En résumé, l'analyse des entrevues dans la **phase initiale** a mené à l'identification de quatre thèmes centraux et une catégorie associée à chacun, qui a été suivie de l'exposition d'un processus à partir de patrons au sein des données. Afin de répondre

à des questions de recherche non suffisamment répondues dans les entrevues, est ensuite présentée une analyse de texte et le traitement d'observations. Cette première phase initiale d'analyse a fait émerger trois propositions théoriques servant d'ancrage pour la **phase axiale** suivante, accompagnée de figures, matrices et schémas. De nouvelles questions de recherche sont apparues en cours d'analyse et les propositions théoriques se sont raffinées. Enfin, la **phase avancée** d'analyse a permis un resserrement plus ciblé du modèle émergeant avec l'identification de la catégorie centrale et d'un processus social de base permettant une analyse de variation entre trois stages définissant les contours du modèle théorique et appliqué émergeant. Une saturation théorique (Charmaz, 2006) a mené au choix de contenu du questionnaire pour la phase quantitative suivante de la recherche mixte. Le chapitre se termine avec un regard sur la vérification et les biais du chercheur en ce qui la concerne.

## **4.1 Résultats de la phase initiale d'analyse**

Cette section présente les deux grandes étapes de la phase initiale d'analyse avec ses deux produits d'analyse chacune.

### **4.1.1 Étape 1 : Analyse des entrevues**

Les entrevues furent analysées selon les étapes prescrites pour la recherche phénoménologique en psychologie selon Langdrige (2011, p. 110-111) et exposées dans le chapitre 3 précédent. Cette méthode rappelons-nous a migrer vers la TE avec l'émergence d'hypothèses de travail que nous verrons plus loin. Les réponses des quatorze répondants aux entrevue pour chacune des six questions du gabarit de base furent regroupées et analysées individuellement. Ces questions étaient exploratoires et les réponses à ce niveau allaient aider à mieux comprendre le phénomène à l'étude. Cette façon de procéder est permise et chaque question devient alors un élément à analyser en soi (Idem). Les thèmes communs découlant de cette analyse furent énumérés et ordonnés de façon plus analytique pour produire une liste de quatorze thèmes récurrents porteurs de sens (voir l'annexe E). Quatre thèmes centraux et une dimension propre associée à chacun (apparues spontanément) furent identifiés à partir de cette liste suivant un regroupement de thèmes communs et/ou connexes. Les données d'entrevue furent regroupées à nouveau sous ces quatre thèmes, ce qui a eu pour effet d'amener des directions analytiques pouvant être



synthétisées et expliquées par des segments de données plus larges. Faisant émerger des dimensions, concepts et catégories plus apparents (Charmaz, 2006, p.57).<sup>67</sup> Allons y voir de plus près.

### **Produit d'analyse A (étape 1) – Thèmes centraux et dimensions associées**

Les quatre thèmes centraux et dimensions associées découlant de l'analyse des entrevues sont : 1. L'application des techniques liées à la méthode de l'ÉC et ses défis : Autoréflexivité. 2. Une dimension du cœur profonde à l'œuvre et des effets physiologiques : Connexion profonde. 3. L'impact d'entendre l'histoire personnelle de l'autre et les formes d'identités : Humanité commune. 4. L'impact de cette méthode au niveau personnel et sa portée pour la construction de la paix : Transformation. Il m'est apparu ensuite que les deux premiers thèmes reflètent l'expérience et les deux derniers la notion de transformation. Précisons que j'utilise autant l'anglais - langue original des réponses des entrevues - que le français en traduction libre pour rendre compte des résultats et une limpidité du texte et de sa lecture.

#### **Thème 1 : L'application des techniques liées à la méthode de l'ÉC et ses défis : Autoréflexivité**

Le premier thème est *la mise en application des méthodes de l'ÉC et ses défis* et la dimension associée est *l'autoréflexivité*. Les réponses associées à ce premier thème viennent en grande partie de la première question d'entrevue : « *Can you describe to me in as much details you can, your experience (receiving/giving) compassion with the compassionate listening method ?* », laquelle était suivie par d'autres questions demandant de préciser ou donner des renseignements supplémentaires sur les réponses des répondants aux entrevues. Les répondants étaient invités à décrire l'expérience de procurer de la compassion avec la méthode de l'ÉC et ont témoigné de défis en termes d'obstacles et des éléments facilitateurs liés à cette expérience.

La notion d'autoréflexivité comme dimension associée ne fut pas nommée comme telle par les participants mais reflétée au centre de leurs réponses et sert à illustrer une catégorie importante émergente de l'analyse des données. L'autoréflexivité est vue dans le dictionnaire comme <sup>68</sup> : « *reflecting one's own*

---

<sup>67</sup> À mon avis cette étape a fait partie du codage ciblé (Charmaz 2006, p. 57 citant Glaser 1978) lequel figure dans le stage initial d'analyse, où les codes deviennent plus dirigés, sélectifs et conceptuels que ceux relevés par une analyse mot-par-mot, ligne par ligne ou incident par incident.

<sup>68</sup> Il s'agit d'une définition consultée le 26 avril 15:04 : <http://www.dictionary.com/browse/self-reflexive>.

*self, having an image or reflection of one's self*» et ce processus implique le sujet qui devient observateur de sa propre prise de conscience sur ce qui prend place autour de lui et en lui. Ce qui s'arrime avec la compétence de base de l'ÉC qui est de développer le « témoin juste » (*fair witness*), c'est-à-dire cultiver l'habileté de l'exploration de soi-même et de sa capacité de soutenir la complexité et l'ambiguïté au cœur des conflits. On reconnaît ici l'importance de la pensée critique où il ne s'agit pas seulement de procurer de la compassion mais aussi un travail important sur reconnaître et contenir des « déclencheurs » (à la colère, la peur, etc.) et suspendre son jugement envers l'autre afin de demeurer connecté à l'autre et l'écouter pleinement (Cohen, 2011). C'est avec cette distance que la personne peut aussi faire preuve de pensée critique, étant moins propice à réagir et en position d'observateur, d'où cette pensée critique qui s'installe en cours de sessions d'écoute.

Dans une publicité sur la formation à l'ÉC de TCLP on indique que cette compétence demande de maintenir un processus d'exploration de soi afin d'augmenter la conscience ou un éveil à ce niveau et discerner la voix de la sagesse profonde de l'endroit intérieur où « on se parle à soi-même ». C'est en grande partie une forme de rapport de cette autoréflexivité qui sous-tend les réponses des participants à cette question, sous forme de défis et d'obstacles à la pratique comme telle mais aussi de réalisations importantes sur eux-mêmes, les autres et le conflit.

Le défi le plus souvent mentionné par les répondants est celui de ne pas porter de jugement envers l'invité lors des sessions d'écoute : ce qui nuit à procurer une écoute véritable. D'où le besoin de trouver des façons de contrer ces jugements pour laisser place à l'écoute avec compassion : « *Sort of recognizing the judgments that I'm making and sort of letting those go. And sometimes if that isn't enough to open my heart, then I sort of try to identify some of the feelings and values in what the person is saying to me* »<sup>69</sup>. Ce répondant reflète en fin de citation un des exercices phare de la formation à l'ÉC qui est de tenter de faire la distinction entre ce qui relève des faits, des sentiments et des valeurs dans ce que l'autre partage. Ce défi est bien illustré par un autre répondant cité ici-bas, dans la tâche ultime qui est de procurer de la compassion quel que soit le contexte et particulièrement lors d'un conflit :

I think the hardest time I had was... What I did was try to look at him and tried to... I looked at some of the values he had. I thought about, well this is a man who feels very deeply about his country. He feels very deeply about the people he is protecting here. He feels very deeply loyal. I

---

<sup>69</sup> Pour les fins de cette thèse je ne nomme pas les participants aux entrevues par un chiffre (ex. participant no. 1) ou un nom fictif pour garder la confidentialité (ex. Linda) associé aux citations. Des extraits d'entrevues des 14 participants se retrouvent dans les trois prochains chapitres.

just tried to think of all the values that I could admire about him to help me hear what he was saying because I didn't agree with what he was saying at all and that was one of the hardest one. So I tried to recognize his values and then his feelings too. I mean, when he talked about his being in the concentration camps, even though he didn't... I don't think he was really going to sort of a feeling level, he was sort of more telling us a few facts, I still could feel some compassion for that because I could imagine how it felt for him.

Pour plusieurs, assurer une écoute et procurer de la compassion au niveau du cœur demande de s'éloigner des pièges de la pensée rationnelle, là où les jugements peuvent se former. Un participant explique sa prise de conscience pour y arriver :

When I hear somebody speak, my brain automatically goes to: Well, what do I think about this person? Is this person telling the truth? Is this person making things up? Do they have an agenda? All of those things that kind of get in the way of me fully listening to them. Because if I'm thinking about whether I like them or not or whether I approve of what they're doing or not, it gets in the way of my hearing what they have to say. So that's how judgments kind of get in the way of me listening because then I'm assuming things about them that are in my head. They're not things that come from the person. The judgments I make are not information that comes from the person, it's information that comes from my own head.

Des répondants indiquent que le focus requis devant ce type de défi est de ne pas analyser les mots et les arguments qui sont dits ; de ne même pas analyser ce qu'on ressent comme tel et seulement d'essayer de continuer à écouter avec compassion même si on est en désaccord avec ce que la personne dit. Ajoutant que cela ne veut pas dire que l'on approuve ce que l'autre dit ou ce qu'il fait, mais que l'on tente de voir une part de vérité dans chaque côté du conflit. Ce qui s'arrime en fait avec la compétence de base d'écouter avec le cœur pour cette approche<sup>70</sup>. Savoir si l'invité est sincère ou non bloque en soi le sentiment de compassion selon une répondante. Le défi devient de voir si l'invité parle vraiment du fond du cœur, c'est-à-dire avec authenticité. Une stratégie pour y faire face est de demeurer connecté avec cette personne avec le cœur :

I think I had to go deep inside myself when we were listening to (confidential name). The one who is the social activist for settlers. I had to go really deep in myself to get to the point where I appreciated her. The sincerity with which she's following what she believed was an ideal, even though I disagree with that ideal, she was very faithful to it. And so I appreciated that and the fact that she was willing to talk to all of us and I appreciated the sincerity of the settler, that young

---

<sup>70</sup> À titre de rappel, la compétence de base d'écouter avec le cœur selon le Guide de Cohen est (traduction libre) : Écouter avec le cœur demande de calmer la pensée (« mental »), pour être pleinement présent aux autres pendant l'écoute et chercher avec sincérité à connaître qui ils sont et ce qu'ils valorisent, ainsi qu'apprendre à partir de leurs expériences et leur perspective. Ceci afin que de nouvelles possibilités s'ouvrent pour une compréhension plus profonde, passant d'un changement de focus, de la pensée (« mental ») vers l'essence énergétique même de notre être.

mother, she was a beautiful human being. So I felt I could be compassionate towards them as people, although what they believe to me is close to insanity, as far as my understanding of reality.

Trouver ce point de connexion avec un invité dont on ne se sent pas proche et/ou qui est sur la défensive et/ou centré sur une idéologie particulière fut un défi commun chez les participants aux entretiens. Distinguer à savoir si l'invité parle à partir du cœur ou de la tête était un défi additionnel :

Sometimes giving compassion is challenging, you know, if someone is very defensive or is very kind of stuck in a certain place, stuck in their head or stuck on ideology or something, it becomes more challenging to go to that place of compassion and extend it... They're not making room for the others and so they're speaking in a way that is very much in their head and not in their heart.

Pour la majorité des participants aux entretiens, une prise de conscience et discernement en cours de pratique de l'ÉC fut de réaliser jusqu'à quel point le cœur est ouvert chez l'écouté autant que chez soi-même comme écouteur. Certains ont décidé de moments (pendant les sessions d'écoute) où ils voulaient procurer de la compassion et d'autres non, notamment face à des invités ayant des positions idéologiques très différentes des leurs. Se sentant en opposition avec l'idéologie de l'invité a mené une répondante à consciemment choisir qu'au-delà de procurer de la compassion comme tel, elle allait essayer de l'écouter par curiosité. D'autres exemples de la sorte m'ont menée à croire qu'un certain « calibrage » du degré d'ouverture accordé à l'autre peut prendre place selon un choix conscient - bien qu'une fermeture à l'autre puisse se faire de façon semi-consciente ou inconsciente.

Comme la tâche première est de tenter de connecter avec le cœur, les participants deviennent donc plus conscients à la fois des défis et obstacles et aussi de ce qui facilite cette tâche. Ils en viennent à développer des trucs et un certain entendement leur permettant de rester connecté à l'autre, surtout lorsque vient la période d'échange suivant le témoignage des invités. C'est le moment où entre en jeu la compétence de parler avec le cœur.<sup>71</sup> Pour certains cette tâche fut aussi complexe que celle d'écouter avec le cœur mais peut permettre d'ouvrir un dialogue malgré les défis et obstacles vécus dans l'effort de conserver une écoute profonde avec compassion.

---

<sup>71</sup> À titre de rappel, la compétence de base de parler avec le cœur selon le Guide de Cohen (2011) est (traduction libre) : Parler avec le cœur est de chercher à accéder notre vérité profonde, celle près de notre cœur et de la communiquer. Cela veut aussi dire que le langage qui est utilisé envers l'autre reflète une intention de guérison plutôt que de jugement ou de blâme, ce qui déclenche les défenses personnelles. L'information recherchée vient d'une curiosité sincère plutôt que de désapprouver le point de vue de l'autre. Cela demande de recadrer les problèmes vers l'essentiel au cœur des besoins et sentiments sous-jacents au conflit, ainsi que de donner voix à ce qui fait sens et vérité, en fonction de promouvoir la guérison des blessures en lien avec le conflit.

Dans cette compétence de base, il est demandé aux écouteurs de refléter auprès de l'invité ce qu'ils ont décelé comme étant très important pour lui ou elle ; de demander des clarifications sur ce qu'ils ont compris à ce niveau ; de leur offrir la possibilité de continuer à approfondir ce qui est le plus important en lien avec leur vécu et histoire. Ceci est fait afin d'aller à un niveau encore plus profond, le but étant d'être de service pour cet invité plus que pour soi-même. Les éléments facilitateurs pour cette tâche selon les participants aux entrevues furent regroupés sous les sous-catégories de prédispositions, d'éléments facilitateurs avant de prendre la parole et pendant la prise de parole. Les prédispositions menant à parler avec le cœur sont (traduction libre des propos des interviewés) : Penser qu'on est là pour l'autre et bien s'identifier à la personne, à quelque niveau d'identité et de connexion que ce soit, ce qui est toujours la porte d'entrée pour un échange plus véritable ; Mettre un frein à la planification mentale de ce que les invités allaient dire et s'en remettre à la sagesse et l'intelligence du cœur ; Se centrer, juste respirer, n'avoir à l'esprit que le fait qu'on veut communiquer parce qu'on est préoccupé par le bien-être de l'autre.

Les éléments clé avant de 'parler avec le cœur' pour s'adresser à l'invité selon les interviewés sont : Être entièrement de service à l'invité et ne pas poser de questions ou formuler des commentaires pour « s'entendre parler », ou pour élaborer nos positions et opinions sur ce qui a été dit ou en lien avec le conflit ; Ne pas juste dire n'importe quoi de façon spontanée, mais bien penser avant de dire quoi que ce soit ; Ne pas poser de questions quand on ne ressent pas beaucoup de connexion avec l'invité, car cela pourrait sembler faux ou encore une façon d'éviter le conflit et finalement ; Il est préférable de se taire si on ne veut pas se trouver à confronter l'invité.

Les éléments facilitateurs pendant la prise de parole visant à « parler avec le cœur », toujours selon eux sont : Ne pas poser de questions sur les faits comme tels en partant, mais d'aller directement à des choses plus près du cœur ; Exprimer d'abord quelque chose en lien avec la compassion qu'on a ressenti pour la personne, par exemple, lui dire qu'on est désolé de ce qu'il ou elle a à vivre et que l'on reconnaît sa peine et sa souffrance ; Ne pas penser à la question qu'on veut poser, mais plutôt axer notre attention sur ce qu'on veut communiquer, comme sur les sentiments (positifs ou négatifs) qui nous habitent et ensuite, laisser les mots venir d'eux-mêmes car on constate que c'est « toujours les bons mots » ; Partager avec son cœur ce que l'invité a fait vibrer chez-soi ; Ralentir le rythme de la parole face à l'invité, car on a constaté qu'en parlant trop vite on ne disait pas la bonne chose.

Il va s'en dire que lors des sessions d'écoute, la situation est exceptionnelle : une vingtaine d'écouteurs se trouvent devant l'invité et en principe lui procurent compassion et écoute profonde. Il est rare dans la

vie de se retrouver dans une telle position, autant pour les écouteurs que pour les écoutés. Des invités ont partagé avoir ressenti l'amour, la compassion et la bienveillance dégagés devant eux. Ceci à travers les regards des écouteurs, leur manière d'être et les questions qu'ils posaient. À titre d'exemple, une des sessions les plus difficiles pour plusieurs délégués fut celle auprès d'une activiste juive, coordonnatrice des placements de colons dans des maisons et logements habités par des palestiniens, lesquels se sont fait évincés de force sans avis et souvent durant la nuit. La session comprenait une forte charge émotive dans le propos et les écouteurs demeuraient attentifs malgré ceci. Il s'agissait de la deuxième session d'écoute de la délégation en Israël-Palestine de 2010. Les questions posées suivant le témoignage de cette invitée étaient déjà plus près de ce qui est prescrit que la veille lors de la première session d'écoute qui avait été suivie d'une session de suivi le lendemain matin pour donner des indices de ce qui est favorable selon l'approche de l'ÉC.

Tout ceci pour dire que cette invitée controversée pour plusieurs à cette session d'écoute a envoyé un courriel à Leah Green le lendemain de la session pour dire combien elle avait apprécié la rencontre et que les participants avaient posé de très bonnes questions. Il m'a semblé ici que l'effet de compassion cité ci-haut des vingt personnes qui dégagent une compassion et une écoute attentive malgré les difficultés à se faire, a été un facteur positif et porteur.

Un autre exemple de rétroaction vient du coordonnateur du projet *Sulhita Youth* qui œuvre pour la paix dans la région. Il est venu témoigner en compagnie de plusieurs jeunes israéliens et palestiniens faisant partie de ce groupe, lesquels ont aussi partagé sur leur vécu et histoire personnelle. Il s'agissait de la première session d'écoute de la délégation de 2010. L'organisateur a envoyé le message suivant intitulé *Gratitude from Sulhita Youth Project* à Leah Green le lendemain de la session d'écoute :

Dear compassionate listeners, in the name of Sulhita youth leaders and many more youth participants who have been and will be in our Sulhita meetings, we would like to thank you from the depth of our hearts for the experience with you. You gave us a great feeling of being listened to. At this time, it's so hard to find someone to listen to you and to really be interested in who you are and how you feel. Sometimes our work can be so hard and exhausting, especially when the conflict and the violence is getting stronger... sometimes we feel so alone. Your compassionate being was very energizing for all of us... we all went out full with vital energies and hope, with many ideas of more that can we do... you can't imagine. I am excited to thank you for this. With love from us, Elad Vezana, Sulhita Youth Coordinator.

Voyons maintenant de plus près une dimension profonde du 'cœur' à l'œuvre et sa portée ayant généré plusieurs données d'analyse.

## **Thème 2. Une dimension profonde du cœur à l'œuvre et des effets physiologiques : Connexion profonde**

Le deuxième thème central de l'analyse des entrevues est *une dimension du cœur profonde à l'œuvre avec l'écoute compassionnelle et des effets physiologiques*. La dimension associée est *la connexion profonde*. La compilation des réponses provient en grande partie de questions posées sur les effets physiologiques découlant de l'action de procurer de la compassion (et écoute compassionnelle) qui étaient demandées à des moments opportuns en cours d'entrevue. Les données ont été classées sous trois catégories : des caractéristiques associées à ces effets physiologiques ; l'impact et l'action résultant de cette dimension physiologique ressentie, pour soi, envers l'autre et le groupe et ; une très grande réciprocité avec l'autre (ressentie au niveau physiologique). Une dimension expérientielle en lien avec ressentir et procurer de la compassion et connecter avec le cœur est au centre des réponses.

Plusieurs participants aux entrevues ont témoigné de l'importance de la façon et moyen de « connecter encore plus profondément » en cours de session avec l'invité, dans l'effort d'atteindre ce qui est au « cœur » (*core*) de la personne. Plusieurs ont témoigné d'une forme de signal d'alarme à l'intérieur d'eux leur indiquant s'ils ne faisaient pas assez preuve de compassion et d'en venir à pouvoir reconnaître si leur cœur était ouvert ou non, assez ou non, etc. Des effets physiologiques rattachés à des niveaux d'ouverture et de fermeture les renseignait à cet effet : « *When I feel compassionate, it's sort of a physical feeling. My heart feels open. I feel relaxed. I don't feel tense. I don't have a knot in my stomach. So I feel like I'm sort of being a better listener if my heart feels open* ». Cet impact d'un plus grand calme et paix intérieure a été mentionnés à plusieurs reprises. Un mieux-être prenait place lorsque les barrières à la connexion s'estompaient graduellement et qu'ils atteignaient un certain niveau de connexion plus profond. Ainsi, une des expressions les plus communes dans les entrevues fut *l'action de connecter (to connect)*, présentée selon les participants comme étant à la fois une tâche, un défi et une technique rattachée à l'expérience de procurer de la compassion.

À mon avis, « l'action de connecter » dont avec le cœur, est la plus près de pouvoir expliquer ce qu'est la compassion en regard de la mise en pratique de cette méthode. J'ai réalisé et noté dans un mémo que les facilitatrices à l'ÉC utilisent très peu le mot « compassion » dans la formation, lors de la délégation et ne la définissent pas. Elles parlent d'écoute compassionnelle (*compassionate listening*) comme approche mais elles vont plutôt référer au « cœur » (*the heart*) plutôt qu'à la compassion. Les expressions d'écouter avec le cœur, parler avec le cœur, ouvrir son cœur, connecter avec le cœur, etc. sont omniprésentes et souvent accompagnées d'un geste de la main sur le cœur (plexus solaire). Comme si la

compassion est quelque chose qui doit être vécu et cela passe par le cœur. Notons qu'avec cette approche aucune pression est mise sur les participants de devoir « performer » dans cette tâche. Chacun expérimente comme il peut et veut cette dimension du « cœur ». Les écueils et difficultés sont partagés dans les sessions de suivi sans juger, sachant qu'il s'agit d'un défi pour tous. La pratique de l'écoute avec compassion est vue comme la métaphore d'un « muscle qui doit être exercé », cultivé. Un autoapprentissage dont Lucy témoigne en regard des effets physiologiques afférents :

I experienced that when I give it (compassion) that it seems to create a positive feeling in me and also the person to whom I extended the compassion. And also to create some kind of bond that there is a connection which is deeper than just knowing details or knowing facts. But sometimes giving the compassion is challenging: to go to that place of compassion and extend it.

À ma demande de spécifier en quoi constitue le défi dans ce cas précis, on voit dans sa réponse comment le « modèle du cœur » de TCLP est décliné dans la pratique :

Well, we all put up defense mechanisms. We put up walls and sometimes those walls are rigid thought processes or a wall around our heart, you know, like someone's been... If they have a deeply wounded heart and want to defend it and so they don't want to express emotion per se, or their emotion is very focused in only one direction. It doesn't make room, they're not making room for the others and so it's easy when someone is speaking in a way that is defensive, when they're speaking in a way that is very much in their head and not in their heart. And especially if they're speaking words that are loaded or words that are just narrow. The automatic reaction of the listener is to want to respond in like manner, you know... It's like: "This person's not making room for others, maybe they're not making room for me. Maybe I can't really trust them, why would I want to open up my heart? Why would I want to make room for them?" You know, because they're not open. So that's the challenge, that feeling and that, you know?

C'est ici que survient à son avis le défi principal mentionné par d'autres qui est de « simplement essayer de continuer à procurer de la compassion et de connecter ». Car disent certains, même si on ne comprend pas la personne et que nous ne sommes pas d'accord avec ce qu'elle dit ; même si elle nous bouleverse sans nécessairement que l'on sache pourquoi, ou peut-être le sait-on exactement dira une répondante, le défi est :

The challenge is to remain focused on them and trying to understand their heart, their feelings, and their values: anything that we do have in common. To find where the point is in all that they're saying that is beyond their rationale and is at a deeper level? And so sometimes it's hard to hear and find that place.

Une participante aux entrevues dira avoir trouvé cet « endroit » une ou deux fois lors des sessions d'écoute où elle faisait l'expérience d'obstacles importants en tentant de procurer de la compassion aux invités. Notamment lorsqu'une palestinienne racontait son histoire familiale où les gens de son peuple se



sont retrouvés dans un camp palestinien pour plus d'une génération. Elle expose des étapes pour y arriver dans la partie de la session suivant le témoignage et où les délégués peuvent poser des questions. Elle explique qu'alors qu'elle voulait dire quelque chose de façon spontanée, elle s'est arrêtée, et s'est dit qu'elle ne devait pas penser à la question à poser, mais plutôt penser à ses sentiments et ce qu'elle voulait refléter à l'autre. La réaction suivante s'est produite et elle en explique l'impact sur elle :

Words just came and they were the right words. Often if I talk too quick I'll say the wrong words or if I decide what I want to say I'm not in direct communication, I'm practicing my little speech. This method opened up, and in most cases even with the person I disagreed with: I was with them. I felt like we had an active line because I was there looking at them, not thinking of me and how I wanted to sound, but I was looking at them and trying to say the words that they could hear. And when I did that, I found two things occurred: I was able to connect with people even if I didn't agree with everything they said. I could feel and hear where they were coming from, which meant from there (there could have been) a dialogue.

À ma demande à savoir comment elle savait qu'elle avait procuré de la compassion :

It just happened and I could feel it. I could feel an invisible connection, as if there was like...there was like a tingling on the back of my neck. I could look at their eyes and I could see our eyes together. It's an indescribable feeling, but I knew I connected... I think the connection is from their eyes to my eyes, it's like if there's a string that's attaching us.

Je lui demande alors d'expliquer comment cela « fonctionne », quel est le processus « d'être avec la personne » en ce moment de connexion et elle répond :

When I say I was with her: I completely understood her at that moment even if I didn't agree. That didn't mean I was with her in the sense that we both had the same goals for life. It was that I connected with where they were coming from and I saw no badness, no evil in it, even if I disagreed. So when I'm with someone there was a possibility, I believe, of opening discussion to shift where they're coming from, where I'm coming from, but I believe you can't shift another person into that opening. If I'm coming from: "I'm right and you're wrong and I'm going to tell you the error of your ways". I could feel, but that's why I have no idea if the conversation got longer where we would go. Because I don't have this intellectual discourse planned, I've got that connection and when this opens I'll just know where to go with it.

Ce genre de « moment », déclic et réalisations dans la connexion profonde avec des invités sont accompagnés pour plusieurs participants d'effets physiologiques tels que sentir un calme s'installer en soi, se sentir mieux : « Feels calming, it always feels calming » ; « Calming and better... it feel like a healthy energy in me, as opposed to a tight knot in me ». Plusieurs mentionnent qu'en situation de défi au moment de l'écoute ils ont volontairement tenté d'influencer cette dimension physiologique des façons suivantes : se calmer, respirer, avoir un mantra, ne vouloir montrer à l'autre qu'une chose et qui est une

préoccupation et soin (*care*) envers lui ou elle. On note dans ces actions, le choix conscient de cheminer vers la connexion (avec le cœur) en prenant des moyens et travaillant sur sa motivation pour atteindre ce but pendant l'action en cours de session d'écoute. La connexion avec l'autre ne se fait pas seulement au niveau des sentiments, mais aussi au niveau des idées selon un répondant, l'important étant de : « Looking at the other person and connecting ». Un contact des yeux est mentionné par plusieurs dans cette expérience et connexion, bien que ce ne fut pas mentionné ou discuté dans la formation et les sessions de suivi de TCLP durant la délégation.

La volonté et la capacité de connexion avec l'autre varie selon les participants. Pour une déléguée d'origine arabe, reconnaître et expérimenter sa capacité de connecter avec une invitée en particulier faisant état d'une idéologie très éloignée de ses valeurs, l'a menée à la réalisation de ne pas pouvoir le faire dans certaines situations et avec certaines personnes. Cette prise de conscience lui a permis d'éviter des conflits et plutôt de choisir l'authenticité et le respect de soi et se tourner vers des éléments positifs :

Because I so disagreed, I chose not to ask (a guest speaker) a question. I chose not to ask her a question because when I centered myself and looked at her, I realized I was not able at that time to connect and that I would have either been smiling and been agreeable to avoid conflict or I would have been confrontational and I didn't want to do either. But I chose to talk to (another guest speaker in the same listening session) and ask her a question because I saw that she truly in her heart, wanted also the best for her children and wanted to create a better place.

Des participants aux entrevues ont dit avoir reconnu que le sentiment de non connexion fut ressenti au niveau « viscéral » à l'intérieur d'eux et lié à des sentiments de colère, de dégoût et autres affections négatives. Ils disent avoir appris à reconnaître ces signes physiques/physiologiques progressivement en cours de délégation pour développer ce qui peut apparaître comme une forme de compas intérieur du niveau de compassion et de connexion qu'ils ressentaient, mais surtout du niveau de restreinte des émotions négatives qu'ils devaient faire preuve pour contenir ces affections négatives. Ils le feront notamment en respirant et en reconnaissant les éléments déclencheurs les ayant amenés à se sentir ainsi.

Il va s'en dire que la formation et apprentissage à l'ÉC porte sur l'identification et la reconnaissance de ce type de déclencheurs et des façons de diminuer l'impact de sa réactivité face à l'autre lorsque « déclenché » (*triggered*). Les participants témoignent de l'expérience de la prise de conscience de leur état psycho-physiologique à ce niveau: « I knew (I was compassionate) because I felt a warmth in my heart, and it's a whole different thing than feeling in my gut »; « When I feel compassionate, it's sort of a physical feeling. My heart feels open. I feel relaxed. I don't feel tense. I don't have a knot in my stomach. So I kind of feel like I'm sort of being a better listener if my heart feels open ». Cet endroit des viscères

(*gut*), dans la région de l'estomac est mentionné à deux occasions en plus de tensions dans le cou. Notons qu'une répondante ne s'est pas sentie à l'aise de répondre à la question portant sur les effets physiologiques, ce qui fut respecté.<sup>72</sup> Les répondants ont utilisé à plusieurs reprises la notion de profondeur (*deep*) associée aux mots « cœur » (*heart*) et « connexion » (*connection*). À ma demande, une personne élabore sur ce « niveau plus profond » :

For me the deeper level means a couple of things. It definitely means the heart because wounds of the heart are emotional wounds or emotional neglect. So, there that place that's in them, of courage which seems to be encouraged. And so I think it's like that, like connecting on that part level of where's the place where you've loved, where the person has loved and they've shown courage rather than fear. Where they've opened up rather than shutting down and to try to draw that out or encourage that or speak life into that area. I don't know how well I did in some to the sessions.

Un délégué associe l'expérience de procurer de la compassion et de l'ÉC avec un cheminement personnel débuté quelques années auparavant, faisant référence à cette dimension profonde :

Well the thought that comes to mind is to start with awakening from a dream state, half consciousness last night, in the middle of the night and for the first time, consciously in my life I felt a connection with what occurred to me at the time to call the path of the peaceful warrior. And I attributed in part to many years of work that I've done and my interest in, ever since being a young adult, in a kind of an intuitive sense of another dimension of human relationship that was necessary. And I'd heard the words peaceful warrior before. Compassionate listening is a new concept for me. I've been through schooling to talk about listening and being an active listener, but this particular process that we have been exposed to and so stressing the heart and then an underlying level below that even, in support of that even something far greater. I referred to it the other morning in our group as each of us potentially, possibly being an entry point for what I call a lighted universe, others might call the Tao, the Way, the Hand of God, the eyes and ears, that somehow we as humans are uniquely, in our experience anyway, equipped to bring compassion or to let the other forms of human reaction into the room.

La prochaine section poursuit sur le thème de transformations personnelles en lien avec l'expérience de la pratique de l'ÉC et la participation à la délégation de TCLP.

### ***Thèmes rattachés à la transformation en lien avec l'écoute compassionnelle***

---

<sup>72</sup> Au niveau clinique, liée à cette difficulté dont je soupçonnais la source, fut à demi dévoilée par cette co-déléguée. Elle référerait notamment à des blessures d'enfance se voyant transformées dans l'expérience de la délégation. J'avais l'impression à ce moment-là que l'entrevue pouvait avoir joué un certain rôle dans l'espace pour accueillir ce malaise et une qualité d'écoute manifestée à ce moment de l'entrevue l'avait peut-être amenée à s'ouvrir sur ces souffrances, partagées lors de la session de suivi en groupe à la fin de la journée suivante et où elle semblait libérée d'un certain fardeau (ma perception).

### **Thème 3 : L'impact d'entendre l'histoire personnelle de l'autre et les formes d'identité : Humanité commune**

Le plus grand nombre de réponses reçues lors des entrevues portent sur l'impact d'entendre l'histoire des invités sur les délégués, qui devient alors un autre thème central qui est l'impact d'entendre l'histoire personnelle de l'autre et les formes d'identité, avec comme dimension associée, *l'humanité commune*. Cette notion d'humanité commune fut une notion récurrente dans les propos des participants aux entrevues. Elle est en lien avec la quatrième question exploratoire d'entrevue et en est venue à s'imposer comme catégorie : *Have you experienced a moment, impression or experience per se, of your human identity (from our common human identity), becoming more important than other dimensions of your identity (ex. religious, political, economic), during receiving/giving compassion (listening sessions) ?* Dans le cas d'une réponse positive, suivaient les questions: « If yes, was there a trigger for that? If so, explain. How does it happen? How does it feel like? What's the process? When did it (the trigger) happened ? Why ? ». Les réponses à cette question et sous-questions d'entrevue montrent que pour une participante aux entrevues, vivre avec ce niveau de conscience (d'une humanité commune) est présent en tout temps chez-elle. Une autre a mentionné cet état de fait chez elle avant même que je pose la question. Pour les autres, la question portait à confusion dans le sens où ils n'avaient jamais pensé au fait d'avoir une identité humaine commune, au-delà d'autres facteurs identitaires tels l'ethnie, le genre, la religion, la classe économique ou autres. Quand ils y réfléchissaient, ils pouvaient en général associer ce type de lien (identité commune) avec les mêmes éléments énoncés par les répondantes ci-haut qui le faisaient de façon plus automatique. Un mémo rédigé suivant l'analyse de cette question fait part de mes surprises comme chercheur du fait que ceux pouvant répondre facilement à cette question la comprenaient bien au moment même où je la posais. Ils partageaient y avoir déjà réfléchi et en avoir reconnu l'importance et la portée, voir l'avoir intégrée comme valeur centrale dans leur vie. Pour ceux et celles moins familiers, en y réfléchissant, ils pouvaient montrer une reconnaissance à cette idée découlant d'une résonance au niveau expérientiel. La relecture de ce mémo plusieurs mois plus tard m'a fait voir qu'entourant la texture et teneur de leurs réponses semblaient être le désir de conserver la qualité du lien à l'autre de façon plus expérientielle que rationnelle. J'y indiquais qu'une certaine « énergie », voire « grâce »<sup>73</sup> semblait en jeu dans la qualité du lien à l'autre. La dimension qualitative

---

<sup>73</sup> Le mot énergie est compris dans le sens commun de quelque chose d'énergétique en jeu, une certaine vigueur, force, puissance. En ce qui a trait à la notion de grâce, une dimension de mystère, positif et bienveillant qui est plus transcendante semble être en jeu. Cette notion sera vue de plus près plus loin dans le quatrième chapitre.

du lien à l'autre a trouvé une place importante dans cette phase qualitative de la recherche comme nous verrons plus loin.

Pour la majorité des répondants, le déclencheur d'une humanité commune avec un ou des invités fut d'entendre leur histoire personnelle lors des sessions d'écoute. À ce moment-là, le déclic le plus répandu est lié à un sous-facteur identitaire commun et celui le plus souvent mentionné est celui d'être un parent ou grands-parents. La connexion se fait dans la reconnaissance des mêmes désirs et besoins, dont un désir de sécurité et de bonheur pouvant être universels envers ses enfants et petits-enfants. Des détails sont pour certains à la source de cette expérience d'humanité commune et de connexion. Ce fut le cas, par exemple, d'une personne interviewée qui se disait à « des antipodes idéologiques » avec une invitée mais qui a tout de même pu connectée avec elle lorsque cette invitée expliquait les raisons l'ayant amenée à quitter la banlieue de Jérusalem pour venir s'installer au centre-ville. Il s'agit de la même source de motivation qui a mené cette déléguée à prendre une telle décision lorsqu'elle avait le même âge que l'invitée, bien que venant de pays et cultures différentes. C'est à ce moment-là qu'elle dit avoir connecté et être devenue plus ouverte envers le témoignage de cette invitée, jusqu'à même pouvoir entendre ses positions idéologiques.

Plusieurs participants aux entrevues ont de plus souligné la connexion ressentie avec le rôle de parent et de fils d'un invité faisant partie d'un regroupement politique vu initialement comme « ennemi », mais où la session d'écoute a apporté une toute nouvelle perspective, voyant cet invité lutter pour assurer des soins de santé à son père vieillissant et très malade. Ainsi qu'à titre de père comme tel au moment où on est venu l'arrêter pour le mettre en prison. Cet invité a pu expliquer les sources de son idéologie de façon aussi à rendre compte des défis quotidiens amenant à certaines actions. Ce qui rendait concrète la lutte pour des besoins de base de sa communauté et de sa famille.

D'autres déclencheurs importants mentionnés par les participants qui les ont menés vers un sentiment d'humanité commune avec un ou des invités des sessions d'écoute sont : le désir d'aider et d'être de service en lien avec les difficultés rencontrées par l'invité et une dimension morale prenant préséance en faveur de l'invité, malgré leur appartenance et identité religieuse. Qui pour certains était jusque-là était centrale et s'est vue recadrée par un sentiment d'injustice sur ce que vivait des invités. Une prise de conscience au niveau moral fut donc un déclencheur, notamment pour un délégué, anciennement militaire et d'appartenance religieuse juive, qui voit un militaire israélien traiter avec ce qu'il voit comme étant injuste des citoyens palestiniens. Pour lui, ce soldat est là en principe pour les protéger et le voyant

faire le contraire, cela l'a mené dans son cheminement en cours de la délégation à mettre la justice sociale comme valeur plus importante que l'appartenance religieuse.

D'un autre côté, l'utilisation d'images violentes associées à la lutte palestinienne (apparaissant comme victime dans le conflit) peintes sur les murs d'une organisation palestinienne où se déroulaient une rencontre avec un groupe de réfugiés, ont initialement amenées un délégué à être très mal à l'aise et suivant la rencontre se sentir plus à l'aise dans la reconnaissance des efforts de normalisation de la vie des enfants de cette communauté à travers des activités artistiques, se disant lui-même artiste. Pouvoir contenir la complexité et l'ambiguïté de la situation (lié à la compétence de base de l'ÉC du « *fair witness* ») fut certes souvent en jeu et utile, comme dans ce cas-ci pour garder une ouverture. L'impact le plus répandu dans la réalisation de cette identité humaine commune pour la majorité fut une diminution des préjugés envers l'autre/l'invité et la majorité associent au déclic ou changement (*shift*) une dimension du cœur très importante à l'oeuvre.

Ces déclics ont procuré des effets au niveau physiologique tels que pleurer, ressentir une souffrance pour l'autre, sentir le cœur qui s'adoucit (*softening of the heart*) et une tension physique qui diminue, dont à l'estomac. En bout de ligne, la majorité voient cette dimension d'identité humaine commune comme étant centrale dans l'ÉC et cette question du gabarit de base m'a montré la force de la narration. Entendre les invités raconter des histoires personnelles, vécu et espoirs en lien avec le conflit fut révélateur pour plusieurs, dont cette déléguée :

Well the first thing that comes to mind is last night with (guest speaker), she is a settler and she told us her journey from being in an extremist group, Jewish group that wanted to kill Arabs and transfer them to other Arab countries, kill Palestinians... She talked about that and her transition... transformation to engaging with Palestinians, meeting them, sharing experiences, going to weddings. Just an amazing transformation. And I simply said to her it was an honour to be with her, to listen to her. And I was just so impressed with what she has done, the work she continues to do and the bravery that she has doing that. And then she asked me where I was from and I told her and told her my name and she gave me this big hug, really warm and thanked me. And also, I never thought I would tell an Israeli settler it was an honour to meet them and to hear their story. I just... not that I thought about it, I just never imagined. So it was very transformative within myself.

Le groupe a passé une journée dans un camp de réfugiés palestinien et les délégués intéressés sont demeurés chez une famille pour le repas du soir et pour la nuit. Ce fut pour plusieurs une expérience marquante du voyage, ce que Pace a aussi constaté pour les délégations en 2000 et 2002. Cette expérience a permis de mieux connaître les membres de la famille, son histoire et vécu et de vivre dans leur milieu et conditions de vie. Des indices révélateurs dans l'environnement où prennent place les

sessions d'écoute ajoutent de plus une couche d'information supplémentaire aux témoignages. Qu'il s'agisse d'une visite à l'intérieur d'un kibboutz, ou d'un centre communautaire palestinien au cœur d'une zone conflictuelle dans la ville de Hébron; ou encore dans la maison d'une famille menacée d'être évincée à tout moment (et où au sortir de cette maison nous avons été menacés par des jets de pierre par des enfants de l'autre camp, ce qui a causé tout un émoi chez des délégués voulant protéger le groupe); ou encore dans un hôtel tout près d'où une flottille en mer voulant apporter des biens et médicaments à Gaza s'est vue arrêtée par la garde côtière israélienne (bien qu'en zone de mer internationale) et dont l'incident s'est soldé par des décès pouvant faire surgir une troisième *intifada* (révolte palestinienne).

Bref, des éléments concrets liés au contexte géopolitique et quotidiens dans cette région ajoutent à l'apprentissage et la compréhension sur le conflit et les témoignages. Concluons ce thème en mentionnant une participante aux entrevues qui affirme qu'une fois que l'on commence à écouter les différents points de vue et les histoires personnelles, on commence à voir à la fois l'humanité et l'humanisme chez les personnes.

#### **Thème 4 : L'impact transformationnel de cette méthode au niveau personnel et sa portée pour la construction de la paix : Transformation**

L'impact transformationnel de cette méthode au niveau personnel et sa portée pour la construction de la paix, est un autre thème central découlant de l'analyse. La dimension associée à celle-ci est la transformation. L'analyse des réponses à la question : What has been the impact of the compassionate listening method on you (until now) ? Pouvant être suivie par : Did it transform you or heal you, a fourni une classification qui s'est fait rapidement et naturellement sous trois catégories : la transformation ; la sagesse (implicite) et le discernement et ; l'impact à long-terme. La méthode de l'ÉC a eu un impact important sur tous les répondants sauf une personne qui affirmait ne pas être encore capable d'en mesurer l'impact. Des réponses sur l'impact au niveau personnel vont comme suit: « Life changing, that powerful »; « I changed a lot following this experience »; « Made me deal with things in a completely different way »; « I can make my heart open or fell open more easily »; « Feel like I'm a better listener ». Pour une participante, le processus de l'ÉC met une nette emphase sur le cœur et des niveaux sous-jacents encore plus profonds, soutenant « quelque chose d'encore plus grand » dit-elle. D'autres affirment avoir été exposés à une force divine et qu'à titre d'humains nous sommes outillés au niveau expérientiel à apporter de la compassion et à laisser prendre place diverses réactions humaines dans nos contacts avec les autres, même si elles ne sont pas habituelles en lien avec notre vécu.

Pour certains, cette expérience a fait réaliser les racines de la violence et des comportements destructeurs et disent avoir compris comment on en vient à s'identifier avec nos propres blessures. Une personne entre autres dit avoir pris conscience de blessures liées à une forme d'identité qui « lui avait collé à la peau » jusqu'à cette expérience. Pour une déléguée, l'impact de cette expérience l'a amenée à porter attention au positif, ce qui fut très libérateur pour elle. Une autre témoigne d'une certaine expansion de la conscience l'amenant à chercher et à trouver chez les invités des sessions d'écoute « cet endroit dans le cœur qui est courageux, expansif, ouvert, englobant, qui connecte avec l'endroit où ils ont aimé, où ils ont choisi le courage plutôt que la peur et où ils se sont ouverts plutôt que refermer sur eux-mêmes ». Ce qui fut aussi transformationnel pour des répondants est l'espace de rencontre créé avec les sessions d'écoute.

Un répondant indique qu'il y régnait une ambiance permettant à chacun d'être entièrement soi-même et dans un état et une prédisposition de présence et d'amour face à l'autre. Cela éloigne de règles et d'analyses apprises pour laisser l'invité partager et être à un endroit où il ne peut que recevoir et connecter indique-t-il, ajoutant :

We don't often create space and time for important things and listening is one of them. We don't really do it very well. We don't create the space and time because we're always so busy. Yes, I realized it's very important to create the time for listening. And the importance of it being focused on the person who's speaking and not reactive of like, 'Oh I have something to prove in this situation'. Or, 'I've got to say something smart', or say whatever and you know we always, we tidbit thinking... 'what am I gonna say', and we're not even paying attention to what the other person is saying, is the way we normally create... And so creating that focus on the person who's speaking in an unhurried, undistracted listening.

Les répondants ont vécu les transformations personnelles suivantes en lien avec le conflit dans la région visitée: « My emotion about the conflict changed, even though the situation is kind of a difficult one. The emotion that I'd had was sort of frustration and anger; that emotion changed to sort of acceptance and joy»; « I was much more stiff and stubborn on issues related to the conflict before this experience»; « I have less automatic or reactive, negative responses than before linked with the conflict »; « There's the initial reaction that says, 'I disagree with this,' and 'I'd like to tell him or her what I think.' But then with the compassionate listening training, you say: 'Okay, acknowledge the story first and tell about how you understand it, then phrase the problem on the question in a way that brings them to think about the other »; « I feel I have less prejudices about one or more sides of the conflict »; « I feel this is different hearing things that have been difficult to hear from one side of the conflict. I'm able to hear them in a new way and I am so grateful to be able to set aside my own perspective»; « When I heard one of the



sides speaking, I have felt defensive for the other side and felt it viscerally, in my gut. But things changed and I gained some perspective and did not feel things as viscerally toward one side during the experience. I'm able to hear this side in a new way, with my heart »; « I'd never seen it then lift to the next level, which was to change it from victim to creator; from prosecutor, persecutor to challenger and from rescuer to coach»; « It became easier to use 'I' statements to express what my thoughts and feelings are and claiming them, as before I was more in 'you' kind of statements: 'You are the enemy. You are doing this and you are that' »; « I am able to hear one side in a new way and so grateful to set aside my own perspective. It's there but not getting in the way. So it's more comfortable physically to listen because I'm not putting up physical or emotional defences. It's a completely new experience for me ». Pour une déléguée, il s'agit d'une expérience complètement nouvelle pour elle après quatre voyages dans la région et où elle favorisait un côté du conflit avec ardeur. Elle manifeste beaucoup de gratitude pour la chance d'avoir vécu cette expérience où il en fut tout autrement.

Ces transformations peuvent trouver racine et avoir répondu à des éléments de motivation ayant amené les participants aux entrevues à participer à cette délégation de TCLP. Les réponses de la troisième question du gabarit de base: « What predisposed you to do this work (compassionate listening) in terms of heart and spirit? What motivated the action ? ». Les réponses à cette question exploratoire<sup>74</sup> a fourni des réponses individuelles et aussi communes sous ces dimensions :

**Une expérience précédente liée à l'ÉC** : Certains disent avoir planifié de participer à une délégation de TCLP des mois, voire des années avant de pouvoir matérialiser le voyage. D'autres diront qu'après avoir fait l'expérience de l'ÉC dans un atelier, ils ont voulu se joindre à une délégation. Le fait d'avoir été frappé(e) par la « vérité » de cette approche de l'écoute compassionnelle, de sa résonance avec soi et sa reconnaissance de quelque chose de très important a motivé plusieurs à vouloir en savoir plus sur cette approche.

---

<sup>74</sup> À titre de rappel, cette question étant associées globalement aux composantes du modèle de recherche sur l'amour compassionnel, voir les éléments de prédisposition, de motivation et d'action du *Kun Long (wa)* tibétain défini comme (traduction libre) « l'état d'esprit et de cœur, sa motivation au moment de l'action » (His Holiness the Dalai Lama, 1999). J'ai donc choisi de diviser les réponses reçues en lien avec ces trois éléments pour chaque sujet d'entrevue dans un tableau pour voir de façon globale, un reflet de leur prédisposition et motivation dans l'action en lien avec leurs motivations et prédispositions s'ayant vues actualisées. Cela allait me permettre de commencer à expérimenter avec ces notions pour mieux comprendre cet aspect exploratoire en lien avec l'objet d'étude, à partir de leur réalité. J'ai effectué cet exercice avec ouverture, sans attentes particulières au niveau des résultats.

**Une affiliation avec la région visitée ou le conflit :** L'affiliation avec la région et/ou le conflit dans cette région est identifiée au fait d'avoir des membres de sa famille qui sont liées au conflit et le désir d'en connaître plus sur ce dernier. Une personne dira qu'elle a des enfants et des petits-enfants liées avec cette région et veut qu'ils héritent d'un monde plus pacifique donc elle veut en savoir plus sur cette approche. Pour d'autres, l'opportunité de se rendre en Cisjordanie et rencontrer des gens de tous les côtés du conflit était la source de motivation la plus importante

**Des connaissances et/ou habiletés que l'on veut améliorer au niveau personnel ou en lien avec le conflit et la construction de la paix :** Le désir d'une plus grande connaissance du conflit dans la région est souvent associé par les participants avec l'amélioration d'habiletés en lien avec le conflit, notamment de pouvoir en parler d'une façon plus crédible en ayant vu la réalité sur le terrain. La rencontre de gens vivant le conflit directement les motive et ils veulent améliorer leurs habiletés d'être de meilleurs écouteurs et plus compatissants. Certains parlent du désir d'aimer les gens de façon plus grande sans avoir peur et de mieux connaître la situation au niveau du cœur.

Ceux et celles motivés à contribuer aux efforts de construction de la paix réfèrent au fait de vouloir apprendre de nouvelles façons d'agir pour créer un monde plus pacifique et voir comment les gens peuvent vraiment s'écouter et apprendre des uns et des autres, ainsi que trouver des liens (*bonds*) communs là où ils sont. D'autres témoignent de désirs d'apprentissage qui est offert par la possibilité d'engager une conversation avec les gens sur ce qui se passe dans la région visitée en lien avec le conflit sans être sur la défensive et par le fait même d'apprendre sur des façons de faire progresser les efforts de paix dans leur propre pays.

**Une réponse à un « appel » ou une destinée (à vivre cette expérience) :** Les réponses référant à un appel ou destinée s'inscrivent au cœur d'une quête car pour une personne, elle ne savait pas quoi faire avec ses propres sentiments concernant le monde qu'elle voyait autour d'elle, et dit avoir ressenti de la détresse et un certain désespoir. Elle a donc suivi un instinct et elle fut rapidement connectée avec ce groupe de délégués et prête à faire confiance à ce cheminement (*journey*). Une autre dira qu'elle a eu des signes de participer à une délégation et de venir dans la région visitée.

En ce qui a trait à la contribution de l'ÉC au sein du Spectrum des initiatives de construction de la paix, la question suivante a apporté des éléments de réponse : *How do you see the compassionate listening method fitting in the spectrum of initiatives for peace building and reconciliation ? What is its role ? Does it have a place ?* Tous les répondants ont trouvé essentielle l'ÉC dans le Spectrum des diverses initiatives pour la paix. Les commentaires à cet effet sont le fait que cette approche est vue comme « le

fondement sans lequel rien d'autre ne fonctionnera s'il n'y a pas l'écoute », ou « vitale et de base ». Pour une autre, il s'agit du « début du processus afin que les gens s'ouvrent d'une façon qu'ils puissent apprendre à se connaître et à comprendre l'histoire de l'autre mais que pour passer à l'action il faut dépasser juste la compassion ».

Certains diront de l'approche qu'elle est « très holistique dans le sens que le conflit est beaucoup plus que politique » et voient en elle « le pouvoir le plus important au monde, que tous savent comment faire et qui n'est pas compliqué ». Ce qui est expliqué comme suit: « What we have to do is to get into our heart intelligence, which leads us to want 'to want to connect to one another', because otherwise we'll just be extinct. It change our focus from self-destructive directions ». Une répondante identifie deux contributions particulières à cette méthode. D'abord elle permet d'être exposé à différents points de vue alors que la majorité s'entourent de gens avec qui ils sont d'accord et pointent du doigt les gens qui pensent différemment d'eux mais sans les connaître. Ensuite, elle encourage la réflexion intérieure et une responsabilisation sur ses réactions, qu'elle trouve important pour les gens de son pays : « In America, people are their reactions, that is their identity ; there is no difference between the person and the reactions ». Je demandais de plus le type de contribution que pouvait avoir cette méthode, le cas échéant, au niveaux politique, religieux et économique.

Le rôle de cette méthode au niveau politique est vu par une répondante comme pouvant changer le paradigme de la compétition vers la coopération et une position d'adversaire à une aide mutuelle. Elle explique ceci en indiquant qu'avec cette méthode les politiciens seraient en mesure de résoudre tout problème car ils seraient prêts à s'écouter les uns les autres, plutôt que de gagner des points personnels et montrer comment bons ils sont et de prendre avantage sur les autres. Ils pourraient ainsi être capable de prendre soin des gens qu'ils représentent dit-elle. Une autre affirme qu'il y a une place importante pour cette méthode en politique car elle favorise la conscience de soi, la responsabilité personnelle et des habiletés de communication afin de ne pas blâmer, condamner ou avoir des arguments inflammatoires, ajoutant : « People get tied up in stuff politically and they don't really act the way they really believe. They make decisions based on what they think will make something work, but not necessarily because they believe in it. » Une interviewéé résume l'orientation prescrite par l'ÉC: « With the intellect we can be brilliant, but it can be cold, calculating and nothing that's really going to benefit us as people, whereas the heart intelligence wants connection. That's "to other people". That's the big difference. » Cette nuance est centrale pour les efforts de paix à son avis.

Sur le plan religieux, une répondante dit que l'écoute compassionnelle fait réaliser qu'on a beaucoup en commun, dont les religions abrahamiques et que si seulement les gens pouvaient se taire et s'écouter, ils découvrirait leurs valeurs communes malgré des écritures et façons différentes d'exprimer les choses. Ce qu'une autre renchérit en mentionnant que la compassion est une valeur dans toutes les grandes religions mais qu'elle devient brouillée par la peur, dont identitaire : « Often the values are not front and center when a person feels their religion is being threatened or their identity in that religion is being threatened, then compassion kind of goes out the window ». Plusieurs répondants veulent intégrer à leur retour leur nouveau savoir et expérience sur la compassion et le conflit israélo-palestinien, dont au sein de leur lieu de culte et des groupes interreligieux auxquels ils participent. Un délégué émet un souhait à ce sujet:

My hope is to take people who have been kind of protecting themselves inside the church walls own little narrow space and getting them out to be in dialogue and to be building relationships with people that are very different from them, or different beliefs... that have a lot of anxieties or a lot of kind of myopic perspective, to open their heart a little bit. For me it's Christian-Muslim dialogue. Because a lot of conservative Christians are terrified of Muslims and so, to be able to create a dialogue, to be able to create a safe space where they can step outside that fear and realize that we don't need to be afraid of the people in the mosque across the street.

Au niveau économique, on répond que la méthode de l'ÉC peut aider à faire voir que si les gens ne sont pas prêts à souffrir pour les autres, ils pourraient tempérer leur avidité et penser à des façons plus justes de faire les choses. Ceci, de façon plus coopérative et en fonction de changer sa façon de voir les choses ajoute-t-on, afin de passer de l'impression et de l'attitude « qu'il n'y en a pas assez pour tous donc je dois essayer de prendre le plus possible », concluant : « None of us are gonna be free and content until all of us are. Compassionate listening is very much based on that idea that where one person goes all of us are going. It's like, there is no way to separate yourself from the rest of humanity really ». Un participant aux entrevues indique qu'il n'y a pas de façon digne d'occuper les occupés (palestiniens) ; pour lui c'est une question morale et économique. Son séjour dans le camp de réfugié palestinien lui a montré les difficultés d'accès à l'éducation, dont au niveau financier. Il s'est allié à d'autres délégués pour initier des projets d'aide au retour dans son pays à ce niveau. Pace a constaté le même type d'impact et a suggéré comme piste de recherche de l'explorer davantage. Avoir pu côtoyer les facilitatrices fait aussi partie d'éléments transformateurs :

From the first moment of meeting Leah on this trip and her countenance, others might call her presence, is the way she has of carrying herself which I attribute not to magic, although I think DNA is a contributor but...to a lot of years of doing this work and thinking through, unpacking, as they say in language now.

Faire partie du groupe de délégués fut mentionné par certains comme étant transformateur, dont l'élément le plus significatif pour un délégué. Il réfère au groupe comme étant une « communauté de connexion » et qui a fait en sorte qu'il n'était pas seul et qu'il faisait partie de ce qu'il appelle « l'instinct d'un mouvement vers les autres comme partie importante de ce qu'il peut être », ce qui comprend pour lui une responsabilité et habileté à répondre (au conflit, à sa transformation), ajoutant :

If I didn't have the compassionate listening training, I would have intellectualized the question (to a guest speaker) and it would not have been as effective... It's the training, but I also think it's the environment. I think it's the people I'm with. I came here conscious of my own resistances. I've been conscious of that for a large number of years. I left a career because I was angry all the time... or a significant part of the reason I left the career. (I) had the freedom to do that and I knew the anger was a form of resistance. So I came here conscious of my impediments and intuitively aware of steps I could take to deal with them, the first of which was to recognize it. And so for me this trip has been a repetitive opportunity to be free with a group of people that I have become and felt close to, early on, because of our structure and because of who we all are. So freedom of movement and then repetitive experiences within the group where I would become aware, but also now being given tools in the Compassionate Listening system, if that's a way to frame it. So it gave me tools when we were in our groups together, when we were one on one with each other, when we were with the people that we've met, that comes to mind as a point of clarity. As Leah said the other day, to go down below the gut where everything was supported. It was kind of the way I thought of it. To get back in touch with those places in us that are much deeper.<sup>75</sup>

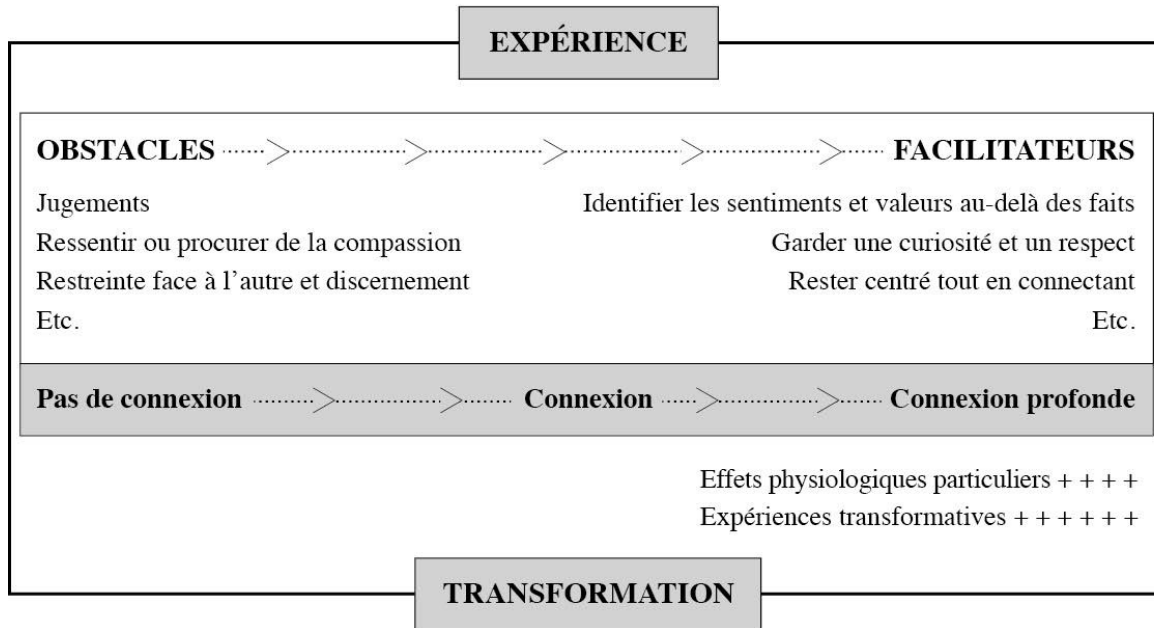
Dans la phase avancée, une analyse de variation permet de continuer à examiner les données fournies par les entrevues et sommes toutes, les données d'entrevue sont demeurées omniprésentes dans leur contenu et forme pour les phases subséquentes de la recherche, pouvant être comparées avec d'autres données notamment.

### **Produit d'analyse B (étape 1) – Processus 1 : Continuum et progressions dans l'ÉC**

Un certain patron semblait se dessiner au sein de données d'entrevues menant au prochain produit d'analyse. La figure 5 suivante illustre ceci.

---

<sup>75</sup> Cette personne a écrit un article quelques semaines après son retour dans un journal de son ordre professionnel et indiquant des façons d'envisager un changement de paradigme qu'il voit comme essentiel pour y insérer la valeur et vertu de la compassion pour contrer le climat de compétition et de dureté qui est prédominant.



**Figure 5 :** Progression vécue par les participants aux entrevues (délégation TCLP 2010)

L'expérience des délégués pointe notamment vers la reconnaissance, l'apprentissage et le contrôle de prédispositions et de conduites menant à un niveau de connexion, dont avec le cœur, plus grand avec l'autre. La pratique le suggère et la formation renforce cet état de fait. À gauche de la figure se trouvent les obstacles les plus fréquents et vers la droite les éléments facilitateurs aussi les plus communs, permettant d'augmenter le niveau de connexion et où ce qui est visé est une profondeur pour actualiser les compétences de base, ce qui est accompagné d'effets physiologiques et d'expériences transformatives particulières témoignés par les participant aux entrevues. Ce schéma m'est apparu dans la préparation d'une conférence où je devais présenter les résultats préliminaires de la recherche. Cet embryon de processus se verra associé à deux autres lors des phases axiale et avancée d'analyse pour mener au processus central faisant figure de catégorie centrale pour le modèle. Ceci, sans avoir soupçonner ce développement à ce point-ci de la recherche.

#### 4.1.2 Étape 2 : Analyse de texte et traitement des observations

Le besoin de répondre à des questions de recherche non suffisamment éclairées par les entrevues m'a menée à poursuivre la recherche avec une analyse documentaire des écrits des pionnières, appuyée de mes observations et propre expérience avec cette méthode.

## **Produit d'analyse A (étape 2) – Tableau : Prédilection et motivation pour l'action dans l'écoute compassionnelle**

Afin de continuer à cerner plus à fond le processus et le type de spiritualité au cœur de l'ÉC comme questions de recherche, j'ai choisi de compiler et classer les éléments d'écrits centraux des pionnières (Hoffman, 1991, 2003 ; et autres textes dans sa biographie par Manousos, 2003 ; Green, 2001, 2007 ; Hwoschinski, 2001 à titre de premier guide à l'ÉC ; le deuxième guide par Cohen n'étant pas encore publié et des éléments de la thèse de Pace, 2005 se rattachant à l'approche de l'ÉC). Ceci, selon les trois dimensions très larges de : prédilection du cœur et de l'esprit, motivation et action. Celles-ci se réfèrent aux trois composantes du modèle de recherche sur l'amour compassionnel et le *Kun Long (wa)* tibétain tel qu'expliqué dans le premier et troisième chapitres précédents. Je voulais examiner les éléments pouvant s'y rattacher dans un outil visuel global sous forme de tableau afin de voir ce qui pouvait ressortir et mieux comprendre de quoi il en retourne de cette pratique en fonction de ces dimensions. J'ai opté pour des définitions de base rattachées au sens commun dans le dictionnaire afin de laisser le terrain se dévoiler de lui-même. L'intention est « le fait de se proposer un certain but », que j'associais à la prédilection et qui pour moi relevait aussi d'une certaine attitude ou prérequis (du cœur et de l'esprit) pour conserver l'expression utilisée par le Dalai Lama avec le *Kun long (wa)*. La motivation devenait « la relation d'un acte aux motifs qui l'expliquent ou le justifient », donc les motifs pour expliquer un acte. L'action référait à « ce que fait quelqu'un et ce par quoi il réalise une intention ou une impulsion ». <sup>76</sup> Je ne voyais pas ces catégories comme étant étanches, l'exercice visant une familiarisation et connaissances résultant de cet effort de classification pour capter ce qui se passe en lien avec cette approche des dires de ses pionnières. La figure 6 suivante montre une première classification générale d'éléments sous ces trois dimensions.

---

<sup>76</sup> J'utilise ici les définitions de base conclues dans Le Petit Robert : Dictionnaire de la langue française, 2004, comprenant la définition de l'intention : p. 1384 ; motivation : p. 1677 et action : p. 28.

## DISPOSITION

### Du cœur

#### ATTITUDE OU PRÉ-REQUIS

- Écouter ceux que l'on considère comme son « ennemi » avec la même ouverture, le non jugement et la compassion que nous donnons à ceux qui nous sont sympathiques. Le but premier : écouter avec ouverture les gens qui souffrent et qui sont en conflit.
- Accepter ce qui est de plus humain en nous, ce qui est le plus capable de souffrir (là où commence la compassion). Devant notre capacité de souffrir, pourvoir faire émerger une simple et profonde connexion entre notre vulnérabilité et la vulnérabilité de l'autre.
- Le cœur doit être ouvert à trouver ce qui connecte, à accepter et même aimer l'autre nonobstant sa position.

### De l'esprit

#### ATTITUDE OU PRÉ-REQUIS ou conscience (*awareness*)

- L'esprit est focalisé à voir de nouvelles possibilités.
- Être dans un état de conscience (*awareness*) dans lequel on ne met pas l'emphase sur les dualités fort/faible, joie/souffrance, mais où nous sommes présents sans jugement (ce que demande la compassion).
- Respecter ledit « adversaire » sachant qu'il a aussi un point de vue qui est valide pour lui.
- Voir cette méthode comme permettant le dialogue et offrant une base pour toutes relations significatives.
- Avoir une attitude particulière, exigée par l'écoute, qui ne porte pas de jugement et n'établit pas une position « d'adversaire » mais cherche plutôt la vérité de la personne.
- Voir à travers les masques de l'hostilité et de la peur la dimension sacrée (*sacredness*) de l'individu et ainsi discerner les blessures vécues par toutes les parties en cause.
- Ne pas décider à l'avance qui dit vrai et qui dit faux et essayer de le rectifier, mais vouloir percevoir des choses cachées ou obscures (discernement).
- Avoir des attentes réalistes : faire attention pour ne pas trop pousser au-delà de ce qui est confortable pour la personne qui parle. Lui fournir simplement l'espace (de dire) peut être un processus profondément guérisseur (*healing*).
- Réaliser que pour se réconcilier il importe de voir que les deux côtés des parties sont blessés et que leurs blessures ne sont pas guéries.
- Répondre à l'appel (call) de voir qu'en chacun réside le mystère, l'Esprit/Dieu et déceler la vérité partielle que chaque partie porte en lui.

## MOTIVATION (*intention*)

- Découvrir les intérêts et les besoins profonds non exprimés de la personne écoutée, ainsi que ses préoccupations à la base de ses positions. Il ne s'agit pas de trouver un accord sur les positions à ce point-ci mais de découvrir des points en commun (*commonalities*).
- Développer par la discipline, l'habileté d'écouter et encourager les autres à le faire. Le but est de résoudre les conflits d'une façon pacifique.
- Respecter ses « adversaires », sachant qu'ils ont un point de vue qui est valide pour eux, tout comme c'est le cas pour soi-même. Cette intention est d'utiliser des habiletés pour gérer les conflits et atteindre les résultats qui nous amènent à être ensemble plutôt qu'ayant pour effet de nous séparer.
- Devenir un « guerrier » d'une différente sorte : non pas se battre avec les autres, mais avec les forces en soi qui défend nos intérêts aux dépens de considérer le tout plus grand, lequel ultimement bénéficie à tous.
- Ne pas interagir d'une façon où il y a des « gagnants et des perdants », mais pour qu'ultimement tous deviennent gagnants parce qu'un gain-perte est vraiment une perte-perte. Le perdant va ultimement chercher à regagner le pouvoir et le cycle du conflit va se poursuivre.
- L'intention est d'écouter plutôt que d'offrir des conseils (ce pourquoi TCLP serait respecté, par rapport aux plaintes sur des délégations internationales).



<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Écouter avec un focus qui permet de créer un environnement sécuritaire, de compassion, d'empathie et d'amour, alors que le champ électromagnétique découle de ces intentions.</li> <li>▪ Voir la différence entre juger quelqu'un et ne pas être d'accord avec sa position. Les jugements condamnent la personne avec qui on n'est pas d'accord. Le désaccord en soi n'est pas « <i>harmful</i> ».</li> <li>▪ Il est donc important de comprendre ses désaccords et ses positions afin de trouver des solutions qui sont bénéficiaires pour tous.</li> </ul>
<b>ACTION</b>
<p><b>ÉCOUTE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Procurer une qualité de l'écoute qui créer un « contenant sécuritaire » (<i>safe container</i>) afin que les personnes écoutées soient libres de s'exprimer elles-mêmes et de le faire au niveau de leurs préoccupations profondes. Cela signifie simplement d'avoir de l'empathie en profondeur envers les sentiments et la condition des gens qui ont été affectés par des événements et des circonstances (par leur propre chef ou hors de leur contrôle).</li> <li>▪ Être à l'écoute, en profondeur, des besoins et de la souffrance des autres et de respecter leurs droits à leurs opinions (ce qui n'implique pas d'accepter le blâme pour quelque chose), mais de mettre de côté la défense des droits, l'intercession et la représentation pendant l'étape de construction de la confiance.</li> <li>▪ Écouter diverses positions ce qui aide à élargir les perspectives et comprendre le plus grand portrait.</li> <li>▪ Écouter sans avoir besoin de se défendre et ainsi accepter ce que les autres disent comme étant leurs perceptions : valider alors le droit des autres à leurs perceptions. En écoutant, ils valident le droit des autres à ces perceptions.</li> <li>▪ Avoir conscience du « médiateur en-dedans de nous » qui vise à s'engager dans une écoute empathique profonde vers l'autre partie et d'encourager la communication entre les parties et l'écoute pour des possibilités de coopération et d'entente.</li> </ul> <p><b>TRAVAIL SUR SOI (restreinte, discernement, discipline, attitude, habiletés)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mettre sa propre position de côté pour un moment (ce qui ne veut pas dire d'être d'accord avec la position de la personne écoutée).</li> <li>▪ Avoir une discipline de pratique des habiletés qui aident à retarder une réponse émotionnelle automatique négative au conflit (ex. colère). Pour aider : se centrer, engager le cœur, porter attention au tout le plus grand.</li> <li>▪ Discerner et reconnaître la vérité partielle chez chacun, surtout ceux avec qui nous ne sommes pas d'accord.</li> <li>▪ Faire l'expérience d'une attitude sans jugement, ce qui permet de trouver une bonté instinctive envers toute vie : la fondation de toute la compassion et d'être de service avec sincérité envers les autres.</li> <li>▪ Réfléchir à ce que l'autre a dit, ou redire l'essence de ce qu'on a entendu de ce que l'autre a dit afin d'aider à clarifier sa position.</li> </ul>

**Figure 6** : Compilation d'éléments de la méthode de l'écoute compassionnelle liés aux notions de prédisposition, motivation (intention) et action selon les écrits des pionnières de cette approche (Hoffman, 1991, 1997, 2003 ; Green, 2001, 2007 ; Hoschinski, 2001).

Ce tableau comprend des éléments qui peuvent sembler quelque peu disparates. L'analyse de textes et traitement des observations plus poussées allaient suivre et en revoyant ce tableau à l'étape d'écriture du modèle, il m'est apparu qu'il a été déconstruit et reconstruit dans les étapes d'analyse progressive, afin de bien décortiquer de quoi il en retourne avec cette pratique.

En résumé, l'essence de ces trois catégories est apparue de la façon suivante : Prédilection - Le processus de l'écoute compassionnelle demande un cœur et un esprit ouvert à connecter avec l'autre. Motivation (intention) - Le processus de l'écoute compassionnelle demande d'avoir une intention de cœur-ouvert afin de créer un champ où la guérison (*healing*) peut prendre place. Action - Le processus de l'écoute compassionnelle demande d'écouter avec « l'oreille spirituelle », ce qui est lié au discernement pour Hoffman (1997). Cette première classification donnait un portrait général qui allait continuer à être décortiqué.

## **Produit d'analyse B (étape 2) - Propositions théoriques**

Des propositions théoriques ont émergé spontanément suivant cette étape d'analyse qui m'a permis un retour plus pointu sur ce qui sous-tend cette approche et que j'examinais toujours en fonction de l'expérience d'observation participante en Israël-Palestine et selon les données d'entrevue :

1. Une synergie particulière est créée par l'interconnectivité entre le format, les messages et les messagers au sein de l'approche de l'écoute compassionnelle.
2. La combinaison de l'écoute avec la compassion est porteuse d'une richesse qualitative du moment qui crée un espace transformationnel (pour un mieux-vivre ensemble, un mieux-être individuel, etc.).
3. Le tout combiné, dresse le portrait de conditions et de facteurs propices à une culture de la paix dont l'agenda est celui du « cœur » et qui peut être intégré aux autres types d'agenda pour la résolution de conflit et construction de la paix (ex. politique, religieux, économique, etc.).

J'étais consciente qu'une nouvelle direction méthodologique prenait forme avec l'émergence de ces propositions théoriques<sup>77</sup>. D'une démarche d'exploration laissant le terrain fournir des données, de nouveaux concepts et idées, dont interconnectés par les propositions, apportaient un niveau supplémentaire d'information au sujet de mon étude. Le souci pragmatique de répondre aux questions de recherche invite à poursuivre ces pistes d'exploration. Pour positionner cette démarche selon la TE,

---

<sup>77</sup> Pour Strauss et Corbin, la manipulation et la comparaison constante des données dans la TE génère des intuitions (*hunches*), idées ou inspirations qu'ils associent à des 'hypothèses' (qu'ils mettent entre guillemets dans leur texte), c'est-à-dire des explications sur ce que le chercheur pense être une hypothèse de travail (Strauss & Corbin, 2004, p. 68). J'opte pour l'appellation de propositions théoriques utilisée par Saks et Allsop (2007, p. 100) qui expliquent que des propositions théoriques débutent avec une orientation générale plutôt qu'une hypothèse finale à tester. Elles évoluent vers un processus où des problèmes et concepts, donc elles demeurent provisoires jusqu'à une analyse complète finale à la fin du travail sur le terrain.

voyons comment Charmaz, qui voit les propositions théoriques dans la TE comme plausibles, indique qu'elles permettent de poursuivre des pistes d'exploration pour répondre aux questions de recherche :

Checking hunches and confirming emergent ideas, in my view, does not equal verification, particularly if one defines verification as entailing systematic quantitative procedures that presuppose establishing firm definitions of the phenomena before studying them. Rather than contributing verified knowledge, I see grounded theorist as offering plausible accounts. (Charmaz, 2006 p. 132)

Je me joins à sa vision et celle de chercheurs pragmatiques qui optent pour un 'réalisme subtil' (*subtle realism*) qui ne voit pas la recherche comme étant de mettre en boîte une simple 'vérité', sans opter pour un trop grand relativisme. Le but est de produire un compte-rendu crédible de processus sociaux que le chercheur reconnaît comme des représentations plutôt que des reproductions de la réalité sociale (Murphy et al., 1998 ; Mays & Pope, 2000, cité dans Saks et Allsop, 2007, p. 101). L'analyste dans la TE regarde donc les pistes offertes par les hypothèses et rapporte les résultats en termes d'explications sur ce que le chercheur croit être une hypothèse (ou proposition théorique) pouvant être travaillée. Mon instinct de chercheur à ce point-ci fut de revoir des définitions de base des éléments clé au sein de ces propositions théoriques et de réfléchir sur leur résonance et portée en regard de l'étude. Voici un mémo écrit tout de suite suivant l'émergence des propositions résumant ceci.

### **MÉMO : Réflexion sur la portée des termes centraux dans les propositions théoriques**

En lien avec la première proposition théorique : La définition de **synergie** (que je regarde tout simplement dans wikipédia pour les fins de l'exercice qui est de me sensibiliser, consulté le 28 mars 2013 à 15h32) est : *réfère communément à un phénomène par lequel plusieurs acteurs, facteurs ou influences agissant ensemble, créent un effet plus grand que la somme des effets attendus s'ils avaient opéré indépendamment, ou créent un effet que chacun d'entre eux n'aurait pas pu obtenir en agissant isolément*. Je réfléchis sur l'action combinée de divers acteurs, facteurs et influences concernant le format, les messages clé au cœur de l'approche de l'ÉC et les messagers, c'est-à-dire les participants. À quel type d'effet qui peut « être plus grand que la somme des parties » peut-on référer ici ? Ces effets peuvent-ils être possible pour ces trois variables indépendamment ? La définition d'**interconnecter** quant à elle, est *relier entre eux* et l'interconnexion est *la connexion simultanée et réciproque d'éléments entre eux*.<sup>78</sup> Pour moi, il s'agit en quelque sorte de la synergie créée, laquelle provient de cette « interconnectivité ». De quels types de connectivité nous avons affaire avec ces trois variables, définies simplement<sup>79</sup> comme : Le format est le contexte, l'environnement (où

---

<sup>78</sup> J'utilise comme source Le Petit Robert : Dictionnaire de la langue française, Paris, 2004, p. 1386

<sup>79</sup> Tel qu'expliqué dans le chapitre 2, j'ai choisi de définir des catégories émergentes en cours d'analyse de la façon la plus simple possible et rattaché au sens propre de ce qui semblait être en jeu. Des définitions et

prennent place les sessions d'écoute compassionnelle) ; Les messages sont les messages clé et centraux au cœur de la méthode de l'ÉC, en lien avec sa philosophie, ce qui est prescrit et recommandé ; Les messagers sont les participants (délégués, facilitatrices du groupe, ceux qui pratiquent cette approche). Je veux garder ces définitions dans leur plus simple expression car il ne s'agit pas de les ancrer dans autre chose que ce que ces concepts signifient globalement.

En lien avec la deuxième proposition théorique : La définition de **combinaison** apparaît sous différents angles dans le dictionnaire et celui mathématique m'intrigue. C'est-à-dire le fait que l'ordre dans lesquelles les objets sont placés peut ne pas avoir d'importance, ils sont combinatoires, qui signifie : relatif aux combinaisons, dénombrement et mise en ordre<sup>80</sup>. Une analyse systématique des combinaisons serait intéressante, pour me demander en fait à quoi servent les combinaisons. Une possibilité serait de voir de plus près les divers sous-ensembles de la combinaison que l'écoute et la compassion peuvent générer et ainsi nuancer dans quelle mesure elles peuvent être porteuses d'une richesse qualitative du moment (créant un espace transformationnel). La notion de **richesse qualitative du moment** réfère pour moi à ce qui est vécu dans le moment présent (lors de l'ÉC dans les sessions d'écoute). La définition de qualitatif découle de **qualité** : un terme qui vient du latin *qualitas* et signifie 'manière d'être' plus ou moins caractéristique<sup>81</sup>. C'est ce que je veux voir de plus près : ces caractéristiques. Comme cette dimension qualitative est associée à « **moment** » et « **richesse** » il m'importe d'examiner de près des dimensions qui y sont rattachées telles que définies et présentées par la méthode de l'ÉC. Du moins associées à l'expérience dans sa mise en pratique et qui peut être éclairée par l'exercice de l'observation participante.

Les constats que j'en fait à ce niveau comme chercheur et participante gagnent ici en importance. Ceci, combiné au rapport qu'en font les participants à la recherche de leur propre expérience avec l'ÉC. La notion d'**écoute** selon les pionnières de la méthode de l'ÉC comprend une « écoute spirituelle ». Pour Gene Knudsen Hoffman (1997), cela signifie le discernement. Revenant sur les définitions de la **compassion** selon TCLP et dans la littérature, il semble que le cœur de la proposition théorique portant sur « la combinaison de l'écoute avec la compassion, porteuse d'une richesse qualitative du moment qui crée un espace transformationnel » incarne le type de « réponse du cœur » que je cherche à mieux cerner (donc lié à l'objet d'étude particulier). J'aimerais cerner, voir saisir l'essence même de ce qui est demandé avec cette approche en termes qualitatif et transformationnel (que j'attribue à une certaine action ou réponse du cœur - et de l'écoute qui en fait partie - dans sa qualité et richesse propre).

En lien avec la troisième proposition théorique : Elle intègre les deux premières dans le sens qu'un portrait de conditions et de facteurs propices pour une culture de la paix est dressé et dont l'agenda est celui du « cœur ». La notion de **portrait** m'interpelle en ce que cela peut être « *une œuvre comprenant diverses fonctions* » dans le dictionnaire. Et ce qui est en train d'être bâti avec la recherche s'arrimant à la suite de la définition : « *Une œuvre (picturale, sculpturale, photographique,*

---

explications plus poussées viendront plus tard avec la confirmation des assises pour le modèle émergent. Ce qui s'inscrit dans la tâche d'une sensibilité théorique grandissante propre à la TE.

<sup>80</sup> Pour les deux termes : combinatoire et combinaison, les définitions proviennent de Le Petit Robert : Dictionnaire de la langue française, 2004, p. 476 (pour les deux termes : combinatoire et combinaison).

<sup>81</sup> Idem, p. 2129.

*littéraire) représentant une personne réelle ou fictive,<sup>82</sup>le portrait a souvent une fonction immédiate de représentativité. » Pour moi c'est cela : une œuvre ayant une fonction immédiate de représentativité... et ici : d'une culture de la paix particulière. Donc mon œuvre c'est ma thèse (contribution) qui va dresser un portrait informatif à ce niveau.*

Après une brève recherche documentaire je choisis la définition de la **culture de la paix** retenue par les Nations Unies<sup>83</sup> : « La culture de la paix est un ensemble de valeurs, d'attitudes, de comportements et de modes de vie qui rejettent la violence et préviennent les conflits en s'attaquant à leurs racines par le dialogue et la négociation entre les individus, les groupes et les États. » Cette définition résonne de sens car l'approche de l'ÉC porte une attention centrale sur les questions de valeurs, d'attitudes et de comportements dans sa pratique même. Le mode de vie suggéré en est un où la compassion est cultivée de façon continue pour amener la personne à être de plus en plus à l'aise dans sa pratique, d'où la suggestion de devoir la cultiver que l'on retrouve dans la première compétence centrale de cette méthode. Il s'agit de développer un mode de vie dont fait partie l'ÉC, un « *compassionate listening way of living* », un art de vivre avec la notion de « cultiver » qui est chère aux sciences transformatives. Ce qui dresse le chemin à des pistes théoriques et pratiques pour mieux comprendre ce qui est en jeu au niveau transformationnel.

L'autre partie importante de la définition de la culture de la paix selon l'ONU est « qui rejettent la violence et préviennent les conflits en s'attaquant à leurs racines. » Adresser les racines du conflit est un but visé par cette approche. Les activistes de la paix ne sont pas nécessairement en paix à l'intérieur dit Hoffman, qui ajoute qu'on tend à favoriser les opprimés et ne pas écouter les oppresseurs alors que chacun possède une vérité partielle en lien avec le conflit. Il est donc important de tous les écouter et que tous souffrent et demandent d'être entendus. Je vais m'en tenir aux explications de base et aux sources motivationnelles des pionnières, car une interrogation clé pour cette étude est de savoir si cette approche peut être précurseur d'un dialogue véritable tel qu'elles le clament. Ainsi, pour cette troisième proposition, pour l'instant du moins, il importe de regarder de plus près ce qui touche les valeurs, les attitudes, les comportements, les modes de vie et les éléments de rejet de la violence et de prévention des conflits selon cette approche. Ceci, du fait qu'on s'attaque aux racines du conflit dans la pratique et cela a un impact sur les pratiquants.

Le terme **agenda** dans le dictionnaire vient du latin ; plus précisément de la déclinaison au nominatif pluriel de *agendus*, a, um, c'est-à-dire l'adjectif verbal de *ago*, *agere* (« faire »). Littéralement « agenda » signifie « ce qui doit être fait » ou, mieux : « [les choses] à faire »<sup>84</sup> Agenda du cœur pour moi devient : « faire » avec le cœur, ou « choses à faire avec le cœur... ». Donc on pourrait dire que la résultante de cette action est une « réponse du cœur ». On peut la voir comme résultante et (ce qui se passe) dans le moment même de la faire (l'action). En pédagogie, la notion d'intégration (toujours dans wikipédia pour les besoins de sensibilisation générale, consulté le 28 mars 2013 à 17h00) est « une démarche pédagogique selon laquelle les apprenants mobilisent des ressources pour résoudre une

---

<sup>82</sup> Idem., p. 2017. On ajoute à la suite de cette définition : « d'un point de vue physique ou psychologique. Les portraits ont différentes fonctions (au-delà de la volonté de perpétuer le souvenir d'une personne et de vouloir créer une image historique du commanditaire) ».

<sup>83</sup> Cette définition découle de la résolution des Nations Unies A/RES/52/13 : culture de la paix et A/53/243 : Déclaration et Programme d'action sur une culture de la paix). Consulté le 6 octobre 2018. Source : [http://www3.unesco.org/iycp/fr/fr\\_sum\\_cp.htm](http://www3.unesco.org/iycp/fr/fr_sum_cp.htm).

<sup>84</sup> La source empruntée est Le Petit Robert : Dictionnaire de la langue française, Paris, 2004, p. 47

situation-problème complexe ». En sociologie, elle est « un processus ethnologique durant lequel une personne initialement étrangère ou jugée comme telle devient membre (s'intègre) dans une communauté. » En économie, il s'agit du « regroupement d'activités sous une autorité commune ». Mais là où c'est plus particulièrement intéressant est en psychologie : l'intégration « désigne le fait que l'identité tend vers une unité fonctionnelle » et que je veux inclure comme définition avec les premières questions portant sur la combinaison, l'interconnectivité et voir là où il y a des éléments intégrateurs de x et x. Je veux m'inspirer du tout et de la définition qui sera donnée à la notion de spiritualité (à définir parmi diverses définitions, mais encore ici, peut-être s'en tenir à celle émise par les pionnières de l'ÉC).

Ces définitions, pistes de réflexion et ancrages potentiels pour la recherche allaient donner une direction au stage axial d'analyse. En cette fin du stage initial, j'ai inscrit dans un autre mémo : « Je suis d'avis que les données recueillies, même dans cette phase préliminaire, peuvent contribuer à la lacune identifiée en recherche qui est de mieux comprendre l'expérience de procurer et de recevoir de la compassion. Aussi, au fait que les recherches sont trop peu nombreuses sur les initiatives terrain dans le domaine de la construction de la paix selon Gopin (2002) ».

## **4.2 Résultats de la phase axiale de l'analyse des données**

Au début de cette phase je me croyais encore dans la phase intermédiaire de la méthode mixte en recherche avec comme tâche de réfléchir sur le contenu potentiel pour le questionnaire à partir des données recueillies avec les entrevues. J'ai conclu que la portée des résultats à ce niveau n'allait pas être suffisante et j'ai décidé de poursuivre les nouvelles pistes exploratoires offertes par les propositions théoriques. Je me suis retrouvée à faire ce que Charmaz (2006) appelle l'action de théoriser plutôt que de développer une théorie comme but ultime. Développer une théorie n'était pas dans ma mire et il est fréquent dans le stage axial que le chercheur ait fait des hypothèses et que les nouveaux concepts mènent à une analyse plus poussée. Dans l'optique pragmatique de répondre aux questions de recherche, j'allais entrer dans ce qui est au cœur des hypothèses dans la TE :

The hypothesis, usually called a 'core variable' or 'central process' is made up of a number of 'social psychological processes' (processes wherein the psychological outlook of a person is affected by the response of society, seen through a 'symbolic act') and 'social structural processes' (processes governed by the structure or rules of society). These processes occur within a given 'context' or scene. A grounded theory research report is a description of how the processes make up the discovered theory and often includes a comparison of how this theory and existing theory adds to our knowledge. (Stern & Kerry, 1996, p. 12)

Issues d'une première phase d'analyse inductive, les propositions allaient mener à une phase déductive faisant émerger la théorie dans cette aire substantive de la recherche en lien avec l'ÉC.

### 4.2.1 Étape 3 : Émergence de la théorie

#### Produit d'analyse A (étape 3) – Matrice structurelle conséquentielle : Dimensions et propriétés rattachées à la pratique de l'ÉC

##### Première dimension de la Matrice : Variables et indicateurs liées à l'ÉC

Poursuivant l'objectif de répondre aux questions de recherche sur le processus au cœur de l'ÉC et le type de spiritualité à l'œuvre, j'ai débuté une analyse poussée des textes des pionnières, regroupant ce qui s'y trouvait sous les trois concepts de format, messages centraux et messagers que l'on retrouve dans la première proposition théorique. Je m'interrogeais sur le type de synergie et d'interconnectivité prenant place entre ces trois éléments, tout en gardant leurs définitions générales et liées à la pratique. Le format était vu comme l'environnement, le contexte dans lequel est pratiquée l'ÉC ; les messages clé : la philosophie, les instructions au cœur de cette méthode ; les messagers : ceux et celles qui pratiquent cette approche, donc les délégués et facilitatrices à l'ÉC (et participants aux formations sur l'ÉC dans un autre contexte).

La publication du deuxième guide à l'ÉC en 2011 a coïncidé avec cette phase d'analyse, ainsi que mon processus d'obtention de la certification à l'ÉC. Ceci fut très utile pour mieux comprendre ce qui se passe en lien avec le phénomène à l'étude. Après maintes analyses comparatives et questions posées et en réfléchissant de façon pointue sur ce qui constitue l'approche de la TE, j'ai identifié trois indicateurs-concepts représentant bien chacun des trois éléments de la première hypothèse qui la concerne : le format, les messages-clé et messagers (au centre de l'approche de l'ÉC). Je suis venue à appeler ces trois éléments des variables, dans le sens commun d'une caractéristique, un attribut ou encore une dimension d'un phénomène observable empiriquement et dont la valeur varie en fonction de l'observation (Gauthier, 2009). Les trois variables et les neuf indicateurs-concept de la Matrice suivante (figure 7) représentent à mon avis l'essentiel de cette l'approche de l'ÉC.

<b>FORMAT</b>	<b>MESSAGES CLÉ</b>	<b>MESSAGERS</b>
<b>Contenant sécuritaire</b>	<b>Voir ce qui est le plus divin en l'autre</b>	<b>Intention de guérison</b>
<b>Non-jugemental et non-adversarial</b> (Inclusif de toutes les perspectives)	<b>Avoir l'esprit ouvert; ouvert à des possibilités</b>	<b>Connexion profonde</b>
<b>Histoire personnelle/narratif</b>	<b>Écouter avec « l'oreille spirituelle »</b>	<b>Écoute compassionnelle</b>

## Figure 7 : Matrice structurelle conséquentielle - première dimension

Cette matrice fut nommée ‘structurelle conséquentielle’ comme on le retrouve dans la TE. Le terme structurel étant employé pour montrer une forme de structure pouvant contenir des conditions et des conséquences, qui allait s’ajouter à la Matrice, nom donné en écho à Strauss et Corbin qui font référence à une matrice conditionnelle conséquentielle et qu’ils finissent par nommer ‘la matrice’ (2004, p. 222) et dont Charmaz en reconnaît l’importance comme outil dans la TE (2006, p. 118). Faire des matrices sert d’outil visuel pouvant montrer comment les catégories sont reliées les unes avec les autres. C’est la fonction que j’attribuais à cet outil-matrice et cela me permettait de réfléchir sur les indicateurs-concepts liés aux trois variables individuellement et dans leur ensemble au niveau de leur synergie.

Conservant l’idée de définir les nouveaux concepts le plus simplement et près de la réalité possible, les définitions suivantes furent accordées aux neuf indicateurs-concepts et l’annexe F en présente des descriptions générales à partir d’écrits des pionnières, principalement le guide de Cohen (2011) alors publié et que je gardais comme document de référence générale dans ma réflexion.

### Format

1. Contenant sécuritaire : Un espace qui est sécuritaire pour les participants, dont pour s’exprimer.<sup>85</sup>
2. Non-jugemental et non-adversarial<sup>86</sup> : Un environnement non polarisateur, inclusif de toutes les perspectives en lien avec le conflit, tel qui est visé dans le cadre des délégations.
3. Narration, histoire personnelle : Un format qui inclut la possibilité pour les participants (invités aux sessions d’écoute) de partager leur expérience, histoire personnelle, vécu et espoirs en lien avec le conflit.

### Messages-clé

---

<sup>85</sup> L’expression utilisée par TCLP est ‘safe container’ en anglais que j’ai ici traduit. On retrouve souvent les notions de ‘safe space’ dans le domaine de la construction de la paix. Pour en savoir plus, le site internet *Beyond Intractability* qui réunit plusieurs écrits liés à ce domaine, comprend des explications sur l’importance de la notion de *safe space* au niveau de la communication : [https://www.beyondintractability.org/essay/safe\\_spaces%20](https://www.beyondintractability.org/essay/safe_spaces%20). Consulté le 26 septembre 2018 à 11h35.

<sup>86</sup> J’ai choisi de garder les mots « jugemental » et « adversarial » comme anglicismes pour garder l’esprit énoncé par TCLP (*non judgmental and non adversarial*). Toute traduction ne pouvait correspondre à mon avis à la portée directe de ce que peuvent signifier ces termes en anglais selon l’adaptation pratique que je vise avec le modèle.



4. Voir ce qui est le plus divin en l'autre : Voir son essence profonde (*core essence*), ce qui est sacré et divin en l'autre.
5. Avoir l'esprit ouvert ; ouvert à des possibilités : Rester ouvert à apprendre et vivre de nouvelles expériences, à apprendre, etc.
6. Écouter avec « l'oreille spirituelle » : Ajouter une dimension spirituelle à l'écoute ; pour Gene Knudsen Hoffman ceci est lié au discernement (1997, conférence reprise dans Manousos, p. 313)<sup>87</sup>.

**Messagers :**

7. Une intention de guérison, de transformation (*healing intention*) : Partir avec l'intention, l'idée que les blessures et les souffrances en lien avec le conflit peuvent être transformées (vers un mieux-être).
8. Connecter avec ce qui est de plus profond chez l'autre : Choisir de connecter avec l'autre à un niveau de qualité profonde.
9. Pratiquer une écoute compassionnelle : Les actions liées à la pratique de l'ÉC selon TCLP.

Leah Green, directrice de TCLP, a validé ces neuf indicateurs comme reflétant l'essence de l'ÉC sous ces trois variables<sup>88</sup>. À ma demande à savoir s'il manquait des éléments à cette liste pour refléter l'essence (éléments centraux) de cette pratique, elle a ajouté le fait que les deux parties, écouteurs et écoutés, ont besoin des uns et des autres pour « guérir » (*healing*). Elle a de plus indiqué que l'élément « voir ce qui est divin en l'autre » (une expression de Gene Knudsen Hoffman, 1997) peut être nuancé pour devenir « voir ce qui est unique et précieux en l'autre ». Ceci, pour mieux refléter la perspective séculière de TCLP.

Une recommandation dans la TE est de raconter l'histoire associée au phénomène étudié sous forme de mémo lorsque l'analyse devient plus étoffée (Glaser, 2005). J'ai fait cela comme exercice, pour réaliser ensuite le type de synergie prenant forme entre les neuf éléments de la Matrice. À ma grande surprise, je les ai numérotés selon les chiffres de la liste précédente (1 à 9), pour voir qu'ils s'y trouvaient tous. Comme quoi ce premier narratif commençait à expliquer *ce qui se passe* avec cette pratique.

---

<sup>87</sup> Dans sa conférence donnée en 1997 à la University of California à Santa Barbara, Gene Knudsen Hoffman déclare que l'écoute avec l'ÉC ne signifie pas d'écouter avec l'oreille humaine mais bien de faire un discernement qui pour elle veut dire de percevoir des choses qui sont cachées ou obscures, d'où son instruction d'écouter avec l'oreille spirituelle. Elle ajoute que c'est différent de décider à l'avance qui a raison et qui a tort et de chercher ensuite à rectifier la personne (écoutée).

<sup>88</sup> Ceci, lors d'une entrevue individuelle semi-formelle réalisée auprès d'elle en 2011. Je lui nommais l'indicateur seulement, non pas les définitions et descriptions associées dans le texte.

**MÉMO : Coup d'œil sur l'ÉC en fonction de l'interdépendance entre les trois variables et neuf indicateurs et de la matrice structurelle conséquentielle (1 à 9 selon la liste débutant à la page précédente)**

« La caractéristique centrale de la méthode de l'écoute compassionnelle par rapport à d'autres initiatives semblables sur le terrain en Israël-Palestine, est d'écouter en silence, avec compassion, des personnes aux multiples points de vue, idéologies, religions, appartenances identitaires et autres, venues raconter leur expérience en lien avec le conflit. On vise à écouter le plus de points de vue possibles sur le continuum d'idéologies et dimensions diverses, car chacun possède une partie de la vérité. Ceci, car une seule vérité n'existe pas, mais différentes perspectives selon les expériences et vécus de chacun. Il faut être ouvert d'esprit et à des possibilités (5), savoir se laisser surprendre. S'établit donc une façon d'entrer en lien avec l'autre au niveau interpersonnel et au niveau de la communication qui diffère des rapports habituels que les gens ont. Les écouteurs premièrement écoutent, donc n'empruntent pas le chemin commun de faire un échange avec une parole continue, réciproque, comme on le voit en général dans les communications interpersonnelles.

Ce qu'il y a de particulier avec cette écoute par contre est qu'elle doit se faire avec l'oreille spirituelle, c'est-à-dire avec le cœur (6). « Écouter avec le cœur » est une des cinq habiletés de base de l'écoute compassionnelle. Chacune de ces cinq habiletés comprend une série d'actions afin de prédisposer le cœur et l'esprit et développer des capacités d'écoute et de compassion, les mettre en pratique, pour le type de qualité prescrite avec cette approche. Pourquoi fait-on cela ? Car sans être entendu véritablement et sans prendre le temps d'écouter réellement, on passe à côté de la possibilité pour les personnes vivant le conflit d'exprimer leurs blessures profondes en lien avec le conflit. Sans adresser ces blessures, il est difficile d'abord pour les autres de comprendre la souffrance et les souffrances vécues en lien avec le conflit. La souffrance étant universelle, et ici rattachée aux défis quotidiens et de vie pour les personnes concernées venues raconter leur histoire (3), les écouteurs se reconnaissent en elles alors que les détails de leur histoire leur sont propres mais les réactions aux événements, les sentiments et valeurs véhiculés par les invités ont une résonance auprès des écouteurs. Un visage humain est apporté au conflit qui avant pouvait être considéré principalement comme un amalgame de faits, de prises de position et d'intérêts. Donc vu dans sa dimension plus sociopolitique, mais qui peut aussi être personnel si l'écouteur a un lien avec lui.

Il s'établit une forme dialogique dans l'échange où prend préséance l'être humain, qui il est, au-delà de son statut, position et autres. Car il faut le dire, une autre caractéristique particulière de cette approche en adoptant cette attitude d'ouverture d'esprit, est d'en être une non-jugementale et non-adversariale (2) et par le fait même, de pratiquer cette approche dans un climat de non polarisation en lien avec le conflit. Pour faciliter ceci, un des éléments centraux est de créer un réceptacle sécuritaire (*safe container*) (1) dans lequel les gens se sentiront à l'aise et en lien de confiance suffisamment grand pour dévoiler leurs blessures, vécu et espoirs en lien avec le conflit. Il n'y a aucune attente que de se présenter dans le moment présent, tous ensemble, avec cette même intention que d'écouter avec le cœur, avec compassion, l'autre. Cet autre, dont on part avec le principe qu'il y a en lui, dans un endroit profond, un endroit qui est complètement en santé (4) et dont les diverses blessures de la vie et du conflit ont fait en sorte de construire un mur de brique autour du cœur.

Les briques étant les événements, paroles, etc. et le mortier les histoires racontées par d'autres et soi pour bien tenir ces briques de fermeture en place. L'image fournie par TCLP est ce cœur avec le mur de brique autour, l'endroit sacré, divin et lumière divine en chacun étant liée à cet endroit où la personne est parfaitement elle, dans sa lumière divine la plus pure. C'est ce rayon, cette luminosité,

cet endroit avec lesquels les écouteurs tenteront de connecter (8), de façon profonde qui plus est, pour aller au-delà des premières impressions, jugements et autres effets mentaux qui entrent en ligne de compte dans le lien et la communication avec les autres, surtout des étrangers. Ainsi, cette motivation de connecter profondément au cœur (*core*) de l'humain, de la personne (et qui est semblable chez tous, de façon égale à tous étant tous humain - enfants de Dieu ou autre croyance), est soutenue par cette intention de guérison envers l'autre (7). Laquelle se retrouve peut-être être aussi pour soi, pour l'humanité, pour l'espoir, surtout devant ce conflit qui peut en sembler dépourvu. S'établit alors, dans le feu de l'action au cœur des délégations, ces sessions d'écoute où des gens ordinaires sont venus rencontrer au loin des gens de l'endroit directement liés au conflit, des palestiniens et israéliens vivant dans la région. Ils pratiqueront et vivront, du mieux qu'ils et elles peuvent, de l'écoute compassionnelle (9) et qui est le focus et but premier lors des sessions d'écoute, auprès de ces gens provenant de tous les coins de la région et appartenant à de multiples référents identitaires. »

L'analyse continue allait apporter à cette Matrice trois dimensions additionnelles, toujours non soupçonnées ou planifiées, donc émergentes.

## **Deuxième dimension de la Matrice : Processus 2 - Réponses du cœur au sein des unités structurelles**

Dans la phase axiale, le codage va plus en profondeur dans une catégorie et se penche sur des sous-catégories pouvant renseigner sur le qui, quoi, quand, où et pourquoi de cette catégorie (Strauss 1987).

Selon Strauss et Corbin (2004) :

La structure ou les conditions montent le décor, ils créent les circonstances dans lesquels les problèmes, enjeux, faits et événements amenant à un phénomène se situent ou surviennent. Le processus signifie l'action-interaction dans le temps, de personnes, d'organisations et de communautés comme réponse à certains problèmes et enjeux. (Strauss & Corbin, 2004, p. 161)

Les neuf indicateurs associés aux trois variables dans la Matrice dressaient une structure. Le processus au sein de ces neuf unités structurelles allait faire l'objet d'une série d'étapes itératives d'analyse pour en venir à identifier ce qui est devenu de potentielles « réponses du cœur » associées à chacun de ces neuf indicateurs-concept, formant neuf unités structurelles au sein de la matrice que j'explorais plus à fond.

Le but était de continuer à élucider ce qui se passe dans l'expérience de procurer de la compassion avec cette approche. Les questions posées sous-jacentes aux analyses comparatives continues gravitaient autour des questions suivantes de façon générale (plus cernée ici en fonction du cadre conceptuel) : Qu'est-ce qui prédispose au niveau du cœur et de l'esprit et motive pour l'action dans l'utilisation de cette méthode, de cet agenda du cœur (format, messages clé et messagers – *Kun long (wa)*) ? Quelle en est l'expérience et l'impact pour la personne qui la pratique (adopte cet agenda) et les groupes concernés

(dans la réflexion en parallèle sur sa portée dans le domaine de la construction de la paix) ? Quelle est cette « réponse du cœur » dans la forme d'amour compassionnel au cœur de la méthode de l'ÉC ? Quelle forme de spiritualité la définit ? Les pistes pour cette deuxième dimension associée à la Matrice venaient de la deuxième proposition théorique : la combinaison de l'écoute avec la compassion est porteuse d'une richesse qualitative du moment qui crée un espace transformationnel. Ce moment de qualité résultant de la réponse du cœur dans le moment du choix d'un amour compassionnel, d'une écoute avec compassion, était à l'examen. Ceci, en vue de fournir une plus grande compréhension du processus au cœur de la méthode (et le type de spiritualité se faisant) afin d'en révéler les dimensions et propriétés.

Pour Strauss et Corbin, la combinaison de la structure et du processus aide à « saisir un peu de la complexité qui fait partie de la vie » car les deux sont liés et si on ne saisit pas leur relation, il est difficile de savoir ce qui se passe en lien avec un phénomène (Strauss & Corbin, 2004, p. 161). Les combiner permet de capter la nature dynamique et évolutive des événements et de cette façon, un certain schème organisationnel s'installe qui permet de trier et d'organiser les rapports émergents. Ce qu'ils appellent un paradigme, définit comme une perspective face aux données ; une position analytique qui aide à récolter et ordonner les données de manière à ce que la structure et le processus soient intégrés (Strauss & Corbin, 2004, p. 162). C'est ce sur quoi je me suis afférée de façon instinctive. Explorer l'action et l'interaction au sein des neuf indicateurs allait lier la structure au processus et mener progressivement au modèle théorique. La Matrice se voyait greffée une certaine réponse du cœur à chaque unité structurelle comme on le voit dans la figure 8 suivante.

FORMAT	MESSAGES CLÉ	MESSAGERS
Contenant sécuritaire <b>RÉPONSE DU COEUR</b>	Voir ce qu'il y a de précieux et unique en l'autre <b>RÉPONSE DU COEUR</b>	Intention de guérison <b>RÉPONSE DU COEUR</b>
Non-jugemental et non-adversarial (Inclusif de toutes les perspectives) <b>RÉPONSE DU COEUR</b>	Avoir l'esprit ouvert; ouvert à des possibilités <b>RÉPONSE DU COEUR</b>	Connexion profonde <b>RÉPONSE DU COEUR</b>
Histoire personnelle/narratif <b>RÉPONSE DU COEUR</b>	Écoute profonde avec le coeur <b>RÉPONSE DU COEUR</b>	Écoute compassionnelle <b>RÉPONSE DU COEUR</b>

**Figure 8** : Matrice structurelle conséquentielle - deuxième dimension

Une série d'étapes d'analyse itératives menant à l'identification de dites-potentielles « réponses du cœur » (Fehr et al., 2009) au sein des neuf indicateurs de la Matrice ont pris place durant plusieurs mois. Ceci, à l'aide d'une analyse documentaire toujours de plus en plus poussée et où les données étaient comparées avec celles obtenues lors des entrevues et des observations de façon continue. Ces réponses

du cœur étaient vues sous la forme de prédisposition (intention) et de motivation dans l'action près du terrain (écrits, entrevues, observations). L'annexe G (G-1 à G-9) présente un aperçu des neuf étapes d'analyse itératives suivantes,<sup>89</sup> menant à la formulation finale des dites « réponses du cœur » (Fehr et al., 2009) au sein des neuf indicateurs de la Matrice et qui allaient se retrouver dans le questionnaire en ligne pour la prochaine étape de la recherche :

1. Compilation d'extraits des écrits des pionnières de l'ÉC selon les indicateurs de la Matrice.
2. Notes personnelles (mémos théoriques) sur le regroupement de thèmes principaux à partir de cette recension pour chacun des neuf indicateurs-concepts et quelques liens avec la littérature scientifique.
3. Notes personnelles (mémos théoriques) répondant à la question : « Qu'est-ce qui se passe au niveau fondamental » au sein de chacun des neuf indicateurs-concepts.
4. Identification de cinq éléments clé rattachés aux indicateurs-concepts et regroupement des écrits des pionnières sous ces catégories.
5. Identification de l'essence rattachées aux cinq catégories de chaque indicateur-concept et regroupement sous quatre dimensions centrales les plus récurrentes : habiletés (l'écoute étant centrale) ; notion d'énergie (rattachée au champ crée et transformation)<sup>90</sup> ; différentes versions de la réalité ; et connexion.
6. Mémo théorique regroupant les éléments pouvant commencer à décrire les indicateur-concept selon les dimensions centrales menant à une formulation pour lesdites réponses du cœur.
7. Regroupement de l'information au sein des neuf indicateurs-concept sous les dimensions dialogiques suivantes : prédisposition, habiletés, espace et type de présence. Lesdites réponses du cœur potentielles apparaissent sous la dimension de la prédisposition sous forme de facteurs d'intention, de motivation et d'action ainsi que d'effet et d'impact lorsqu'actualisées : indicateur du contenant sécuritaire.
8. Choix d'une formulation menant aux dites réponses du cœur finales.
9. Formulations finales des dites réponses du cœur pour chacun des neuf indicateurs-concept pour les fins du questionnaire en ligne.

Suivant maintes réflexions et analyses comparatives entre elles pour en soutirer un tout cohésif, dans la phase avancée de la recherche, le choix final pour ces dites 'réponses du cœur' a mené aux énoncés suivants qui allaient figurer dans le questionnaire en ligne (entre parenthèses figure les indicateurs-concept de la matrice et qui n'étaient pas identifiés comme tels dans le questionnaire) :

- (*safe container*) A quality of presence from the heart by listeners helps the guest speaker feel safe to share his/her thoughts and emotions honestly.

---

<sup>89</sup> Il s'agit d'un aperçu global du type d'analyse et progression ayant pris place bien que toute une série d'autres analyses comparatives et questions posées ont pris place en cette étape de la recherche. L'annexe G comprend un indicateur-concept seulement (le contenant sécuritaire) car le tout comprend des centaines de pages de compilation et analyses diverses. Il s'agit d'un résumé montrant le type d'analyse progressive ayant pris place.

<sup>90</sup> Encore une fois, l'utilisation de ce terme 'énergie' pour moi à ce moment-ci de l'analyse signifiait un certain type d'ambiance comprenant une dimension énergétique en jeu, une certaine vigueur, force ou puissance à explorer en lien avec l'objet d'étude.

- *(non judgemental, non adversarial)* A nonjudgmental and nonadversarial environment open to perspectives from all sides of the conflict, helps the listeners soften their own version of “truth” and hear other perspectives.
- *(narrative, personal stories)* Listening and reflecting with an open heart to personal stories/experiences told by the guest speakers helps listeners gain clarity and understanding.
- *(see what is the most precious and unique in the other)* In looking for the guest speaker’s core essence (what is the most precious and unique in him/her) and encouraging its expression, listeners humanize rather than demonize him/her.
- *(open spirit, open to possibilities)* In keeping an open spirit during listening sessions, listeners witness new possibilities (e.g. to learn something new; to be surprised).
- *(deep listening)* In calming the mental activity (thoughts) in order to be fully present to the guest speaker with the heart, listeners are better able to get to know the experiences that motivate his/her perspective.
- *(healing intention)* In connecting with the part that is suffering in the guest speaker, listeners give voice to what has truth and meaning for him/her.
- *(deep connection)* In connecting deeply with the guest speaker, listeners get to know better his/her underlying needs, feelings and values.
- *(compassionate listening)* The type of listening involved in compassionate listening aims to transform the energy of conflict in giving voice to authenticity and common humanity.

Cette liste montre les réponses du cœur « actualisées ». Sous leur forme « non actualisées », donc potentielles, ce sont les éléments de prédisposition, motivation et action déployées qui apparaissent et que nous verrons de plus près au chapitre six, au sein du modèle théorique et appliqué. Cette conversion pour le questionnaire fut nécessaire pour les fins du questionnaire comme nous le verrons à la fin de ce chapitre. La troisième proposition théorique allait apporter une troisième dimension à la Matrice.

### **Troisième dimension de la Matrice : Dimension systémique émergente**

La TE comprend un retour entre des éléments micro et macro qui amènent à comprendre des processus et phénomènes sociaux (Oktay, 2012). Ainsi, alors que j’étais toujours à l’affût de la dimension systémique en lien avec l’objet d’étude, dans la perspective de la création potentielle d’une culture de paix tel que retrouvé dans la troisième proposition théorique : le tout combiné, dresse le portrait de conditions et de facteurs propices pour une culture de la paix dont l’agenda est celui du « cœur » et qui peut être intégré aux autres types d’agenda pour la résolution de conflit et construction de la paix (ex. politique, religieux, économique, etc.).

Je réfléchissais à la notion de culture ambiante et quelles disciplines académiques et/ou secteurs de la vie civile pouvaient être interpellées par ce qui émergeait de la Matrice avec les indicateurs concepts et type de réponses du cœur potentielles. Car cette synergie n’était pas sans avoir un impact sur

l'environnement et dans tout environnement on retrouve un format quelconque (environnement, contexte) ; des messages-clé (selon l'activité en cours, philosophie, culture, etc.) et des messagers (des individus et des groupes ; voire des organisations avec des messagers attirés). En réfléchissant aux unités structurelles et leur indicateur-concept j'ai identifié le type de secteur ou discipline pouvant être interpellé pour jouer un rôle de sensibilisation, voire d'actualisation de ce que l'approche de l'ÉC peut enseigner en termes de savoir important pour l'intégration d'un « agenda du coeur » aux efforts de paix dans tout environnement. La Matrice dans sa troisième dimension a pris forme incorporant ces secteurs et discipline (figure 9).

FORMAT	MESSAGES CLÉ	MESSAGERS
Contenant sécuritaire <b>BIEN-ÊTRE</b>	Voir ce qu'il y a de précieux et unique en l'autre <b>SPIRITUEL</b>	Intention de guérison <b>SANTÉ</b>
Non-judgemental et non-adversarial (Inclusif de toutes les perspectives) <b>POLITIQUE</b>	Avoir l'esprit ouvert; ouvert à des possibilités <b>CULTURE</b>	Connexion profonde <b>PSYCHOLOGIE</b>
Histoire personnelle/narratif <b>SOCIOLOGIE</b>	Écoute profonde avec le coeur <b>COMMUNICATION</b>	Écoute compassionnelle <b>ÉTHIQUE</b>

**Figure 9 :** Matrice structurelle conséquentielle - troisième dimension

Le choix des disciplines était à la fois réfléchi et intuitif pour ce portrait global et une fois encore gardant les explications reflétant l'essentiel. Ce qui suit reprend l'essentiel de mémos sur ces choix :

**Format.** Le contenant sécuritaire, un espace qui est sécuritaire pour les participants, est vu comme une forme de contenant global sécuritaire qui apporte un bien-être. C'est avec sécurité que peut prendre place un travail plus profond adressant des causes sous-jacentes au conflit, dont les blessures à divers niveaux. Pouvoir créer des environnements de mieux-être dès le départ, ouvre la voie à une résolution de conflit plus grande il semble bien. Un format non-judgemental et non-adversarial, c'est-à-dire non polarisateur et inclusif de toutes les perspectives en lien avec le conflit, fait référence à une dimension qui apparaît rattachée au niveau politique en lien avec les conflits et les guerres. C'est ce dont il est question et il y a lieu de voir à ce que ce secteur de la société civile s'y penche plus longuement et puisse réduire toute forme de polarisation pour ouvrir un espace de dialogue constructif. En ce qui a trait à la narration et histoire personnelle, il s'agit d'un environnement incluant la possibilité pour les participants de partager leur expérience et histoire personnelle, vécu et espoirs en lien avec le conflit. Ce qui interpelle le domaine de la sociologie en ce qui touche et aborde la dimension sociale, les liens entre les individus, groupes et organisations, voir sociétés qui façonnent ces histoires. Les histoires personnelles s'inscrivent dans des

dimensions toujours plus larges, du personnel jusqu'à un niveau universel. Toutes, ensemble, forment le tissu social et unissent chaque être humain aux autres humains de la planète de différentes façons et à différents degrés.

**Messages-clé.** Voir ce qu'il y a de plus précieux et unique chez l'autre (voir son essence profonde, le divin et sacré en elle) interpelle le spirituel à mon avis. On peut se demander si cette essence profonde est liée à l'esprit, l'âme ou toute autre notion connexe relevant de la spiritualité et du transcendant. Ce type de vocabulaire peut être rattaché à des traditions spirituelles, voir religieuses, telles la notion de 'voir la lumière divine en l'autre' comme avec la Société religieuse des amis (*Quakers*) et autres traditions religieuses et spirituelles. Quant à avoir l'esprit ouvert ; ouvert à des possibilités (rester ouvert à apprendre et vivre de nouvelles choses, expériences), cela présuppose une ouverture et toute la créativité pouvant y surgir (possibilités). Ce qui m'apparaît près de la culture qui à travers le domaine des arts notamment ouvre les esprits et les cœurs, vers une diversité de perspectives. La diversité culturelle est celle ouverte à des différences, des particularités. Déjà pour en développer les compétences doit-on avoir l'esprit ouvert à connaître d'autres façons de faire, voir et être. Écouter avec l'oreille spirituelle (ajouter une dimension spirituelle dans l'écoute) réfère à l'écoute qui fait partie des fonctions liées à la communication. Pour Hoffman, l'écoute avec l'oreille spirituelle est le discernement (Hoffman, 1997). Et si les communications se penchaient sur des modes d'interaction où une dimension de profondeur dans le lien à l'autre/les autres est important ? L'impact au niveau communicationnel fait en sorte que l'écoute pourrait prendre une plus grande importance. Qui plus est : avec le cœur.

**Messageurs.** Une intention de guérison, de transformation (*healing intention*), ou partir avec une intention que les blessures et souffrances puissent être transformées touche le domaine de la santé du fait qu'il est question de 'guérison'. Ce domaine vise des guérisons autant physiques que mentales et émotionnelles, voir spirituelles en regard d'une définition de la santé holistique qui englobe toutes les dimensions de l'être. Connecter avec ce qui est de plus profond chez l'autre, dont choisir de connecter avec l'autre à un niveau de qualité profonde se voit diriger vers son essence propre et même ses blessures en regard du modèle du cœur de TCLP où les barrières autour du cœur (essence propre) sont liées aux blessures personnelles. La psychologie vise à déceler ces éléments et barrières au mieux-être, dont au cœur de la psyché, afin d'éclairer ce qui sous-tend ces blessures. Le psychologue favorablement développe cette habileté d'écoute profonde pour aider à mieux connaître et comprendre la personne dans son vécu et pour l'aider à cheminer vers une guérison ou transformation de ces blessures. En ce qui a trait à pratiquer une écoute compassionnelle, il s'agit des actions liées à la pratique de l'ÉC selon TCLP. La dimension



éthique m'apparaît importante en lien avec cette pratique en termes de conduites qui sont appropriés pour la résolution des conflits et des guerres. Afin d'apprendre sur ses écueils et cheminer vers des pensées, actions, prédispositions, motivations 'appropriés' il m'apparaît important maintenant d'intégrer de façon plus claire, précise et choisie consciemment la dimension du 'cœur' comme on le voit dans cette étude. L'ÉC et sa pratique renseignent à ce sujet pour apporter une profondeur du lien interpersonnel.

*L'agenda du cœur.* J'ai eu l'intuition que ce Tout avec la Matrice pouvait représenter l'*agenda du cœur* global en termes d'intention (prédisposition), motivation et action en combinant les neuf indicateurs-concepts disposés en trois rangées, dans chaque colonne de droite à gauche pourrait se résumer par les trois concepts suivants :

**Intention** : Une intention de guérison, voyant ce qu'il y a de plus précieux et unique en l'autre, dans un contenant sécuritaire.

**Motivation** : La motivation de connecter de façon profonde, avec l'esprit ouvert et ouvert à des possibilités, de façon non jugementale et non-adversariale.

**Action** : Pratiquer l'écoute compassionnelle, écoutant avec « l'oreille spirituelle », les histoires personnelles (et narratif) des personnes impliquées dans le conflit.

Un mémo à cette étape de la recherche m'a fait dire que l'agenda du cœur est cette synergie (entre ces unités structurelles et leur interconnectivité dans la Matrice) et que ce 'tout' comprend une forme d'écosystème pouvant éclairer sur le mieux-être intérieur (réponses du cœur) et extérieur (structure avec les trois variables, indicateurs et disciplines associées), pouvant contribuer à transformer la culture ambiante en une culture de la paix à la lumière de la troisième proposition théorique.

Une collaboration a pris forme avec le professeur Patrice Brodeur (2019, à paraître), où il m'est apparu que des indicateurs liés à son approche de Dialogue intervisionnel pour la construction de la paix (DIVM) pouvaient être associés à ceux de la Matrice. Son approche contribuait une dimension systémique importante au modèle émergent. L'écoute compassionnelle est une des quatre compétences centrales de l'approche de DIVM.

Discutant ensemble de la question, il a pu identifier quels sont les indicateurs-concepts complémentaires au niveau systémique pour refléter ceux déjà présentés dans la Matrice, lesquels apparaissent à l'annexe

H. Cette collaboration a mené à des présentations, formations, enseignement universitaire et écriture d'articles conjoints.

### **Quatrième dimension de la Matrice : Conséquences en termes de vices et vertus**

La quatrième dimension de la Matrice est née en regard du quatrième point de la liste suivantes de questions de base associées à la TE <sup>91</sup> :

1. Quel est le processus ? Il s'agit du phénomène à l'étude.
2. Qu'est-ce qui influence le fait que le phénomène se passe ? On parle ici des conditions causales (première dimension de la matrice).
3. Quelles actions sont prises en réponse au processus ? Les réponses fournissent les stratégies utilisées (deuxième dimension de la matrice).
4. Quels sont les résultats de ces stratégies ? Les réponses informent sur les conséquences, d'où l'expression de 'conséquentielle' ajoutée à la matrice structurelle dans la TE.

Suite à des mois de réflexions, des analyses continues et des questions posées entourant la Matrice et ses trois premières dimensions, j'étais de plus en plus en mesure d'identifier l'impact des choix de connecter avec le cœur ou non et quel type de « moment du choix » selon les circonstances, le type d'habiletés demandées et les conditions présentes pouvaient faciliter ou nuire à la pratique de l'ÉC. Dans cette réflexion, la notion de polarisation prenait de plus en plus d'importance. En partie car elle est liée à cette notion de calibrage (conscient ou non) entre l'ouverture et la fermeture du cœur et des effets physiologiques afférents, mais aussi parce qu'en cours d'analyse et réflexion, des propriétés propres à ces niveaux d'ouverture et de fermeture du cœur se dessinaient selon les individus, le contexte, les thèmes en focus, les capacités et la volonté de connecter avec l'autre ou non. En jeu se trouvaient des nuances quant à la qualité de présence et d'environnement entourant la pratique de l'ÉC et qui avait un impact sur les expériences, dont celles transformatives, ainsi que sur l'actualisation ou non d'éléments de processus et spiritualité à l'œuvre en lien avec le phénomène à l'étude.

---

<sup>91</sup> Ces distinctions résumant les éléments clé de la TE et communs dans la littérature proviennent de la source consultée le 20 janvier 2017 à 9h33 : <https://www.bing.com/videos/search?q=grounded+theory+methods+youtube&view=detail&mid=AF670F0D0135CB491A84AF670F0D0135CB491A84&FORM=VIRE>.

Dans une autre intuition ou idée (*insight*), j'ai vu associées aux rangées et colonnes de la Matrice (dans ses trois premières dimensions combinées) de potentielles forces en puissance rattachée à un système de dualités entre vices et vertus présenté par l'auteur et conférencière Carolyn Myss (2009, 2010). Lesquelles pouvaient faire figure d'effets et conséquences potentielles du degré d'actualisation (entre faible et fort) des réponses du cœur au sein des unités structurelles, tel qu'exposé dans la figure 10 suivante.

FORMAT	MESSAGES CLÉ	MESSAGERS	Système de polarités (Myss, 2010)
Contenant sécuritaire	Voir ce qu'il y a de précieux et unique en l'autre	Intention de guérison	} <b>Arrogance vs révérence</b>  } <b>Orgueil/avarice vs piété</b>  } <b>Sentiment d'ayant droit/dû vs compréhension</b>
Non-jugemental et non-adversarial	Avoir l'esprit ouvert; ouvert à des possibilités	Connexion profonde	
Histoire personnelle/narratif	Écoute profonde avec le cœur	Écoute compassionnelle	
<b>Haine vs fortitude</b>	<b>Avarice vs conseil</b>	<b>Envie vs connaissance</b>	<i>Le tout : raison vs sagesse</i>

**Figure 10 :** Matrice structurelle conséquentielle - quatrième dimension

Maître en théologie et auteure de nombreux ouvrages, Myss travaille depuis plus de 25 ans en collaboration avec Norman Sheahy, neurochirurgien de l'Université Harvard. Elle le soutient dans l'établissement de diagnostics et de traitements en ce sens que ce dernier se penche sur la dimension physique et médicale pendant que Myss analyse la dimension psychologique et spirituelle. Ils disent combiner un savoir traditionnel et scientifique en médecine avec une dimension spirituelle et mystique qui rejoint diverses traditions religieuses et spirituelles (Myss 2009, p. xvi). Les expertises de chacun mènent à un traitement plus complet et intégral de la personne selon eux et Myss a développé les explications liées à ces polarités dans une perspective de mieux-être et de spiritualité rattachés au pouvoir personnel, dont lié à la prise de décision et les choix qui peuvent devenir conscients (sur le pouvoir qu'un individu a sur soi et les autres). Elle présente ces polarités comme des forces créatrices d'ombres et de lumières basé sur l'héritage catholique et qu'elle appelle '*shadow passions and graces*'. Inspirée de Saint-Jean de la Croix et du processus de « la nuit obscure » (*dark night of the Soul*), elle utilise ce matériel datant de plus de 500 ans pour démontrer comment l'individu fait l'expérience de forces de noirceur à l'intérieur de lui et chemine au niveau spirituel vers une guérison personnelle intérieure. Son interprétation est que, se trouvant confrontés aux profondeurs de leur « noirceur intérieure », les gens peuvent se sentir impuissants et abandonnés. Mais ils peuvent trouver une façon d'en sortir, pouvant être guidés pour ce faire. Analysant les écrits de Myss sur ces polarités et en y soustrayant l'essentiel dans

une perspective séculière et lié au mieux-être et à la santé comme elle le fait, j'ai été surprise de la résonnance des descriptions de ces polarités en lien avec l'objet d'étude de ma recherche doctorale. L'annexe I présente ces descriptions soulignant en caractère gras les éléments rejoignant le modèle théorique et appliqué alors en construction. Le mémo suivant témoigne de la façon dont j'envisageais l'utilisation de ce matériel :

## MÉMO

Le système des sept grâces divines issues de la mystique catholique et leurs sept passions d'ombre (*shadow passions*) apportent des indices intéressants pour le développement du modèle. Je les aborde dans le sens d'une polarisation entre des forces de lumière et d'ombre que l'on porte à l'intérieur de soi et qui peuvent être en jeu au moment du choix d'aimer l'autre ou non, de l'écouter et connecter ou non, en regard des défis de l'écoute compassionnelle. Ceci, en écho à ceux liés à l'auto-réflexivité et l'auto-régulation liés à cette pratique. Prendre conscience de ses divisions intérieures ayant un impact ou un effet sur la résultante des réponses du cœur au sein des indicateurs est la piste exploratoire ici. Il peut y avoir des équivalences sur ce système de grâces et passions d'ombre (*shadow passions*) dans d'autres systèmes de croyances spirituelles et religieuses qui seraient intéressant à identifier.

Ce qui apparaissait pertinent avec les travaux de Myss sur ces polarités est le fait qu'elle examine de près l'évolution et la transformation de la conscience dans le passage entre ces polarités de l'ombre à la lumière au niveau pratique, devant les défis quotidiens et de façon appliquée à la lumière de son expérience sur le terrain notamment. Elle a constaté que ce qui aide à trouver une harmonie et ouvrir la voie vers la guérison est une forme d'équilibre intérieur qui s'installe, ayant comme fonction d'encourager et de nourrir un état de santé et non de malaise ou de maladie. Cela se fait de l'intérieur vers l'extérieur selon elle et lorsque la personne traverse une période difficile, elle doit faire face à des obstacles tels que pardonner ou gérer sa colère (Myss, 2009, p. 83). Myss fait état d'un raisonnement mystique de la part de l'individu permettant à des guérisons de prendre place. Car dit-elle, l'esprit génère naturellement la grâce pour guérir le corps physique tout comme il est naturel pour le corps d'activer son propre système de guérison l'instant même où il fait face à une crise.<sup>92</sup> Le rôle de la souffrance et de la

---

<sup>92</sup> Myss indique que tout comme le corps physique comporte des systèmes qui réagissent automatiquement lorsqu'il y a une blessure physique, par exemple la réponse inflammatoire, la psyché et l'âme répondent à une crise en révisant quels systèmes sont atteints/blessés ayant permis à la crise de prendre place : elle veut savoir ce qui ne va pas, si des signes précurseurs ont été manqué, etc. Cette évaluation progresse d'éléments faisant partie de la raison vers des éléments faisant partie du cœur : là où sera placé le focus qui fournit de l'information sur ce qui a besoin d'être fait pour régler, réparer et guérir (*healing*) selon Myss (2009, p. 87). Les relations, les valeurs, les choix dans la vie, les regrets et les priorités défilent pour être révisés dans ce stage difficile (nuit obscure). Ceci, car la crise amène l'individu à prioriser à nouveau ce qui fait du sens pour lui ou elle. Pour Myss, le cheminement vers la guérison consiste à atteindre un équilibre pour permettre à la grâce de « circuler » et le choix centré sur

guérison trouvent une place importante dans le passage entre ces forces potentielles d'ombre et de lumière, ce qui résonnait avec des thèmes de mon objet d'étude. En plus du fait que pour Myss, ce système ou mappe a un impact sur la résolution des conflits :

When we apply the template of the dark night of the soul to healing, it becomes a brilliant mystical map that clearly distinguishes the domain of the ego from the soul. This same road map also provides a way of understanding the dynamic of healing. The difference between the domain of the sense and the soul, as John of the Cross describes them, parallels how our ego drowns in the experience of humiliation and how the soul then takes that action and examines how it has given us a desire to make another person suffer because we have suffered. In the depths of our soul, we discover our true source of pain, which is our desire to cause pain because we have experienced pain. We feel entitled to a reward because we have suffered and if that reward is not forthcoming, either in the form of special treatment or acknowledgment or a life made easy in some way with certain privileges, then we will make someone suffer for lack of those entitlements. And even if we consciously do not want to make another suffer, we will find someone to punish just the same because from pain, we expect to be rewarded, we expect acknowledgment. And if that is not forthcoming, we will punish someone. In the vast, deep, secret, and silent recesses of our soul, we discover why – why do we desire to put another in pain, to transfer our suffering to another? Why are we compelled to hand it down to another generation, from parent to child, from nation to nation? The ego cannot address this. The night of the senses, the night of the ego, will only give us reasons that justify our actions. To truly heal, we must go past our ego and into the depths of our soul, into our dark passion, examining the source of our actions and choices in life. (Myss, 2009, p. 84)

Cette addition à la Matrice a apporté une dimension heuristique au modèle émergent, c'est-à-dire propice aux découvertes et qui peut se faire de façon rapide et intuitive notamment comme ce fut le cas en pensant appliquer le système de polarités à la Matrice. Ce que j'en avais saisi se faufilait comme piste potentielle pour les raisons mentionnées plus haut.

Ce processus m'a amenée à vouloir me familiariser sur les notions de vices et péchés, ainsi que grâces et vertus dans la littérature. Ceci, bien que ces thèmes n'aient pas été directement liés au phénomène à l'étude, il s'agissait d'une piste exploratoire pour potentiellement éclairer sur l'impact du phénomène à l'étude et fournir des pistes de réflexion sur certaines questions de recherche (type de spiritualité à l'œuvre dans l'ÉC ; expériences transformatives ; etc.). Il fut révélateur dans cet exercice de découvrir des auteurs en sociologie des religions qui associent la notion de péché à un durcissement du cœur (*hardening of the*

---

l'amour de l'autre est en jeu selon elle, ce qui m'interpellait en lien avec l'objet d'étude. La tâche est de faire face à ses « démons intérieurs » et des auteurs font la distinction entre des manifestations de l'égo versus d'autres 'moteurs d'action' intérieurs qui sont en jeu dans le processus de transformation et guérison, dont l'âme potentiellement, entourant le choix de la violence versus de l'amour de l'autre.

*heart*) et la vertu à une expansion du cœur (Fairlie, 1978 ; Cherbonnier, 1955 ; Lyman 1978). Ce lien avec les données et l'autoréflexivité et l'autorégulation dans la pratique de l'ÉC m'a menée à reconnaître et explorer plus à fond ces indices. Je me posais les questions suivantes : Dans la tâche qui incombe de connecter avec le cœur avec l'ÉC et le type de « réponses du cœur » et de choix (voire moments du choix : ce qu'ils comprennent en termes de prédispositions et motivations dans l'action) qui incombent à l'écouteur au moment de connecter avec l'autre, dont profondément : quels types d'enjeux et conséquences prennent place selon quels degrés de fermeture et d'ouverture du cœur, dont dans ce certain calibrage au niveau du cœur vu plus tôt ? Est-ce que les passages entre vices et vertus tels que décrits par Myss peuvent nous informer à cet égard ? Qu'est-ce qui est en jeu en fait dans cette pratique foncièrement prosociale (écoute compassionnelle), ce qui implique valeurs et vertus ?

J'ai soustrait d'écrits de la littérature et compilé des éléments liés à ce durcissement du cœur (vices et péchés) et expansion du cœur (grâces et vertus), afin de voir comment la valeur de l'amour (et autres valeurs connexes telles que la compassion, l'empathie, l'altruisme et autres) étaient déclinée en regard de cet aspect et définition de l'amour compassionnel qui est un « amour centré sur l'autre ». Ceci encore une fois dans une perspective séculière rattachée aux défis quotidiens interpellant à la fois la nature et la condition humaine. Car tout comme Henry Fairlie l'indique : même si le péché n'est plus autant populaire en contexte contemporain, cela ne veut pas dire qu'il n'existe pas. Il oppose des vertus aux vices tout comme Myss (et autres écrits sur la question) de la façon suivante :

The heavy stones of Pride, the sealed eyes of Envy, the smoke of Anger, the running of Sloth, the prostration of Avarice, the starvation of Gluttony, the fire of Lust – but the scourge of each sin consists of examples of the opposing virtues, and each of them – humility, generosity, meekness, zeal, liberality, temperance, chastity – is an example of love that is in order. (Fairlie, 1978, p. 193)

Pour Fairlie, le péché est l'absence de l'amour, ou son détournement comme nous le verrons dans le mémo théorique suivant qui présente un extrait de ce retour à la littérature et réflexion en regard de la notion de péché m'interpellant en lien avec la recherche, tout comme un mémo ensuite sur la grâce.

### **MÉMO : Extrait de la revue de la littérature sur la notion de péché/vice informant l'étude**

Fairlie (1978) parle du péché comme d'un durcissement du cœur (p. 134): « All sin is a hardening of the heart against the fullness of life ». Là où il est le plus dévastateur dit-il, est au cœur de notre essence « dans la fluidité d'un courant sans bruit, fort, profond et obscur en nous ». Il ajoute que le péché est le plus ravageur dans ce qu'il y a de plus profond en soi, dans notre essence, notre être (*core of being*), là où règne un principe unificateur qui organise notre nature humaine et qui est plus grand que la somme des parties. C'est un endroit où il y a quelque chose d'innommable et qui comprend ce qu'il y a de plus complet et authentique en soi (Fairlie, 1978, p. 4 et 5), là où nous savons être nous-

mêmes dans notre forme la plus complète et avec laquelle nous devons former une relation. Cet « endroit » n'est-il pas étranger à cette essence profonde (*core essence*) importante dans le modèle de l'écoute compassionnelle ? Ce « tout plus grand que la somme des parties » lié à ce principe unificateur est-il tributaire de la guérison (*healing : wholeness*) ?

C'est au niveau relationnel que la notion de péché devient intéressante en lien avec le modèle émergeant, car toujours pour Fairlie, le péché devient la destruction de son propre soi, de même que la destruction de ses relations avec les autres (Fairlie, 1978, p. 4). C'est dans le lien avec soi et les autres que le bât blesse avec le péché : « *Sin is the destruction of one's self as well as the destruction of one's relationships with others* ». On retrouve cette idée de l'amour qui a mal tourné dans les péchés chez cet auteur (Fairlie, 1978, p. 34), en ce sens que selon la tradition catholique, les sept péchés capitaux sont une démonstration que l'amour a « mal tourné ». Il s'agit d'un amour qui s'est retourné sur la personne, pour se plaire à elle-même, ayant comme conséquence que l'amour est affaibli, déplacé ou tordu (*distorted*) (Fairlie, 1978, p. 34). À titre d'exemple, les péchés ou vices suivants et la façon dont ils sont décrits, m'amène à me demander s'ils peuvent jouer un rôle sous-jacent (causes parmi d'autres) aux choix (conscients ou non) motivant une attitude et action monologique versus dialogique en lien avec l'autre et les attributs qu'ils supposent selon Floyd (in Wovin, 2010).

À titre illustratif, l'avarice est vu comme l'amour de la possession : quand l'avare chérit ses avoirs, il en fait ses idoles, une forme de Dieu où l'amour est celui de posséder. La plénitude de la vie est touchée du fait qu'une fausse valeur est accordée à des objets, diminuant sa propre valeur comme humain. C'est sa propre nature que la personne déforme et avec l'avarice, l'idolâtrie devient une forme d'abaissement de soi devant un objet qui ne mérite pas tant de vénération (Fairlie, 1978, p. 134). L'avarice et la gourmandise deviennent un amour excessif dirigé vers soi (Fairlie, traduction libre) : « Objet le méritant, mais si excessif qu'il peut en venir à détruire sa propre capacité d'aimer d'autres objets qui sont aussi et peut-être plus méritants d'être aimés ». L'orgueil, l'envie et la colère sont vus pour leur part comme des péchés venant d'un amour pervertis vers soi-même. C'est-à-dire dirigée vers « un objet qui en vaut la peine » mais dirigé d'une mauvaise façon. Le problème est que : « One imagines that one may gain some good for oneself by causing harm to others » (Fairlie, 1978). La colère dans son effet ultime est de séparer l'être de lui-même, créant une aliénation fondamentale ; l'orgueil le sépare de Dieu et ; l'envie, de son voisin.

La plénitude selon Fairlie est associée à une préoccupation envers l'autre et les choix posés prennent une importance capitale. Il indique que si nous voulons être aussi pleinement qui nous pouvons être, une préoccupation pour les autres doit être présente dans nos choix : « Duty or loyalty or conscience, call it what one will, must consistently be one of the governors of our actions. To strip people of their moral natures is in fact to strip them also of the possibility of fully being. (Fairlie, 1978). Dans cette conception, si les péchés commencent avec l'amour, ils se terminent en l'absence d'amour (*lovelessness*). Fairlie explique (1978, p. 193) : « *Sin is the wreckage of the love of which we are capable* ».

Pour Cherbonnier (1955), l'opposé du péché est en fait l'*agape*, qu'il met en lien avec la règle d'or, présente dans toutes les grandes traditions religieuses et spirituelles. Cet auteur affirme que « quand la liberté de l'humain est orientée vers le vrai Dieu qui est l'*agape* et la règle d'or, celui-ci ne trouve plus de satisfaction à tenter de prendre avantage de son voisin ; ni à se sauver de lui ; ni à devenir insensible ou réfractaire envers lui » (Cherbonnier, 1955, p.61). Ce qu'il appelle des pseudo-dieux (péchés et vices) le met au contraire dans un état de servitude plutôt que de le « couvrir de liberté ». Rappelons-nous ici qu'une des caractéristiques de l'amour compassionnel est liée à liberté (Ferh et al., 2009).

Le durcissement du cœur est la marque inévitable de ces victimes selon Cherbonnier, pour qui le péché devient : toute orientation du cœur qui détruit l'*agape* et que seule une réorientation du cœur peut transformer (Cherbonnier, 1955, p. 62). Ce qui résonne de façon globale sur ce qui est demandé en termes d'ouverture versus fermeture du cœur dans l'ÉC. Cette dimension heuristique demeure importante à continuer à explorer à mon avis.

De la même façon, un regard dans la littérature sur la notion de vertu me montrait comment, tout comme les péchés, elle est liée aux défis humains dans l'agir.

### **MÉMO : Extrait de la revue de la littérature sur la notion de vertu/grâce informant l'étude**

L'étymologie du terme vertu en latin est *virtus*, qui correspond selon André Dumas, théologien et philosophe (1989) : « Au courage qu'a l'homme de vouloir le bien et de s'y maintenir, par intelligence de la hiérarchie des valeurs visées, par la force de caractère pour les atteindre et finalement par une habitude, un *habitus* de s'y conformer ». Notons la racine grecque de vertu, *arété*, que Dumas associe à excellence et dont l'origine remonte à un vieux préfixe indo-européen *ari* (Sentis, 2004, p. vii). Selon le dictionnaire (Petit Robert, 2004), la vertu est considérée comme une force avec laquelle l'homme tend au bien ; une force morale appliquée à suivre la règle, la loi morale. On parle aussi de disposition à accomplir des actes moraux par un effort de volonté, une qualité portée à un haut degré. La vertu est une notion que l'on retrouve notamment dans le domaine de la théologie morale<sup>93</sup> comme en fait foi Servais Pinckaers (1925-2008), théologien moraliste, prêtre catholique et membre de l'Ordre dominicain (Ordre des prêcheurs). Dans son ouvrage *Plaidoyer pour la vertu* publié en 2007, il dira que cela « demande un certain courage, de nos jours, pour écrire un livre consacré à la vertu et qu'il faut même de l'audace pour soutenir qu'elle est cause de nouveauté et source de joie car la vertu a vieilli, a pris des rides et son teint s'est fanée ». Il explique qu'après la renaissance, la béatitude s'est substituée comme base de la morale, à l'obéissance à la loi, œuvre de la volonté divine et vue comme un code d'obligations et d'interdits restreignant la liberté humaine. Les impératifs moraux l'ont accommodée en obéissance volontaire et elle a perdu une certaine spontanéité pour devenir la contrainte d'une pression de soi sur soi.

Pour Laurent Sentis, prêtre et docteur en théologie, la morale est considérée comme une science normative de l'agir humain et touche tout ce qui permet à l'humain de devenir un sujet responsable de sa propre histoire et : « de réussir ainsi sa vie en se construisant, non pas envers et contre les autres, mais avec eux et pour eux » (Sentis, 2004, p. vii). Mais attention, Pinckaers (2007) met en garde la transformation subtile derrière les mots qui peut rétrécir ou gauchir le sens du mot vertu, et contrevient au fait qu'en contact avec l'expérience, on peut redécouvrir toute la richesse de la vertu. La définition qu'il lui donne « n'est donc pas réductible au mot et à l'idée qui la désignent ; elle ne se révèle bien, dans son dynamisme, qu'à celui qui la met en pratique avec intelligence ». Ceci rejoint la dimension appliquée grandissante du modèle et l'affirmation de Pinckaers (2007) : « Il ne s'agit pas de se borner

---

<sup>93</sup> Pinckaers (2007) indique que la notion de vertu a connu son heure de gloire selon lui avec les écrits de Saint Thomas d'Aquin, à la suite d'Aristote et de saint Augustin. On y présentait la morale chrétienne comme étant constituée par l'organisme des vertus, théologique et morales : « conduisant l'homme à la béatitude plénière dans la jouissance de la vision divine ».



à exposer une théorie sur la vertu mais de lui donner une visée active, voulant aider le lecteur à réfléchir lui-même sur les vertus et à progresser dans son expérience ».

L'existence de la grâce quant à elle peut être vue à travers les vertus (McKivergin, in Dossey et al., 2005, p. 238). Elle est associée à plusieurs traditions spirituelles dont le catholicisme de par sa longue tradition mystique et théologique mais nous retrouvons une référence à la grâce dans l'hindouisme notamment, spécialement le Vedanta (Myss, 2009, p. 112). Selon le prêtre catholique W.W. Meisner (1964), une « psychologie de la grâce » va aider l'individu moderne à réaliser le lien entre la vie spirituelle et le processus de développement et de maturation personnels. Abraham Maslow ajoute que la personne pleinement développée est capable de voir le sacré, l'éternel et le symbolique dans le monde (Myss, 2009, p. 111-112).

Pour Myss, les grâces divines ne sont pas quelque chose que l'on peut créer sous volonté, elles nous sont données : nous pouvons devenir des réceptacles ou des facilitateurs de leur manifestation, mais cela reste dans une dimension de mystère et relève en principe du sacré. Pour elle, la grâce n'est pas juste une vague substance divine ou un idéal poétique venant de mystiques dans des états de la réalité altérée, mais plutôt :

Grace is a subtle force that is beyond the grasp of reason, it is not logical or rational or an intellectual power that can be contained within one clear definition. It needs to be experienced, recognized by the individual from within; in the same way that authentic inner guidance is deeply understood by the recipient to be genuine. It is a divine power, a force that the laws of nature are often subject to rather than the other way around, as in the matter of miracles. (Myss, 2009, p. 112)

En jeu est le fait que l'égo est souvent en conflit sur comment gérer le pouvoir de la grâce car il est motivé par des agendas personnels ajoute Myss, spécifiant que l'égo dépend de ses sens physiques pour manœuvrer le monde et avoir un contrôle sur le monde extérieur, alors que l'âme dépend de ses grâces et sens spirituels et le pouvoir des grâces travaillent à transformer notre monde (Myss, 2009, p. 115). Pour elle, si nous étions pour éliminer les peurs qui envahissent l'égo (*burden*), ce qui resterait est une âme intuitive qui répondrait aux autres avec clarté et sans effort, alors que les sens spirituels nous attirent vers les autres et non pas loin d'eux. Nous vivons dans un champ de grâce généré par notre âme conclut-elle.

Une familiarisation avec les notions de vices/péchés et grâces/vertus dans la littérature m'a ouvert des pistes de réflexion sur la nature et la condition humaine. Lesquelles allaient continuer à être prises en compte dans le stage avancé et certains aspects allaient trouver une place dans le modèle émergent.

Cette dimension de la Matrice et lectures associées m'ont fait écrire dans un mémo que je comprenais maintenant pourquoi j'avais choisi la discipline des sciences des religions pour des études doctorales. À titre de chercheur par contre, j'ai senti le besoin assez tôt dans la recherche de faire une certaine délimitation mise en image comme outil conceptuel liée à certaines dimensions liées à l'objet d'étude. Ce que j'explique dans le mémo suivant, accompagné de l'image en question (figure 11).

## MÉMO : Délimitation d'éléments liés à la conscience humaine et divine

Très tôt dans la recherche j'ai senti le besoin de développer l'image suivante (figure 11) servant d'outil conceptuel pour délimiter ce que j'en suis venue à appeler la conscience humaine et la conscience divine. Ceci, car autant les données que les écrits des pionnières et ceux sur l'amour compassionnel comprennent des notions liées à la spiritualité (sacré, divin, transcendant). Qui plus est, Fehr et ses collaborateurs (2009) indiquent que le transcendant peut se trouver dans toutes les composantes du modèle de recherche sur l'amour compassionnel.



**Figure 11** : Image d'une interface entre conscience humaine et divine chez l'individu

L'image représente une certaine délimitation et point d'interface entre la conscience humaine et divine.<sup>94</sup> La première pour moi réfère au cinq sens (visible) et la deuxième à ce qui est extra-sensoriel (invisible) et qui peut être vue comme une puissance ou forme d'intelligence supérieure quelconque. Je vois ce point d'interface entre ces deux niveaux de conscience comme étant l'espace où l'individu fait l'expérience d'une force vitale de nature transcendante. Il peut s'agir d'une force qui le guide, qui le lie à des valeurs, qui lui procure sens et raison de vivre ; que de Souza (2009) dit être lié à des traits humains tels que l'amour, l'honnêteté, la sagesse ou autres, ou qui procure pour certains un sentiment mystique. Bref, toutes des définitions liées à la spiritualité (de Souza, 2009). Quelles qu'elles soient, associées à des croyances religieuses ou non. Ces formes de conscience ne sont pas nécessairement séparées l'une de l'autre, ni au-dessus ou en-dessous de l'une et de l'autre comme le montre cette image. Il s'agit d'un outil conceptuel et symbolique en appui à l'analyse et la recherche en cours. La définition de conscience est empruntée de Shlitz et collaborateurs en lien avec les expériences transformatives de la conscience : la vision du monde. Je retiens aussi la définition de Keegan (in Dossey et al., 2005, p. 93) : « *A state of knowing or awareness* ». Je garde cette délimitation et description simples pour ne pas influencer l'analyse des données et tout dévoilement sur cette

<sup>94</sup> Bien que je n'en aie pas le souvenir comme tel, une source d'influence pour cette image peut avoir été un énoncé de John Paul Lederach, lequel identifie dans un bilan découlant de plusieurs années d'implication dans le domaine de la paix, les facteurs sans lesquels une paix durable n'est pas possible (2005). Un de ceux-ci est « l'espace nécessaire pour un acte créatif : là où le divin et l'humain se rencontrent » (Lederach, 2005, p. 38).

dimension pouvant faire partie du phénomène à l'étude. Le schéma sert donc à faire un point de démarcation entre ces deux dimensions, humaine et divine : le divin étant associé au mystère et par définition Myss indique qu'il ne peut pas être compris par la seule raison (Myss, 2009).

Plus tard dans la recherche j'en suis venue à envisager le point d'interface entre ces deux niveaux de conscience comme étant lié au moment du choix (d'un amour centré sur l'autre ou non ; de procurer une écoute compassionnelle ou non).<sup>95</sup> Cette image-outil a donc évoluée et s'est frayée un chemin jusqu'au modèle théorique et appliqué comme nous le verrons dans le sixième chapitre. À la fin de l'écriture de ma thèse, j'ai pris connaissance des écrits de Pargament et été interpellée par ses définitions et descriptions de l'essence sacré (*sacred core*) chez l'humain et un cercle sacré l'entourant :

The 'sacred core' refers to ideas of God, higher powers, divinity, and transcendent reality. But the sacred is not restricted to concepts of a Supreme Being or greater reality. Surrounding the sacred core is a ring of other aspects of life that become extraordinary, indeed sacred themselves, through their association with the sacred core. (Pargament, 2007, p. 32)

Au centre de ce cercle sacré se trouve une série de termes propres à la spiritualité tels le sens, la nature et l'âme, lesquels font partie du 'domaine de la spiritualité' (Pargament, 2013). Ce que Pargament présente n'est pas sans résonance avec cette image (figure 11) développée naturellement dans le processus créatif et intuitif comme chercheuse visant à me doter d'un outil conceptuel pouvant accueillir et délimiter certaines données. Ceci dit, le côté pragmatique demeurant très présent tout au long de l'étude, notamment en vue d'une contribution sur le terrain. Une autre dimension à la Matrice s'est révélée et est devenue un produit d'analyse en soi. Voyons ceci de plus près.

### **Produit d'analyse B (étape 3) – Ébauche de guide et outils pour le modèle**

Dans la mesure où existait une synergie et interconnectivité entre les unités structurelles de la Matrice, leurs indicateurs-concepts et processus en jeu (réponses du coeur en développement), je devenais de plus en plus familière concernant leurs liens d'interdépendance et la portée et impact sur les gens concernés et problématique de la transformation des conflits. Une action dans une unité pouvait avoir un impact

---

<sup>95</sup> Rappelons ici que mon interrogation porte particulièrement sur le moment du choix, la motivation et le discernement comme composante centrale du modèle de recherche sur l'amour compassionnel. Je me pose des questions sur les aspects entourant le choix d'un amour compassionnel et d'une écoute compassionnelle ou non : quels facteurs aident à choisir ce qui favorise la compassion ? Quel est cet élan venant des profondeurs aspirant à agir en ce sens (comme le présuppose le *Kun long (wa)* et la décision dans l'écoute). En plus du fait qu'une des questions de recherche aborde le terme de la spiritualité et veut voir de quel type il s'agit en lien avec l'objet d'étude.

sur d'autres et ainsi de suite comme effet domino. Qui plus est, il m'apparaissait que les individus et groupes pouvaient être en mesure d'identifier des unités structurelles liées à des forces en place et cela pouvait constituer un point de départ pour la transformation du conflit et influencer sur les autres dimensions (unités structurelles). J'ai émis l'idée d'un certain « Tic Tac Toe *de la paix* » pouvant être créée à partir de la Matrice (trois variables et leurs indicateurs-concepts, figure 10). Ceci, en référence au jeu portant ce nom et qui comprend aussi neuf espaces que l'on peut choisir de « remplir » avec des 'x' et des 'o'. La présentation de la Matrice sous cette forme de jeu pouvait avoir un effet d'entraînement à mon avis par la qualité de présence, de connexion et d'environnement demandées, afin de faciliter la transformation des conflits et créer une plus grande paix dans tout environnement. Il s'agit bien sûr d'un concept visant à voir les possibilités avec le modèle émergent.

Comme il y a un « format » ou environnement, des messages centraux et des individus (messagers) dans toute situation de conflit, il s'agissait de voir jusqu'à quel point les intentions et motivations dans l'action (réponses du cœur) rattachées à ces indicateurs étaient présents ou non et/ou pouvaient être choisis consciemment. Accompagné d'un guide et des outils pour mieux comprendre et actualiser ces éléments et dont des outils d'autoévaluation personnelle et de groupe, on pourrait prendre conscience et être outillé sur l'application d'enseignement liés à l'ÉC en lien avec ces indicateurs.

Bref, ces outils pourraient renseigner jusqu'à quel point un certain *agenda du cœur* était présent ou non et des indices pour l'atteindre à la lumière des enseignements de l'ÉC. J'envisageais un guide mis en ligne avec des liens dans ces unités structurelles menant à de l'information sur les indicateurs-concepts et réponses du cœur autant au niveau conceptuel qu'appliqué. Un canevas de base et première ébauche de ce que ce Guide et outils connexes pouvaient contenir ont été développés, qui allait continuer à être peaufinés en cours d'étude. Cet exercice m'a surtout permis de clarifier et expliquer le modèle émergent d'un point de vue pragmatique et de mesurer sa portée potentielle sur le terrain de la recherche et de l'intervention. À l'annexe J, se trouve une première itération de l'objectif et raison d'être d'un tel guide. Nous y reviendrons car un des piliers du modèle porte sur la dimension pratique et praxis qui prévoit un tel guide et outils adaptés au modèle final.

#### **4.2.2 Étape 4 : Sensibilisation théorique grandissante**

À titre de rappel, vu dans le troisième chapitre, la sensibilité théorique est l'habileté du chercheur à être analytique, à voir ce qui est étudié en termes théorique et à aller au-delà des entités elles-mêmes pour en

identifier des caractéristiques applicables au-delà du sujet étudié en tant que tel (Oktay, 2012, p. 16). En cours d'analyse, des questions de recherche additionnelles se sont ajoutées, les propositions théoriques se sont raffinées et un schéma conceptuel avancé a pris forme, participante de cette sensibilisation théorique grandissante qui est examinée dans les deux prochains produits d'analyse du stage axial.

#### **Produit d'analyse A (étape 4) – Question de recherche additionnelles et raffinement des propositions théoriques**

Lors du codage axial, la combinaison de questions sur le processus (la séquence d'actions et d'interactions) et la façon dont les choses se passent (le comment et la structure, voir le contexte et les conditions) génèrent des questions plus complexes, menant à un tout plus cohérent créé par les propriétés et dimensions de catégories à l'étude en lien avec les hypothèses (Strauss & Corbin, 2004). Les questions suivantes se sont ajoutées à celles de base pour l'étude en cours d'analyse : 1. Comment transcender la polarisation au cœur des conflits ? Ici, la notion de polarisation devenait de plus en plus centrale, dont son impact sur le mieux-être et la santé et spiritualité. 2. Quelles sont les conditions et les facteurs qui nous font choisir de connecter socialement plutôt que de se battre, de se sauver ou de demeurer paralysé devant des problèmes/conflits ? La TE vise d'une part à voir la variation dans un passage entre des stages de comportements et d'attitudes et, d'autre part, s'installait une interrogation croissante portée sur ce qui se passe dans le passage notamment de connecter avec le cœur afin d'aller vers une capacité plus grande de répondre aux objectifs visés par l'ÉC. 3. Comment peut-on atteindre des façons de connaître/comprendre (ways of knowing) et d'être non dualistiques, afin de prendre des décisions plus saines, plutôt que certaines polarisantes et qui encouragent la violence ? Ces trois questions amenaient à l'avant plan les notions de polarisation, de conditions et de facteurs qui influencent la connexion sociale (plutôt que les instincts de se battre, de se sauver ou de rester paralysé), ainsi que des dimensions et propriétés rattachées au processus et type de spiritualité en lien avec diverses façons de savoir et connaître (ways of knowing). Ceci, en regard des expériences et transformations, voire des guérisons, découlant de la pratique de l'ÉC et qui interpellent diverses formes d'intelligence à divers niveaux, dont cognitif, émotionnel, mental, social et spirituel.

La définition de polarisation indique qu'il s'agit de (au sens figuratif)<sup>96</sup>: « L'action de concentrer en un point (des forces, des influences) ; l'inverse sera l'attraction ». Le verbe polariser réfère au niveau

---

<sup>96</sup> Les définitions incluent dans ce paragraphe proviennent toutes du dictionnaire de la langue française Le Petit Robert : Dictionnaire de la langue française, Paris, 2004.

familier à : « Se fixer, se concentrer sur un sujet unique ». La polarité est : « L'état d'un système dont deux points quelconques présentent des caractéristiques différentes (opposées ou distinctes) ». Sa dimension au niveau biologique m'interpellait : « Particularité d'une cellule, d'une structure vivante, de posséder deux pôles qui diffèrent du point de vue de leurs potentialités ou de leurs fonctions ». Au niveau électrique, cette force entre les pôles vient de : « La séparation (des charges électriques) positive et négative, dans un corps, sous l'influence d'un champ électrique ; différence du potentiel qui en résulte ». J'y voyais là des liens avec les notions d'ombre et de lumière de la quatrième dimension de la Matrice (ayant un impact sur les conséquences ou impact de ce qui prend place dans les unités structurales). Ces forces créatrices et potentielles semblaient se référer à des pôles dans leur dualité.

Entre-temps, les propositions théoriques se peaufinaient intégrant de nouveaux concepts : 1. Une synergie créée par l'inter-connectivité entre le format, les messages-clé et les messagers, dans l'approche de l'écoute compassionnelle, apporte une richesse qualitative du moment qui contribue à une expansion de la conscience qui aide à transcender la polarisation au cœur des conflits. 2. La combinaison particulière de l'écoute avec la compassion encourage une "réponse du cœur" conductrice à une transformation et guérison, où des "grâces" peuvent se manifester / être manifestées. 3. L'effet global informe un "agenda du cœur" qui peut être intégré dans les efforts de transformation de conflit et construction de la paix, afin de cheminer vers une culture de la paix et du dialogue définie par les Nations Unies (1999) : « La culture de la paix est un ensemble de valeurs, attitudes, comportements et modes de vie qui rejettent la violence et préviennent les conflits en s'attaquant à leurs racines par le dialogue et la négociation entre les individus, les groupes et les Etats. » Ce « tout » m'apparaissait de plus en plus comme une forme d'écosystème dans lequel se déployait et déclinait l'approche de l'ÉC ayant pour effet de favoriser l'intégration d'un « agenda du cœur » aux efforts de paix. Cet ensemble apportait un certain cadre au modèle émergent. En examinant la synergie et les liens d'interdépendance dans ce tout, un titre se dessinait : Écosystème du mieux-être pour une paix intérieure et extérieure. Il renfermait divers aspects de la recherche dans un ensemble de plus en plus cohésif qui interpellait les disciplines plus particulières de la santé et du mieux-être, la paix et la spiritualité.

### **Produit d'analyse B (étape 4) – Schéma conceptuel avancé : Interface entre les notions d'écosystème, mieux-être/santé, paix et spiritualité**

La sensibilité théorique grandissante amène des codes de plus en plus théoriques et demande des allers et retours entre l'analyse et la littérature scientifique. Il en a résulté le schéma conceptuel avancé suivant (figure 12) qui réunit les fruits de ce travail.

<b>ÉCOSYSTÈME du</b>	<b>MIEUX-ÊTRE pour une</b>	<b>PAIX</b>	<b>INTÉRIEURE et</b>	<b>EXTÉRIEURE</b>
Écologie humaine en lien avec la santé et la paix.	Mieux-être selon une perspective holistique (intègre les diverses dimensions de l'être : physique, mental, social, émotionnel et spirituel).	Culture de la paix selon l'ONU : adresse les causes sous-jacentes aux conflits et demande une action au niveau systémique	Valeurs, croyances et choix/décisions, personnels pour une culture de la paix qui apporte calme et paix intérieure autant qu'extérieure.	Valeurs, croyances et choix/décisions collectives pour une culture de la paix intérieure et extérieure en vue : Cohésion sociale, respect mutuel et bonnes relations.
<b>COMPASSION (pour le modèle émergent est lié à) :</b>				
Niveau de conscience propice à une culture compassionnelle globale, informée par la spiritualité écologique.	Mieux-être global via l'intégration de diverses formes de connaissances, dont celles du cœur et liée à la compassion.	Approche relationnelle et spirituelle pour la paix, inspirée de l'approche de l'ÉC.	Réponse du cœur comme caractéristique de l'amour compassionnel lors de la pratique de l'ÉC.	Dimension compassionnelle de groupe : environnement et contexte créés dans la pratique de l'ÉC.
<b>ÉCOUTE et DIALOGUE (pour le modèle émergent est lié à) :</b>				
Facteurs et conditions dialogiques favorisant l'écoute et le dialogue dans tout environnement.	Facteurs de mieux-être en lien avec l'écoute et dimensions dialogiques à l'œuvre.	Dialogue, coexistence et collaboration (comprenant une écoute de qualité).	Habiletés dialogiques centrées sur l'écoute profonde avec compassion.	Espaces dialogiques accueillant l'autre/ les autres, dans l'écoute profonde avec compassion.
<b>TRANSFORMATION et GUÉRISON (pour le modèle émergent est liée à) :</b>				
Ancrages transformationnels et de guérison au niveau global, propice à une culture de la paix et du mieux-être intérieur et extérieur.	Bienfaits et restauration de la santé et du mieux-être à multiples niveaux (physique, mental, émotionnel, social) avec celle spirituelle intégratrice du mieux-être.	Calme, décisions saines de non-violence et de paix qui intègrent une forme d'agenda du cœur transformationnel et propice à la guérison (dont des blessures liées aux conflits).	Transformations et guérisons individuelles dans le choix conscient de la lumière (compassion) vs l'ombre (violence) à titre de forces créatrices en puissance.	Transformations et guérisons collectives dans le choix conscient de la lumière (compassion) vs l'ombre (violence) à titre de forces créatrices en puissance.
<b>Assises théoriques au carrefour des sciences sociales, sciences de la santé et sciences des religions selon une perspective de mieux-être intégral au niveau holistique et spirituel. Ceci, ancré dans un paradigme pragmatique visant l'application concrète du savoir.</b>				

**Figure 12** : Schéma conceptuel avancé

**Légende** : Mauve : Titre du modèle émergent et des ancrages/sites idéologiques associés émergents. Bleu : Notions de base faisant partie de l'étude (et la mappe conceptuelle de base). Jaune : Facteurs et conditions propices à une culture de la paix ayant émergé des données. Vert : Ancrages conceptuels émergents à explorer de plus près liés à la transformation et guérison. Rouge : Assises théoriques se précisant à la lumière du modèle émergent.

La légende montre qu'en mauve on retrouve le titre du modèle émergeant dans la première rangée : Écosystème du mieux-être pour une paix intérieure et extérieure, et ses ancrages systémique globaux. En bleu sont présentés les sites et notions de base faisant partie de l'étude (on y reconnaît les éléments clé du schéma conceptuel de base du deuxième chapitre). La couleur jaune comprend des facteurs et conditions propices à une culture de la paix venant de l'analyse des données, pour montrer ceux en vert qui sont des ancrages conceptuels émergeants à explorer de plus près au niveau transformationnel, associés à l'objet d'étude. Un retour dans la littérature est commun dans le stage axial et il m'a menée à examiner la synergie entre ces éléments, selon l'interface qui se dessinait entre les notions d'écosystème, santé/mieux-être, paix intérieure/extérieure et spiritualité (thèmes du nom donné au modèle et où est ajouté la notion de spiritualité). Je m'interrogeais sur les liens entre celles-ci et les divers éléments des sites idéologiques (unités rattachées aux notions de base selon Charmaz, 2006) de ce schéma conceptuel avancé. J'ai voulu voir de plus près comment s'inscrivent ces interfaces sur le terrain, dont pour des organismes tels l'OMS et l'ONU afin d'avoir une perspective systémique (liées au domaine de la santé avec l'OMS et de la paix avec l'ONU). Dans la mesure où ce qui se dessinait pouvait apparaître comme une forme d'écosystème, ces interfaces selon la littérature leur étant associée allaient être instructives à ce stade-ci de la recherche.

*Écosystème et santé/mieux-être.* Dans le cadre d'une initiative internationale chapeauté par les Nations Unies et sous l'égide de l'Organisation Mondiale de la Santé, 1,360 experts dans le monde se sont penchés sur les liens qui existent entre les écosystèmes et le bien-être humain. Le rapport intitulé : *Millenium Ecosystem Assessment Conceptual Framework* publié en 2005 fait état de ces travaux. Un écosystème désigne l'ensemble des éléments vivants et non vivants qui constituent un milieu naturel et interagissent les uns avec les autres et l'OMS le définit comme « le système de soutien à la vie sur la planète pour l'espèce humaine comme pour toutes les autres formes de vie ». Les experts de ce rapport indiquent que le facteur humain à travers les actions humaines peut diminuer la capacité de plusieurs écosystèmes à répondre aux besoins de santé et de bien-être et que le mieux-être humain dépend de la gestion des écosystèmes de la terre. Ils ont identifié cinq types de déterminants et de constituants du mieux-être liés à l'écosystème. Interdépendants, un changement dans l'un entraîne souvent des changements dans les autres et il s'agit du/de (UN, 2005, p. 74) : matériel de base pour mener une bonne vie, la sécurité, la liberté de choix, la santé et les bonnes relations sociales. On énonce qu'ensemble : « These provide the conditions for physical, social, psychological, and spiritual fulfillment » et qu'ils se renforcent positivement ou négativement selon les pôles suivants (UN, 2005, p. 75) : Assez de matériel pour une bonne vie versus un manque de matériel ; la sécurité versus la vulnérabilité ; la liberté de choix



et d'action versus l'impuissance ; une bonne santé versus une mauvaise santé ; de bonnes relations sociales versus de mauvaises relations sociales. La prépondérance vers les pôles positifs favorise la santé alors que celle vers les pôles négatifs la défavorise. En ce sens, une influence positive a pour conséquences la paix d'esprit et l'expérience spirituelle d'une bonne vie alors que des conséquences négatives apportent stress, douleur et anxiété (UN, 2005, p. 74). Les bonnes relations sociales sont associées à « se sentir bien », avoir un environnement physique sain, la liberté de choix exercée par un contrôle sur ce qui se passe et la possibilité d'accomplir ce que la personne valorise faire et être. Le facteur central dans cette prépondérance vers les pôles positifs ou négatifs selon ces experts est « la prise de décision par les humains » : laquelle a des incidences et des conséquences sur les écosystèmes et comporte des facteurs endogènes, c'est-à-dire à l'intérieur de la personne, et des facteurs exogènes, c'est-à-dire à l'extérieur de la personne (UN, 2005, p. 92). Notons ici que quatre déterminants sur cinq nommés ci-haut font partie de l'étude à divers degrés et le facteur de la prise de décision, dont en lien avec des pôles positifs et négatifs, trouve résonance avec des aspects de la dimension heuristique notamment.

**Santé/mieux-être et spiritualité.** La santé au niveau socio-environnementale est associée à des relations personnelles et communautaires solides et réfère à un sentiment d'habileté face à l'atteinte de buts et un sentiment d'être en contrôle (Labonté, 1992, cité dans Baum, 2002, aussi cité dans Galea, 207, p. 313). Les aspects médicaux et comportementaux de la santé se trouvent renforcés lorsqu'ils sont intégrés dans un cadre socio-environnemental plus large et lorsque est prise en compte la complexité qui les affectent tels le revenu, l'emploi, le logement (Labonté, 1992, in Baum, 2002, p. 312) et autres déterminants de la santé. L'OMS définit la santé comme : « Un état complet de bien-être physique, mental et social et qui ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. »<sup>97</sup> La santé n'a donc pas pour seule définition celle médicale (absence de maladie) ou comportementale liée à la pratique individuelle de comportements sains tels que faire de l'exercice et avoir une bonne nutrition. Elle peut être vue comme composante intégratrice du bien-être global, tel que l'envisage la *National Association of Wellness* aux États-Unis qui reconnaît six dimensions au mieux-être : physique, social, intellectuel, occupationnel, émotionnel et spirituel et les considère interdépendantes.<sup>98</sup> Elles le sont dans une perspective holistique.

---

<sup>97</sup> Source : <http://www.bioenergetique.com/definition-de-la-sante-oms/>. Il s'agit du préambule à la Constitution de l'Organisation mondiale de la Santé, tel qu'adopté par la Conférence internationale sur la Santé, New York, 19 juin -22 juillet 1946 ; signé le 22 juillet 1946 par les représentants de 61 États. (Actes officiels de l'Organisation mondiale de la Santé, n°. 2, p. 100) et entré en vigueur le 7 avril 1948 ». Cette définition n'a pas été modifiée depuis 1946. Source : <http://www.bioenergetique.com/definition-de-la-sante-oms/>

<sup>98</sup> Ceci, selon le modèle développé par Dr. Bill Hettler, co-fondateur de cet Institut.

Le paradigme holistique voit l'humain comme un tout intégral, c'est-à-dire qui comprend corps, pensée et esprit comme unité interreliée et en interaction continue avec l'environnement (Burdkart & Nagai-Jacobson, 2002, p. 5). La théorie des systèmes envisage d'ailleurs des composantes faisant partie d'un tout, d'un seul système, en référant aux notions d'écosystème et d'holisme<sup>99</sup>. La notion d'holisme est liée à celle de guérison (*healing*) et des ponts s'installent ici entre écosystème et spiritualité. Lea Barbato Gaydos (2005, p. 57) définit d'ailleurs la santé comme: « *An individually defined experience of well-being, harmony, and unity; a process of becoming; an expanding of consciousness* ». Cette définition vise un fonctionnement intégré et congruent en fonction du potentiel de mieux-être humain. Ce dernier prend place au sein d'une forme d'écosystème où est prise en compte le coeur humain avec l'approche étudiée, ce qui ouvre la voie à la dimension spirituelle.

**Écosystème et spiritualité.** Le rapport des Nations Unies recense trois types de services offerts aux individus et aux groupes par les écosystèmes<sup>100</sup>. Les deux premiers adressent des besoins matériels et le troisième des éléments dits non matériels qu'on associe aux domaines récréatif, spirituel, religieux et autres bénéfiques non matériels (UN, 2005, page 74). On souligne la dimension spirituelle comme on le fait pour les autres dimensions (physique, etc.), la mettant en lien avec la culture et les valeurs en référence à l'expérience humaine. L'importance de la conscience est soulignée en ce sens que : « Nous participons tous d'une conscience et d'une évolution collective dans lesquelles s'inscrivent la cohésion sociale et le respect mutuel, deux composantes déterminantes et constituantes du mieux-être dans les écosystèmes. » (UN, 2005, p. 74) Une forme de spiritualité écologique semble en jeu, laquelle selon Ursula King (2008) implique de cultiver de façon explicite une nouvelle responsabilité pour le sort de la

---

<sup>99</sup> Source : [https://www.psychanalyse.com/pdf/THEORIE\\_DES\\_SYSTEMES\\_ET\\_SYSTEMIQUES.pdf](https://www.psychanalyse.com/pdf/THEORIE_DES_SYSTEMES_ET_SYSTEMIQUES.pdf). Le concept moderne de système date des années 1940 et comprend quatre concepts fondamentaux décrits par Guy Turchany (2009) et qui interpellent la notion d'ensemble progressif qui prend place avec le modèle émergent : 1. Une forme d'interaction ou d'interrelation dont une d'elle peut être la rétroaction (ou feedback) ; 2. La totalité (ou la globalité) où le système n'est pas réduit à un ensemble d'éléments alors que « le tout est plus que la somme de ses parties » et qui comprend le phénomène d'émergence qui montre qu'au niveau global peuvent apparaître des propriétés non déductibles de celles élémentaires ; 3. L'organisation, qui est l'agencement d'une totalité dont les propriétés dépendent moins de la nature et du nombre d'éléments qu'ils contiennent que des relations qui s'instaurent entre eux et où on retrouve un aspect structurel (comment est construite la totalité) et un fonctionnel (ce que la structure permet de faire). 4. La complexité d'un système, qui relève du degré élevé d'organisation, de l'incertitude de son environnement et de la difficulté d'identifier tous les éléments et toutes les relations en jeu : d'où l'idée que les lois qui permettent de décrire ce type de système ne conduisent pas à sa reproduction identique, mais à la détermination d'un comportement global.

<sup>100</sup> Ceci, dépendant certes de particularités géographiques et culturelles, ainsi que de circonstances écologiques.

planète, et ce, sous forme d'une attitude qui cherche à répondre avec intégrité et préoccupation profonde à la situation écologique dans le monde actuel (King, 2008, p. 167). L'auteure l'associe à la notion d'écospiritualité dont le projet central comme type d'écologie porte sur l'action suivante : « Effect a transformation of values that in turn will lead to action that heals the planet. Whatever religion or form of spirituality one practices, it is possible to find a connection to the earth, and to the political work that needs to be done to change the present way of managing the natural resources » (Merchant, 1992, in King 2008, p. 167). On met de l'avant la notion de conscience écologique associée à une nouvelle compréhension des interconnexions entre tous les niveaux de la vie. Ce niveau de conscience s'inscrit dans une vision de la terre comme étant un « tout » faisant partie d'une conscience planétaire (*Idem.*).

En ce qui concerne les notions de cohésion sociale et de respect mutuel liés au niveau de conscience dans l'évolution humaine, citées ci-haut dans le rapport des Nations Unies, notons l'initiative de développement d'un index canadien du mieux-être<sup>101</sup> qui associe la notion de vitalité communautaire aux relations sociales et aux normes et valeurs sociales. Selon cette initiative, ces dernières comprennent les attitudes envers la communauté et les autres, dont la confiance, le respect de la diversité, l'altruisme et le sens d'appartenance. La dimension relationnelle est centrale en regard de vingt-trois indicateurs de vitalité communautaire que cet index s'efforce à mesurer. Parmi ceux-ci on retrouve : apporter une assistance aux autres, prendre soin des autres et la confiance. Le relationnel et spirituel sont interreliés et intégrateur des diverses dimensions de l'être dans les actions en lien avec soi et sa collectivité et mentionnons Margaret Burkardt et MaryGail Nagai-Jacobson qui voient la spiritualité comme l'essence centrale de l'être qu'elles nomment '*spiritual core*' (2002, p. 3). Selon elles, le soi spirituel contient toutes les sphères de l'être en ce que la spiritualité ne peut être séparée de la vie et des expériences physiques, émotionnelles, sociales et cognitives. Qui plus est, chacune de ces dimensions peut donner accès à la spiritualité. La spiritualité devient l'expression de l'âme selon elles, c'est-à-dire de la conscience de qui nous sommes et comment être notre soi le plus authentique.<sup>102</sup> Intégrant de façon encore plus pointue les diverses dimensions de l'être, Moxley (2000, cité dans Fry, 2003, p. 694) identifie

---

<sup>101</sup> L'Indice canadien du mieux-être est un cadre de travail et un outil novateur qui mesure ce qui compte pour les Canadiens, associé à l'université de Waterloo en Ontario. Il suit le mieux-être afin d'offrir une information précise, efficace et régulière sur la qualité de vie de tous les Canadiens. Lancé en 2009, il utilise des recherches rigoureuses pour déterminer si les Canadiens progressent vers un mieux-être durable dans huit domaines interreliés et utilise 64 indicateurs, tirés de plus de 130 sources de données, pour surveiller ces domaines. Source : <https://otf.ca/fr/ce-que-nous-subventionnons/indice-canadien-du-mieux-etre?redirected=1>

<sup>102</sup> Burkardt et Nagai-Jacobson (2002) réfèrent ici à diverses traditions, notamment avec les notions de (p. 9-10) : *rigpa* chez les bouddhistes et qui signifie sa propre vraie nature (*one's true nature*) ; *Shkhina* chez les juifs (*she who dwells within*) ; de *Atman* pour les hindous ; *Orenda* pour la tibu Seneca (p. 16).

quatre aires (*arenas*) fondamentales qui définissent l'essence de l'existence humaine : le corps (physique), la pensée (*mind* : pensées logiques, rationnel), le cœur (émotions et sentiments) et l'esprit (aspiration). Cet aspect « d'aspiration » amène à s'interroger sur ce qui anime l'action et l'être dans les tréfonds de ses prédispositions, motivations et conduites. Y sont interpellées des valeurs et vertus qui prennent action dans les défis quotidiens et qui demandent à être actualisées pour favoriser la paix intérieure et extérieure.

***Écosystème, paix et spiritualité : pour la santé et mieux-être de tous.*** L'objectif central pour l'ONU dans le développement d'une culture de la paix est le soutien de la communication participative et le partage d'information et de connaissances (UN, 2005). L'importance de la justice sociale et du respect des droits fondamentaux sont vus comme complémentaires avec la paix et figurent comme des sous-objectifs pour une culture de la paix. En ce sens que lorsque la guerre et la violence prédominent, il est impossible d'assurer les droits fondamentaux et il ne peut exister une culture de la paix sans ces derniers (UN, 2005). La culture est vue comme conductrice ou force de changement dans l'écosystème selon le rapport des Nations Unies (2005). Elle est associée aux valeurs, croyances et normes qu'un groupe de personnes partagent. La stratégie choisie par cet organisme en est une où la paix et la non-violence doivent prévaloir et cela demande le renforcement d'une culture de la paix. Cela passe par une éducation qui fait la promotion de valeurs, de comportements et de modes de vie qui vont dans le sens d'une résolution pacifique des conflits, du dialogue et de la recherche de consensus (UN, 2005). La non-violence dans une approche éducative se fait par le développement de la compréhension, la tolérance et la solidarité :

Pour abolir les guerres et les conflits violents, il faut transcender et dépasser les images de l'ennemi par la compréhension, la tolérance et la solidarité entre tous les peuples et toutes les cultures. Apprendre de toutes nos différences par le dialogue et l'échange d'informations est un processus qui ne peut être qu'enrichissant. (Unesco, 1945)<sup>103</sup>

Dans la mesure où la planification et les efforts pour développer une culture de la paix doivent tenir compte de facteurs andogènes et exogènes dont l'importance est aussi reconnue dans le rapport de l'ONU tel que vu plus haut, Leary et Tangney (2012) citent les travaux de Markys et Kitawama (1994) sur le lien d'interdépendance entre le soi et la culture qui se construit sur quatre niveaux (p. 589). D'abord, les modèles culturels de l'individu proviennent d'idées et de valeurs sociohistoriques de la

---

<sup>103</sup> Selon un document de l'UNESCO, consulté le 18 juin 2018 à 13h45 : <https://www.mvtpaix.org/wordpress/wp-content/uploads/2016/07/LaCulturedeLaPaixCestquoi.pdf>

société. Il peut s'agir d'idéaux culturels et de valeurs représentés par des textes légaux, historiques et/ou religieux. Ensuite, ces idéaux et valeurs sociohistoriques façonnent les coutumes, les pratiques et les institutions sociales, incluant les pratiques linguistiques, l'emploi, le système éducationnel et le système légal. Bref, les valeurs centrales sont produites par des coutumes, des normes et des pratiques spécifiques au niveau culturel. Ce qui amène ces pratiques et institutions à procurer des milieux (*settings*) et des situations dans lesquels les individus agissent et se comportent. Il s'agit de situations, de milieux (*settings*) et d'expériences socialement construites. Finalement, ces expériences dans ces milieux (*settings*) de tous les jours sculptent le soi et forment les tendances psychologiques individuelles. Il s'agit alors de tendances psychologiques liées à la culture. La personne en retour influence la société via ses actions et ce mouvement d'interdépendance dans la construction du soi et de la culture se poursuit. L'inclusion des valeurs de la compassion et de l'écoute profonde dans une perspective dialogique – tant à titre personnel qu'au sein d'une culture - facilite l'éloignement de la violence.

Le dialogue est ainsi reconnu comme piste maîtresse pour une culture de la paix selon l'ONU. Sur le terrain de la construction de la paix on signifie souvent son passage entre des éléments liés au débat versus ceux reliés au dialogue. Voici quelques extraits de ces passages offerts par deux auteurs connus dans le domaine (figure 13) afin de voir la teneur des passages d'éléments du débat au dialogue et qui ne sont pas sans liens avec la capacité d'écoute et de compassion demandés dans l'approche de l'ÉC.

<b>DÉBAT</b>		<b>DIALOGUE</b>
Dire, vendre, persuader	vs	Demander et apprendre
Gagner l'entente sur un sens donné	vs	Dévoiler un sens partagé
Évaluer et choisir la 'meilleure' perspective	vs	Intégrer multiples perspectives
Justifier et défendre ses assomptions	vs	Dévoiler et examiner des assomptions
Présumer qu'il existe une réponse correcte détenue par une (ou plus d'une) personne	vs	Présumer que différentes personnes détiennent une partie de la réponse et qu'ensemble elles vont construire une solution
Trouver des défauts, <i>contre-argumenter</i> et vouloir « gagner »	vs	Trouver un accord ou un terrain d'entente
Présenter une fermeture à des positions différentes des siennes, sans désir de les examiner en fonction de l'expérience, des besoins et des souhaits d'autres personnes	vs	Présenter une ouverture à examiner les différentes positions et à les réexaminer à la lumière de l'expérience, des besoins et des souhaits de tous
Croire posséder la vérité (son angle, sa perspective) sur un problème	vs	Croire qu'il existe divers angles et perspectives à un problème

**Figure 13** : Distinctions entre débat et dialogue (Abu Nimer, 2007 ; Yankelovich, 1999)

Le débat limite les points de vue et ferme les « esprits » (*minds*) alors que le dialogue facilite le développement de nouvelles relations. La qualité de présence et d'interaction est en jeu si on revient aux écrits de Floyd (in Wolvin, 2010). Pour lui, l'écouteur de type dialogique tente d'aller beaucoup plus loin qu'une simple présence physique. Il s'implique activement et porte intérêt et attention à l'autre. Il tend à un esprit d'égalité mutuelle sous forme de confirmation de l'autre. Ce qui demande d'écouter avec une orientation personnelle vouée à l'égalité où tous et chacun a le droit de communiquer librement et ouvertement (Floyd, in Wolvin, 2010, p. 127). Dans le sens contraire, la personne qui laisse ses propres biais déterminer si une personne ou ses idées sont intrinsèquement inférieures à elle, va limiter ou détruire le succès d'une écoute dialogique efficace (Floyd, 2010, p. 131).

Des valeurs et vertus ont une incidence sur la qualité du dialogue et de la présence. Floyd identifie comme habiletés liées à une qualité de présence à l'autre dans une forme d'écoute qui est dialogique : l'authenticité, l'inclusion, la confirmation, la présence (*presentness*) et un esprit d'égalité mutuelle dans un climat de soutien (Floyd, in Wolvin, 2010, p. 130). Pour lui les qualités de l'écoute dialogique sont la mutualité, l'ouverture du cœur, l'honnêteté, la spontanéité, la franchise, la non prétention, une non intention manipulatrice, ainsi que la communion, l'intensité, l'amour et le sens de responsabilité envers l'autre (Floyd, in Wolvin, 2010, p. 128). Ces qualités reflètent des attributs pouvant être associées à la spiritualité, telles la communion, l'amour et l'ouverture du cœur. Actualisées les valeurs deviennent des vertus et une vertu s'actualise dans l'agir et nous verrons dans la prochaine section des éléments liés à une qualité de présence à l'autre.

Notons surtout ici qu'au centre des interfaces vues dans cet extrait d'un retour à la littérature, se situe possiblement la notion de dialogue comme reflet d'une transdisciplinarité, en écho à l'œuvre de Martin Buber tel qu'expliqué dans l'ouvrage : *Dialogue a transdisciplinary concept : Martin Buber's philosophy of dialogue and its contemporary reception*, édité par Paul Mendes-Flohr en 2015. On explique que les intérêts de Martin Buber (2003) sur le dialogue l'ont amené à s'intéresser à maintes disciplines dont la psychologie, psychiatrie, philosophie du langage, religions, pédagogie, philosophie politique, théorie culturelle et sociale, art, histoire, mythe et mysticisme. Selon Mendes-Flohr, le point central dans ces disciplines, et dans l'œuvre de Buber (2003) plus particulièrement, peut être le suivant :

What ultimately characterizes Buber's work in these multifarious fields is the principle of dialogue, which he employed as a comprehensive hermeneutic method. As an interpretive method, dialogue has two distinct but ultimately convergent vectors. The first is directed to the subject of one's "investigation": one is to listen to the voice of the other and to suspend all pre-determined categories and concepts that one may have of the other; dialogue is, first and foremost, the art of

unmediated listening. (...) Dialogue is more than a method ensuring maximum objectivity; dialogue has manifest cognitive and thus existential significance. By listening to the Other attentively, by allowing the voice of the Other to penetrate, so to speak, one's very being, to allow the words of the Other – articulated acoustically and viscerally – to question one's pre-established positions fortified by professional, emotional, intellectual and ideological commitments, one must be open to the possibility of being challenged by that voice. (...) Genuine dialogue thus entails a risk, the “danger” that by truly listening to the other – be the other an individual, a text, a work of art – that one might, indeed, be changed, transformed cognitively and existentially. (Mendes-Flohr, 2015, p. 2-3)

Le dialogue apparaît ici comme un concept riche, multidimensionnel et qui interpelle l'être tout entier. L'analyse de variation qui suit dans la phase d'analyse avancée ira encore plus loin pour en explorer les confins en termes de prédisposition, motivations et actions se déployant dans la toile de sens qui unit les humains au niveau relationnel.

### **4.3 Résultats de la phase avancée d'analyse**

La phase avancée comprend deux opérations centrales : identifier une catégorie centrale, ainsi qu'assembler et expliquer la théorie. Une densité apparaît dans l'analyse à ce stade de la recherche faisant en sorte que les propriétés saillantes et les dimensions d'une catégorie centrale se manifestent et permettent à l'analyste d'incorporer la variation pour donner plus de précision à cette catégorie centrale (Strauss & Corbin, 2004, p. 196). L'écriture des mémos devient de plus en plus théorique et comprend toute une banque d'information pouvant s'être accumulée de laquelle des idées et concepts trouvent une place dans la théorie. C'est donc une période d'analyse, réflexions et écriture importante qui s'est enclenchée dans la phase avancée. Voyons de plus près ses deux étapes clé et leurs deux produits d'analyse menant à un point de saturation théorique satisfaisant pour enclencher la phase quantitative de la recherche.

#### **4.3.1 Étape 5 - Catégorie centrale et analyse de la variation**

Pour Corbin et Strauss, la catégorie centrale a un pouvoir analytique du fait de son habileté à expliquer ou communiquer théoriquement ce sur quoi porte la recherche (Strauss & Corbin, 2004, p. 104). Glaser propose de poser la question suivante pour aider à l'identifier (Glaser, 2005, p. 82) : Sur quoi porte cette étude ? Bien que le chercheur se soit posé cette question tout au long de l'étude, à cette étape il porte attention sur ce « quelque chose de spécial qui lie ensemble toutes les catégories différentes pour créer une histoire cohérente » (Strauss & Corbin, 2004, p. 104). Suit ensuite l'analyse de variation.

## **Produit d'analyse A (étape 5) – Catégorie centrale : Un processus social de base**

La catégorie centrale qui s'est de plus en plus confirmée en cours d'étude est la connexion profonde, plus particulièrement l'action de connecter profondément avec l'autre. Pour Glaser, il peut y avoir deux catégories centrales et en ce sens la qualité de présence est intimement liée à la connexion profonde selon les résultats obtenus dans ma recherche. Elle comprend des facteurs de prédisposition et de motivation dans l'action, donc des réponses du cœur particulières à la lumière de la pratique de l'ÉC, qui permettent de connecter profondément avec l'autre, malgré des obstacles et facilité par certains éléments comme nous l'avons vu dans les phases d'analyse précédentes. En fait, la connexion profonde (*deep connection*) fut le thème le plus utilisé par les participants interrogés en entrevue pour décrire leur expérience en lien avec l'ÉC. Ceci dit, j'ai réalisé que cette catégorie centrale était en fait aussi un processus. Pour Glaser (2005), un processus social de base prenant la forme d'une théorie peut remplacer la catégorie centrale, ce qu'il nomme une *Basic Social Process theory* (BSP) (traduction libre : théorie de processus social de base). Ce qui rend particulier ce type de théorie est le gérondif (*gerund*) associé au verbe d'action reflétant ce qui est au cœur du processus. La connexion profonde est devenue : connecter (de plus en plus) profondément. Ce type de théorie est formée autour d'une catégorie centrale et comme le but dans la TE est de générer une théorie qui tient compte de patrons rencontrés dans les comportements humains, la génération d'un processus social de base est une forme de codage théorique.

Une fois le processus central identifié, le chercheur peut rendre compte de conditions ou de variables qui apportent des variations dans cette BSP (Glaser, 2005, p. 7). Ma tâche dans ce stage avancé est devenue celle de regarder l'action/interaction (au sein du modèle émergeant) en la traçant dans le temps afin de noter si elle change et de quelle façon, plutôt que d'analyser les données selon leurs propriétés et dimensions (Strauss & Corbin, 2004, p. 201). Il m'est apparu que connecter profondément s'établissait dans le passage entre des stades pouvant aller d'un sentiment ou état de séparation face à l'autre, jusqu'à un certain degré de communication, et pouvant même mener à un état ou sentiment de communion avec l'autre. Les données d'entrevues et les observations sur le terrain ont montré qu'à travers les défis et obstacles de la pratique de l'ÉC, aidés par certains facilitateurs, les répondants se trouvaient à certains endroits dans ce continuum entre la séparation et la communion (ou connexion profonde) dans le défi de la connexion sociale en un tel contexte. La représentation et définitions pour ces stades sont demeurés simples et pragmatiques pour laisser le terrain émerger, dont dans l'analyse de variation qui allait suivre.



Ainsi, en principe dans le stade de la séparation, il n'y a pas ou peu de sentiment et/ou d'état de connexion en termes de qualité et profondeur. Dans celui de la communication il y en a en partie, c'est-à-dire plus ou moins sur le continuum entre les stades de séparation et de communion, lequel est associé à un sentiment et/ou état de connexion profonde. La qualité du lien de connexion était en jeu en ce que la notion de qualité de présence face à l'autre dans l'action de connecter profondément demandait une attention particulière. Je voyais même cette notion de qualité de présence comme centrale, en lien avec la catégorie et processus central. À cet égard, les écrits scientifiques et théoriques en sciences infirmières m'apportait quelques indices sur la notion de qualité de présence selon une perspective de progression selon des stades et niveaux. En stage avancé d'analyse, des retours à la littérature sont prévus.

Rappelons-nous Rehling notamment qui a affirmé que le type d'écoute compassionnelle qu'elle a reçue de la part de visiteurs à l'hôpital et qui fut porteuse de guérison pour elle, lui est apparu comme une sous-catégorie de dialogue caractérisée par l'ouverture, la confiance et la présence (Hide & Bineham, 2000, cité par Rehling, 2008, p. 212,). Dans les écrits en sciences infirmières, la notion de présence est vue comme: « A multidimensional state of being available in a situation with the wholeness of one's individual being; the relational style and quality of 'being with' rather than 'doing to'. » (McKivergin, 2005, p. 234). La qualité de présence (aux patients) est associée à des éléments que l'on retrouve dans l'approche de l'ÉC, tels que: « Unconditional acceptance, lovingness, nonjudgmental attitude, understanding, good listening skills, honesty, empathy, and many other such description » (McKivergin, 2005, p. 238). Elle comprend les actions suivantes: « The essential state or core in healing; approaching and individual in a way that respects and honors her/his essence; relating in a way that reflects a quality of being with and in collaboration with rather than doing to; entering into a shared experience (or field of consciousness) that promotes healing potentials and an experience of well-being » (Dossey & Guzzetta, in Dossey et al. 2005, p. 7). Trois sources littéraires abordent ce qui est en jeu en termes de qualité de présence grandissante en contexte de soin aux patients.

La première source vient de Graber et Mitcham (2009, p. 357). Leur modèle identifie quatre niveaux d'interaction entre les patients et les cliniciens en milieu de santé.<sup>104</sup> On retrouve d'abord le niveau d'interaction pratique lié au travail et où la motivation du clinicien porte sur le devoir professionnel, les

---

<sup>104</sup> Ils ont examiné la relation entre infirmières et patients selon les critères suivants : la forme d'expression entre le clinicien et le patient indiquant le degré d'intimité ou de proximité qui sera établi entre les deux ; la source de motivation interne pour le clinicien dans ses comportements interpersonnels et affectifs envers le patient ; le degré de focus ou de préoccupation par rapport à lui-même et envers le patient caractéristique à ces niveaux.

bénéfices matériels et il est surtout centré sur lui-même. Se trouve ensuite, un niveau d'interaction qui commence à pointer vers une relation personnelle-sociale plus grande et qui comprend un certain engagement émotionnel. La source de motivation pour le clinicien inclut l'altruisme et il démontre des besoins personnels au niveau social. Il montre alors une préoccupation pour soi-même et le patient. En troisième lieu, se trouve le niveau d'interaction qui comprend des formes d'expressions plus personnelles-émotionnelles avec des liens et une intimité plus rapprochés avec le patient. La source de motivation du clinicien porte sur des valeurs séculières ou religieuses, un sens du devoir plus grand et des besoins sociaux au niveau personnel. La préoccupation est centrée sur le patient et soi-même. Dans ce troisième niveau on retrouve un plus grand degré d'empathie et de préoccupation altruiste pour les patients et moins de préoccupations sur soi (qui était plus prédominant dans les deux niveaux précédents). Le quatrième niveau est vu par les auteurs comme « transcendant » et où la forme d'expression primaire est l'amour et la compassion. La source première de motivation du clinicien vient d'un sentiment (*feeling*), une intuition et une préoccupation mise en majeure partie sur le patient et minimalement sur lui-même. Les participants à l'enquête ont décrit le niveau de transcendance comme une grande proximité et même une unité avec les patients (Graber & Mitcham, in Fehr et al., 2009, p. 360). Selon les chercheurs, bien que les cliniciens aient cette capacité d'expériences transcendantales, ils n'opèrent pas à ce niveau en tout temps mais ils ont tous raconté des histoires d'interaction avec les patients comprenant le partage, la compassion et l'unité comme niveau d'interaction. Ils ont observé que la compassion apparaît surtout lorsque le focus du clinicien n'est pas sur lui-même mais sur le mieux-être et les intérêts du patient. Qui plus est, presque aucune préoccupation ou focus était sur le soi individuel et l'égo du clinicien. Ce qui les amène à conclure qu'une dimension d'intuition est présente dans la compassion. Ils citent même Dante en évoquant une dimension transcendante dans la compassion pouvant « émerger de l'âme » (Mitcham, 2004, cité dans Graber et Mitcham, 2009, p. 357-361).

La deuxième source littéraire vient de McKivergin et Daubenmire et porte sur la qualité de présence à l'autre (1994 ; 2000 ; cité dans Burkhardt et Nagai-Jacobson, 2002, p. 96-97). On décrit les dimensions en jeu sur trois niveaux différents de présence dans le lien entre l'infirmière et le patient. On nomme d'abord une présence physique qui comprend les soins à procurer via un contact de corps à corps. Ensuite la présence psychologique qui est le fait d'être avec l'autre en s'utilisant comme instrument pour créer un milieu thérapeutique avec le patient. Ce niveau de présence permet de s'occuper des besoins du patient, de le reconforter, l'aider et le soutenir dans sa maladie. On y retrouve une connexion d'esprit à esprit (*mind to mind*) où l'écoute active, le reflet, l'acceptation sans jugement de l'autre et l'empathie sont les habiletés de communication à l'œuvre. Ce niveau peut mener au suivant qui est caractérisé par une

présence thérapeutique, vue comme une relation d'âme à âme (*spirit to spirit*) et qui implique une connexion « d'être entier à être entier ». Ce niveau de présence en est un « d'être avec » et « d'être là » en utilisant toutes les ressources de l'esprit, du corps et de la pensée (*mind*)<sup>105</sup>. Ce troisième niveau de présence demande : intentionnalité, ouverture, connaissance intuitive, conscience de l'interconnectivité de toute la vie, conscience personnelle (*awareness*) et porter attention (*attending*) à sa propre spiritualité. On y retrouve un alignement avec la conscience de prendre soin de l'autre dans toute son intentionnalité, sa pleine conscience (*mindfulness*) et un soin transpersonnel (Watson, 1999a, p. 115, cité par Burkhardt et Nagai-Jacobson, 2002, p. 97). Pour Watson (1999), la dimension transpersonnelle comprend un niveau de relation d'humain à humain qui englobe les deux personnes à un moment particulier, simultanément, et qui va transcender les deux, les connectant à d'autres dimensions de l'être et une conscience plus élevée et profonde qui accède à un champ universel et des niveaux de sagesse interne. Ce qui est vu comme le champ de l'esprit humain :

At its core, transpersonal recognizes that the power of love, faith, compassion, caring, community and intention, consciousness and access to a deeper/higher energy source, i.e., one's God, is as important to healing as are our conventional treatment approaches, and is possibly even more powerful in the long run. At its root, transpersonal caring honours the unity of being, shifting levels of consciousness. It seeks to harmonize being for self and together in relation to one's deeper/higher self in the world. (Watson, 1999a, cité dans Burkhardt et Nagai-Jacobson, 2002, p. 97)

La présence spirituelle, toujours selon McKivergin et Daubenmire, peut être vue comme une façon d'être avec l'autre qui va au-delà de la présence physique et mentale. Il s'agit d'une rencontre d'esprit à esprit et dont l'expérience en est une de communion, les auteures évoquant le fait que lorsque l'esprit et les sens physiques tendent à déceler des éléments et des détails sur l'autre, l'esprit saisit l'essence de la personne dans sa totalité. Elles associent la présence spirituelle avec l'autre au terme « *kything* » :

When we kythe, which is being spiritually present with another, we are in touch with that person's spirit or soul in a way that goes beyond being present to their physical, mental or emotional spheres. The term kything derives from an old Scottish word meaning to be manifest or to show oneself without disguise. (Watson, 1999, cité par Burkhardt Nagai-Jacobson, 2002, p. 97)

Pour ces auteures, rendre manifeste à l'autre son âme fait partie de ce type de présence.

---

<sup>105</sup> Selon mes observations et expériences, ces trois niveaux sont présents dans la pratique de l'ÉC bien que le premier niveau ne comprenne pas directement des soins physiques soignants. Il est fréquent par contre que les écouteurs et les écoutés échangent une étreinte de façon spontanée, dont à la fin des sessions d'écoute, reflétant je crois une appréciation et/ou reconnaissance de la qualité du lien qui a pris place, voir sa profondeur au niveau du cœur. Le troisième niveau résonne en termes d'une certaine communion pouvant prendre place tel le troisième stage du modèle émergeant.

La troisième source littéraire provient de JoEllen Koerner (2011) qui montre comment le type de présence demandé à l'infirmière pour aider à la guérison des patients relève autant de l'art et de la présence que de la science. Elle fait la distinction entre, d'une part, penser à un niveau concret (*concrete thinking*) pour l'infirmière en lien avec son patient, ce qui inclut la logique, l'analyse et la compréhension et qui est situé dans une forme plus basse du corps-esprit et de l'égo dit-elle et, d'autre part, penser à un niveau abstrait (*abstract thinking*), ce qui inclut l'intention, l'intuition et la sagesse et qui fait partie d'une dimension plus élevée de ce qu'elle appelle l'Égo spirituel et la sagesse Universelle (Koerner, 2011, p. 109). Ces deux aspects apportent une forme d'intelligence intégrée qui ouvre un monde plus grand de possibilités lorsqu'elles sont utilisées pour Koerner, qui explique comment dans le lien thérapeutique, une sphère objectiviste de la conscience, donc de l'univers, est liée à l'essence du corps dans le monde des formes, de la personnalité et de l'égo. Une sphère subjectiviste quant à elle se situe du côté du monde spirituel abstrait de l'être, de l'égo spirituel et du soi, lié à ce qu'elle nomme une essence profonde (« *core essence* ») et qu'elle associe à l'essence du divin (Koerner, 2011, p. 310). Notons ici que Koerner ajoute deux autres niveaux de conscience : un associé à une sphère intermédiaire liée à l'essence de l'esprit (*Mind*) et qui représente le monde intermédiaire du monde mental des pensées (dont les fonctions qui se situe à un point focal entre l'esprit concret et abstrait) ; l'autre niveau de conscience relève de la sphère du corps causal, vu comme le véhicule de la conscience et il s'agit de la couche extérieure couvrant le corps-pensée et esprit, donc dépositaire de l'essence d'anciennes vies et la maison de l'égo spirituel (Koerner, 2011, p. 117). Ce dernier point et les trois références dans la littérature théorique reliée à la notion de présence et qualité de présence à travers des niveaux grandissants démontrent qu'il y a maintes explications et modèles illustrant diverses dimensions de l'être et sa conscience, voir ses liens avec le transpersonnel, expliquées en contexte scientifique et/ou rattachées à des traditions spirituelles, philosophiques et/ou religieuses diverses.

Ajoutons pour terminer que toujours selon les sciences infirmières, une présence de guérison peut être manifestée par la personne soignante qui fait appel aux vertus et qui interpelle la conscience et l'âme :

Virtuous qualities are character traits of being that emanate from the soulful spark of life that is within each of us. A virtue is a particular dimension of our soul; a manifestation of our conscience, it is a commendable quality or trait, a highly skilled capacity to act. While values are a guiding force for choices and decisions, virtues cannot be created on demand. They are manifestations of our consciousness, the focus from which our behavior emanates when the personality-ego is transcended. An expression of love that radiates from one heart to another, virtues transcends logic and intuition. They flow from the soul as an outpouring of who we are. We uncover and manifest

these qualities over time as life experience touches us with joy and wonder, sorrow and pain, if we focus on those moments as opportunities for growth. (Koerner, 2007, p. 174)

Une présence de grâce (*graceful presence*) quant à elle est vue comme la connexion entre les qualités de la présence et les attributs de la grâce (Myss, 2010) et ce type de présence guérissante selon les écrits en sciences infirmières est: «A presence that flows from the embodiment of Divine love; moving mindfully with a kinesthetic awareness of the Sacredness of being grace-filled and graceful; a lightness of being; an intentional love-infused presence. » (Quarberg, 2002, dans McKivergin, 2005, p. 238). L'analyse suivante allait permettre de regarder ce qui entoure la qualité de présence dans l'action de *connecter de plus en plus profondément* en regard du modèle émergeant en ce stage avancé.

### **Produit d'analyse B (étape 5) - Analyse de variation : Intégration des trois processus**

Les théories de processus social de base ajoutent à l'analyse une dimension de processus et de changement dans le temps, ce qui n'est pas étranger à la perspective développementale que l'on retrouve dans la transformation des conflits, qui est dynamique. Des processus sont en jeu et j'ai assemblé la figure 14 suivante, faisant figure d'outil conceptuel pour l'analyse de variations.

Elle réunit des composantes du modèle théorique en construction. Ce schéma intègre les trois processus ayant émergé des données et permet d'examiner ce qui se passe dans l'action de connecter (de plus en plus) profondément avec l'autre, reflétant un continuum d'un stade à l'autre. Le côté gauche du tableau représente une zone potentielle de violence (nommée zone d'« ombre ») et le côté droit une zone potentielle de compassion (nommée zone de « lumière »). Tendre vers le pôle de droite en principe facilite la transformation positive des conflits et ce, selon la mise en pratique de l'ÉC sur laquelle repose ce modèle émergeant. On voit divers degrés de connexion n'entre « aucun » et « peu » à gauche jusqu'à « beaucoup » et « énormément » à droite.

La qualité de présence est en jeu dans cette variation et tributaire de variations dans le durcissement et fermeture du cœur qui sont situés dans le pôle de gauche de ce continuum, versus son expansion et ouverture dans le pôle de droite. Finalement, on retrouve la Matrice intégré à ce schéma pour l'analyse de variation (trois variables et leurs indicateurs-concepts sous des vices et vertus en exploration à gauche et à droite du continuum), comprenant les éléments d'intention, motivation et action avec le regroupement des indicateurs-concepts tel que vu plus tôt dans le chapitre et reflétant le type d'agenda du cœur en jeu.

Forces en puissance pour un agenda du cœur	<b>POTENTIEL DE VIOLENCE</b> Zone d'ombre À éviter pour la résolution de conflit		<b>POTENTIEL DE COMPASSION</b> Zone de lumière À rechercher pour la résolution de conflit		
	De SÉPARATION		À COMMUNICATION	À COMMUNION (connexion profonde)	
Degré de connexion (profondeur)	<b>1</b> Aucune	<b>2</b> Un peu	<b>3</b> Moyen	<b>4</b> Élevée	<b>5</b> Très élevée
Qualité de présence et de réponse du cœur	<b>Durcissement du cœur</b> <b>Fermeture dans la connexion à l'autre</b>		↔	<b>Expension du cœur</b> <b>Ouverture dans la connexion à l'autre</b>	
Facteurs en jeu dans la réponse du cœur (ÉC) à la lumière de vices/péchés et vertus/grâces.  <b>Indicateurs :</b> Espace dialogique <b>Intention :</b> Prédisposition dialogique <b>Motivation et action :</b> Habilité dialogique <b>Vices et vertus :</b> Impact spirituel dialogique, qualité de présence et de la réponse du cœur	<b>ARROGANCE</b> <b>Format :</b> 1. Contenant sécuritaire 2. Ambiance non adversariale et non jugementale 3. Narratif, histoires et vécu personnels		↔	<b>RÉVÉRENCE</b> <b>Format :</b> 1. Contenant sécuritaire 2. Ambiance non adversariale et non jugementale 3. Narratif, histoires et vécu personnels	
	<b>ORGEUIL/AVARICE</b> <b>Messages-clé :</b> 4. Voir ce qu'il y a de plus précieux et unique en l'autre 5. Avoir l'esprit ouvert; ouvert à des possibilités 6. Écoute profonde avec le cœur		↔	<b>PIÉTÉ</b> <b>Messages-clé :</b> 4. Voir ce qu'il y a de plus précieux et unique en l'autre 5. Avoir l'esprit ouvert; ouvert à des possibilités 6. Écoute profonde avec le cœur	
	<b>AYANT DROIT/DÛ</b> <b>Messageurs :</b> 7. Intention de guérison 8. Connexion profonde 9. Écoute compassionnelle		↔	<b>COMPRÉHENSION</b> <b>Messageurs :</b> 7. Intention de guérison 8. Connexion profonde 9. Écoute compassionnelle	
<b>L'AGENDA DU COEUR</b> = La somme de ces facteurs, porteurs de forces créatrices comprenant des zones plus ou moins grandes d'ombre et de lumière					
<b>INTENTION</b>	<b>HAINE VS FORTITUDE</b> L'intention de guérison en voyant ce qu'il y a de plus précieux et unique en l'autre dans un contenant sécuritaire				
<b>MOTIVATION</b>	<b>AVARICE VS CONSEIL</b> La motivation de connecter profondément, en étant ouvert d'esprit et à des possibilités, dans un environnement non adversarial, non jugemental				
<b>ACTION</b>	<b>ENVIE VS CONNAISSANCE</b> L'action d'écouter avec compassion, en écoutant avec l'oreille spirituelle, les histoires et le vécu de chaque partie liée au conflit				
Impact global	<b>RAISON VS SAGESSE</b>				

**Figure 14 :** Schéma du continuum de la connexion sociale entre la séparation et la communion avec l'autre dans la pratique de l'écoute compassionnelle

Dans la TE l'analyse de variation ne porte pas tant sur les individus que sur les stades d'analyse (Glaser, 2005) ou le phénomène à l'étude (Strauss & Corbin, 2004). Il ne s'agit pas de voir les cas divergents (*negative case analysis*) comme on le ferait avec une analyse positiviste mais de fournir des explications sur le processus social de base (pour cette étude) à travers un examen des variations entre les stades. Ceci n'empêche pas de regarder la variation entre les participants mais ce qui intéresse davantage le chercheur est de voir ce qui explique les passages d'un stade à l'autre plutôt que de voir les participants comme une fin d'analyse en soi. Ainsi, la TE ne vise pas tant l'exactitude comme le ferait la recherche descriptive mais à générer des concepts qui sont abstraits selon le temps, l'endroit et les gens.

Dans cette analyse de variation, j'allais examiner les facteurs, conditions, dimensions et propriétés entourant la qualité de présence relationnelle dans la connexion sociale sur ce continuum. Notamment les choix facilitant ou nuisant à une connexion profonde et qualité au niveau relationnel dans les passages entre ces trois stades. Le but demeurant toujours de voir comment se vit cette expérience et ce qui facilite la transformation et guérison des blessures en lien avec un conflit.

J'ai d'abord réfléchi sur les variations en général entre les trois stades (séparation, communication, communion) en regard des catégories suivantes qui ont trouvé une place importante en cours d'analyse : prédispositions dialogiques, habiletés dialogiques, type d'environnement et de présence dialogiques, à la lumière des données. J'ai ensuite fait une analyse selon la disposition des éléments en lien avec la Matrice intégrée dans la figure 14, suivie d'une analyse de variations pour les trois stades au sein de chaque unité structurelle à partir des entrevues et des observations sur le terrain (voir l'annexe K pour des extraits de deux mémos reflétant ces analyses de variation pour l'indicateur-concept du contenant sécuritaire). Cela m'a amenée à comparer des aspects propres aux participants aux entrevues et je me suis assurée d'inclure au moins deux éléments de variation concernant chacun d'eux pour uniformiser l'analyse.

Ainsi, vingt-sept exemples (cas) de variations furent répertoriés fournissant des indices sur ce qui est en jeu dans les passages entre les stades et parfois entre les indicateurs comme tels, examinant justement leur synergie et interconnectivité. Ceci a été fait tout en m'interrogeant à savoir si les polarités (vices et vertus) associées à ces indicateurs (selon les rangées et colonnes de la quatrième dimension de la Matrice) étaient à l'œuvre et pouvaient informer sur ces passages entre stades, etc. Le tout s'est fait sous forme de mémos théoriques menant à des constats et points d'ancrages potentiels pour le modèle.

**Variations en lien avec les polarités (vices et vertus).** Dans le pôle de droite de la figure 14 se trouvent les indicateurs-concepts liés à l'ÉC avec une dite « réponses du cœur » potentielle formulée sous forme d'intention et de motivation dans l'action. Le chapitre six les présentera en détail. Au début de l'analyse de variations, je réfléchissais en quoi pouvait consister leur équivalent dans le pôle de gauche, celui du stade de la séparation, pour en venir à décider qu'elles allaient être un miroir (négatif) de celui de droite. À droite on retrouve donc ces réponses du cœur « actualisées » et à gauche « non actualisées ».

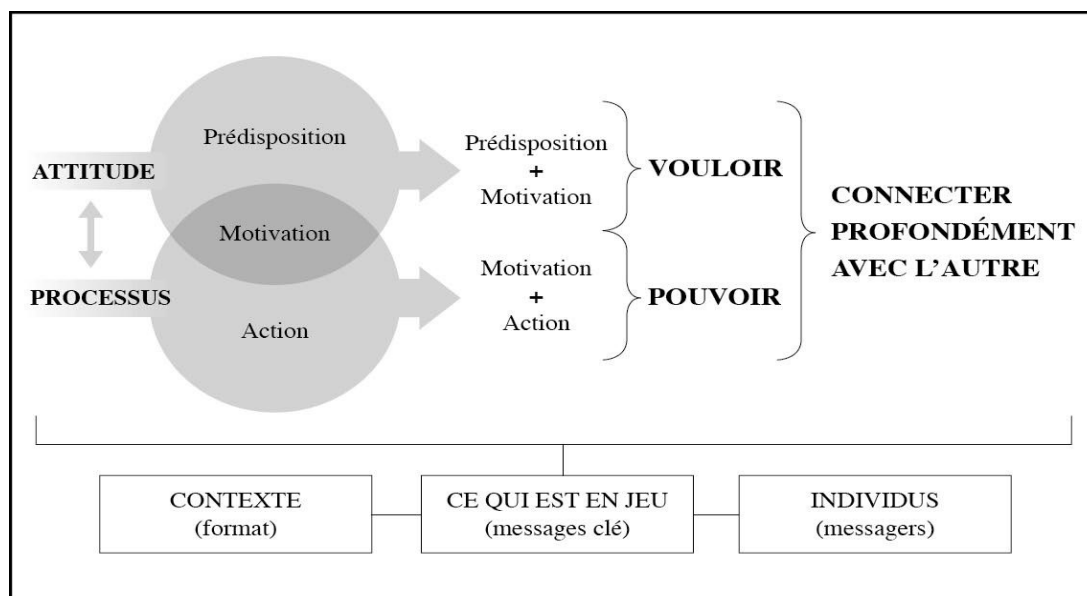
Ceci dit, en faisant l'analyse de variation, le constat est que le niveau ou degré d'actualisation de ces « réponses du cœur » potentielles varient sur le continuum de la gauche du continuum de la connexion sociale (figure 14), donc entre aucune ou peu à beaucoup ou énormément à la droite. L'analyse de variations a de plus montré que toutes les formes de polarités associées aux vices et vertus de la quatrième dimension de la Matrice peuvent s'appliquer en synergie à divers indicateurs-concepts de la Matrice et non pas associées à certains indicateurs tel qu'exploratoirement anticipé. On peut certes identifier des aspects propres à certaines unités structurelles de la Matrice, mais leur impact et conséquences peuvent être attribués en lien avec tous les indicateurs-concepts. J'ai donc décidé de continuer l'exploration de cette dimension séminale du modèle émergeant auprès des répondants au questionnaire en ligne. La formulation finale des polarités apparaît sous forme « actualisées » pour refléter le niveau de passage d'une polarité à l'autre, soutirée des écrits de Myss (2009 ; 2010). Ces formulations ont résonné auprès des participants au pré-test pour le questionnaire en ligne donc elles témoignaient d'un lien avec leur expérience, voir transformations, liées à leur expérience de la pratique de l'ÉC et participation à une ou plus d'une délégation de TCLP. Voici la formulation finale suivant ce pré-test (entre parenthèses sont les vices et vertus associées et qui n'apparaissent pas dans le questionnaire) :

- From a sense of superiority to a sense of unity or interconnectivity (*pride vs reverence*).
- From a focus on my own needs or interests to a sense of the nature of the Divine (*avarice vs piety*).
- From feeling entitled to something (e.g. have one's opinion considered; suffering acknowledged), to setting my attention on what is the most important to listen to, with compassion (*self-entitlement vs understanding*).
- From feeling angry to a sense of strength or courage to bear up calmly, to endure (*wrath vs fortitude*).
- From blocking the listening to choosing to follow a higher form of Truth or knowledge (*gluttony vs counsel*).
- From a sense of envy (e.g. at the power of others; something they have) to a deeper understanding (*envy vs knowledge*).
- From wanting to have reasons (e.g. why things happen as they do), to more wisdom (*reason vs wisdom*).



Nous verrons dans le prochain chapitre comment les questions furent formulées à leur sujet dans le questionnaire.

*Variations en termes de volonté et capacité à connecter de plus en plus profondément.* L'analyse de variation a de plus montré que les questions de volonté (vouloir) et de capacité (pouvoir) sont centrales en ce qui concerne l'action de connecter de plus en plus profondément avec l'autre. Ces dimensions sont exposées dans la figure 15.



**Figure 15 :** Éléments entourant la volonté et capacité dans la connexion profonde avec l'autre

Les variations entre les trois stages montrent qu'une volonté de base et des aptitudes sont en jeu pour connecter avec l'autre. La compassion est vue dans la littérature comme étant à la fois une attitude et un processus (Stolorow 2007), lesquels font aussi partie de l'écoute (Wolvin, 2010, p. 13). Ce qui m'a amenée à voir l'attitude associée globalement à la combinaison de la prédisposition avec la motivation et le processus associé à la combinaison de la motivation et de l'action. L'attitude dans la littérature est définie comme : « Feelings toward a person, object, or idea that include cognitive, affective, and behavioral elements » et vue comme étant liée de près aux valeurs (Barbato Gaydos, 2005, p. 65). La prédisposition est vue comme une inclination, aptitude ou penchant apparaissant comme une tendance naturelle, alors que le verbe prédisposer signifie de « disposer d'avance, de mettre dans une disposition

favorable », <sup>106</sup> ce qui demande une certaine préparation et effort. La motivation est définie comme: « The internal spark or desire necessary for a person to be committed to change, set goals, and succeed » (Barbato Gaydos, 2005, p. 58).

En regard d'éléments liés au modèle émergeant, le schéma (figure 15) montre que ce qui entoure les choix (vouloir) et les habiletés de connecter de plus en plus profondément, dans des circonstances favorables et où la personne a la liberté de penser et d'action pour se faire (pouvoir), est tributaire du contexte (format), de ce qui est en jeu (messages-clé) et des individus impliqués dans la situation donnée (messagers). Une particularité de la compassion est le désir d'alléger la souffrance de l'autre. En ce sens, savoir si la personne veut et peut faire ceci est renseigné par les données de l'étude à la lumière d'une approche qui met la compassion et l'écoute en son centre.

Ce désir part d'une volonté et d'un pouvoir d'actualisation selon ce que la personne perçoit de l'autre et de la situation et ce qu'elle interprète, gère et choisit comme réponse. Seul l'autre peut dire si sa souffrance est allégée ou non, d'où l'importance de l'écoute et du dialogue. Des signes non-verbaux et verbaux peuvent renseigner à ce niveau et sommes toutes, l'analyse de variations montre comme facteurs principaux qui influent sur le degré de profondeur dans la connexion sociale : la volonté et la capacité d'une ouverture ou fermeture à l'autre selon les habiletés, expertises, connaissances et expériences de chacun ; une dimension non verbale en jeu ; un niveau perçu de sincérité et d'authenticité dans le témoignage ; le filtre de l'écoute pouvant mener à déformer la réalité en défaveur de l'autre notamment.

***Importance du stade de la communication comme tremplin vers une dimension prosociale et la connexion profonde.*** Le stage au centre du continuum qu'est la communication est central. Le fait de simplement passer du stade de séparation à celui de la communication ouvre la possibilité du passage suivant, qui sera de la communication vers la connexion profonde, voir communion. Il comporte une série d'habiletés importantes à acquérir à la base et qui sont souvent manquantes chez les gens, là où des problèmes de communication surviennent (dans les familles, milieux d'emploi, etc.).

Ce stade en soi demande des prédispositions et motivations à communiquer de façon non-violente et constructive (minimalement) qui impliquent la volonté et la capacité d'exprimer des besoins, sentiments et désirs car un dialogue (minimal) s'établit. Dans la communication est échangée une foule de

---

<sup>106</sup> Cette définition provient de Le Petit Robert : Dictionnaire de la langue française, Paris, 2004, p. 2046.

renseignements nonobstant la présence plus proactive de la connexion avec le cœur. Déjà maints conflits peuvent être réglés ou du moins abordés en vue d'une résolution dans ce stade central. C'est là où on envisage la négociation et dialogue vers ce but en général.

Cela dit, ce stage central est impératif comme passerelle pouvant mener à une connexion profonde. Il permet le passage vers une dimension de nature prosociale et positive. Quelque élément probant à cet effet peut permettre de basculer vers le pôle de la connexion plus profonde. La variable du cœur (son intelligence, effet, impact pour soi et l'autre) ouvre une dimension relationnelle et spirituelle transformatrice et ce stade de la communication peut ainsi faire figure de pôle central pour inspirer, pousser et projeter vers le pôle de droite des délégués qui ne pensaient pas nécessairement y cheminer mais qui se sont dit prêts à dialoguer et écouter l'autre. Les vertus comme valeurs actualisées, on voit dans le devoir d'une connexion avec le cœur, au centre de cette activité dialogique, la valeur de la compassion et de l'écoute profonde amener plusieurs à faire ce passage (consciemment et semi-consciemment alors que le processus a pris son cours pour mener à des découvertes bien souvent).

***Importance de ce que « l'on ne fait pas », autant que « ce que l'on fait », dans ce tout.*** L'analyse de variations montre que le passage vers la connexion de plus en plus profonde dépend d'éléments conscients, semi-conscients et inconscients. « Rendre l'inconscient conscient » est une des fonctions de la psychologie. L'analyse de variation (de par le témoignage des délégués et des observations) montre la présence de mécanismes de défense pouvant freiner les délégués au stade de la séparation (par la peur et le doute notamment). Tout comme d'autres disciplines sont à même d'expliquer des barrières à la connexion à l'autre, telles la sociologie et son champ d'expertise sur les préjugés, l'intolérance et l'exclusion sociale. Ceci dit, un certain patron partant d'une prise de conscience de ses difficultés à connecter est en jeu, qu'elles soient liées à des éléments de volonté ou de capacité mais dont la personne vient à reconnaître et modifier en vue d'un effort de connexion plus profonde nonobstant les obstacles.

La prise de conscience de ces obstacles et freins dans l'autoréflexivité a mené des participants aux entrevues à s'arrêter à ce niveau lors de sessions d'écoute et de ne pas faire le pas suivant ; là où d'autres délégués réussissaient à faire malgré les difficultés. En ce sens, j'ai pu réaliser dans cette analyse de variation que ce que l'on ne fait pas en termes de connexion de plus en plus profonde est en jeu autant que ce que l'on n'arrive pas à faire. Un enjeu important ici porte sur le sentiment de responsabilité envers l'autre, soi-même (ses valeurs) et même le transcendant (au cœur de sa religion ou tradition spirituelle, etc.). Quel que soit le niveau d'influence, ce sentiment de responsabilité porte en lui une certaine attitude

et processus plus proactif et ciblé consciemment (plutôt que de se laisser envahir par des freins et se sentir impuissant dans le lien avec l'autre).

Certains choisissent consciemment de ne pas connecter plus à fond et ont leurs raisons pour ce faire. Mais le témoignage d'autres personnes qui arrivent à la faire démontre une dimension transformatrice et même de guérison plus probante – c'est-à-dire qu'ils peuvent nommer et reconnaître concrètement. Ce 'edge', ou 'plus' entre choisir de continuer à connecter encore plus profondément lorsque des plateaux sont atteints ouvre un portail particulier. Il s'agit d'un des éléments les plus importants découlant des découvertes dans cette étude. Ne pas connecter est aussi un choix et une action en soi. Par omission de choisir l'amour, la distance et le potentiel de séparation demeurent. Bref, maintes variations furent constatées quant aux interrogations portant sur le désir et la capacité de se faire et le choix final apporte diverses conséquences en termes de niveau de profondeur dans la connexion.

### **4.3.2 Étape 6 : Assembler et expliquer la théorie**

Assembler et expliquer la théorie signifie de revoir et positionner les relations entre les catégories pour les rendre complètes et ayant une logique interne (Oktay, 2012, p.83).

#### **Produit d'analyse A (étape 6) - Saturation théorique grandissante**

La figure 16 suivante positionne divers éléments de l'étude à un moment où la phase qualitative a atteint un certain niveau de saturation (Charmaz, 2006). On retrouve à gauche dans ce tableau les notions principales en lien avec l'objet d'étude, dont celles liées aux notions clé du cadre conceptuel, ainsi que les propositions théoriques ayant émergées des données. Les résultats les plus probants (dernière colonne) y sont rattachés et montrent deux grandes catégories : les habiletés dialogiques, un processus de transformation à travers les trois stades (F : Format ; M : Messages-clé ; Mess : Messagers), lié l'expérience et transformation en lien avec la pratique de l'ÉC et l'environnement dialogique.

On y retrouve de plus de nouveaux concepts, dont celui de l'harmonisation (*attunement*) en lien avec la qualité de présence et de la notion de tore (*torus*) comme effet synergétique découlant de la pratique de l'ÉC qui allaient continuer à être définis et explorés en vue du modèle final. Ils seront présentés dans ce contexte dans le chapitre six. Il va s'en dire que la dimension qualitative de la recherche allait poursuivre

son cours jusqu'à l'écriture finale et dont les données allaient être comparées et examinées avec les données quantitatives de façon continue.

<b>OBJET D'ÉTUDE</b> (expérience et transformation)	En lien avec le <b>CADRE CONCEPTUEL</b>	<b>HYPOTHÈSES</b>	<b>RÉSULTATS</b>
Réponse du cœur (dans l'amour compassionnel)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prédilection</li> <li>• Motivation</li> <li>• Action</li> <li>• Boucle de rétroaction (<i>Fehr, Underwood</i>)</li> </ul>	<p><b>Hypothèse 1 :</b> Écoute et compassion combinées apportent richesse qualitative du moment (<i>choix, instinct spirituel, grâce</i>)</p>	<p><b>Habilités dialogiques</b> <i>Kun long wa dans la réponse du cœur selon le modèle émergent</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Présence transformationnelle (prédilection)</li> <li>• Attunement transformationnel (motivation)</li> <li>• Choix transformationnel vers bien d'autrui (action)</li> <li>• Torus dans le mouvement polarisateur continu au niveau du choix (boucle de la rétroaction) (<i>Dimension éthique, en lien avec spiritualité, santé, etc.</i>) (<i>expérientiel et transformationnel en mouvement</i>)</li> </ul>
Sessions d'écoute	<p><i>Qualité de/des</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Habiletés dialogiques</li> <li>• L'environnement dialogique et énergétique (<i>Cohen, Green, Knudsen-Hoffman, Floyd, Shlitz et al</i>)</li> </ul>	<p><b>Hypothèse 2 :</b> Interdépendance entre F, M, Messenger apporte synergie porteuse de transformation <i>Regard via catégories récurrentes : habiletés et environnement (qualité)</i></p>	<p>De la séparation, à la communication, à la communion : une progression de l'expérience et de la transformation (<i>selon des dimensions contemplatives, spirituelles et humaines dans un environnement x au niveau énergétique</i>).</p> <p><b>Expérience :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Techniques et défis liés à l'ÉC : autoréflexivité</li> <li>2. Dimension profonde du cœur et effets physiologiques : connexion profonde</li> <li>3. Impact d'entendre l'histoire de l'autre et formes d'identité : humanité commune</li> <li>4. Impact de l'ÉC au niveau de la personne pour la construction de la paix : transformation</li> </ol>
Résolution de conflit et construction de la paix	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Culture de la paix (ONU)</li> <li>• Dimension spirituelle dans la construction de la paix</li> <li>• Écosystème du mieux-être</li> </ul>	<p><b>Hypothèse 3 :</b> Le tout : bâtir culture de la paix avec Écosystème du mieux-être pour paix intérieure et extérieure <i>Comprenant : une réponse du cœur et une synergie entre F, M, M qui crée un espace transformationnel pour l'intégration d'un agenda du cœur dans les efforts de paix</i></p>	<p><b>Environnement dialogique</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 variables et 9 indicateurs (réponse du cœur et facteurs, et conditions pour l'intégration du cœur selon ÉC)</li> <li>• Modèle d'écosystème pour un mieux-être intérieur et extérieur</li> </ul> <p>et outil TIC TAC TOE DE LA PAIX : Agenda personnel = réponse du cœur; Agenda collectif = agenda du cœur avec Écosystème (<i>Pour : transcender la polarisation, introduire le narratif, connecter avec (core), utiliser les forces pro sociales et le potentiel humain, capital social au niveau collectif</i>)</p>

**Figure 16 :** Positionnement des résultats qualitatifs en fonction de l'objet d'étude

## Produit d'analyse B (étape 6) – Échantillonnage théorique en vue de la phase quantitative

À un certain point dans la TE, le chercheur décide de mettre un terme à l'analyse. Rendue à ce moment charnière j'ai identifié les produits d'analyse fournis par la phase qualitative pouvant et devant apparaître dans le questionnaire en ligne pour la phase quantitative et sous quelles formes et types de question. La figure 17 montre ces ses équivalences.

Questions d'entrevues	Produits d'analyse	Q. dans le questionnaire
Q.1 Pouvez-vous décrire avec le plus de détails possibles votre expérience de l'ÉC ? (dont de procurer de la compassion)	E : Liste des obstacles et des éléments facilitateurs dans l'expérience de l'ÉC	Question 12 : Obstacles. Question 13 : Facilitateurs. <i>Questions à choix multiples et espace ouvert pour commentaires</i>
Q.2 Quels sont les effets physiologiques découlant de l'action de procurer de l'écoute compassionnelle ?	E : Liste d'items sur des effets physiologiques / d'ouverture/fermeture cœur	Question 20 : Effets au niveau personnel. Questions 21-22 : Effets constaté sur les invités. <i>Question ouverte</i>
Q.3 Qu'est-ce qui vous a prédisposé, au niveau du cœur et de l'esprit, à participer à cette expérience de l'ÉC ? Qu'est-ce qui vous a motivé et pour quelles actions ?	E : Liste d'items sur les facteurs de motivation de participer aux délégations de TCLP	Question 10 : Facteurs de motivation à participer à une délégation, ÉC <i>Choix multiple avec espace ouvert pour des commentaires</i>
Q.4 Avez-vous fait l'expérience, à un moment donné ou un autre, d'une identité humaine commune avec un ou des invités, étant plus importante que d'autres formes d'identité ? Si oui, déclencheur, déclat ?	E : (Constats, matière à réflexion, liens théoriques)	Aucune question directe. Attention particulière aux notions liées à l'identité humaine commune dans les réponses qualitatives.
Q.5 Quel est l'impact de la méthode de l'écoute compassionnelle sur vous (jusqu'à maintenant) ? Détails.	E : Liste d'items – combinée à des éléments littérature transformation	Questions 24-29 : Liées aux 4 thèmes récurrents. Question 31 : Moment le plus profond. <i>Question ouverte</i>
Q.6 Comment voyez-vous la méthode de l'ÉC au sein du Spectrum des efforts de construction de la paix ? Quel rôle, place ?	E : Liste d'items. Combinés à d'autres de la littérature.	Question 30 : 3-5 contributions EC à la paix <i>Choix de réponse et espace ouvert pour commentaires.</i>
<b>Observations</b> (délégation, formation et certification) <b>et</b> <b>Analyse documentaire</b> (textes des pionnières à l'ÉC et ouvrages connexes)	<b>Produits d'analyse</b>	<b>Questions questionnaire/types</b>
	M : Processus du passage entre des états et sentiments de séparation vers une connexion de plus en plus profonde	Question 14-15 : Passage entre états de séparation vers connexion de plus en plus profonde. <i>Choix de réponse ouverte et pour détailler</i>
	M : Matrice relationnel structurelle : 9 unités structurelles 9 processus (rép. du cœur) 9 éléments de conséquence (vices/vertus)	Questions 16-18 : 9 indicateurs-concepts. Questions 17-19 : Réponses coeur actualisées. Question 23 : passages vices et vertus.
<b>Autres interrogations</b>	A : Lien avec la notion de l'amour compassionnel dans la littérature  A : Suggestions soulevées par des participants du pré-test	Question 11 : caractéristiques de l'amour compassionnel dans l'ÉC Questions 33-45 : Profil des répondants. Questions 2-9 : Participation à TCLP/paix. Question 32 : Niveau de satisfaction TCLP. Question 46 : Commentaires questionnaire. Question 47 : nom et coordonnées (option).

**Figure 17** : Association entre les questions et produits d'analyse de la phase qualitative avec les questions du questionnaire pour la phase quantitative

**Légende** : Q = question, E = Entrevues ; M = Modèle émergent.

On retrouve les numéros de questions du questionnaire et leurs liens avec les données qualitatives et l'annexe M comprend le questionnaire complet. Ce que la figure 17 nous montre est que le questionnaire comprend ainsi 14 questions découlant des résultats d'entrevue selon la répartition suivante : éléments d'obstacles (Q 12) et facilitateurs (Q 13) à l'EC; effets physiologiques associés à cette pratique au niveau personnel (Q 20) et constatés chez les invités aux sessions d'écoute (Q 21 et 22); facteurs de motivation à participer aux délégations de TCLP et l'ÉC (question 10); impact de la méthode de l'ÉC sur les délégués (Q 24 à 29 représentant des choix selon un regroupement associé aux 4 thèmes les plus récurrents et la question 31 sur le moment le plus profond vécu en cours de délégation); rôle et la place de la méthode de l'ÉC au sein du Spectrum des efforts de construction de la paix (Q 30). En ce qui a trait à la question d'entrevue portant sur l'expérience d'une identité humaine commune, ses déclencheurs, déclics et vécu, aucune question ne fut posée mais une attention particulière sur cette dimension a été portée dans l'analyse des données.

Le questionnaire comprend de plus 8 questions liées au développement du modèle. Y est sondé le passage entre des états de séparation vers une connexion de plus en plus profonde (ou non) (Q 14 et 15) ; les neuf indicateurs de la Matrice dans sa première dimension ci-haut (Q 16 et 18) ; et les 9 réponses du cœur (Q 17 et 19) élaborées suivant maintes analyses comparatives visant à soutirer l'essentiel en lien avec les neuf indicateurs-concepts. Il en est de même avec le passage entre vices et vertus montré plus haut (Q 23). Douze questions portent sur des éléments supplémentaires : vérifier la résonance des caractéristiques de l'amour compassionnel avec la pratique de l'ÉC (question 11) ; le profil sociodémographique des répondants (Q 33 à 45) et leur participation à TCLP et le domaine de la construction de la paix (Q 2 à 9); leur niveau de satisfaction sur des questions administratives (Q 32) et la possibilité de laisser leur nom et coordonnées si désiré (Q 47). Finalement, peu d'éléments de la littérature et du pré-test s'ajoutent aux choix de réponse aux questions du questionnaire qui proviennent des données sur le terrain.

#### **4.4 Rigueur scientifique pour la phase qualitative de la recherche**

À la question à savoir comment ma position d'étudiante-chercheuse allait influencer la présentation de mes résultats en faisant la collecte et l'analyse des données, je souligne un mémo rédigé aidant à mieux comprendre de l'intérieur le phénomène à l'étude tout en gardant une distance. Y est mentionné le double rôle d'observatrice et de chercheur après une année de recherche et après que les entrevues aient été

réalisées. Ainsi sont informés mon parcours, facteurs de motivation, choix et vécu en lien avec des biais personnels :

## MÉMO

Je suis heureuse de mon choix et je sors d'une année fortifiée par une expérience sur le terrain : formation de 12 jours sur la méthode en trois temps et trois villes américaines et le voyage au sein de la délégation en Israël-Palestine en mai-juin. Ceci à mes frais, donc je suis motivée par ce projet. Tout ce que j'ai vu et vécu à date a confirmé cet attrait et curiosité de base en début de projet. J'avoue avoir donné un peu plus de préséance à mon rôle de participante que d'observatrice lors de la formation et la participation à la délégation, mais ceci par instinct et intuition car la méthode est très expérientielle et j'en étais au début de ma familiarisation. L'inspiration qui a guidé Gene Knudsen Hoffman, décédée le 16 juin 2010 à l'âge de 92 ans, pour la mise en place de cette méthode trouve écho chez-moi : chercher la lumière divine chez tout être humain (*Quaker*) ; bouddhiste ; etc. Où j'en suis et qui je suis à ce point-ci dans ma vie s'y reconnaît, et surtout, je crois qu'il y a là quelque chose de très important. Soit dit en passant, plusieurs personnes disent la même chose que moi lors de leur premier contact avec cette méthode et la visée et vision de TCLP. Bien que je pense avoir été plus participante qu'observatrice, j'ai pris les notes en bonnes et due forme, j'ai tenu un journal et je dois dire que je réfléchis beaucoup à cette question. J'analyse, je fais une introspection sur mon expérience, je lis, je relis, j'écris, je modélise, met en gabarits explicatifs, etc. Bref, je me sens à l'aise et en équilibre dans les dimensions objective et subjective. Ma motivation est un désir de contribuer aux efforts de résolution de ce conflit, et je crois que ce sera en élevant possiblement un peu la conscience.<sup>107</sup> De qui ? À quel niveau « d'élévation » ? Et bien la mienne et la conscience collective telle qu'elle m'apparaît pouvoir recevoir cette contribution (ou non) quelle qu'elle soit. Je laisse l'avenir me le dévoiler. Ce qu'il faut savoir est que comme je veux contribuer là où il doit y avoir un peu de lumière de vérité, je m'assure d'être le plus objective possible, dans les paramètres de la recherche qualitative et du rôle de participante jouée, car cela pourrait être à un tout autre endroit ou angle que ce dont je pense à priori, où se situe ce point de « vérité ». Je parle ici de Vérités (v majuscule, plus universelles) et non de vérités (v minuscule, pouvant être changées selon la situation).

J'ai suivi toutes les formations à l'écoute compassionnelle (introduction et formation avancée I et II) et choisi d'obtenir la certification à l'écoute compassionnelle tout en étant consciente des divers « chapeaux » que je portais selon ces rôles. J'étais par le fait même capable de voir que j'étais engagée dans un rôle de chercheur selon une approche constructiviste de la théorie enracinée. Là où pour Charmaz « le chercheur se transforme alors que la théorie est construite » faisant des découvertes continues en cours d'étude.

---

<sup>107</sup> J'avais fait la réalisation quelques années avant de faire un doctorat que sommes toutes, mon travail direct en service social comprenait d'élever les consciences de mes clients, on le faisait ensemble, pour améliorer leurs difficultés selon le mandat qui m'étais donné (ex. protection de la jeunesse, aide en santé mentale, réformes de santé et services sociaux demandant l'appui d'acteurs-clé, etc.). Ceci bien que ce travail comprenne nombre d'autres aspects très concrets liés à améliorer leur bien-être.



Le processus d'obtention de la certification à l'écoute compassionnelle m'a menée à comprendre de façon de plus en plus sophistiquée ce qui était au cœur de cette approche de l'ÉC. Par le fait même, cela m'a permis aussi de creuser les questions de recherche. Un savoir fut contribué en complémentarité avec le rôle d'observatrice-chercheur : le positionnement épistémologique que j'ai emprunté par défaut dans cette initiative. Il s'agissait d'un moyen supplémentaire pour croiser des impressions, perceptions, compréhension et connaissances à divers niveaux.<sup>108</sup> Bref, il s'agit de plusieurs avenues créatives apportées par le terrain s'ajoutant au processus formel d'analyse et de théorisation émergente.

**Réalisation des entrevues.** Pour la méthode phénoménologique de recherche en psychologie (Langdrige, 2007), on demande au chercheur d'être pleinement « présent » par rapport au phénomène sous enquête. Le but est une compréhension structurelle de l'expérience décrite par les participants aux entrevues et comme mesure d'objectivité j'ai fait du « *bracketing* », c'est-à-dire me maintenir en contact avec mon intentionnalité et ensuite la « mettre de côté » pour décrire le phénomène le plus librement possible de toutes théories ou présuppositions (Langdrige, 2007, p. 17). Les questions dans mon gabarit de base ne m'apparaissaient qu'exploratoires alors je laissais tout autre concept prendre toute la place voulue dans les réponses des participants et leur analyse. Les questions demeuraient ouvertes et suggestives à la réflexion et aux réponses apportées et parfois transformées au fur et à mesure que progressait ma recherche. Les participants aux entrevues pouvaient prendre les tangentes qu'ils voulaient étant donné que la première question était entièrement ouverte. Ensuite je leur demandais de préciser ou élaborer plus à fond certains points ayant apparu importants à leurs yeux. Guidée par la recherche phénoménologique en psychologie, au tout début pour la collecte et analyse initiale des entrevues), je n'ai pas modifié les questions d'entrevue au fur et à mesure que ces dernières prenaient place comme on peut le faire dans la TE. Le gabarit de base a donc quelque peu établi le déroulement et un peu moins l'exploration de façon organique, mais ces questions de base étaient exploratoires en soi et le fait que j'aie emprunté la variante avec un gabarit de base pour la recherche phénoménologique en psychologie visait ce but.

---

<sup>108</sup> Une des exigences de la certification fut de former et mener un groupe de pratique et via le groupe *Montreal Dialogue Montréal*, un organisme de dialogue entre juifs et arabes, une vingtaine de personnes m'ont demandée de tenir des sessions auprès d'eux. Ce fut à raison d'une fois par mois pendant un an. Je prenais des notes et j'ai écrit des mémos avant et suivant ces rencontres, sur ce que j'observais, le déroulement, mes impressions, découvertes, etc. Dans le processus de certification j'ai de plus enseigné la méthode à des bénévoles d'une prison et d'un hôpital, en plus de d'utiliser certaines techniques dans mon travail d'intervenante de crise en milieu de travail. Au cœur de ces activités je suis demeurée à l'affût de la mise en pratique de cette approche et l'ai combinée à d'autres et par le fait même en ai apprécié la portée sous divers prismes et situations. Ce qui ajoutait à mon entendement la concernant.

*Analyse des entrevues.* Suite à mon retour d'Israël-Palestine, j'ai fait la réécoute et la transcription des 14 entrevues semi-formelles faites auprès de participants, ainsi que trois sessions d'écoute auprès d'invités israéliens et palestiniens que j'enregistrais lorsque cela était possible durant la délégation (ayant obtenu le consentement des invités, souvent verbalement ne sentant pas le besoin de signer un formulaire préparé en conséquence). J'ai aussi révisé mes notes prises sur place et continué à tenir un journal. L'analyse a mené vers un regroupement et une classification des données tenant compte des pistes venant des questions exploratoires, ce qui est en partie inévitable. Mais il va de soi que l'étude rend compte de réponses sur ces questions/pistes alors qu'un autre chercheur pourrait avoir des résultats différents avec des questions de base exploratoires différentes. Par contre, je suis confiante d'avoir examiné l'objet d'étude sous diverses dimensions par la multitude des instruments utilisés et de l'application autant sur le terrain qu'en lien avec la théorie (les écrits des pionnières). Il s'agit donc d'un phénomène à l'étude et une recherche cernés dans l'aire substantive de recherche explorée à mon avis et c'est au niveau du transfert des connaissances vers une théorie substantive justement que j'ai fait appel à mes aptitudes de les centrer sur la réalité des défis quotidiens (chapitre six). Notons que tout au long des phases d'analyse j'étais très soucieuse de garder une distance et réflexivité afin d'être conscient à quels moments la dimension constructive devenait de plus en plus grande avec mes apports d'une manière ou l'autre.

Polkinghorne suggère de se pencher sur une série de questions en ce qui concerne le rôle du chercheur dans l'analyse des données (1989, p. 57, cité par Langdrige, 2007) et cela informe de biais et limites pour cette section évaluative de la phase qualitative de la recherche.

**Est-ce que l'interviewer a influencé le contenu des descriptions du sujet de sorte à ce que les descriptions ne reflètent pas entièrement l'expérience des répondants ?** Les réponses des participants aux entrevues sont demeurées liées au verbatim même des entrevues, donc de leurs propos.

**Est-ce que les transcriptions sont exactes et est-ce qu'elles reflètent le sens de la présentation orale lors des entrevues ?** Les transcriptions comprennent tous les mots prononcés par les répondants aux entrevues, accompagnées de ponctuations lorsqu'elles étaient marquantes (ex. hésitation à répondre, etc.).

**Dans l'analyse des transcriptions, y avaient-ils des conclusions autres que celles offertes par le chercheur qui auraient pu dériver des entrevues ? Est-ce que le chercheur a identifié ces alternatives et démontré pourquoi elles sont moins probables que celles choisies ?** Il n'y avait pas de conclusions supplémentaires ou différentes dans ce qui est ressorti comme analyse. Je me suis posée la

question et j'ai relu les transcriptions pour vérifier cette question plus tard dans ma recherche. L'étape plus tardive menant à l'analyse pour la phase avancée m'a permis de revoir une deuxième fois et avec recul tous les verbatim. A la lumière de ce qui a été produit suivant l'analyse initiale des entrevues, j'ai revu deux thèmes ayant ressortis au début de mon analyse des réponses : la sagesse et le discernement, qui ont retrouvé une plus grande place dans la phase avancée d'analyse. La TE d'ailleurs prévoit de laisser de côté certains concepts pour y revenir plus tard et il s'agissait des seuls deux thèmes moins pris en compte au début et qui ont retrouvé une place importante dans le modèle final. J'ai réalisé à ce moment-là que ces notions, plutôt vagues, trouvaient une texture précise en regard du modèle émergeant de la pratique de l'ÉC située dans ce cadre.

**Est-ce possible d'aller de la description générale structurelle des transcriptions vers un compte-rendu de contenus spécifiques et de connections dans les exemples initiaux des expériences témoignées par les participants ?** Oui c'est possible et c'est ce que permet la comparaison continue des unités d'analyse avec d'autres. Ceci est le cas dans cette étude en plus du fait que les données sont croisées avec diverses méthodes de collecte et d'analyse de données durant toute l'étude. Comme les analyses des entrevues ont pris place cas par cas (questions par questions), une comparaison des réponses provenant de chacune sur les mêmes pistes exploratoires a aussi pu être établie pour en voir la portée.

**Est-ce que la description structurelle est spécifique à la situation, ou si cela tient pour l'expérience dans d'autres situations ?** À titre de participante et d'observatrice lors d'une délégation et des formations de TCLP, en plus de l'obtention de la certification à l'ÉC, j'ai pu voir comment le phénomène à l'étude se déployait dans une expérience directe en lien avec le phénomène à l'étude. Le focus était mis sur la pratique dans le contexte des sessions d'écoute particulièrement, donc le tout était étroitement cerné pour cette aire substantive de la recherche.

**Analyse des données dans la TE.** En cours d'analyse des données pour cette première phase de la recherche des écrits d'experts de la TE m'ont rassurée. Notamment alors que comme étudiante-chercheuse, je constatais de ma part un apport constructif de plus en plus pointu avec les phases axiales et avancées. Charmaz (2007) souligne que les directives pour l'analyse dans cette approche ne peuvent pas figurer comme un « livre de recettes » qui doit être suivi à la lettre car les perspectives, les raisons et les types de pratiques mêmes des chercheurs influencent comment ils apportent un sens aux méthodes d'analyse proposées. La créativité est centrale dans cette approche et ne se commande pas selon les experts et cela me rassurait. Cette créativité demande du temps et ne fait pas partie d'un horaire précis,

ce que j'ai vécu, en plus du fait que cette méthode est reconnue comme pouvant demander temps et patience au chercheur : ce que j'ai été en mesure d'offrir. C'est dans l'esprit exposé par Charmaz que j'ai fonctionné, là où le chercheur ne doit pas être obsédé dans une obligation de faire les étapes correctement :

If you find that trying one set of techniques is leading you in circles or is boring you, then let that go and try another technique. The point of all of the techniques discussed is to stimulate your thinking, to get you to think outside the box, to use a current cliché. Freeing you from the ideas you came in with. (Charmaz, 2006, p. 76)

En fait les étapes que j'ai empruntées pour plusieurs ont été confirmées lors de ma familiarisation plus pointue avec les écrits sur la TE. J'ai emprunté de façon naturelle un sens du plaisir et de maintien d'un niveau d'excitation au travail alors que les techniques qui sont utilisées dans la TE seraient moins importantes que le but qui est le développement d'une théorie mais je dois dire que c'est plus cette dernière qui s'est imposée à moi que l'inverse. Ceci, avec l'apparition de propositions théoriques non prévues initialement. Ce n'est qu'après le stade axial d'analyse que j'ai pu imaginer me diriger vers un corpus annonçant un modèle théorique et appliqué comme tel.

Pour Strauss (1987), le processus créatif s'installe progressivement, dont le codage axial suivant la longue période du codage ouvert et ceci, avant même que l'analyste se commette à une catégorie centrale. J'ai vécu ce type de cheminement, tout en sachant que le codage ne vient pas directement des données mais de l'analyste. Comme au niveau professionnel, j'ai mené ou supervisé maintes recherches et études dans le domaine de la santé et des services sociaux, je crois que je procédais à partir de ces expertises et connaissances acquises sur une période de plus de vingt ans. Pour Oktay (2012), c'est la responsabilité du chercheur de trouver des ressources, des textes ou des exemples de travaux qui l'aideront à réaliser le but visé (Oktay, 2012, p. 73). Mon expérience professionnel aidant, c'est ce que j'ai fait de façon naturelle, par instinct d'étudiante-chercheuse motivée par un pragmatisme visant à répondre aux questions de recherche, tout en laissant libre cours à ce processus de codage et d'analyse continue. Il y a donc co-construction des résultats dans la TE, lesquels sont tributaires des choix du chercheur et un des obstacles dont il doit porter attention est de ne pas « forcer » les données dans des catégories préexistantes. Ceci car elles peuvent restreindre les données à certains paradigmes, champs et disciplines scientifiques, au détriment d'autres options émergentes (Oktay, 2012, p. 55). J'ai gardé une intention et attention à me laisser surprendre dans l'analyse des données et à découvrir des pistes complètement nouvelles en explication au phénomène à l'étude, bien que partant de quelques pistes exploratoires pour les entrevues, selon la latitude offerte par la variante interprétative avec gabarit de base. Une part d'intuition était certes présente et dont j'étais consciente. L'essentiel pour les deux approches

méthodologiques utilisées étant de garder une flexibilité durant toute la période de l'analyse et de tenter de se mettre à la place des participants afin de comprendre l'objet d'étude à partir de leurs points de vue respectifs (Charmaz, 2007, p. 136). Tel qu'expliqué plus haut, je demeurais entièrement ouverte à toute connaissance pouvant découler des méthodes de cueillette et d'analyse des données et les questions du gabarit exploratoire figurait comme ancrage minimum.

Pour assurer une transition adéquate selon les standards de la recherche au niveau méthodologique entre l'approche phénoménologique de recherche en psychologie et la TE – comme des hypothèses de travail ont émergées et menées au développement d'une théorie comme le suggère la TE - j'ai revu de près les zones de convergence entre ces deux approches et les ai expliquées dans ce chapitre et celui précédent. Je suis donc satisfaite et à l'aise comme étudiante-chercheur de cette transition. En ce qui concerne l'analyse thématique pour la recherche phénoménologique en psychologie, le plus important pour moi fut de rester très près des données dans cette première étape initiale d'analyse et ainsi favoriser les critères de précision et de pertinence pour une rigueur scientifique (Langdrige, 2007). Lors des phases d'analyse de la TE, j'ai bien suivi une progression sensée et bien documentée jusqu'à la préparation de la phase quantitative. Laquelle peut être vue comme faisant partie de l'échantillonnage théorique dans la TE pour collecter de nouvelles données permettant de cheminer vers la théorie - bien qu'ici s'inscrivant comme une étape anticipée avec le choix d'une méthode mixte en recherche, pour la phase quantitative.

J'ai gardé ce grand souci de demeuré près du terrain tout au long de la recherche. À titre d'exemple, il m'apparaissait important de me tenir loin des définitions formelles pour des notions émergentes comme nous avons pu voir dans le chapitre. Je voulais garder le tout « ouvert au terrain » qui potentiellement allait apporter des nuances à ce sujet jusqu'à la fin de l'écriture du modèle final. Prenant à cœur la réflexivité du chercheur, je m'assurais aussi de garder une ouverture sur les données recueillies par la recherche et même ces concepts et propositions théoriques émergentes, jusqu'à ce qu'une sensibilisation théorique m'ait procurée une assurance quant à la façon de les utiliser. Une résonance avec des travaux d'auteurs comme pour la partie heuristique du modèle fut l'apport peut être l'aspect le plus constructif, car comprenant une dimension heuristique avec la quatrième dimension de la Matrice. On peut voir cette dimension par contre découler d'un processus déductif et réflexion progressive devant le corpus des données. Ceci dit, autant ma familiarisation avec les écrits de Myss que mon expérience comme professionnelle de la santé m'a possiblement conduit vers cet état de fait et les interfaces que j'ai voulu voir de plus près avec le schéma conceptuel avancé (entre santé/mieux-être, spiritualité, construction de la paix et écosystème). Lesquelles allient des expériences autant cliniques (micro) que systémiques

(macro) et en écho avec mon désir de fournir des indices sur une forme d'*agenda du cœur* pouvant s'ajouter à d'autres formes d'agendas dans le domaine de la construction de la paix. En même temps, ces dimensions sont prises en compte dans la TE donc l'émergence d'un aspect structurel et d'un processus les entourant dans cette réflexion s'arriment avec la TE.

**Validité et fiabilité qualitative.** Selon l'approche suggérée par Cresswell et Plano Clark (2011), pour la phase qualitative d'une méthode mixte en recherche, la validité qualitative demande d'évaluer si l'information obtenue à travers la collecte des données qualitative est exacte. Dans la TE, la connaissance est considérée valide si elle semble évidente en soi, dans le sens où quelqu'un d'autre n'en ferait pas l'expérience comme étant absurde (Charmaz, 2006). Une façon de vérifier la validité qualitative est de demander à des participants de la recherche si les résultats reflètent leurs expériences (Idem). Ce que j'ai fait via le questionnaire en ligne pour vérifier la résonance avec l'essentiel des résultats de la phase qualitative. Déjà lors du pré-test pour ce questionnaire je surveillais cette dimension de validité des données obtenues dans la phase qualitative avec un tout nouveau groupe de participants à la recherche. J'ai pu constater cette résonance et fait quelques ajustements en conséquence pour l'adaptation à un questionnaire.

Une autre façon de vérifier la validité qualitative est une triangulation (Merriam, 2002) des données et en ce sens les méthodes multiples ont permis de se faire et selon divers angles apportés plus haut, dont de participante même à la recherche. À titre personnel, j'ai pratiqué l'ÉC demeurant soucieuse d'une distanciation saine visant à laisser le terrain « parler ». Une façon de se faire est de garder un doute sur la connaissance produite et réfléchir à ce que ce doute amène comme idées, intuitions, découvertes, etc. Un autre moyen pour vérifier la validité est d'avoir plus d'un chercheur impliqué. Le fait que trois chercheurs (PhD) en dehors des délégués et connaissant l'approche ont pu aussi valider les éléments du questionnaire a aidé à fournir cette dimension. Comme ils n'ont pas offert de commentaires ou suggestions s'éloignant du contenu et de la forme présentée initialement, j'en ai déduit que cela indiquait une cohérence dans l'instrument développé pour cette recherche mais aussi face au contenu recueilli et produit dans la phase qualitative. Finalement, la façon ultime de vérifier la validité est lors d'une présentation des résultats de recherche à d'autres et à cet égard, la présentation des résultats de cette étude aux facilitateurs et anciens participants aux délégations de TCLP les informant bien du contexte, objectifs et biais de ce projet de recherche doctorale, pourra me permettre d'ajouter cette dimension à l'étude selon comment les résultats de la recherche leur apparaît.

Quant à la fiabilité j'ai été la seule chercheuse à mener toute la phase qualitative. La possibilité d'avoir eu d'autres chercheurs avec la tâche de coder les entrevues et les écrits des pionnières à l'ÉC par exemple, dont selon les stages d'analyse prescrits dans la TE, aurait permis une comparaison des résultats et fourni des indices sur la fiabilité si les résultats sont semblables. Ceci n'était pas possible pour cette thèse de doctorat, ainsi que de reproduire l'observation participante comme telle, il s'agit d'une limite de cette méthode (Sask & Allsop, 2013, p. 114). D'autres chercheurs participant aux mêmes activités que moi (formation, délégation, certification) à un autre moment pourraient aussi ne pas reproduire le même contexte. Ceci dit, en comparant nos données d'analyse d'entrevues et des écrits des pionnières nous verrions si nous sommes parvenus à des codes et catégories semblables. Il est donc clair dans la TE de type constructiviste que le chercheur est le principal instrument de mesure (Charmaz, 2006) et nous pourrions avoir certains résultats semblables mais teintés par notre expérience et qui nous sommes, au-delà de la façon d'appliquer les règles d'analyse. Je crois par contre que nous pourrions bien cerner cette expérience commune et des différences, notamment le fait que de mon côté, la dimension géopolitique n'était pas dans mon angle premier d'analyse bien que j'aie pris en compte les commentaires des participants aux entrevues à ce niveau et les ai classés sous certains thèmes tels la transformation en lien avec le conflit.

Strauss et Corbin (2004, p. 182) disent que lorsque la catégorie centrale est clairement identifiée, le chercheur commence à mettre l'emphase sur cette dernière. Peut alors prendre place un codage des autres catégories en relation à cette catégorie centrale et par la voie d'un échantillonnage théorique supplémentaire, le chercheur voit à combler des lacunes entourant cette catégorie, dont ses relations avec les hypothèses selon les auteurs. Pour ma part, je savais que le questionnaire allait fournir des données supplémentaires et tel qu'expliqué dans le troisième chapitre, j'aurais pu choisir une autre façon de poursuivre l'étude. Par contre, je me suis bien appliquée à ce qui est proposé lorsque la catégorie centrale est identifiée et devient le point focal dans la génération de la théorie, dont rendre compte des variations et des perceptions dans les patrons de comportement (Strauss, 1987) qui sont observés.

**Présentation des résultats.** À la question à savoir comment le monde extérieur va influencer la présentation des résultats, j'ai répondu dans un mémo que ne voyais pas d'influence à ce niveau et que je n'ai jamais subi de pressions. Il en a été de même jusqu'à la fin de la recherche.

## CHAPITRE 5. Résultats d'analyse de la phase quantitative de la recherche

Ce chapitre présente les résultats d'analyse du questionnaire en ligne pour la phase quantitative de la méthode mixte de recherche. Il se termine par l'exposition d'éléments de vérification et de limites de l'étude. Le questionnaire complet apparaît à l'annexe N et un complément d'analyse en annexe auquel le lecteur sera dirigé dans le texte. L'analyse est descriptive et analytique sous forme de constats découlant des résultats pour chaque question du questionnaire. Je fais une utilisation libre de l'anglais et du français pour assurer une fluidité dans le propos.

### 5.1 Résultats d'analyse du questionnaire en ligne

#### 5.1.1 Profil sociodémographiques des répondants

Parmi les 60 répondants au total, 45 ont rempli la section sur les données sociodémographiques située à la fin du questionnaire.<sup>109</sup> Les tableaux statistiques sur les résultats obtenus pour les variables du profil des répondants figurent à l'annexe O-1. Ce qui suit en présente le résumé.

**Genre :** Près du deux tiers des répondants sont des femmes. Ce qui rejoint la distribution de la délégation de 2010 et des ateliers de formation de TCLP selon mes observations.

**Âge :** La presque totalité des répondants ont 51 ans et plus (91.1%). Ce qui ne reflète pas le groupe de délégués en 2010 et peut s'expliquer du fait que les participants aux délégations d'aussi loin que 1998 sont sondés dans le questionnaire. De plus, comme près de la moitié des répondants sont retraités, ils ont peut-être plus de temps pour participer à cette étude.

**Statut marital :** La majorité des répondants sont mariés ou vivent avec un partenaire (57.8%). Un tiers sont séparés, divorcés ou veufs/veuves.

---

<sup>109</sup> Dans ce chapitre le nombre de répondants est celui associé à chaque question et varie selon le nombre de personnes ayant répondu à chacune d'elles. Cette compilation provient de l'outil *Survey Monkey*.



**Niveau d'éducation :** 66% des répondants ont atteint un niveau d'éducation au-delà du niveau secondaire et du premier cycle universitaire. Ils ont donc obtenu une maîtrise, doctorat et/ou post-doctorat.

**Revenu et occupation :** Une majorité de l'échelle des revenus est représentée au sein des répondants (de moins de 30,000\$ de revenu par année par ménage à plus de 120,000\$), le quart avec un salaire annuel se situant entre \$60,000 et \$89,000 et le tiers \$120,000 et plus. En ce qui concerne l'occupation aucun des répondants a indiqué ne pas vouloir répondre et aucun a indiqué ne pas être à l'emploi et chercher du travail. Les autres ont des statuts divers d'emploi (près de 18% sont à temps plein et on retrouve le même pourcentage pour les travailleurs autonomes) et près de la moitié sont à la retraite (46.7%).

**Nationalité :** 31 répondants sur 39 sont américains ; 4 répondants sont canadiens et 2 personnes ont les nationalités canadienne et américaine ; une répondante vient du Brésil et une autre de l'Allemagne.

**Groupe ethnique ou culturel d'appartenance :** En ce qui concerne le groupe ethnique ou culturel d'appartenance, les répondants pouvaient cocher plus d'une réponse. 66.7% se disent blanc et 45.2% juifs ; 7.1% ont coché la réponse « Autre », Asie/Pacifique, Latino et multiracial/multiculturel.

**Religion, niveau de pratique religieuse et importance des croyances religieuses et spirituelles :** En ce qui concerne la religion, les répondants pouvaient répondre à plus d'un choix (donc le total en pourcentage peut dépasser 100). 48.9% répondent le bouddhisme comme religion et un peu moins le judaïsme (44.9%). Certains ont répondu être juif et bouddhiste et les autres religions en ordre d'importance sont : le christianisme (35.6%) ; « Autre » (24.4%) ; l'athéisme/agnosticisme (15.6%) ; inter/non dénominationnel (13,3%) ; la spiritualité amérindienne (*Native American spirituality*) (8.9%) ; le paganisme (6.7%) ; aucune religion (4.4%) et l'hindouisme (2.2%). Aucune personne n'a nommé l'islam comme religion. Plus du tiers se disent assez actifs (37.8%) ou très actifs (35.6%) dans leur pratique religieuse. Les autres l'étant peu (13.3%) ou pas du tout (8.9%). Pour plus de la moitié des répondants, leurs croyances religieuses ou spirituelles leur donnent de la force pour faire face aux difficultés de tous les jours.

**Langue :** Tous parlent l'anglais le plus souvent à la maison et 97.7% disent avoir un très haut niveau de confort avec la langue anglaise écrite.

### **5.1.2 Implication avec TCLP et la construction de la paix et motivation à participer à une ou plus d'une délégation**

Cette section vérifie le niveau d'implication des répondants avec TCLP, la motivation à participer à une ou plus d'une délégation et leur implication dans le domaine de la construction de la paix.

**Participation aux formations offertes par TCLP :** 46% des participants n'avaient pas participé à une formation offerte par TCLP avant la délégation ; 30% avaient reçu une introduction à l'écoute compassionnelle ; 11% ont suivi la première formation avancée et 5% la deuxième. Finalement, 9% sont des facilitateurs à l'ÉC. Voir l'annexe O-2 pour le tableau statistique.

**Année et endroit de participation aux délégations de TCLP :** TCLP a organisé une à deux délégations par année entre 1998 et 2015, sauf en 2009 et 2013. Les résultats montrent qu'au moins un répondant a participé à une délégation organisée par TCLP pour chacune de ces années. En ordre d'importance, on retrouve le plus grand nombre de répondants pour les années suivantes : 2011 (8 personnes) ; 2003 et 2012 (7 personnes) ; 2008 (6 personnes) et 2014 (5 personnes). Dix personnes ont participé à deux délégations et 3 personnes à trois délégations. La très grande majorité a participé à une ou plus d'une délégation en Israël-Palestine (52 réponses sur 60) dès leur première année de participation. Cinq ont participé à une délégation en Allemagne et 2 au Guatemala dont certains ont aussi participé à une délégation en Israël-Palestine. Selon ce que j'ai constaté lors du pré-test et les réponses au questionnaire indiquent que l'essentiel de l'approche de l'ÉC selon TCLP fut présent dans ces divers lieux.

**Implication dans le domaine de la construction de la paix :** 55% des répondants ont indiqué être impliqués dans le domaine de la construction de la paix, dont à titre de bénévoles (21 sur 40) ; employés (n = 8) ; consultant/travailleur autonome (n = 7) ; chercheur (n = 1) et/ou dans une autre fonction (n = 3). 87% le sont depuis au moins 6 ans et plus de la moitié depuis plus de 10 ans. Voir l'annexe O-3 pour le tableau statistique.

En résumé, le profil des participants montre qu'il s'agit en grande partie d'américains, d'un plus grand nombre de femmes que d'hommes, et que presque la moitié sont juifs. Près de la moitié n'avait pas suivi la formation à l'ÉC de TCLP bien que plus de la moitié soient familiers avec le domaine de la construction de la paix sous une fonction quelconque (bénévole, employés, etc.).

**Facteurs de motivation pour la participation aux délégations de TCLP.** La question no. 10 porte sur les facteurs de motivation ayant mené à participer à une ou plusieurs délégations de TCLP. Les choix de réponse proviennent du regroupement des réponses fournies par les participants aux entrevues, en plus d'un facteur ajouté suivant le pré-test : « I wanted to be useful and help people in the region visited in listening to them ». Le tableau 1 montre les résultats et des constats sont ensuite présentés.

**Tableau 1 : Facteurs de motivation pour la participation aux délégations de TCLP**

*Q. 10: "What MOTIVATED you to participate in one or more TCLP delegation(s)? SELECT ALL THAT APPLY"*

Motivations*	n	% des répondants
I wanted to improve my knowledge and/or skills (e.g. about the conflict; peacebuilding; listening)	50	85%
I wanted to meet people who are directly involved with the conflict in the region visited by the delegation	48	81%
The truth of the compassionate listening approach had strong resonance within me	44	75%
I wanted to visit the region where the delegation took place	42	71%
I wanted to bring back some knowledge/skills to my country for peacebuilding/interreligious dialogue	36	61%
I wanted to be useful and help people in the region visited, in listening to them	30	51%
I have a religious affiliation with the region visited by the delegation	21	36%
I had signs or a calling to participate in a delegation	18	31%
My previous experience with compassionate listening made me want to know more about it	13	22%
I have a family affiliation in the region visited by the delegation	11	19%
(optional) Comments or other motivating factors	11	19%
Nombre total de répondants	59	

\* Plus d'une motivation pouvait être sélectionnée par répondant

## CONSTATS

1. Tous les choix de réponses furent choisis par les répondants. Un minimum de 10 répondants et un maximum de 50 sur un total de 59 répondants ont choisi chacun des choix de réponse. Ceci montre une résonance avec les réponses des participants aux entrevues dans leur globalité.
2. Trois facteurs de motivation sont choisis par plus du deux tiers des répondants : le désir d'améliorer leurs connaissances et/ou leurs habiletés (sur le conflit, la construction de la paix, l'écoute) (85%) ; rencontrer des gens directement impliqués avec le conflit dans la région visitée (81%) et ; une résonance chez eux d'un élément de 'vérité' dans l'approche de l'ÉC (75%).
3. Dans une proportion moindre, mais pour tout de même plus de la moitié des répondants, on retrouve le désir d'être utile et d'aider les gens dans la région visitée en les écoutant (51%). Le fait qu'une grande partie des répondants disent être impliqués comme bénévoles dans le domaine de la paix peut expliquer ce facteur de motivation. Suivent pour 36%, donc plus du tiers des répondants, une affiliation religieuse avec la région visitée.

4. Les facteurs de motivation les moins populaires sont l'expérience passée avec l'ÉC menant à vouloir en savoir plus à son sujet mais qui touche tout de même un répondant sur cinq (22%), ajoutant que près de la moitié (46%) n'avaient pas suivi de formation à l'ÉC avant la délégation. Dix-neuf pourcents indiquent comme facteur de motivation une affiliation cette fois-ci familiale dans la région visitée, donc près d'un participant sur 5.
5. Parmi les commentaires fournis sur ces facteurs ou d'autres facteurs de motivation, 19% font référence à la construction de la paix (l'écriture d'un livre sur le conflit et la guerre ; un intérêt pour la résolution de conflit) ; l'implication et la relation profonde avec la communauté juive ; la curiosité à savoir pourquoi les parties dans le conflit ne peuvent en venir à une résolution (un répondant ajoutant en être venu à une meilleure compréhension en lien avec cette difficulté) ; la croyance profonde à la communication face à face comme véhicule de construction de la paix ; une invitation par des collègues ; le fait d'être dans une année sabbatique en Israël ; une seule raison : « écouter » ; pouvoir entendre toutes les parties liées au conflit de façon respectueuse ; une connexion personnelle avec ce type de travail faisant partie d'une union maritale juive-arabe ; le décès d'un être proche et où la possibilité de participation à une délégation pouvait aider en cette période douloureuse.
6. Finalement, un répondant commente sur les premières années de mise en place de cette initiative: « My delegation was in the days of Middle East Citizen Diplomacy before we developed Compassionate Listening - indeed, it was the non-listening and judging of many of our delegates that made us realize we needed to develop skills and practices ». Ce qui corrobore ce qui fut mentionné dans le premier chapitre comme constat de Leah Green l'amenant à intégrer l'ÉC dans les délégations.

### 5.1.3 Expérience en lien avec l'écoute compassionnelle

*Éléments centraux liés à l'écoute compassionnelle.* Le tableau 2 montre les réponses obtenues à la question visant à savoir quel degré d'importance (entre « très important » et « pas si important ») les items proposés ont en lien avec la pratique de l'ÉC en général. Les six premiers facteurs représentent les caractéristiques de l'amour compassionnel (Underwood, in Fehr et al., 2009, p. 7-8)<sup>110</sup>. Les trois autres reprennent la combinaison des trois indicateurs de la Matrice structurelle conséquentielle par rangée et colonne tel qu'exposé dans le chapitre 4 et résumant ce qui apparaît comme « l'agenda du cœur » pour l'ÉC dans le modèle émergent. Ils apparaissent en début de cette section et du questionnaire de façon stratégique tel qu'expliqué dans le chapitre 3.

---

<sup>110</sup> Il y a cinq caractéristiques associées à la notion de l'amour compassionnel. Pour les fins du questionnaire la cinquième fut divisée en deux items : « response of the heart et emotional engagement and understanding » qui sont parfois combinées dans la littérature.

**Tableau 2 : Degré d'importance de facteurs liés à la pratique de l'écoute compassionnelle**

*Q. 11: "How important are the following factors in the Compassionate Listening practice, in general?"*

Facteurs	N	Very important			Not that important	Don't know or don't remember
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
Valuing the other at a fundamental level	52	41 (79%)	11 (21%)	0 (%)	0 (%)	0 (%)
Openness and receptivity	54	46 (85%)	8 (15%)	0 (%)	0 (%)	0 (%)
A "response of the heart"	49	27 (55%)	15 (31%)	4 (8%)	1 (2%)	2 (4%)
An emotional engagement and understanding	54	24 (44%)	23 (43%)	6 (11%)	1 (2%)	0 (%)
An accurate cognitive understanding of the situation, the other and oneself	53	19 (36%)	19 (36%)	8 (15%)	7 (13%)	0 (%)
Choosing freely to love the other	53	13 (25%)	17 (32%)	14 (26%)	8 (15%)	1 (2%)
A healing intention to see what is the most precious and unique in the other, in a safe environment	52	27 (52%)	17 (33%)	7 (13%)	1 (2%)	0 (%)
Connecting deeply with an open spirit, in a non-judgmental and non-adversarial environment	53	43 (81%)	8 (15%)	2 (4%)	0 (%)	0 (%)
Deep listening with the heart to personal stories and experiences	52	42 (81%)	10 (19%)	0 (%)	0 (%)	0 (%)
(optional) Details or comments						

## CONSTATS

1. Les résultats concernant les six premiers éléments liés aux caractéristiques de l'amour compassionnel montrent, lorsque que l'on combine le nombre de répondants ayant choisi les deux premiers facteurs d'importance sur l'échelle de Likert, que tous les répondants considèrent « valuing the other at a fundamental level » et « openness and receptivity » comme facteurs importants pour la pratique de l'ÉC en général. En ce qui concerne les 4 autres caractéristiques de l'amour compassionnel, on retrouve selon l'ordre d'importance : « An emotional engagement and understanding » et « A 'response of the heart' » pour 87% des répondants (sachant qu'ils apparaissent combinés comme caractéristique de l'amour compassionnel, ce qui confère une certaine validité à l'utilisation de ces notions dans la recherche) ; « An accurate cognitive understanding of the situation, the other and oneself » pour 72% des répondants (soulignant que la notion de compréhension apparaît de nouveau, tout comme on l'a vu avec l'item précédent); « Choosing freely to love the other » pour 57%. Ainsi, sauf quelques exceptions, tous les répondants accordent une importance aux caractéristiques de l'amour compassionnel en lien avec la pratique de l'ÉC.

2. Les trois derniers énoncés de la liste des choix de réponse reflètent la combinaison de ce que je considère l'agenda du cœur pour l'ÉC dans le modèle émergeant. Les répondants montrent une forte résonance avec ces énoncés quant à leur importance dans la pratique de l'ÉC en général. Ce qui suit montre le pourcentage reçu pour le choix le plus élevé en termes d'importance, suivi du deuxième choix le plus élevé sur l'échelle de Likert : 52% et 85% pour « A healing intention to see what is the most precious and unique in the other, in a safe environment »<sup>111</sup>; 81% et 94% pour « Connecting deeply with an open spirit, in a non-judgmental and non-adversarial environment » et 81% et 100% pour « Deep listening with the heart to personal stories and experiences ».
3. Cinq répondants ont offert des commentaires à cette question, reflétant des facteurs importants pour la pratique de l'ÉC en général : « Reflecting what is heard is also important » ; « Seeing the shared humanity of the other, especially when difficult » ; « The factors above apply to all listening. Non-judgmental listening is the common core »; « Direct first hand personal relationship with people and land important to me »; « It's a choice in every moment – from inside out ».
4. Notons le commentaire de « refléter à l'autre ce qui a été entendu », lequel rejoint les propos des participants aux entrevues sur l'importance de la fonction et compétence de base de « parler avec le cœur ». Afin que le questionnaire ne soit pas trop long, j'ai omis de poser une question réunissant les facteurs soulevés sur cet élément lors des entrevues, priorisant le volet de procurer de la compassion et d'écouter avec compassion. Les réponses sur cette compétence obtenues lors des entrevues et lorsque mentionné dans le questionnaire tel ce commentaire sont par contre commentées dans le chapitre six.
5. Un dernier commentaire porte sur la difficulté de comprendre le terme « of the heart » (dans l'expression: response of the heart): « I never did really understand what "of the heart" means. I think it refers to the practices of compassion and empathy, but I don't find the language used very helpful ». Ce fut mon expérience lors de mes débuts de familiarisation avec cette approche tel que noté dans un chapitre précédent et où la familiarité et aise sont devenues plus grandes avec le temps.

**Défis communs pour les écouteurs lors des sessions d'écoute compassionnelle.** Les choix de réponse liés aux défis communs en général pour l'écouteur durant les sessions d'ÉC proviennent de ceux les plus souvent cités par les participants aux entrevues, ajoutant le défi suivant lié à l'amour compassionnel : « balancing personal interests with that of the guest speaker » qui s'avérait intéressant à ajouter en regard des pôles dans le modèle émergeant. Le tableau 3 présente les résultats.

---

<sup>111</sup> À mon avis, l'utilisation de l'expression « *healing intention* » peut apparaître un peu vague, tel que discuté dans le troisième chapitre.

**Tableau 3 : Défis communs pour l'écouteur durant les sessions d'écoute compassionnelle**

*Q. 12. "Are the following factors common CHALLENGES for the listener during compassionate listening sessions, in general?"*

Facteurs	N	Very common challenge			Not a common challenge	Don't know or don't remember
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
Judgments made about the guest speaker	53	19 (36%)	23 (43%)	7 (13%)	4 (8%)	0 (%)
Wondering if the guest speaker is honest	52	5 (10%)	11 (21%)	15 (29%)	20 (38%)	1 (2%)
Feeling and extending compassion, even when not agreeing with the guest speaker	54	24 (44%)	22 (41%)	3 (6%)	5 (9%)	0 (%)
Continuing to feel compassionate when the guest speaker is in a defensive mode	54	17 (31%)	27 (50%)	4 (7%)	6 (11%)	0 (%)
Controlling personal automatic reactions when triggered by the guest speaker	54	26 (48%)	18 (33%)	7 (13%)	3 (6%)	0 (%)
Keeping things in perspective when strongly challenged by the guest speaker	54	25 (46%)	13 (24%)	10 (19%)	5 (9%)	1 (2%)
Balancing personal interests with that of the guest speaker	54	13 (24%)	20 (37%)	8 (15%)	11 (20%)	2 (4%)

## CONSTATS

1. Nous retrouvons une répartition de réponses dans toutes les possibilités sur l'échelle de Likert et pour chaque défi, ce qui est positif au niveau statistique pour la recherche. En combinant les deux premiers choix d'importance, sauf pour le défi de se demander si l'invité à la session d'écoute est honnête, tous les défis obtiennent entre 61% et 85% de résonance avec les défis communs rapportés par les participants aux entretiens.
2. Le défi le plus commun est de contrôler ses réactions personnelles automatiques lorsque « déclenché » (triggered) par l'invité à la session d'écoute, avec 48 % des répondants le voyant comme très commun et 81% lorsque ce taux est combiné avec le prochain niveau sur l'échelle de Likert. Suivent de près, toujours en combinant les pourcentages des deux niveaux les plus élevés sur l'échelle de Likert: « Keeping things in perspective when strongly challenged by the guest speaker » (58%); « Feeling and extending compassion, even when not agreeing with the guest speaker » (64,5%); « Judgments made about the guest speaker » (44,5%) et « Continuing to feel compassionate when the guest speaker is in a defensive mode » (56%). Le défi « Balancing personal interests with that of the guest speaker » associé à l'amour compassionnel est considéré comme très commun pour le quart des répondants, ainsi que commun pour 61% lorsque ce taux est combiné avec le prochain choix sur l'échelle de Likert. On reconnaît donc une résonance de ce défi lié à l'amour compassionnel pour les répondants.

3. Le défi le moins commun est de se demander si l'invité est honnête, avec 10% des répondants qui trouvent ce défi très commun et 21% le trouvant commun, ce qui rend ce défi commun pour tout de même une personne sur cinq. Un commentaire reçu à ce sujet est le suivant: « Honesty is not a factor as their reality is the only reality that truly matters. The other issues weren't a problem as long as the training is sufficient. I noted that participants that had less training had more difficulties listening and remaining open, compassionate and objective ».
4. Un des commentaires portant sur ces défis et d'autres supplémentaires est celui de « demeurer centré sur l'invité dans de longues sessions d'écoute ou des sessions se suivant les unes après les autres ». Ce qui fut mon expérience lors de la délégation de 2010 et celle d'autres co-délégués, ainsi que des participants au pré-test. Un défi supplémentaire est de « laisser aller les jugements faits par l'invité (pas seulement les siens propres) ».
5. Deux commentaires portent sur le fait que les défis suggérés dans la liste se trouvaient à être moindres du fait que les écouteurs étaient dans un contexte sécuritaire. Pour l'un, cela a eu l'effet suivant : stimuler le meilleur en lui alors qu'il ajoute que le défi d'écouter les gens ayant un point de vue intolérant sur un groupe ou l'autre en lien avec le conflit était beaucoup plus grand dans sa propre vie, une fois revenu dans son pays. Ce qu'il dira être: « Very challenging, harder to stay centered ». Un autre abonde dans le même sens: « These challenges are much more difficult back at home when listening to people who take very antagonistic positions regarding the conflict ». L'importance du sentiment de sécurité dans l'environnement est soulignée en écho avec l'indicateur du « contenant sécuritaire » de la Matrice qui est examiné plus loin dans le questionnaire.

**Éléments facilitateurs communs pour les écouteurs lors des sessions d'écoute.** Le tableau 4 montre les choix de réponse sur les facteurs facilitateurs pour l'écouteur lors des sessions d'ÉC dont la liste provient des réponses des participants aux entrevues.



**Tableau 4 : Éléments facilitateurs pour l'écouteur durant les sessions d'écoute compassionnelle***Q. 13: "Are the following factors helpful for the listener during compassionate listening sessions, in general?"*

Éléments facilitateurs	N	Very helpful			Not that helpful		Don't know or don't remember
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	
Finding ways to let go of judgments made about the guest speaker	54	33 (61%)	16 (30%)	4 (7%)	1 (2%)	0 (%)	
Staying away from too much mental activity	54	16 (30%)	20 (37%)	11 (20%)	5 (9%)	2 (4%)	
Identifying the guest speaker's feelings and values	53	33 (62%)	16 (30%)	3 (6%)	1 (2%)	0 (%)	
Staying open and curious towards the guest speaker, when having difficulty to connect with him/her	54	40 (74%)	13 (24%)	1 (2%)	0 (%)	0 (%)	
Respecting the guest speaker's own reality and perspective, whether agreeing with him/her or not	54	41 (76%)	10 (19%)	2 (4%)	1 (2%)	0 (%)	
Looking into the eyes of the guest speaker	53	17 (32%)	21 (40%)	13 (25%)	1 (2%)	1 (2%)	
Getting to a point within oneself, where one can connect deeply with the guest speaker	53	21 (40%)	23 (43%)	7 (13%)	1 (2%)	1 (2%)	

**CONSTATS**

1. Quatre choix de réponses sur six ont reçu un taux de réponse montrant que plus de 60% des répondants voient ces éléments facilitateurs comme étant "très aidant" (very useful). On retrouve en ordre d'importance: « Respecting the guest speaker's own reality and perspective whether agreeing with him/her or not » (76%); « Staying open and curious towards the guest speaker when having difficulty to connect with him/her » (74%); « Identifying the guest speaker's feelings and values » (62%) et; « Finding ways to let go of judgments made about the guest speaker » (61%). Combinant ces résultats avec le prochain item sur l'échelle, les taux sont entre 91% et 98% pour chacun des choix.
2. Les éléments facilitateurs considérés les moins aidants sont : « Looking into the eyes of the guest speaker » avec tout de même plus du tiers (32%) le voyant très aidant et près du trois quart (72%) ce faisant, lorsque combiné au prochain choix sur l'échelle de Likert. Finalement « Staying away from too much mental activity » est choisi par 30% (très aidant) et 67% (lorsque combiné avec le prochain choix sur l'échelle).
3. En conclusion, tous les éléments facilitateurs dans les choix de réponse ont obtenu un résultat de 67% à 98% avec la combinaison des deux niveaux les plus élevés sur l'échelle de Likert. Ils semblent donc résonner auprès des répondants, bien que pour 20% et 25% des répondants, les éléments de « se tenir loin de trop d'activité mentale » et « regarder l'invité dans les yeux » suivent comme étant moins aidants, tout en ne figurant pas dans le niveau le moins aidant sur l'échelle de Likert.

4. Trois commentaires suggèrent des éléments facilitateurs supplémentaires : apprendre à vivre dans le moment présent plutôt que le passé ou le futur, prenant conscience de besoins, réactions et expériences communes ; le fait que l'écoute est un des types d'écoute non-jugementale comme point commun et ; respirer à travers le cœur (breathing through the heart).

**Passage d'un état de difficulté à connecter à une connexion profonde pour les écouteurs.** La question 14: « Can you recall a situation during a listening session where you shifted or moved from a difficulty to connect with the guest speaker to a sense of deep connection with him or her? » apporte des réponses sur ce passage en lien avec le processus de base identifié pour le modèle émergent. En ce sens, les réponses et constats présentés font partie de cette réflexion en cours en vue du modèle final présenté dans le chapitre six. 59,3% (n = 32) ont répondu oui, 24,1% non (n = 13) et 16,7% (n = 9) ont indiqué ne pas se souvenir de leur expérience pour pouvoir répondre. On constate un nombre plus élevé de personnes se souvenant d'une situation précise que l'inverse. Du moins, la question montre une résonance de ce type de situation (passage vers une connexion profonde au cœur même de la difficulté de connecter). Ceux et celles qui ont répondu par l'affirmative étaient invités à répondre à la question no. 15 : « Please describe the situation. Explain how or why this shift took place (from a difficulty to connect with the guest speaker to a sense of deep connection). » Parmi les répondant se souvenant de ce type de passage, certains disent ne pas se souvenir des détails car cela s'est passé il y a longtemps et une indique être âgée. Deux personnes ont répondu à cette question selon un contexte autre que les sessions d'écoute. Le premier étant enseignant et reflétant ce passage d'une difficulté à connecter à une connexion profonde en lien avec ses étudiants, en lien avec leur manque de responsabilité quant à leurs obligations. Il indique qu'il pouvait percevoir leurs excuses comme le fait qu'ils n'étaient pas responsables, mais qu'il s'est mis à assumer qu'ils lui disaient la vérité et éventuellement, en cours de processus (conversation et détails fournis sur leur histoire personnelle), une connexion s'établissait. Le deuxième commentaire porte sur le contexte d'écoute auprès d'un abuseur sexuel :

« This was when listening to a sex abuser - I was more tentative than usual (or shall I say less open hearted) because I found it hard to suspend judgment around sexual abuse... but in listening to his story I began to understand more and understand the cause of his disturbance which cracked open and softened my heart. »

Les autres commentaires sont compilés à l'annexe O. On les retrouve dans leur intégralité et positionnés en fonction des éléments de : 1. contexte (colonne de gauche) ; 2. passage d'un état/sentiment vers un autre (colonne du centre) ; 3. montrant l'atteinte d'un état/sentiment de connexion profonde (colonne de droite). Les constats d'analyse de ce tableau sont les suivants et ils représentent des pistes de réflexion pour le modèle émergent de cette thèse.

## CONSTATS et pistes de réflexion pour le modèle émergent

1. Les éléments de contexte de la colonne de gauche du tableau compilateur de ces réponses ouvertes obtenues, sont principalement liés au conflit. Cela peut être en lien avec le type d'invité (ex. sioniste), de lieux (ex. camps de réfugiés palestiniens) et autres. Alors que les éléments de la colonne de droite portant sur le changement vers une connexion profonde, montrent le passage vers une dimension plus personnelle et garante d'humanisation du lien avec l'invité, au-delà de caractéristiques identitaires plus en lien avec le conflit, dont le rôle et lieu rattachés, semble-t-il.
2. La colonne du centre montre des éléments de transition en lien avec deux types d'états ou de sentiments, tel que reflétés par les répondants. Il y a d'abord ceux qui éprouvent une difficulté à comprendre l'invité ou à être en accord avec ce dernier. Cela étant traduit par exemple par un scepticisme, une frustration ou un désir de corriger l'autre. Ensuite, il y a ceux qui devant la difficulté de connecter, montrent une certaine résilience et espoir malgré cette difficulté. Ceci peut s'accompagner d'un sentiment tel que ressentir de la souffrance pour la personne ou devoir rester dans le moment présent. Notons ici que les deux pôles du modèle émergent semblent être en jeu : un plus près de l'ombre avec des afflictions plus négatives envers l'autre et un plus près de la lumière dans un choix de résilience et de compassion, demeurant conscient de la connexion potentielle. Ces deux types d'états et sentiments ont mené à une connexion profonde mais il y a lieu de se demander si un point de bascule plus probant vers la connexion profonde ne vient pas du deuxième groupe (plus près de la lumière). Ou alors que ce qu'ils présentent ne vient pas de la reconnaissance du pôle d'ombre pour choisir celui de la lumière (espoir, ouverture). À l'instar d'effets de surprise survenant en cours de session d'écoute vers une plus grande connexion. Il n'y avait certes pas de question qui puisse nous aider à distinguer entre ces deux positions.
3. Près de 10 témoignages reçus sur 22 soulignent l'écoute, dont profonde, comme ayant mené à ce changement. Pour d'autres, l'identification à un facteur identitaire commun comme celui de grands-parents a mené à ce changement, à l'image de ce que plusieurs participants aux entrevues ont rapporté. D'autres ont ressenti une empathie ou une sympathie se développer envers l'invité, même si pour une répondante cela a demandé de mettre un « masque d'actrice » dit-elle.
4. Selon les commentaires reçus, les effets et impact du passage vers un état ou sentiment de connexion plus profonde montrent une plus grande compréhension et acceptation de l'invité et de son expérience personnelle. En plus de réaliser qu'une identité humaine commune menait à envisager l'invité de façon différente et qu'une humanisation prenait place. Plusieurs témoignent avoir décelé quelque chose de valable et de bien chez l'invité, au niveau de sa personne, que ce soit en lien avec des valeurs, un engagement (à une cause, famille, communauté) ou autres. Le changement devenait celui lié aux perceptions, attitudes et dispositions envers les invités. Pour d'autres, le choix conscient de connecter plus profondément a permis ce passage.

L'interprétation des résultats amènent à réfléchir sur le fait que lors d'un débat plutôt que d'un dialogue (en regard du tableau comparatif dans le chapitre quatre notamment), les éléments de contexte tels que ceux de la colonne de gauche du tableau compilateur (annexe P), peuvent devenir le point central où est mise l'emphase pour la discussion. Ils sont porteurs d'une plus grande dissension à l'instar du dialogue qui prend en compte l'importance de qui est l'autre et son opinion. Une difficulté de connexion interpersonnelle prend place si l'emphase est mise sur un élément (ou plus d'un) en lien avec le conflit

tel qu'associé à la définition de l'arrogance (chapitre 4). Versus la révérence potentielle qui demande un espace pour voir et reconnaître l'autre dans ce qu'il y a de précieux comme être ; donc qui favorise l'écoute et la connexion, encouragées par le dialogue. Qui plus est, avec l'ÉC, les délégués s'attardent à autre chose que ce qui mène à la polarisation (bon/mauvais, vrai/faux, j'ai raison et tu as tort) et demeurent ouverts en principe. Ceci peut mener à percevoir de nouveaux aspects qui encouragent la connexion, tel que le témoigne le commentaire suivant d'un répondant :

We were in Hebron with a speaker very hostile to Palestinians. This hostility made it difficult for me to connect. When asked what his greatest disappointment was, I was interested to hear him reply that he did not achieve enough. He seemed to me someone very much motivated by achievement. People highly motivated by achievement can view others as obstacles and be authoritarian as leaders. They may look at situations as a zero sum game – it's either them or us. It is easy for such a one to slip into the dual polarity paradigm to which compassionate listening provides an alternative. Once I understood his deep achievement need I could look at him with understanding.

Notons de plus que plusieurs répondants affirment avoir connecté avec une partie de souffrance chez l'autre ; un trauma, un sentiment d'impuissance, au-delà de l'expression de rage, colère et autres afflictions négatives par l'invité. On se rappelle ici la description de l'ÉC par Hoffman (2003) visant à déceler les blessures au-delà de l'hostilité. Cette compréhension actualisée par la capacité de ressentir la souffrance de l'autre tel que le suppose la compassion, semble être un terrain fertile pour le dialogue selon les réponses obtenues. Mettre de côté certains états et sentiments séparateurs pour cheminer vers d'autres pavant la voie à la communication sont clairement exposés dans les commentaires. Finalement, un répondant mentionne que la notion de « connexion profonde » peut sembler « forte » mais il poursuit tout de même avec son exemple, ce qui rejoint deux commentaires recueillis lors du pré-test indiquant que cette expression de connexion profonde est un peu vague. L'action de « connecter de plus en plus profondément » rend le phénomène à l'étude moins figé dans un point fixe dans le temps et le situe dans une dynamique au niveau relationnel qui se trouve inventée et réinventée dans son déploiement comme tel. Ce qui s'arrime ici avec la suggestion d'utiliser un gérondif (gerund) dans la TE et qui rend l'objet d'étude plus près de la réalité en regard du processus social en jeu. Les exemples fournis montrent d'ailleurs une multi-dimensionnalité dans l'expérience du passage vers une connexion plus profonde : chaque expérience est unique et personnelle, bien que des éléments semblables tels qu'énoncés ci-haut puissent être compilés. Cette première question ouverte allait être suivie par d'autres explorant plus à fond la connexion, dont profonde, en lien avec cette approche.

**Indicateurs-concepts liés à l'écoute compassionnelle.** Poursuivant avec les répondants de ceux et celles ayant répondu à l'affirmative sur le souvenir d'une situation de passage vers la connexion

profonde, la question no. 16 « In the situation you just recalled, were the following factors helpful in moving to a sense of deep connection with the guest speaker ? Give details (optional) » leur offrait la possibilité d'indiquer si les neuf indicateurs de la matrice structurelle conséquentielle présentée dans le chapitre 4, faisant partie du modèle émergeant et dont ils ignoraient l'existence, avaient joué un rôle dans ce passage vers une connexion profonde. Les répondants qui avaient répondu « non » au souvenir d'une situation particulière, se voyaient posé la question no. 18 qui portait sur le même sujet mais dont ils allaient répondre en fonction de leur expérience en général : « During listening sessions, were the following factors helpful to move from a difficulty to connect with the guest speaker to a sense of deep connection with him or her ? Give details (optional) ». Les réponses du premier groupe (en fonction d'un souvenir) apparaissent dans le tableau 5 et celles du deuxième groupe (en fonction de leur expérience en général) dans le tableau 6. Des constats suivent.

**Tableau 5 : Niveau d'aide des indicateurs-concepts liés à l'approche de l'ÉC dans le passage vers une connexion profonde pour les répondants ayant répondu « oui » à la question no. 14 et menant automatiquement à la question no 16**

*Q. 16: "In the situation you just recalled, were the following factors helpful in moving to a sense of deep connection with the guest speaker? Give details (optional)."*

Facteurs	N	Very helpful			Not that helpful	Don't know or don't remember
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
A safe container (safe space; safe environment)	29	15 (52%)	8 (28%)	5 (17%)	1 (3%)	0 (%)
A nonjudgmental and nonadversarial environment	29	18 (62%)	9 (31%)	1 (3%)	1 (3%)	0 (%)
The guest speaker sharing his/her story and experience	28	26 (93%)	2 (7%)	0 (%)	0 (%)	0 (%)
Looking for the guest speaker's core essence (what is the most precious and unique in him/her)	29	15 (52%)	9 (31%)	3 (10%)	1 (3%)	1 (3%)
Keeping an open spirit, open to possibilities (e.g. to learn something new; to be surprised)	29	21 (72%)	5 (17%)	1 (3%)	2 (7%)	0 (%)
Deep listening from the heart	28	20 (71%)	7 (25%)	1 (4%)	0 (%)	0 (%)
A healing intention	28	13 (46%)	8 (29%)	3 (11%)	4 (14%)	0 (%)
The motivation to connect deeply	29	16 (55%)	9 (31%)	3 (10%)	1 (3%)	0 (%)
Compassionate listening as an overall method	27	23 (85%)	3 (11%)	1 (4%)	0 (%)	0 (%)

**Tableau 6 : Niveau d'aide des indicateurs-concepts liés à l'approche de l'ÉC dans le passage vers une connexion profonde pour les répondants ayant répondu « non » à la question no. 14 et menant automatiquement à la question no 18**

*Q. 18: "During listening sessions, were the following factors helpful to move from a difficulty to connect with the guest speaker to a sense of deep connection with him or her? Give details (optional)."*

Facteurs	N	Very helpful			Not that helpful	Don't know or don't remember
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
A safe container (safe space ; safe environment)	19	12 (63%)	4 (21%)	2 (11%)	1 (5%)	0 (%)
A nonjudgmental and nonadversarial environment	20	13 (65%)	5 (25%)	1 (5%)	1 (5%)	0 (%)
The guest speaker sharing his/her story and experience	19	14 (74%)	5 (26%)	0 (%)	0 (%)	0 (%)
Looking for the guest speaker's core essence (what is the most precious and unique in him/her)	18	3 (17%)	8 (44%)	6 (33%)	0 (%)	1 (6%)
Keeping an open spirit, open to possibilities (e.g. to learn something new; to be surprised)	18	7 (39%)	11 (61%)	0 (%)	0 (%)	0 (%)
Deep listening from the heart	19	7 (37%)	10 (53%)	2 (11%)	0 (%)	0 (%)
A healing intention	18	6 (33%)	5 (28%)	4 (22%)	2 (11%)	1 (6%)
The motivation to connect deeply	19	6 (32%)	10 (53%)	2 (11%)	1 (5%)	0 (%)
Compassionate listening as an overall method	18	12 (67%)	5 (28%)	1 (6%)	0 (%)	0 (%)

## CONSTATS

1. La distribution des résultats pour les deux tableaux montre qu'à part les deux premiers choix de réponse sur la liste : « A safe container (safe space ; safe environment) » et « A nonjudgmental and nonadversarial environment », un pourcentage plus élevé apparaît dans la catégorie « very helpful » pour le premier groupe (expérience d'un souvenir précis) par rapport au deuxième groupe (expérience en général)<sup>112</sup>. Le souvenir est peut-être plus vif pour ce premier groupe. Le plus bas pourcentage obtenu pour ce groupe en regard de la dimension très utiles (very helpful) rattachée aux indicateurs est 52% : « Looking for the guest speaker's core essence. » Le plus haut est 93% pour le facteur : « Guest speaker sharing his/her story and experience ». En combinant les taux de réponses avec le prochain niveau de réponse sur l'échelle, l'étendue des pourcentages augmente de 75% à 100% (moyenne : 89%) pour ce premier groupe.

<sup>112</sup> La raison pour avoir choisi cette appellation de « *not that helpful* » plutôt que « *not helpful* » fut par anticipation de peu de réponses pouvant s'approcher du « non utile ». En amoindrissant l'appellation, les chances d'une répartition plus équitable dans les niveaux de choix étaient augmentées selon l'expert-conseil consulté. Ce qui est favorable pour des fins statistiques.

2. Quant au deuxième groupe (expérience en général), le choix de « very helpful » s'étend entre 16% à 74%. Combiné avec le prochain niveau d'utilité, le pourcentage passe de 60% (Looking for the guest speaker's core essence) à 100% (Guest speaker sharing his/her story and experience et keeping an open spirit, open to possibilities). La moyenne est de 83%.
3. Ces résultats montrent une résonance importante pour les deux groupes – et encore plus pour le premier – avec les neuf facteurs proposés (indicateurs-concepts dans la Matrice en regard du modèle émergent). Ils sont vus comme aidants ou très aidants par plusieurs dans le passage d'une difficulté à connecter à une connexion profonde avec les invités lors des sessions d'écoute.
4. Pour les deux groupes, les deux indicateurs les plus aidants sont : l'invité à la session d'écoute partageant son histoire et vécu (93% pour le premier groupe et 74% pour le deuxième) et ; l'écoute compassionnelle comme approche globale (85% pour le premier groupe et 67% pour le deuxième).
5. Le facteur ayant obtenu le plus bas taux de réponse est le même dans les deux groupes : l'intention de guérison (52% et 16%). Notons tout de même que pour plus de la moitié du premier groupe, cet élément est très aidant pour le passage vers une connexion profonde.
6. Seulement une personne parmi les répondants du premier groupe indique ne pas savoir ou se souvenir de son expérience permettant de répondre à la question posée. Dans le deuxième groupe il y en avait trois. 10 répondants du premier groupe associent comme « not that helpful » certains choix de réponses alors que le nombre est de 5 pour le deuxième groupe. Il se peut que le premier groupe ait un souvenir plus précis du type de facteurs ayant fait une différence dans le passage vers une connexion profonde, sans que cela soit tous ces facteurs à la fois. Ils peuvent donc être plus discriminants quant aux facteurs proposés.
7. Les notions de « Healing intention » et « Looking at the core essence (what is most precious and unique in him/her) » reçoivent les pourcentages les plus bas en général. Un commentaire sur ce dernier facteur porte sur le fait que pour la personne il signifie : « What is unique and what is the same » faisant allusion à ce qui nous unit (écoutés et écouteurs). Ces deux facteurs peuvent aussi comprendre un vocabulaire référant à une dimension spirituelle moins près de l'expérience concrète. Le même type de commentaire fut recueilli lors du pré-test et dont je voulais continuer à sonder.
8. Les répondants pouvaient commenter les facteurs de la liste individuellement. Peu de commentaires furent fournis et ils ne changent pas les constats ici rapportés.

**Facteurs de changement entre des états et sentiments liés à des zones d'ombre (vices) et de lumière (vertus).** La question suivante dans le questionnaire fut aussi adaptée selon une réponse affirmative ou négative à la question no. 14. Le groupe ayant un souvenir d'une situation précise où ils avaient vécu un passage vers une connexion profonde, se voyait poser la question no. 17: « In the situation you just recalled, did you experience the following personal shifts (within you), in moving from a difficulty to connect with the guest speaker to a sense of deep connection with him or her? Give details (optional) ». Pour l'autre groupe de répondants qui n'avaient pas de souvenir précis, la question no. 19 était la suivante: « During listening sessions, did you experience the following personal shifts (within you), in moving from a difficulty to connect with some guest speakers to a sense of deep connection with them? Give details (optional). » Rappelons-nous le caractère exploratoire de ces questions en lien avec une dimension heuristique du modèle émergent suggérant de potentiels passages entre des zones d'ombre

(vices) et des zones de lumière (vertus) comme conséquences découlant de la pratique de l'ÉC. J'aurais pu présenter deux questions dans le questionnaire visant à voir d'un côté si les éléments liés aux zones d'ombre étaient présents et de l'autre côté une question pour voir si ceux liés à la zone de lumière l'étaient. Comme les répondants au questionnaire n'étaient pas au courant du modèle émergent, j'ai voulu garder ces polarités dans un même énoncé présentant ces changements ou passages actualisés pour faciliter la compréhension et la capacité de répondre. À noter de plus que l'échelle de Likert a dû être adaptée à chacun de ces groupes. Pour le premier groupe (ayant un souvenir), il s'agissait de voir si l'élément proposé avait été présent en lien avec ce passage vers une connexion profonde (« very much » à « not at all »). Pour le deuxième groupe (expérience en général) l'échelle visait à voir le niveau de fréquence (« often » à « never »). Les tableaux de réponse pour les deux groupes de répondants suivent (VII et VIII), ainsi que des constats pour chacun, de même que certaines comparaisons entre les deux groupes tout en tenant compte de cette différence dans l'échelle de réponse

**Tableau 7 : Éléments de changement vécus au niveau personnel dans le passage d'une difficulté à connecter avec un invité à une session d'écoute, vers une connexion profonde, rattaché à un souvenir précis**

*Q.17 (pour ceux ayant répondu « oui » à la question no. 14): "In the situation you just recalled, did you experience the following personal shifts (within you), in moving from a difficulty to connect with the guest speaker to a sense of deep connection with him or her? Give details (optional)"*

Changements personnels	N	Very much			Not at all		Don't know or don't remember
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	
Shift from a sense of superiority to a sense of unity or interconnectivity	29	9 (31%)	9 (31%)	6 (21%)	4 (14%)	1 (3%)	
Shift from a focus on my own needs or interests to a sense of the nature of the Divine	28	1 (4%)	10 (36%)	1 (4%)	13 (46%)	3 (11%)	
Shift from feeling entitled to something (e.g. have one's opinion considered; suffering acknowledged), to setting my attention on what was the most important to listen to, with compassion	28	13 (46%)	7 (25%)	3 (11%)	4 (14%)	1 (4%)	
Shift from feeling angry to a sense of strength or courage to bear up calmly, to endure	29	4 (14%)	11 (38%)	4 (14%)	9 (31%)	1 (3%)	
Shift from blocking the listening to choosing to follow a higher form of Truth or knowledge	29	8 (28%)	12 (41%)	0 (%)	6 (21%)	3 (10%)	



Shift from a sense of envy (e.g. at the power of others; something they have) to a deeper understanding	29	2 (7%)	3 (10%)	7 (24%)	14 (48%)	3 (10%)
Shift from seeking a form of personal justice (e.g. feeling wronged) to realizing that pain and suffering are part of life	28	8 (29%)	5 (18%)	7 (25%)	4 (14%)	4 (14%)
Shift from wanting to have reasons (e.g. why things happen as they do) to more wisdom	29	10 (34%)	7 (24%)	7 (24%)	3 (10%)	2 (7%)
Shift from having a difficulty to understand (e.g. something; someone) to a deeper empathy	29	17 (59%)	8 (28%)	1 (3%)	2 (7%)	1 (3%)

## CONSTATS

1. Initialement, je croyais que les répondants (n = 28 et 29) allaient choisir un ou deux changements parmi les choix proposés, en fonction de ce qui les interpellait selon leur expérience du souvenir qu'ils avaient. Les réponses sont plutôt réparties au sein de tous les choix de réponses sur l'échelle de Likert.
2. En ce qui a trait au niveau le plus élevé sur l'échelle de Likert « very much », les énoncés comme choix de réponses reçoivent entre 4% et 59% d'adhésion. Le changement le plus vécu, soit par 59% des répondants, est celui de « Shift from having a difficulty to understand (e.g. something ; someone) to a deeper empathy » (n = 17 sur 29 répondants). Cet énoncé est probablement celui qui est le plus près du but visé par l'approche de l'ÉC en ce sens que du fait de ressentir et procurer de la compassion peut découler une meilleure compréhension des invités aux sessions d'écoute.
3. On retrouve ensuite 46% des répondants qui ont vécu le changement suivant: « Shift from feeling entitled to something (e.g. have one's opinion considered; suffering acknowledged), to setting my attention on what was the most important to listen to, with compassion ». Ce dernier point reflète les réponses d'entrevue en termes d'autoréflexivité et autorégulation à l'œuvre dans la pratique de l'ÉC.
4. Environ le tiers des répondants ont choisi comme niveau le plus élevé de concordance avec un changement vécu: « Shift from wanting to have reasons (e.g. why things happen as they do) to more wisdom » (34%); « Shift from a sense of superiority to a sense of unity or interconnectivity un changement » (31%); « Shift from seeking a form of personal justice (e.g. feeling wronged) to realizing that pain and suffering are part of life » (29%); « Shift from blocking the listening to choosing to follow a higher form of Truth or knowledge » (28%). C'est donc dire que près, ou au moins 30% des répondants, ont identifié avoir vécu le changement proposé dans 6 énoncés sur 9.
5. Les taux de réponse les plus bas pour le niveau le plus élevé de l'échelle de Likert sont: « Shift from feeling angry to a sense of strength or courage to bear up calmly, to endure » (14%); « Shift from a sense of envy (e.g. at the power of others; something they have) to a deeper understanding » (7%); « Shift from a focus on my own needs or interests to a sense of the nature of the Divine » (4%).
6. Entre 10% et 46% des répondants ont choisi les énoncés figurant comme choix de réponse de cette liste pour le niveau suivant d'importance sur l'échelle de Likert. 7% à 48% des répondants choisissent le prochain niveau d'importance (devenant moindre) sur l'échelle de Likert et le dernier choix (not at all) obtient entre 3% et 14% de répondants. Ce qui indique que chaque énoncé reflétant un passage entre ces vices et vertus fut vécu par les répondants. Ceci, selon des proportions diverses et en

majorité dans les deux premiers niveaux d'importance sur l'échelle. Ces énoncés trouvent donc résonance dans l'expérience des délégués. Qui plus est :

- Notons finalement qu'en combinant les deux premiers niveaux d'importance sur l'échelle de Likert, 6 types de changement proposés sont choisis par 50% et plus des répondants (et un septième est tout près avec 47%). Ce qui veut dire que ces changements trouvent résonance chez les répondants et profère à l'aspect heuristique au modèle émergeant sa légitimité en termes d'exploration, de découvertes potentielles.

Des commentaires apportent des clarifications et détails personnels en lien avec les choix de réponse. Une répondante indique par contre ne pas être certaine de savoir ce que signifie cette question. Un autre associe la notion de « vérité » dans un des choix de réponse à « la vérité de l'autre, son histoire ». Voyons les résultats pour le groupe n'ayant pas un souvenir précis sur lequel réfléchir pour répondre à la question.

**Tableau 8 : Éléments de changement vécus au niveau personnel dans le passage d'une difficulté à connecter avec un invité à une session d'écoute, vers une connexion profonde, rattaché à l'expérience du délégué en général**

*Q.19 (pour ceux ayant répondu 'non' à la question no. 14): "During listening sessions, did you experience the following personal shifts (within you), in moving from a difficulty to connect with some guest speakers to a sense of deep connection with them? Give details (optional)."*

<i>Changements personnel</i>	<i>N</i>	<i>Often</i>				<i>Never</i>	<i>Don't know or don't remember</i>
		<i>n (%)</i>	<i>n (%)</i>	<i>n (%)</i>	<i>n (%)</i>	<i>n (%)</i>	
Shift from a sense of superiority to a sense of unity or interconnectivity	17	0 (%)	2 (12%)	9 (53%)	5 (29%)	1 (6%)	
Shift from a focus on my own needs or interests to a sense of the nature of the Divine	17	0 (%)	2 (12%)	5 (29%)	6 (35%)	4 (24%)	
Shift from feeling entitled to something (e.g. have one's opinion considered; suffering acknowledged), to setting one's attention on what was the most important to listen to with compassion	15	1 (7%)	8 (53%)	4 (27%)	1 (7%)	1 (7%)	
Shift from feeling angry to a sense of strength or courage to bear up calmly, to endure	16	0 (%)	5 (31%)	5 (31%)	3 (19%)	3 (19%)	
Shift from blocking the listening to choosing to follow a higher form of Truth or knowledge	16	0 (%)	3 (19%)	7 (44%)	2 (13%)	4 (25%)	
Shift from a sense of envy (e.g. at the power of others; something they have) to a deeper understanding	16	0 (%)	1 (6%)	3 (19%)	6 (38%)	6 (38%)	
Shift from seeking a form of personal justice (e.g. feeling wronged) to	17	1 (6%)	5 (29%)	4 (24%)	5 (29%)	2 (12%)	

realizing that pain and suffering are part of life						
Shift from wanting to have reasons (e.g. why things happen as they do) to more wisdom	17	0 (%)	7 (41%)	4 (24%)	2 (12%)	4 (24%)
Shift from having a difficulty to understand (e.g. something; someone) to a deeper empathy	17	4 (24%)	5 (29%)	3 (18%)	3 (18%)	2 (12%)

## CONSTATS

1. Les échelles de choix étant quelque peu différentes, les répondants de ce groupe ont choisi dans une proportion beaucoup moins élevée que le groupe précédent le choix le plus élevé sur l'échelle de Likert « often » plutôt que « very much » pour l'autre groupe répondant avec un souvenir en tête. Il est possible encore ici qu'un souvenir précis de ce type de passage accentue la précision et signification de ce passage, lequel fut transformateur en regard du contenu des énoncés donnés comme choix de réponses. Ceci dit :
2. 6% à 60% des répondants de ce deuxième groupe ont vécu des changements proposés dans les choix de réponse « souvent » et « un peu moins que souvent ». Entre 7% et 38% disent n'avoir jamais vécu des énoncés parmi les choix de réponse. Une certaine résonance en lien avec ces énoncés de passage existe donc dans l'expérience globale des répondants de ce groupe.
3. Peu indiquent avoir vécu ces passages souvent (ce qui n'était pas nécessairement prévu : ces expériences pouvant être uniques en soi), bien que près du quart disent avoir souvent (often) passé d'une difficulté à comprendre l'invité à une plus grande empathie envers lui ou elle (24%). Ceci peut supposer que l'écoute et la compassion jouent un rôle dans la compréhension du vécu des invités.
4. Lorsque l'on combine les pourcentages avec le prochain niveau sur l'échelle de Likert (pouvant être « assez souvent »), on constate que 60% des répondants choisissent l'énoncé suivant : « Shift from feeling entitled to something (e.g. have one's opinion considered ; suffering acknowledged), to setting one's attention on what was the most important to listen to with compassion ». Plus de la moitié (n = 9) ont ressenti ce type de passage pouvant être vu comme une restriction de dire ou exprimer (son opinion, désapprobation), voir interrompre l'invité, pour passer vers une emphase sur une dimension importante sur laquelle mettre son écoute et son attention. Un autre résultat assez élevé (53%) est le passage entre la difficulté à comprendre (quelque chose, quelqu'un) à une plus grande empathie. Ces nombres passent de 87% et 71% lorsqu'on ajoute les taux obtenus avec le prochain niveau de l'échelle (pouvant être « parfois »).
5. Les autres formes de passage dans les choix de réponses, en combinant les trois premiers niveaux en ordre d'importance (entre souvent et parfois) montrent que : a) 65% des répondants ont vécu le passage d'un sentiment de supériorité à un sens d'interconnectivité, et le passage entre vouloir avoir des raisons (ex. pourquoi les choses arrivent comme elles arrivent) à plus de sagesse; b) 63% indiquent avoir vécu un passage entre un sentiment de colère vers un sens de force ou le courage d'endurer calmement (bear up, endure), ainsi que le passage entre bloquer l'écoute vers choisir de suivre une forme de Vérité ou connaissance plus grande ; c) 59% sont passés par le fait de chercher une forme de justice personnelle à réaliser que la douleur et la souffrance font partie de la vie; d) 41.17% ont fait le passage entre un focus sur ses propres intérêts vers un sens de la nature du Divin et finalement; e) 25% sont passés d'un sentiment d'envie à une plus grande compréhension. Ces énoncés résonnent donc d'une façon ou d'une autre avec l'expérience de la pratique de l'ÉC.

6. Le pourcentage de répondants ayant indiqué ne pas savoir ou avoir le souvenir en lien avec la question posée se situe entre 6% et 38% selon les types d'énoncés de changements proposés. Je m'attendais à des taux plus élevés de non souvenir pour cette dimension exploratoire du modèle. C'est donc dire que ces énoncés ont une certaine résonance en lien avec l'expérience de cette approche et de la délégation pour les répondants. Notons que ces taux sont beaucoup plus bas pour le premier groupe (de 3% à 14% selon les choix de réponses), corroborant la plus forte résonance dans le souvenir d'une situation précise de passage vers une connexion profonde.
7. Ceci dit, les changements montrant le passage « feeling entitled to something (e.g. have one's opinion considered ; suffering acknowledged), to setting one's attention on what was the most important to listen to with compassion » est le choix de réponse ayant obtenu de loin le plus grand nombre de réponses dans les deux groupes (sauf pour l'énoncé cité plus haut pour le premier groupe). On peut penser ici à la nature même de cette pratique qui priorise l'écoute et non la façon-type de communiquer (en Amérique du Nord notamment) où les gens peuvent s'interrompre pour faire valoir leur opinion et besoins, voir leurs intérêts (dont liés à leur propre souffrance) en tout temps dans la conversation. Les participants n'ont d'autres choix, selon les instructions liées aux compétences centrales de cette approche, que de développer des façons alternatives de voir l'autre et le prendre en considération dans le but de connecter et mieux comprendre sa réalité en ouvrant un espace d'écoute continue et profonde.

**Éléments en lien avec l'ouverture et la fermeture du cœur dans la pratique de l'écoute compassionnelle.** Les trois prochaines questions dans le questionnaire (20 à 22) sont ouvertes et adressées à tous les répondants. Elles explorent des éléments en lien avec l'ouverture et la fermeture du cœur et entrent dans la dimension physique et physiologique liée à l'expérience de la pratique de l'ÉC. Ces réponses ouvertes fournissent des données complémentaires aux données d'entrevues et de nouvelles données en lien avec le modèle émergent. L'analyse de contenu des réponses à ces trois questions fut à trois volets :

1. D'abord un aperçu du sens en général qui se dégage de chacune des questions est offerte.
2. Ensuite, une classification des propos des répondants classés selon les dimensions de l'être suivantes : physique/ physiologique, émotionnel, mental, social et spirituel et des combinaisons entre ces dimensions selon les commentaires. Je visais à voir quels types de 'formes de savoir' (ways of knowing) sont impliquées en lien avec cette série de questions.
3. Finalement, une compilation des réponses sur des éléments de fermeture et d'ouverture du cœur, en lien avec ces deux états ou sentiments, expose quels types de facteurs sont en jeu au niveau de la prise de conscience et de l'action entre ces deux états. Des choix et changements sont reflétés dans les commentaires des répondants et objet d'une analyse.

**Question 20: “During listening sessions, were you aware when your heart was closing (or “hardening”), and when it was opening (or “expanding”) to be compassionate? If so, please describe.**

Sur 35 réponses obtenues à cette question,<sup>113</sup> cinq personnes ont dit ne pas se souvenir être conscient lorsque leur cœur se fermait ou « durcissait » et quand il était ouvert ou « en expansion ». Un commentaire à cet effet est : « I had no sense of ‘heart activity’ ». Une répondante répond « parfois » à cette question avec explication : « Sometimes. In one instance, I wasn't aware of how closed I was until I wrote an article about it after the trip. What started as a short paragraph turned into 5 pages ». Comme quoi l'apprentissage et des transformations qui s'ensuivent peuvent prendre place plus tard après l'expérience de la délégation, ou que ces changements en soi soient plus ou moins clair au niveau de la conscience personnelle. Deux autres personnes ont répondu : « Yes, all the time » et « Yes, often very obvious ». La question semble une évidence avec ce dernier commentaire et il va s'en dire que la pratique de l'ÉC aide à devenir conscient quand le cœur est ouvert ou non dans son actualisation mais sans nommer de façon absolue comment cela se fait. Chacun est libre d'en découvrir les particularités donc il s'agit d'une expérience personnelle. Les réponses fournissent des indices d'éléments de contexte et de défis selon les stades du modèle émergent (séparation, communication et connexion profonde ou communion).

**Séparation.** Une partie des réponses informent sur des aspects liés aux invités selon le contexte particulier lié au conflit dans la région. Une répondante dit que ces phénomènes liés à la question d'ouverture et fermeture du cœur n'étaient pas présents pendant les sessions d'écoute car les invités n'étaient pas controversés dans son groupe.<sup>114</sup> Par contre, ajoute-t-elle, ce fut le cas dans la vie de tous les jours dès son retour : « I belong to a group of parents and it is pretty easy to move into judgment and internal argument when some speak, instead of hearing the pain and fear behind their presentation ». Un

---

<sup>113</sup> Il faut noter que le nombre de répondants a connu une baisse suivant la question sur les facteurs de motivation à participer à une délégation (no. 10) et lors de cette question. Il se peut que des répondants ne soient pas intéressés à remplir un questionnaire comprenant des dimensions plus intrapersonnelles, voir psychospirituelles liées à l'expérience, versus des questions à teneur plus géopolitique en lien avec le conflit dans les régions visitées. Plusieurs ont poursuivi plus loin.

<sup>114</sup> Une participante au pré-test ayant participé à une délégation au Guatemala a tenu le même type de propos bien qu'elle se soit dite à l'aise à répondre aux questions sur l'écoute compassionnelle. Ce groupe semble avoir reçu moins de formation qu'une journée formelle comme en Israël-Palestine et le nombre de répondants provenant d'une délégation au Guatemala est trop petit pour faire des comparaisons avec les autres délégués de différentes délégations.

autre commentaire fait allusion à une certaine polarisation à l'oeuvre: « When we listened to the settler who was so adamant about her position it was hard not to be judgemental. I was able to open a little bit. » Le prochain stade ouvre l'expérience vers la communication.

**Communication.** On peut imaginer les répondants au centre du continuum dans la position de communication et le défi d'aller vers ou de choisir une connexion plus grande malgré le contexte difficile, dont polarisant. Les commentaires suivants montrent des défis d'autoréflexivité devant des éléments liés au conflit : « My heart hardened when listening on different occasions, to two right-wing Israelis, one living in Hebron. It was difficult to overcome this, and I think I failed. » Une autre dira: « The one person I mentioned above who was most like me expressed an entitlement that evoked some judgment in me. That is 'hardening'. It was just one time in the conversation, and I was aware of it. I worked to open, and there were so many things one could open to, that I did. But there was still a reserve there. (And I think I carried it with me and may still do.) » Le prochain stade présente une connexion grandissante.

**Connexion profonde (ou communion).** Des commentaires reflètent une forme d'humanisation qui semble s'installer lorsqu'un lien plus personnel envers l'invité prend place :

«My heart was closing when (name kept anonymous) talked about the other. When reflecting upon a confrontation between soldiers and Palestinian youth at the Refugee Camp, he had this to say: "More money has gone into Palestine in the last 15 years than in the Marshall Plan for Europe after World War Two. Palestinian youth have nothing better to do than to harass soldiers. This is because Palestine has not funneled the money down to the level of the people." He asks somewhat rhetorically, "Where has the money gone?" There is no secret about the corruption that has afflicted Palestinian government. When he began to speak about himself my heart began to open. A woman who works with him lost both a grandmother and a daughter to terrorist attack. Bereavement and how it is handled are significant issues. All are touched deeply by it.

Une autre déléguée reflète sa prise de conscience dans l'ouverture à l'autre :

Yes. I was aware of the deepening. At times I felt so much empathy for what they (Mayans) as citizens of Guatemala had endured that I cry from the deepest place within myself. I was so humbled by the whole experience. My life was changed in terms of awareness of what human beings can endure and remain compassionate.

Une compilation des commentaires des répondants sur l'ouverture et la fermeture du coeur classés selon les diverses dimensions de l'être apparaît à l'annexe Q. L'analyse suit plus loin, combinée avec les réponses semblables pour les questions no. 21 et 22 dont l'analyse suit.

**Effets physiologiques chez soi et chez l'invité pendant les sessions d'écoute.** La Question 21: « Do you remember physical or physiological changes happening within you, in moving to a deep sense of connection with a guest speaker? If so, please describe » poursuivait avec un retour sur leur propre expérience pour les répondants. Cette fois-ci portant plus précisément sur des changements physiques ou physiologiques en lien avec le passage vers un sens de connexion profonde avec l'invité lors des sessions d'écoute. Sur 36 réponses obtenues, 8 personnes ont répondu « non » à la question dont deux ont précisé ne pas se souvenir de ceci. Vingt-huit personnes ont dit « oui » et les commentaires reçus ont permis de voir de nouveaux éléments physiques et physiologiques s'ajouter au tableau et des nuances apparaître dans les autres catégories (voir l'annexe R pour la compilation, l'analyse suit plus loin avec les réponses obtenues des questions 20 et 22).

Parmi les commentaires reçus, une répondante commente le rôle de la formation et des choix personnels en termes de prédisposition, d'habileté et de type de présence désirés :

It was more a mental shift for me. I meditate so I have a fair degree of control over my physical reactions to stressful situations. Breathing continuously and consciously while listening, was very helpful. Because I did weekend training before my trip, I learned that my emotional reactions could hurt the speaker and the goal is to help the speaker. Many of our trip participants had training only during the trip and that was apparent in their struggles as listeners. »

Tel que mentionné dans le chapitre précédent, j'ai observé lors de la délégation en Israël-Palestine en 2010 que lors des premières sessions d'écoute, des délégués ont eu le réflexe d'entrer dans un débat avec les invités et de poser des questions pouvant transmettre des jugements sans que ce soit volontaire ou malicieux de leur part. Ils ont ajusté leur tir suivant les sessions de partage en groupe. Ce type de prise de conscience a amené un sujet d'entrevue à vouloir débiter des sessions de dialogue interreligieux en partageant son expérience et des émotions plutôt que d'entrer dans le vif du sujet au niveau rationnel en termes de ce qui divise et cause problème entre les deux groupes impliqués (juifs et arabes/palestiniens).

Un autre commentaire jette un éclairage sur l'interrelation et des actions-réactions pouvant prendre place au niveau physique et physiologique lors de la session d'écoute et menant à une connexion plus grande avec l'invité : « Adrenaline rushes during the IDF soldier's talk and also when listening to the speakers described above. In all three cases, I think they were not speaking from their hearts. Their talks were more ideological statements, which made it difficult for me to open to them ». D'autres commentaires semblables portent sur l'impact qu'ont des paroles et les gestes de l'invité et qui fait en sorte que les

délégués peuvent se demander si l'invité est sincère et parle à partir du cœur ou non, ce qui rejoint un défi rapporté lors des entrevues tel que mentionné dans le chapitre précédent.

Finalement, le commentaire d'une répondante montre plusieurs dimensions en jeu : « I can use the language of the emotions : admiration, compassion, curiosity, inspiration. Sometimes it was in the heart area, other times in my throat or abdomen. » Le vocabulaire employé dans cet exemple porte sur les émotions (pour elle : un langage en soi), le mental avec la curiosité ; le spirituel avec l'inspiration ; le tout lié à des valeurs (compassion) et un aspect physique/physiologique (gorge et abdomen) menant à une admiration face à l'invité. Une qualité relationnelle est accentuée avec ces divers éléments qui font du sens pour cette personne et qui apparaissent intégrés en regard de son expérience. Laquelle fait référence autant à des habiletés, perceptions et conséquences en termes d'interconnectivité et d'humanisation à l'œuvre.

**Question 22** : La prochaine question était semblable mais adressée en fonction des changements chez les invités aux sessions d'écoute : « Do you remember witnessing physical change(s) or shift (of any sort) happening in a guest speaker during a particular listening session ? If so, please describe ». Cette question fut ajoutée suivant le pré-test car les participants parlaient de ce qu'ils avaient remarqué chez des invités. Ce qui rejoignait aussi mes observations comme déléguée (et observatrice). Elle est donc exploratoire car nouvelle par rapport aux données d'entrevues. Sur 35 répondants, 9 ont répondu à la négative à cette question, certains disant ne pas s'en souvenir. Vingt-six personnes ont répondu « oui » avec les commentaires compilés de façon semblable aux deux questions précédentes (voir la compilation des réponses à l'annexe S). Parmi les commentaires, un porte sur l'impact des réactions en général des invités à l'égard du type d'ambiance créée par les sessions d'écoute d'une délégation au Guatemala :

All of our speakers, men and women, were so open-hearted. When they were telling their stories they allowed their grief and sadness to show. With tears streaming down their faces they would continue sharing their stories. Not one of them expressed anger at any human or situation. Each one of our speakers expressed gratitude for listening to them. I was deeply humble by the authenticity and compassion with which they expressed themselves.

Un autre commentaire montre que ce type de changement ne survient pas à tout moment, ou du moins n'est pas perçu en tout temps : « I witnessed emotions – anger or antagonism – but do not recall shifts of this sort. » Mais pour certains répondants, ces types de changements remarqués chez les invités aux sessions d'écoute sont nombreux, dont ce commentaire comme réponse à la question :



Too many to recount. One was a Palestinian man whose land was attacked frequently by nearby settlers. Lots of body language changes. Some indicated his own feelings about what he described; other times it felt like a plea for understanding. We met with an Israeli Jew and an Israeli Muslim working together for peace on the day both of the Nakbah and the "Independence" of Israel. Both had a great deal of feelings. We could see it and hear it in their voices, their gestures, tears, etc. Another was a man who had been tortured repeatedly, who spoke in a fairly matter of fact way, but one could sense his deep pain and sense of impotence. His ability to keep on working for peace and justice was an incredible inspiration to me. »

L'analyse combinées des réponses 20 à 22 mène aux constats suivants.

**Les dimensions de l'être.** J'ai classé les commentaires reçus pour les trois questions (20 à 22) selon entre autres les dimensions de l'être en jeu tel. La première partie de l'annexe T montre celle classification (l'autre aspect de cet annexe comprend ces commentaires selon des thèmes émergents pour le modèle théorique et sera commenté suivant cette section). Les commentaires pouvaient donc refléter une seule dimension (ex. mental, ou émotionnel) ou combinées (ex. physique-mental ; etc.). Cette façon de classer était exploratoire afin de mieux comprendre ce qui est sollicité chez la personne en lien avec ces aspects et en regard d'effets et impact liés au cœur (ex : l'ouverture/fermeture, la dimension physique/physiologique comme un des thèmes centraux d'entrevue, etc.). Les réponses fournissent des indices importants en lien avec l'objet d'étude. J'ai réalisé notamment qu'il est difficile de classer dans une seule dimension les commentaires et l'exercice, certes subjectif, m'a mené à plus de 16 types de combinaisons entre ces 4 dimensions de l'être pour refléter les commentaires spécifiques de chaque répondant. Voici un mémo sur mes constats d'analyse et dont la portée allait continuée à être prise en compte dans le modèle final comme nous le verrons dans le chapitre 6.

**MÉMO : Découvertes à titre d'analyste découlant de l'exercice de classification des commentaires des répondants aux questions 20 à 22 selon diverses dimensions de l'être (physique/physiologique, émotionnel, mental, social, spirituel, relationnel).**

Ma plus grande découverte fut qu'il était difficile d'assigner les éléments de réponses à la dimension 'spirituelle' contrairement aux autres dimensions telles que physique/physiologique, mental, émotionnel, social. Elle s'est vue devenir la dimension 'relationnelle' plutôt que spirituelle. À ce point de la recherche je n'avais pas abordé cette dimension de plein front (comme on peut le voir plus clairement dans le chapitre deux, écrit après cette analyse). Dans mon travail de planificatrice et d'intervenante et dans les écrits en psychologie et en santé, sont discutés les trois premières dimensions : physique, émotionnel et mental et celle spirituelle est généralement mise de côté. La difficulté à classer les propos sous la dimension spirituelle peut avoir diverses sources mais en faisant cet exercice, j'ai vu que la dimension relationnelle peut la représenter. Elle fait beaucoup de sens dans la dimension pratique liée à l'intervention dans mon domaine mais surtout en regard de l'objet d'étude. Les répondants au pré-test et questionnaire peuvent être plus réticents à savoir ce que signifient des termes liés au spirituel en principe (guérison, etc.) mais lorsque la question est abordée dans la dimension relationnelle en jeu, il est plus facile de comprendre ce dont il est question et

comment cela se décline dans la réalité. Pour des auteurs tels Marian de Souza, la spiritualité est relationnelle (2012).

J'ai de plus constaté que les commentaires ne se retrouvaient pas dans la dimension, prise seule, « émotionnelle ». Les émotions ne semblent pas venir « seules ». Elles sont toujours combinées dans le propos, qui est une façon de rendre compte du vécu et de l'expérience (les mots). De plus, la dimension « sociale » peut être combinée avec celle « relationnelle », ce que j'ai fait alors que le comportement (social) est examiné dans la connexion avec l'autre. Quant à la dimension « mentale » seule ou combinée avec une autre dimension, elle présente souvent : 1. Des éléments négatifs ou nuisibles à la connexion, tels que le jugement, la critique, l'emphase sur sa propre histoire personnelle (au détriment de celle de l'autre). 2. Des fonctions cognitives telles la mémoire, l'attention et la conscience (awareness). Ces propriétés sont souvent présentes lors d'un changement d'état, de perception et d'attitude envers l'autre. Elles ne sont pas nécessairement du seul ressort du « mental » dans le choix d'où porter son attention pour le répondant ; ce sur quoi il met l'emphase ; comment sa mémoire ou souvenir ajoutent ou non à son bien-être dans la situation donnée.

La catégorie combinée d'une dimension « émotionnelle-mentale » semble pouvoir être combinée avec celle « mentale-relationnelle ». Cette dernière ne semble pas a priori présenter une dimension émotionnelle mais des indices pointent vers ceci. Les commentaires suivants de répondants en témoignent, dont ceux liés à la fermeture du cœur : « I was aware of heart closing when hearing someone objectify the other. If the speaker was 'soft' so was I »; « I have been aware of when my heart was closing and I did not want to hear what the speaker was saying and aware of those times when my heart was opening up to what the speaker was sharing »; « I hardened when the speaker came from a place of « I'm right » and all those others are wrong ». D'autres énoncés nomment des émotions telles que la colère, donc il va de soi que l'énoncé, de prime abord, étant surtout mental et relationnel, comprend des émotions directement nommées ou sous-jacentes. Ce qui amène à réfléchir sur le fait que les émotions ne sont pas que des entités pouvant assouplir (en opposé à la notion de durcissement) les résistances et ouvrir le cœur. Il peut s'agir de haine et d'afflictions négatives, telles que liées au cœur dans son aspect de haine (wrath) vu dans les polarités entre vices et vertus lors du chapitre précédent. Il est intéressant de voir ce qui est associé à la dimension émotionnelle par rapport à celle mentale et relationnelle. Comme les éléments mentaux étaient souvent négatifs, sauf liés à l'attention, focus et conscience (lié à certains égards à la pleine conscience : mindfulness), il importe de considérer la dimension émotionnelle négative autant que positive. Ceci dit, on note que plusieurs énoncés liés à cette dimension décrivent une forme de vulnérabilité et de confusion.

Un autre constat est que les dimensions physique et émotionnelle apparaissent souvent ensemble dans les réponses. Le cœur est un organe situé près des autres organes dans le corps et le déclenchement à une réponse de stress se situe beaucoup dans le ventre, l'estomac, les 'viscères' (trippes) déclenchant un instinct face au danger. Il ne faut donc pas sous-estimer l'importance des rituels permettant de respirer, de se centrer et une courte méditation, avant ou après les sessions d'écoute. Les répondants leur attribuent plusieurs conséquences à l'ouverture du cœur. On remarque aussi que deux catégories supplémentaires peuvent être combinées à la dimension relationnelle. Trois éléments sont reflétés à plusieurs reprises en ce sens. Peut-être que ce pont avec le cœur (corps et émotions), ouvre la voie au spirituel, dans le sens de l'esprit ? Serait-il une autre dimension de l'être ne faisant pas partie de la classification car il (esprit) est difficile à cerner par rapport aux autres dimensions de l'être ?

Cette catégorie liée à la dimension spirituelle de l'être choisie au début se voulait englobante des autres au niveau intégrateur. Sa transformation en une catégorie relationnelle m'a menée à une piste de réflexion clé pour le modèle que nous verrons plus loin (chapitre six). Notons pour l'instant que les dimensions physique-social peuvent aussi être liées à celle relationnelle, ainsi que la dimension

émotionnelle dont la réponse de « pleurer » soulevée comme réponses. Quant aux énoncés qui combinent trois dimensions, ils semblent référer à une certaine distance, ou expansion de la conscience encore plus grande. S'agit-il justement d'une certaine intégration des différentes dimensions de l'être ayant pris place ? C'est ce qui semble se dégager des réponses, d'une façon plus évidente qu'avec les énoncés présentant une ou deux dimensions. Je parle ici d'une forme de qualité intégratrice dans le propos, du fait que plus d'une dimension y apparaît, et par le fait même des liens et constats par les répondants sur ce qui se passe ou semble être en jeu. Ceci est-il en lien avec la notion rattachée à ladite « réponse du cœur » comme caractéristique de l'écoute compassionnelle à laquelle on ajoute dans la littérature : une compréhension émotionnelle adéquate de la situation (Fehr et al.2009) ? Ces dimensions multiples sont certes interreliées dont l'exemple de commentaires de répondants: « As the generalizing statements about 'the other' were made I hardened, when the speaking was personal, I softened »; « At times when I was able to keep very present and mindful – I could feel a softening at times when I was touched or moved by the speaker, vs when my mind went into judgment or resistance. » Au niveau clinique, ce qui aide le client à s'affirmer, donc communiquer, plutôt que d'être passif ou agressif, porte sur l'exercice de répondre pour soi d'abord et à l'autre ensuite (sans dire 'tu' dans la phrase, donc il assume son propos, son histoire) : « Je ressens... j'ai besoin... je veux... ». Comme si ces questions permettent de nommer et reconnaître plusieurs dimensions en jeu, donc mieux intégrer ce qui lui revient ou ce dont il est responsable dans le dialogue, la communication. Nous verrons aussi cela dans le modèle théorique.

Comme constat global, on peut ajouter que le propos sur une seule dimension nous informe sur des éléments liés à cette dimension comme telle et cela est très instructif aussi. On pense notamment à la liste de manifestations physiques/physiologiques recueillies. La réalité par contre au niveau expérientiel, est celle d'un être humain transportant toutes ces dimensions de l'être en lui et en changement, selon les situations données, lesquelles se transforment aussi selon les circonstances dans le temps. Son degré de perceptions et de reconnaissance de ces différents éléments, ou non, simultanément ou en partie, varie aussi. Ces nuances et changements font parties de la connexion sociale, qu'il s'agisse d'un état ou d'un sentiment de séparation envers l'autre, ou de communication ou de connexion profonde menant à une forme de communion. Des éléments, à la fois intrapersonnels et interpersonnels, sont en jeu et l'humain doit être envisagé comme un être multidimensionnel dans son entièreté, de façon holistique. Finalement, notons plusieurs commentaires corroborant la force du narratif tout comme cela fut souligné par les participants aux entrevues.

### **Exercice de classification de ces dimensions de l'être selon l'ouverture et fermeture du cœur**

L'annexe T montre de plus la classification des commentaires sous les diverses dimensions de l'être explorées selon les catégories suivantes (colonnes au sein du tableau à l'annexe T), de gauche à droite (tel le continuum de la connexion sociale se dessinant à cette étape de la recherche) : éléments de fermeture ; de prise de conscience ; d'actions et ; d'ouverture. Ces éléments informent ce qui est en jeu dans le passage d'une fermeture du cœur vers une ouverture, dont la prise de conscience et type d'action menant à l'ouverture. Ceci en classant les commentaires faisant référence autant aux invités des sessions d'écoute qu'aux répondants eux-mêmes. Voici un autre mémo découlant de cette analyse :

**MÉMO : Classification des commentaires des questions 20-22 selon quatre dimensions sur le continuum de la connexion sociale (éléments de fermeture, prise de conscience, action et ouverture)**

Une découverte découlant de cette analyse concerne la catégorie/colonne de l'action (avant l'ouverture à droite). Il semble que les changements chez l'invité sont provoqués par les écouteurs et l'ambiance (format, messages-clé et messagers). On remarque la prépondérance d'un choix conscient chez les écouteurs menant vers l'ouverture et un changement (shift) qui prend place. Ce qui m'a amenée à écrire dans un mémo que le passage vers la connexion plus profonde semble provenir de choix et d'éléments de changements (shifts) qui prennent place lors des sessions d'écoute. Ma réflexion porte sur le fait que nous pouvons faire de ces changements des choix conscients. Ainsi, une recommandation peut porter sur la possibilité de rendre plus conscient, dans un premier temps, et de mettre en pratique, dans un deuxième temps, de tels changements. Ce qui nous réfère à l'importance de la responsabilité, de l'agentivité qui doivent être partagées entre les personnes de partis divers dans la transformation des conflits. On voit également l'importance d'être plus proactif que non ; de faire des choix plus conscients, que non, visant l'ouverture, dont du cœur, menant à une connexion profonde.

La prochaine question allait offrir des indices sur les réponses du cœur selon l'ÉC et le type de choix plus conscient, que non, qui s'y rattachent en regard du modèle émergeant.

« **Réponses du cœur** » associées à la pratique de l'écoute compassionnelle. La dernière question de la section sur l'expérience est très importante en lien avec le modèle émergeant (no. 23) : « In your experience, do the following statements reflect what the practice of compassionate listening is trying to achieve, in general ? ». Les choix de réponse étaient les énoncés de réponses du cœur actualisées telles que vues dans le chapitre précédent, faisant partie de la deuxième dimension de la matrice structurale conséquentielle. Le tableau 9 expose les réponses de 45 répondants.

**Tableau 9 : Énoncés représentant les réponses du cœur actualisées rattachées à l'ÉC**

*Q. 23 "In your experience, do the following statements reflect what the practice of compassionate listening is trying to achieve, in general?"*

Énoncés	N	Very much			Not at all	Don't know or don't remember
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
A quality of presence from the heart by listeners, helps the guest speaker feel safe to share his/her thoughts and emotions honestly.	45	41 (91%)	2 (4%)	1 (2%)	0 (%)	1 (2%)
A nonjudgmental and nonadversarial environment open to perspectives from all sides of the conflict, helps	45	35 (78%)	5 (11%)	4 (9%)	0 (%)	1 (2%)

the listeners soften their own version of “truth” and hear other perspectives.

Listening and reflecting with an open heart to personal stories/experiences told by the guest speakers, helps listeners gain clarity and understanding.	45	37 (82%)	5 (11%)	3 (7%)	0 (%)	0 (%)
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----	----------	---------	--------	-------	-------

In looking for the guest speaker’s core essence (what is the most precious and unique in him/her) and encouraging its expression, listeners humanize rather than demonize him/her.	45	25 (56%)	16 (36%)	4 (9%)	0 (%)	0 (%)
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----	----------	----------	--------	-------	-------

In keeping an open spirit during listening sessions, listeners witness new possibilities (e.g. to learn something new; to be surprised).	45	26 (58%)	18 (40%)	1 (2%)	0 (%)	0 (%)
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----	----------	----------	--------	-------	-------

In calming the mental activity (thoughts) in order to be fully present to the guest speaker with the heart, listeners are better able to get to know the experiences that motivate his/her perspective.	45	26 (58%)	14 (31%)	5 (11%)	0 (%)	0 (%)
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----	----------	----------	---------	-------	-------

In connecting with the part that is suffering in the guest speaker, listeners give voice to what has truth and meaning for him/her.	44	25 (57%)	14 (32%)	2 (5%)	0 (%)	3 (7%)
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----	----------	----------	--------	-------	--------

In connecting deeply with the guest speaker, listeners get to know better his/her underlying needs, feelings and values.	45	30 (67%)	12 (27%)	2 (4%)	0 (%)	1 (2%)
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----	----------	----------	--------	-------	--------

The type of listening involved in compassionate listening aims to transform the energy of conflict in giving voice to authenticity and common humanity.	45	33 (73%)	9 (20%)	3 (7%)	0 (%)	0 (%)
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----	----------	---------	--------	-------	-------

## CONSTATS

1. On remarque une très forte résonance de ces énoncés chez les répondants. Il s’agit de la question du questionnaire qui a connu la plus forte adhésion aux choix de réponses. Il en était de même pour les participants au pré-test où peu de modifications ont été nécessaires pour la version finale du questionnaire. Aucun des choix ne récolte la mention « not at all », donc tous les énoncés reflètent la pratique de l’ÉC d’une façon ou l’autre pour les répondants.
2. Un pourcentage élevé, soit de 56% à 91% des répondants, ont choisi « very much » pour les énoncés (la moyenne est 69%). Donc près de deux tiers des répondants assument que ces énoncés reflètent fortement la pratique de l’ÉC.
3. La combinaison de ces taux avec ceux du prochain niveau sur l’échelle de Likert montre qu’entre 89% et 98% des répondants trouvent que les énoncés reflètent beaucoup la pratique de l’ÉC.

Aucun commentaire écrit ne mentionne une difficulté de compréhension ou un désaccord avec les énoncés. Par contre, bien que peu nombreux, certains ne trouvent pas que ces énoncés reflètent beaucoup ce que la pratique tente de réaliser mais aucun n’ira jusqu’à dire que ces énoncés ne reflètent pas du tout la pratique. Les énoncés apparaissent sous la forme d’une phrase alléguant certaines causes à effet ou corrélations entre des éléments pouvant refléter (ou non) ce qui se passe lorsqu’on pratique l’ÉC. Il s’agissait d’énoncés-guides pour poursuivre l’exploration en vue du modèle final.

### 5.1.4 Transformations et guérisons en lien avec l’écoute compassionnelle

La section sur les transformations et guérisons en lien avec l’ÉC débute avec quatre questions sur des transformations personnelles vécues par les délégués en regard de/du : conflit dans la région visitée (no. 24, tableau 10) ; écouter avec le cœur (no. 25, tableau 11) ; la connexion (no. 26, tableau 12) ; la spiritualité (no. 27, tableau 13) et ; des transformations en générales (no. 28, tableau 14). Les choix de réponse proviennent des réponses des participants aux entrevues (questions no. 24 à 26) et de la littérature scientifique (questions 27 et 28).

**Tableau 10 : Éléments de transformation liée à l’expérience de l’ÉC en lien avec le CONFLIT (dans la région visitée) pour les délégués**

*Q. 24: “I was transformed in the following ways by me experience with compassionate listening, related to the conflict (in the region visited).”*

Transformations	N	Very much			Not at all	Don't know or don't remember
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
I am less reactive about the conflict	44	7 (16%)	24 (55%)	7 (16%)	5 (11%)	1 (2%)
I am better at setting aside my perspective about the conflict	44	9 (20%)	19 (43%)	9 (20%)	5 (11%)	2 (5%)
I have less prejudice about other side(s) of the conflict	43	12 (28%)	16 (37%)	11 (26%)	3 (7%)	1 (2%)
I developed abilities to deal with the conflict	44	7 (16%)	21 (48%)	11 (25%)	3 (7%)	2 (5%)
It is easier to express my thoughts and feelings about the conflict	41	15 (37%)	17 (41%)	7 (17%)	1 (2%)	1 (2%)

### CONSTATS

1. Les transformations vécues par les délégués concernant le conflit dans la région visitée selon les réponses obtenues (n = 44) rencontrent celles des participants aux entrevues. Je ne m’attendais pas à

ce que les répondants vivent toutes ces transformations mais bien une ou deux plus particulièrement. C'est ce que nous montrent les résultats avec une répartition équilibrée dans les choix sur l'échelle de Likert.

2. Le taux de réponse est élevé par contre lorsque sont combinés les deux premiers niveaux de l'échelle de Likert, soit entre 64% et 78% des répondants acquiesçant avoir vécu le type de transformations énoncées. Le taux le plus élevé réfère à une plus grande facilité à exprimer ses pensées et émotions concernant le conflit (78%). Le plus bas est : « être plus apte à mettre de côté sa perspective à propos du conflit », pour tout de même 64% des répondants.
3. Entre 2% et 11% des répondants n'ont pas du tout vécu les transformations suggérées dans les choix de réponse.
4. Dix commentaires reçus font référence à des émotions vécues, une prise de conscience à divers niveaux et un sens de responsabilité en lien avec le conflit dans la région visitée. Un apprentissage important au niveau humain est témoigné par deux délégués: « I felt like I needed additional ways to offer support to those suffering injustice; I returned with a great sense of carrying pain »; « I have more compassion and understanding for all people involved in the conflict; I have more hope for eventual peaceful resolution of the conflict ». Certains partagent un apprentissage et cheminement au-delà des choix de réponses: « I am more comfortable now representing my own experience in conflict – something about being non reactive applies to other realms ». Un autre recadre la question en fonction de son expérience: « My goal isn't really addressed by these questions. I understand better. I seek justice. I seek to help others understand more. But I don't have a personal stake – didn't come with one – rather want to be more able to share in a way that empowers others to take on CL values ». Le vécu des participants en lien avec le conflit s'étend au-delà de l'expérience de l'ÉC et de la délégation.

**Tableau 11 : Éléments de transformation liés à l'expérience de l'ÉC en lien avec ÉCOUTER AVEC LE COEUR pour les délégués**

*Q. 25: "I was transformed in the following ways by my experience with compassionate listening, related to listening from the heart:"*

Transformations	N	Very much			Not at all	Don't know or don't remember
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
I feel like a better listener	44	24 (55%)	16 (36%)	4 (9%)	0 (0%)	0 (0%)
I can make my heart feel open more easily	44	17 (39%)	17 (39%)	8 (18%)	2 (5%)	0 (0%)
I am more able to connect with the heart	44	20 (45%)	12 (27%)	12 (27%)	0 (0%)	0 (0%)
I am more aware of my mental activity while listening	44	17 (39%)	18 (41%)	7 (16%)	1 (2%)	1 (2%)
It is easier for me to listen from the heart after this experience	42	20 (48%)	18 (43%)	4 (10%)	0 (0%)	0 (0%)

## CONSTATS

1. Les taux élevés de réponse pour les deux premiers niveaux sur l'échelle de Likert montrent un haut degré de résonance avec les types de transformations vécues par les participants aux entrevues en regard de la suggestion d'écouter avec le cœur (73% à 91%). Le type de transformation le plus élevé est de se sentir être un meilleur écouteur (91%). Le plus bas est d'être capable de connecter plus grandement avec le cœur, mais tout de même valide pour près de trois quarts des répondants.
2. Un répondant mentionne comme transformation pouvoir définitivement reconnaître sa réactivité plus facilement. Une déléguée dit qu'elle peut mettre de côté ses pensées pour être présente à la personne qui parle. L'impact transformationnel peut de plus survenir après la délégation: « After the visit to Israel and Palestine I could feel the effects, more so than during the trip, it has been very useful in my life since then ».
3. Aucune personne indique ne pas avoir du tout vécu les transformations suivantes : a) se sentir un meilleur écouteur ; b) être plus capable de connecter avec le cœur ; c) il est plus facile d'écouter avec le cœur après cette expérience. Ces éléments ont donc transformé entre un peu et beaucoup tous les répondants (n = 43 et 44).
4. Trois personnes n'ont pas vécu de transformation pour les types de transformation suivantes : a) je peux faire en sorte d'ouvrir mon cœur plus facilement et ; b) je suis plus conscient de mon activité mentale lorsque j'écoute.

**Tableau 12 : Énoncés de transformation liée à l'expérience de l'ÉC en lien avec la CONNEXION pour les délégués**

*Q. 26: "I was transformed in the following ways by my experience with compassionate listening, related to connection:"*

Transformations	N	Very much			Not at all	Don't know or don't remember
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
I gained tools to connect deeply with people	44	17 (39%)	20 (45%)	6 (14%)	1 (2%)	0 (%)
It is easier for me to connect with some people than before the delegation	44	15 (34%)	22 (50%)	5 (11%)	2 (5%)	0 (%)
I am better at connecting with the humanity in the other	44	20 (45%)	22 (50%)	1 (2%)	1 (2%)	0 (%)
I am more aware of changes within me when connecting with the heart	44	18 (41%)	13 (30%)	10 (23%)	2 (5%)	1 (2%)
I am more aware of personal challenges in connecting with others	43	18 (42%)	21 (49%)	3 (7%)	1 (2%)	0 (%)



## CONSTATS

1. La combinaison des deux premiers niveaux sur l'échelle de Likert montre qu'entre 70% et 95% des répondants indiquent avoir été transformés par leur expérience avec l'ÉC selon les énoncés figurant comme choix de réponse liés à la notion de connexion. Le taux le plus élevé est accordé à l'énoncé : être plus apte à connecter avec l'humanité chez l'autre (95%). Le plus bas va à : être plus conscient des changements à l'intérieur de soi en connectant avec le cœur. Ce dernier énoncé a quand même été transformationnel pour plus du deux tiers des répondants. L'énoncé : être plus conscient des défis personnels lorsque connectant avec le cœur obtient un taux élevé de 91% des répondants (combinaison des deux premiers niveaux).
2. Un délégué offre un commentaire à l'effet que la connexion aide à s'éloigner des préjugés et de la polarisation : « Connection tends to eliminate stereotyping which is a construct. The deeper the connection, the more complications can be seen in the other which prevents black and white seeing ». Une autre soulève le danger d'une trop grande connexion, pouvant causer des problèmes dans la vie et où le discernement est de mise :

All of this is true but I know I took it too far. After learning the practice of compassionate listening I lost my discernment and made myself very vulnerable to some dirty rotten scoundrels I met while online dating. I let them get too deep into me and my life, gave them too much the benefit of the doubt. This is a beautiful practice and I am 100% better for it. But I do not advise using it with everybody, all the time.

Ce commentaire fait écho à un autre qui n'est pas sans rappeler la notion de calibrage (du niveau d'ouverture et fermeture du cœur) abordée dans le chapitre précédent : « I do not always invoke deep listening. I also feel empowered to protect myself and choose when to activate CL skills perspectives/skills ».

### Tableau 13 : Énoncés de transformation liée à l'expérience de l'ÉC en lien avec la SPIRITUALITÉ pour les délégués

*Q. 27: "I was transformed in the following ways by my experience with compassionate listening, related to spirituality:"*

Transformations	N	Very much			Not at all		Don't know or don't remember
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	
A profound change in my core values and/or priorities	44	5 (11%)	8 (18%)	17 (39%)	14 (32%)	0 (%)	
A connection to something greater than the human realm	44	10 (23%)	8 (18%)	13 (30%)	10 (23%)	3 (7%)	
A greater alignment with my life purpose or path	44	13 (30%)	16 (36%)	10 (23%)	4 (9%)	1 (2%)	
A sense of self with profound humility and regard for all human life	44	18 (41%)	10 (23%)	13 (30%)	3 (7%)	0 (%)	
A greater sense of unity	44	14 (32%)	11 (25%)	10 (23%)	8 (18%)	1 (2%)	

## CONSTATS

1. Les réponses à cette question présentent les taux les plus bas de cette série sur les transformations. Combinant les deux premiers niveaux sur l'échelle de Likert, on remarque tout de même une résonance avec les choix de réponse dans un taux se situant entre 29% et 66%. Le plus bas taux ici, mais rejoignant tout de même près du tiers des répondants, est : « A profound change in my core values and/or priorities ». Le plus haut taux va à l'énoncé : « A Greater alignment with my life purpose or path ».
2. La deuxième transformation la plus importante est : « A sense of profound humility and regard for al human life » (64%). Ce choix rejoint le plus haut niveau de l'échelle « very much » avec 40% des répondants. Il est donc dire qu'une profonde humilité et un regard pour toute la vie humaine est ce qui a résonné comme étant le plus transformationnel au niveau spirituel pour les répondants (n = 45).
3. Notons qu'entre (plus ou moins) un quart et un tiers des répondants choisissent le troisième choix sur l'échelle de Likert (tout juste avant la réponse « not at all ») montrant de moins grandes transformations au niveau spirituel pour des énoncés. Bien entendu, ils peuvent avoir vécu un ou deux de ces types de transformation et non toutes. De plus, rappelons-nous que ces énoncés ne proviennent pas des réponses des participants aux entrevues mais d'éléments de la littérature que je voulais explorer auprès d'eux.
4. Les commentaires écrits montrent que certains des items proposés étaient présents chez des répondants avant l'expérience de la délégation. Ceci peut faire en sorte que certains de ces éléments n'ont pas tant été acquis en cours d'expérience avec l'ÉC mais existaient déjà, donc pas directement liés à cette expérience, bien que ce type de transformation puisse faire partie de l'expérience commune. Le profil des répondants montre une affiliation importante à la religion et au rôle de la spiritualité dans leur vie. Un commentaire en particulier éclaire le type de contribution de l'ÉC au niveau spirituel : « My spiritual path has been the most important thing in life for over 40 years. But CL gave tools for living it in the midst of situations where it would have been more removed ». D'où l'importance, pour cette personne et possiblement beaucoup d'autres, de cet apprentissage pour faire face aux conflits de toutes sortes.
5. Des commentaires portent à l'effet que les valeurs de TCLP et l'expérience vécu en lien avec ses activités ont influencé le choix de participer à une délégation offerte par cet organisme ; laquelle participation a permis en retour pour une répondante de développer et manifester ces valeurs. Pour une autre, les habiletés acquises ont aidé dans certaines sphères de la vie : « I have used my skills to help heal in my Hospice volunteer work. Many people have remarked on my methods and how helpful they are ». Rappelons que l'impact de cette expérience lors du retour des délégués dans leur pays est une piste de recherche proposée par Mace (2005) et la question fut soulevée par des participants aux entrevues.
6. Finalement, les commentaires suivants abordent une perspective philosophique et spirituelle: «Unity with appreciation for diversity»; « A sense of self feels like an illusory barrier to merging with the all »; « Brutality occurs when spirituality is absent ».

La prochaine question poursuit l'exploration de transformations et guérisons vécues offrant une série d'éléments dont les répondants doivent répondre selon la question suivante : « I was transformed in the following ways by my experience with compassionate listening ». Les choix de réponse viennent d'éléments liés aux expériences transformatives (Shlitz et al., 2007) et d'un instrument de mesure en

sciences infirmières The Nurse as an instrument of healing (McKivergin, 1997 in Dossey et al., 2005). On retrouve des facteurs de transformation et guérison selon diverses dimensions (physique, émotionnelle, intellectuel, relationnel, spirituel, vocationnel et environnemental). J'ai ajouté l'item « greater pain or suffering » plutôt qu'une seule diminution de la souffrance afin d'offrir ce choix aux options contraires l'une à l'autre. Le tableau suivant montre les réponses par ordre d'importance pour les répondants.

**Tableau 14 : Éléments de transformation liés à l'expérience de l'ÉC pour les délégués**

*Q. 28: "I was transformed in the following ways by my experience with compassionate listening".*

Transformations*	n	% des répondants
Broadening of worldview	37	86.0%
More forgiveness of others	35	81.4%
More dedication toward creating a peaceful world	31	72.1%
Enhanced ability to connect deeply with others	28	65.1%
Improved relationship with others	27	62.8%
Increased coping strengths	19	44.2%
Some healing (e.g. wounds, past experience, etc.)	17	39.5%
Improved relationship with self	16	37.2%
More forgiveness of self	16	37.2%
Greater pain or suffering (of any sort)	13	30.2%
Increased sense of security (of any sort)	11	25.6%
Increased ability to care for myself	11	25.6%
Redefinition of identity	10	23.3%
Decreased pain or suffering (of any sort)	5	11.6%
Decreased sense of vulnerability	5	11.6%
(optional) Details or other transformations	5	11.6%
Decreased sense of vulnerability	4	9.3%
Mystical experience	1	2.3%
Nombre total de répondants	43	

## CONSTATS

1. Selon Shlitz et al., (2007), les expériences transformatives ont comme impact: « Change the person's worldview to one of being more loving, kind, compassionate, altruistic, connected to others and dedicated toward creating a more just, sustainable, and peaceful world for all ». On retrouve des indications en ce sens dans les réponses obtenues du fait que le type de transformation le plus important est « Broadening of worldview », choisi par 86%. L'item « more dedication toward creating a peaceful world » est choisi par plus de 72% des répondants, ainsi que les items portant sur la connexion aux autres : « enhanced ability to connect deeply with others » avec 65.1% et « improved relationship with others » avec 62.8%. Notons que les auteures mentionnent, concernant l'impact des expériences transformatives, qu'elles laissent place à une redéfinition de l'identité, du sens et de la raison de vivre. Dans le questionnaire, l'item sur une transformation potentielle de redéfinition de l'identité (redefinition of identity) obtient un taux plus bas avec près du quart des répondants. Ceux-ci peuvent avoir une certaine identité assez « établie » ou « formée » selon l'âge

et le niveau d'implication dans le domaine de la construction de la paix élevé selon le profil des répondants vu en début de chapitre.

2. La deuxième réponse obtenant le plus haut taux de réponse est « more forgiveness of others » (81,4%). Cet item sur le pardon fait partie de la dimension spirituelle de la guérison dans l'échelle de mesure en sciences infirmières nommé ci-haut. Aucun des participants aux entrevues et à ce questionnaire n'a nommé le désir d'un plus grand pardon comme source de motivation pour participer à une délégation ou à titre de transformation vécue dans les commentaires écrits. Un plus grand pardon pour soi (more forgiveness of self) est choisi par près de 40% des répondants (37,2%). Ce qui amène à considérer cette notion de pardon en lien avec l'objet d'étude. Pour Finlay (2009), pardonner est « aimer plus fort que la blessure » alors peut-on penser que l'amour (et compassion) étant si présent dans cette approche ouvre la voie au pardon ? Ou encore, cette notion accompagne-t-elle, voire découle, possiblement d'autres facteurs et conditions transformationnelles faisant partie de cette liste de choix de réponses et d'autres obtenues plus haut ?
3. Deux éléments : « enhanced ability to connect deeply with others » et « improved relationship with others » en lien avec la guérison dans l'instrument de mesure obtiennent un haut taux de réponse. L'approche de l'ÉC m'apparaît comme étant relationnelle et spirituelle (tel qu'annoncé dans le chapitre deux). On trouve des échos dans ces énoncés. Les réponses à cette question fournissent certes des indices sur le type de spiritualité à l'œuvre dans cette approche.
4. Près de 40% ont indiqué une forme de guérison comme transformation : « some healing e.g. wounds, past experience, etc. » et près du tiers des répondants ont choisi « greater pain of suffering (of any sort) ». Dans une pratique où la souffrance a une place d'honneur et est accueillie et partagée consciemment, il est possible qu'une prise de conscience à son égard soit présente. Notamment, en regard de facteurs identitaires interpellés en soi et chez les autres, tels que religieux, ethnique, etc., pouvant soulever des souffrances passées ou actuelles. Qui plus est, être dans la région même où se passe le conflit et voir de visu ses impacts au quotidien peuvent rendre certains des aspects du conflit difficiles à accepter et causer une souffrance, surtout lorsqu'il remet en question des éléments liés à son propre groupe d'appartenance (religieux, etc.).<sup>115</sup> Un commentaire adresse la notion d'un sens plus grand du partage de la souffrance avec l'autre : « Increased sense of shared suffering with other ». Cette question amène à s'interroger sur la place que la souffrance peut jouer au niveau transformationnel à divers niveaux dans la construction de la paix ; quelle place on lui donne et comment on l'accueille et l'apprivoise pour la transformer et la dépasser vers sa transformation et guérison.
5. Près de la moitié des répondants indiquent « increased coping strenghts » (45%) comme transformation découlant de leur expérience avec l'ÉC. Ce qui en soit permet de mieux faire face aux défis, voir blessures en lien avec le conflit le cas échéant.
6. Parmi les commentaires, une personne souligne qu'il est difficile d'attribuer les changements seulement à l'écoute compassionnelle bien que cela ait été une influence significative. Un autre apporte des précisions sur la forme que peut prendre ces transformations : « The experience felt fitting toward being aware, without effort, of flowing now ». Finalement, un répondant dit avoir observé une ré-humanisation s'installer grâce à une compassion profonde au-delà de changements systémiques de grande envergure : « I do not think that our small acts will necessarily change large

---

<sup>115</sup> Des aspects déshumanisant dans le témoignage des invités et les visites des lieux peuvent être difficiles à vivre, voire soulever des manifestations traumatiques en soi et autour de soi. Le niveau d'intensité en regard du vécu concret et de la réalité sur place peut marquer. Je pense notamment à une visite à Hébron dans le cadre de la délégation de 2010 où passant dans un endroit précis de la ville nous pouvions recevoir de l'eau bouillante versée des fenêtres d'édifices en haut de nous, provenant d'une des deux parties en conflit.

systems. Yet, I do feel a real deepening compassion as I reflect on and see how “rehumanizing” is achieved and how it is blocked ». On reconnaît ici la conscience chez le répondant de ce qui aide et nuit cette action en échos aux éléments facilitateurs et obstacles mentionnés lors des entrevues (et suivant aussi des questions sur ces deux éléments auparavant dans le questionnaire).

Poursuivant l’exploration des transformations vécues, la question optionnelle no. 29 : « (optional) What was the most profound transformation or healing you experienced during the delegation(s) ? » visait à voir comme dernière question de cette section, quelle était leur expérience la plus profonde en termes de transformation et guérison.

## CONSTATS

1. Deux catégories de réponses découlent des 24 commentaires reçus. La première porte sur des transformations liées au conflit, dont soi-même en lien avec le conflit. La deuxième touche des éléments plus personnels et interpelle entre autres la connexion, l’humanité commune et la spiritualité.
2. Les réponses liées au conflit montrent une plus grande compréhension et/ou compassion pour des groupes et individus particuliers : sionistes, allemands (en contexte de deuxième guerre mondiale), palestiniens, colons juifs, israéliens juifs, musulmans, communauté juive d’Israël/Palestine, famille hôte dans un camp de réfugiés palestinien, etc. Les circonstances et transformations leur sont propres et peuvent se produire avant (n=1), pendant (n=6) ou après (n=3) la délégation: a) « It was the beginning of understanding from the heart what drives Zionists to continue with settlements in the West Bank and to drive Palestinians out of “Greater Israel” ». b) « More of this happened during a visit to Germany and the Szech Republic this year »; c) « Got involved in contentious discussions about Israel/Palestine within Jewish community subsequent to delegation to Israel/Palestine. » d) « Re German Jewish dialogue, it opened me up to possibilities of reframing to Germans, and ease around the subject of Holocaust, both of which are a really big deal ».
3. Pour un délégué, ce sera le contact avec un co-délégué musulman qui a été le plus transformationnel. Pour une autre, ce fut le fait d’avoir appris à connaître une famille hôte avant la délégation, ou encore d’apprendre le décès d’une invitée à une session d’écoute plus tard une fois retournée dans son pays : « She was a settler and yet an instrument of peace, and I didn’t realize one person could be both. Her life and death had a profound impact on me ».
4. Ce qui a été le plus marquant pour une autre personne fut d’acquérir une plus grande compréhension et compassion de la peur des juifs israéliens, à titre de « juif progressif » lui-même. Finalement, connaître l’histoire d’un chef palestinien aura été très transformateur pour un autre répondant.
5. Certaines transformations apportent de nouvelles perspectives : a) « Learning skills of CL – to move from focus on my own sense of victimization to truly believe we are all wounded and can be allies for one another »; b) « Meeting people my country’s leaders define as enemies and seeing them as worthy human beings and friends; turning fear and separation into compassion and connectedness»; c) « A realization just how much people I had thought were so different from me were really in many ways quite like me »; d) « Realizing that the people on both sides, when they get down to their core, want the same thing... a peaceful life for their families »; e) « Deepening of hope. If people who have defined each other as demonic can come to be friends and co-workers for peace, I can too! ».

6. La transformation/guérison peut aussi être de se découvrir de nouvelles capacités et idées (insights): a) « Choosing to go in this delegation was a manifestation of boldness, which I think I have too often lacked. Facing a conflict, albeit in a safe container, and not turning away »; b) « To be totally open in the moment, even when it felt dangerous. The “wind blowing through me” feeling was new and unique, very alive »; c) « Allowing myself to be open no matter what the conversation was about ».
7. Être habitué à donner son opinion et débattre avec les gens qui nous entourent selon une personne a fait en sorte que l’expérience révélatrice fut d’apprendre à écouter seulement, et « avec le cœur » au-delà de la raison.
8. Les notions de connexion et d’humanité commune figurent au centre des transformations profondes rapportées : a) « Feeling more connected with humans. Becoming more aware of “the connectedness of everything ». b) « There is no separation. We are all part of ONE ».
9. Une autre personne fut profondément touchée par un exercice phare dans la formation à l’ÉC: « The sense of love and common humanity that was conveyed in one exercise in which we circled the room looking each other in the eyes without words ».
10. Deux répondants associent la transformation/guérison profonde à une dimension philosophique et religieuse: « This existence is far beyond human understanding »; « As I looked back over the ten days the scripture reading for this Tuesday morning captured much of what my healing had been about in this Easter Week and following. In First Peter 1:22, I read: “Now that you have purified your souls by your obedience to the truth so that you have genuine mutual love, love one another deeply from the heart” ».
11. Finalement, la connexion entre les membres du groupe de délégués fut un facteur central: « The connection with other participants, being a group motivated by the same ideas, thoughts and purpose created a safe space for me to explore my feelings and emotions and grow emotionally ». Les sessions de suivi en fin de journée aident à renforcer les liens et l’esprit de groupe bien que la dynamique puisse être conflictuelle par moment tel que vécu lors de ces sessions dans la délégation de 2010. Des participants au pré-test ont aussi communiqué des expériences semblables bien que celle en générale soit positive.

Voilà une série de facteurs de transformation et de guérison ayant pris place dans le vécu des répondants et dont des conclusions seront tirées dans le chapitre six.

### **5.1.5 Contribution de l’écoute compassionnelle à la construction de la paix**

**Contribution de l’approche de l’ÉC à la construction de la paix.** La question 30 : « Select the three to five (3-5) most important contributions the compassionate listening approach brings to peacebuilding » visait à cerner une priorisation en termes de la contribution de l’approche de l’ÉC au domaine de la construction de la paix. Les choix de réponse proviennent en majorité des réponses fournies par les participants aux entrevues à partir desquels les répondants devaient choisir les 3 à 5 plus importantes. Le tableau 15, compilatif des réponses suit, ainsi que les constats.

**Tableau 15 : Types de contribution de l’approche de l’écoute compassionnelle à la construction de la paix**

*Q 30: “Select the three to five (3-5) most important contributions the compassionate listening approach brings to peacebuilding”:*

Contributions	N	% des répondants
Listening to the other is the first step to peacebuilding	31	70.5%
The safe space to meet others that otherwise we might never meet	24	54.5%
The group responsibility to not blame the other	8	18.2%
The sense of hope in the companionship of people who struggle with similar issues	9	20.5%
The common humanity fostered when listening deeply to each other	26	59.1%
The intelligence of the heart that lead towards connecting, in a different way than the intelligence of the head	16	36.4%
The sense of communion experienced by a group of compassionate people	9	20.5%
The humanity of the other being central in this approach	29	65.9%
The form of interconnectedness that is fostered by this approach	15	34.1%
The grassroots nature of the compassionate listening approach to peacebuilding	16	36.4%
A powerful process that can heal and transform	12	27.3%
Nombre total de répondants		44

## CONSTATS

1. La contribution jugée la plus importante (31 répondants sur 44) avec un taux de 70% est « Listening to the other is the first step to peacebuilding », à l’instar des pionnières qui voient cette approche comme précurseur d’un dialogue véritable. Les trois autres contributions les plus importantes pour plus de la moitié des répondants sont: « The humanity of the other being central in this approach »; « The common humanity fostered when listening deeply to each other »; « The safe space to meet others that otherwise we might never meet ». Le thème de l’humanité commune est central de même que l’espace sécuritaire qui est créé par cette approche.
2. Les autres choix ayant obtenu 36% et moins de choix sont ex-aequo (35%): « The intelligence of the heart that lead towards connecting, in a different way than the intelligence of the head » et « The form of interconnectedness that is fostered by this approach ». Suivent: « A powerful process that can heal and transform » (27%) et ex-aequo (20%): « The sense of hope in the companionship of people who struggle with similar issues » et « The sense of communion experienced by a group of compassionate people ». Notons que je les choix portaient sur les plus importants pour les répondants afin de voir si certains le seraient moins dans le lot. Ainsi, ces choix de réponse peuvent avoir été tous importants pour certains. Ce qui est corroboré par un commentaire fourni indiquant les choix proposés auraient pu tous être choisis et un autre commentaire est : « Bringing both head and heart to enter a deeper space than either alone » concernant la contribution de l’ÉC aux efforts de paix.

### 5.1.6 Derniers commentaires sur l’expérience de la délégation et la participation au questionnaire

**Moment le plus profond durant la délégation pour les délégués.** La question 31 était optionnelle et fut ajoutée suite au pré-test : « What was the most profound moment you experienced during the

delegation ? (If not already answered in previous questions). » Elle provient du fait que plusieurs des participants au pré-test racontaient un moment parmi d'autres les ayant particulièrement touchés et qui ne faisait pas nécessairement référence à une transformation ou guérison comme telles. Shlitz et collaborateurs (2007) associent aux expériences transformatives ces « moments précis où les gens se souviennent avoir vécu un changement (shift) pouvant être un moment épiphanique faisant en sorte que le sens de la vie et son but peuvent changer. » Que les 18 réponses reçues à cette question soient d'ordre épiphanique ou non, seuls les répondants peuvent en témoigner, mais en majorité il s'agit d'un moment précis d'une expérience vécue durant la délégation et qui apparaît empreinte d'humanité. Les commentaires reçus apparaissent à l'annexe U. Ainsi, on remarque que ces changements profonds peuvent survenir ou être déclenchés par : la vue de quelque chose de précis devant soi ; une parole prononcée à notre endroit; le fait d'être témoin d'une situation particulière; le choc ressenti face à une situation qui pourrait sembler banale pour un autre mais ne l'est pas pour nous; la solidarité du groupe; le démantèlement de préjugés; des efforts concertés pour la paix; l'écoute du vécu des invités; le constat de l'étendue et difficulté d'une expansion de la conscience et une prise de conscience particulière et des pleurs qui s'ensuivent. Ils sont tous uniques et ce qu'il y a de commun est le souvenir précis qu'en ont les délégués et l'effet et impact sur eux, souvent plusieurs années suivant la participation aux délégations.

**Influence des facteurs administratifs en lien avec la délégation et l'expérience globale pour les délégués.** La question no. 32 : « Did the following factors, related to the management of the delegation(s), affect your experience ? » portait sur des dimensions administratives et de facilitation qui auraient pu influencer sur l'expérience des participants, comme ce fut rapporté par deux personnes lors du pré-test. Je voulais m'assurer de mesurer l'impact de cette variable sur l'expérience globale afin de voir si elles pouvaient teinter les autres réponses jusqu'à un certain point. Les choix de réponse portaient sur : a) l'administration et b) les facilitateurs (menant les délégations TCLP). En ce qui concerne l'administration de la délégation, 45% (n=19) des répondants y voit une influence très positive (very positively) sur leur expérience. Lorsqu'on combine ce taux avec le prochain choix sur l'échelle de Likert, la satisfaction monte à 76% (n=32 sur 42 répondants). En ce qui a trait aux facilitateurs, les réponses dans ce même ordre montrent 66% d'influence très positive et 89 % suivant le prochain choix dans le sens positif (n=39 sur 44 répondants). Il y a tout de même 7 personnes qui choisissent le prochain niveau qui pointe vers une influence négative de la dimension administrative et 4 personnes (9%) pour ce même niveau de choix, à l'endroit des facilitateurs. Sur 9 commentaires reçus, 5 portent sur une appréciation de la bonne planification (n=1) et des qualités et excellence des facilitatrices (n=4). Les autres commentaires adressent des difficultés rencontrées dans le groupe (n=2), dont le commentaire suivant: « There was a



dispute within the delegation, and it was never followed up or resolved » et « It seemed difficult to herd the members of our delegation, and I remember wondering what might have facilitated the management of these sometimes wayward individuals ». Quatre répondants ne se souvenaient pas suffisamment des réponses à cette question pour y répondre. Voir l'annexe V pour le tableau présentant ces résultats.

**Commentaires sur le questionnaire.** Une dernière question ouverte à la fin du questionnaire fournissait la possibilité aux répondants d'émettre des derniers commentaires sur le questionnaire (no. 46) : « Comments about this survey ». Des 18 commentaires reçus, 7 montrent un taux d'appréciation face au questionnaire: « Interesting and helpful to review the compassionate listening initiative»; «Enjoyed it»; «Very thoughtful – thank you»; «It was instructive to revisit my thoughts and feelings about my trips, nicely done »; «I enjoyed responding to this survey »; «I appreciate the chance to think about my experience with CL»; «I wish you the best with your project, thank you for taking an interest in CL». Cinq commentaires reflètent les éléments suivants : le fait pour une personne qu'elle avait encore plus de choses à dire sur l'écoute compassionnelle et serait heureuse de discuter avec la chercheuse; pour une autre que cela fait 11 ans qu'elle a participé à une délégation et sa mémoire était un peu vague; une autre dira qu'il n'est pas certain que sa délégation portait entièrement sur l'écoute compassionnelle car il s'agissait d'un voyage informel pour écouter les histoires des gens et apprendre sur le conflit dans cette région (Guatemala); une autre dira : « Words cannot do justice to choice and awareness » et une dernière indique que cela aurait été plus facile de répondre de façon interactive.

Ce dernier commentaire reflète effectivement mon appréciation d'avoir pu faire des entrevues et pré-test avec un contact direct avec des participants. Les trois derniers commentaires portent sur le fait que le questionnaire était trop long et qu'une personne aurait préféré une entrevue individuelle : un autre dit ne pas être impressionné et que les réponses semblaient pré-ordonnées ; le dernier indique qu'il ne pouvait pas voir les gens ne pas être en accord avec plusieurs des énoncés. Ce dernier point sera discuté dans la dernière section sur les éléments de vérification. Finalement, à la fin du questionnaire (no. 47, optionnel) les répondants étaient invités à laisser leurs coordonnées s'ils acceptaient d'être contactés si le besoin de clarification à des réponses était nécessaire. 24 personnes ont laissé leurs coordonnées à cet effet.

## 5.2 Rigueur scientifique pour la phase quantitative de la recherche

**Validité, fiabilité et transférabilité.** La validité au niveau quantitatif est vérifiée à partir des nombres (scores) obtenus via l'instrument utilisé et par la qualité des conclusions qui peuvent être tirées des analyses quantitatives (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 210). Les nombres obtenus (scores) des participants sont des indicateurs qui font du sens par rapport aux construits mesurés et ce sont des procédures et standards extérieurs au chercheur qui donnent ces indices. Dans mon cas, l'outil Survey Monkey a fourni les statistiques selon les questionnaires remplis en ligne par les participants et je n'en ai modifié aucune. Les analyses découlent donc des données statistiques fournies par l'instrument. De plus, deux experts en statistiques et développement de questionnaires ont vérifié les données et validé les interprétations concernant les construits mesurés. Déjà au niveau du pré-test pour le questionnaire des éléments de validité et fiabilité ont été pris en compte (voir l'annexe L et les questions-guide sur la question pour les participants).

Sommaires toutes, ce chapitre a présenté des données statistiques principalement descriptives (Nardi, 2006). Les constats que j'en fais se veulent ainsi descriptifs et aussi objectifs que possible, au meilleur de mon interprétation. Les données qualitatives venant de commentaires écrits par les répondants au questionnaire furent analysées selon les standards qualitatifs. À ce niveau, les biais et limites comme chercheur s'appliquent. J'ai surtout décrit les résultats qualitatifs et fourni quelques interprétations bien que cela fut selon des catégories choisies pour leur analyse. À chaque constat je me questionnais quant à la validité du construit (Merriam, 2002) en question, me demandant si les résultats mesurent ce qu'ils sont censés mesurer ? Ceci, dans le sens de la définition de la validité: « The degree to which the data being collected really represent the range of experiences, opinions, behaviors, and types of people present in the population being studied » (Bourque & Fielder, 2003, p. 248). L'instrument comme tel montre une validité de contenu alors que, sauf pour la question portant sur la dimension euristique du modèle (passages entre vices et vertus), les questions portent sur des éléments provenant des entrevues et des écrits des pionnières, ou de caractéristiques déjà validées de notions telles l'amour compassionnel et des dimensions liés à la transformation et guérison (selon des outils en sciences infirmières).

Pour assurer une validité interne (Merriam, 2002), les questions faisant des liens de cause à effet furent mises de côté notamment et la validité externe (Idem) n'est pas en cause en ce sens que bien que j'aie obtenu un nombre intéressant de répondants au questionnaire et tenter de rejoindre tous les anciens délégués au mieux des moyens mis à ma disposition et recherche pour en rejoindre le plus possible, je

ne prétends pas que tous les participants aux délégations de TCLP, anciens et futurs, vont vivre en majorité les éléments trouvés dans le questionnaire (défis, facilitateurs, transformations, etc.). Ce que les données me procurent comme assurance par contre est qu'elles reflètent des éléments plausibles et certainement reflétés par plusieurs. Leur utilité est surtout d'aider à réunir des composantes intéressantes pour un modèle pouvant fournir des indices sur les stades de passage vers une connexion profonde et ce qui les entoure.

Au niveau de la fiabilité (Saks et Allsop, 2013), je suis la seule à avoir effectué toutes les étapes de préparation et d'administration de l'outil. Si je gardais le même questionnaire à être rempli par les délégués de TCLP pour les délégations suivant 2015, nous verrions jusqu'à quel point les résultats sont équivalents ou varient. Si un autre chercheur tentait l'expérience et faisait l'analyse, nous verrions possiblement d'autres types d'explications et interprétations surgir, bien que les statistiques ne seraient pas les mêmes. Mais nous savons déjà que ces instruments (entrevues et questionnaire) ne sont pas conçus pour rendre compte de toute l'expérience et de toutes les possibles transformations, processus et type de spiritualité présents au cœur de cette approche. C'est un découpage particulier de la réalité qui est présenté, offrant néanmoins des indices intéressants et novateurs à certains égards lorsqu'assemblés et expliqués dans la modélisation qui suit au chapitre six. Voici d'autres précisions.

En ce qui a trait à la construction du questionnaire et le choix des questions, j'ai tenu une carte de route pour la construction du questionnaire prenant en compte des recommandations d'auteurs et ouvrages importants sur la question. Notons la validation de l'outil impliquant la participation de diverses personnes dont des anciens répondants et chercheurs familiers avec l'approche de l'ÉC pour le pré-test et celles d'experts en statistiques et méthodes de recherche dans toutes les phases de construction et d'administration de l'outil, dont avant le pré-test, lors du pré-test et suivant la collecte et analyse des données. Les choix de réponse découlent de la fréquence des réponses et l'identification des items pour le questionnaire afin de respecter les recommandations demandant qu'ils soient (Bourque et Fielder, 2003, p. 34) : 1. Succincts : ce qui voulait dire de conserver les items les plus importants en lien avec la question, visant à conserver tous les éléments clé de réponses fournies; 2. Compréhensibles : le questionnaire ayant subi un pré-test auprès de 10 anciens délégués de TCLP choisis en fonction de diverses années, provenance; 3. Présentés dans un esprit séculier : notamment pour les questions exploratoires sur les zones d'ombre et de lumière (vice et vertu).

Trois commentaires reçus à la fin du questionnaire sur l'appréciation générale demandent à être exposés et répondus. Un a indiqué que le questionnaire était trop long et que la personne aurait préféré une

entrevue individuelle. À cet effet, j'ai pesé les pour et contre de la longueur choisie tentant de la rendre la plus appropriée possible pour les besoins de la recherche. Le choix de cette longueur était en partie dû au fait que je savais que l'échantillon était composé de gens en partie intéressés par cette approche : le temps et la motivation permettant, ils seraient heureux d'y contribuer des réponses pour faire avancer le savoir la concernant. C'est la raison pour laquelle j'ai anticipé ne pas recevoir un nombre de participation complète à toutes les réponses, ce qui fut le cas.

Un autre commentaire porte sur le fait de ne pas avoir été impressionné et que les réponses semblaient pré-ordonnées. Dans la mesure où des items de choix de réponse portaient sur des éléments déjà recueillis en entrevue et liés aux composantes émergentes du modèle théorique et appliqué, j'étais consciente que le questionnaire avait cette forme et que cela pourrait causer une telle impression pour ceux notamment voulant adresser des aspects plus géopolitique et d'évolution du conflit israélo-palestinien par exemple.

Le troisième commentaire est à l'effet que la personne dit ne pas voir les gens ne pas être en accord avec plusieurs des énoncés. Cela porte sur le fait que ce qui s'y retrouve résonne avec l'approche, le vécu et les expériences dont celles qui furent transformatives à mon avis. La désirabilité sociale... (avec réf.).

Sommes toutes, il ne s'agit que de trois commentaires et plusieurs ont fourni une appréciation du questionnaire. Je trouve donc sain la variété de ces commentaires qui reflètent quelques contours plausibles de l'instrument pour certains répondants, trouvant explications en regard de cette étude.

## CHAPITRE 6. Intégration des données :

### Modèle théorique et appliqué

Ce chapitre consolide la dernière étape de la phase avancée de la TE qui consiste à assembler et expliquer la théorie, laquelle est définie dans cette méthodologie comme (Strauss & Corbin, 2002, p. 15) : « A set of well-developed concepts related through statements of relationship, which together constitute an integrated framework that can be used to explain or predict phenomena. » À cette étape, le chercheur met l'emphase sur les relations entre des concepts en vue de fournir une forme de canevas intégré.

#### 6.1 Aperçu global du modèle théorique et appliqué

Dans le cadre de cette recherche il prend la forme d'un modèle théorique et appliqué intitulé : Écosystème relationnel du mieux-être pour une paix intérieure et extérieure. Il repose sur quatre piliers représentés de façon globale dans la figure 18 et de façon détaillée dans la figure 19 suivantes. Ce chapitre présente ces piliers. À la toute fin, il inclut les éléments de rigueur scientifique et limites du modèle.

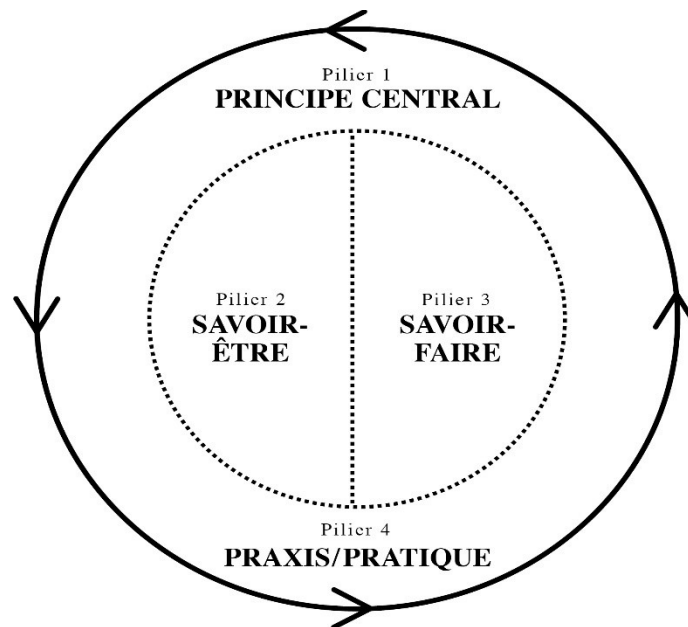
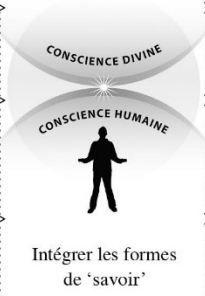



Figure 18 : Les quatre piliers du modèle théorique et appliqué

Pilier 1 <b>PRINCIPE CENTRAL</b> : Règle d'or renforcée avec un principe de non-violence où la compassion est essentielle					
Pilier 2 <b>SAVOIR-ÊTRE</b> : Canevas intérieur et extérieur et mécanisme pour passer de la séparation à la connexion profonde					
<b>CONNEXION SOCIALE</b> Forces créatives	<b>POTENTIEL DE VIOLENCE</b> Zone d'ombre		↔	<b>POTENTIEL DE COMPASSION</b> Zone de lumière	
STAGES	De SÉPARATION		À COMMUNICATION	À COMMUNION (connexion profonde)	
Échelle de la qualité de la connexion	<b>1</b> Aucune	<b>2</b> Un peu	<b>3</b> Moyen	<b>4</b> Élevée	<b>5</b> Très élevée
Nature humaine	Guerre <b>Proactive</b> Violence choisie Se battre, se sauver, paralyser	Tension négative <b>Passive/naturelle</b> Instinct de sécurité	Non-violence <b>Moment du choix pour un amour centré sur l'autre ou non :</b> Interface entre la conscience humaine et divine	Coexistence <b>Passive/naturelle</b> Instinct de compassion	Paix durable <b>Proactive</b> Compassion choisie Connexion sociale
Condition humaine Autoréflexivité et Autorégulation	Restreindre la réactivité et affections négatives But : ÉVITER LA VIOLENCE			Procurer de la compassion et renforcer les qualités prosociales But : COMPASSION	
Défis	7 obstacles clé personnels 7 obstacles clé de groupe/collectifs			7 éléments facilitateurs clé personnels 7 éléments facilitateurs clé de groupe/collectifs	
Qualité de la présence et effets physiologiques	<b>Fermeture du cœur DURCISSEMENT</b> Vices : amour centré sur soi Tension, malheur		Intégrer les formes de 'savoir'	<b>Ouverture du cœur EXPANSION</b> Vertus : Amour centré sur l'autre Calme, paix intérieure, communion	
Pilier 3 <b>SAVOIR-FAIRE</b> : Matrice structurelle-relationnelle pour l'intégration d'un agenda du cœur dans la construction de la paix					
Facteurs et conditions pour la connexion sociale dans l'ÉC et le DIVM	<b>NON-ACTUALISÉ</b> 3 variables et 9 unités structurelles : indicateurs pour l'ÉC et DIVM et 2 habiletés clé dans chaque unité structurelle		↔ Choisir la lumière au-delà de l'ombre	<b>ACTUALISÉ</b> 3 variables et 9 unités structurelles : indicateurs pour l'ÉC et DIVM et 2 habiletés clé dans chaque unité structurelle	
Impact de la pratique de l'ÉC et DIVM Transformation de, à	<b>Au niveau personnel :</b> 7 états ou sentiments de séparation avec l'autre/les autres <b>Au niveau du groupe ou collectif :</b> 7 éléments de la politique des identités			<b>Au niveau personnel :</b> 7 états ou sentiments de connexion profonde avec l'autre/les autres <b>Au niveau du groupe ou collectif :</b> 7 éléments de la politique des vertus	
Pilier 4 <b>PRAXIS/PRACTIQUE</b> : Le Tic Tac Toe de la paix – Un guide et des outils pour créer une culture de la paix					

**Figure 19** : Piliers détaillés du modèle d'Écosystème relationnel pour le mieux-être intérieur et extérieur

En résumé, le premier pilier représente un principe central pour le modèle qui vise une prise de conscience pour se prédisposer à un changement de paradigme important sur la façon d'entrevoir les relations interpersonnelles. Le modèle vise une prise de décision éclairée pour intégrer un agenda du

cœur<sup>116</sup> aux efforts de paix et à la création d'une culture de paix dans tout environnement. Ce principe ouvre la voie à une responsabilisation à cet égard qui saura être actualisée selon un savoir-être présenté dans le deuxième pilier et un savoir-faire dans le troisième<sup>117</sup>. Le savoir-être réfère à des qualités personnelles montrant la capacité de produire des actions et réactions adaptées à l'environnement humain et écologique (Labruffe, 2008). Il est lié à des valeurs et attitudes comme le respect, vouloir aider l'autre, traiter l'autre avec dignité humaine. Le terme est communément employé pour définir un savoir-faire dit relationnel, qui est une façon de savoir comment se comporter et trouver la conduite appropriée et attitudes attendues dans une situation donnée (Idem). L'empathie et l'écoute en font partie et il est complémentaire avec le savoir-faire : les deux s'articulant et se complétant l'un et l'autre avec le savoir plus théorique (i.e. connaissance), éloigné de la pratique. Le savoir-faire désigne en général les compétences opérationnelles liées au domaine en jeu et pour notre modèle il s'agit de la pratique de l'ÉC selon TCLP. Le quatrième pilier repose sur un guide et outils facilitant l'autoréflexivité et l'autorégulation suggérées pour réaliser ce savoir-être et savoir-faire liés à l'intégration d'un agenda du cœur aux efforts de paix. Plus particulièrement, ce modèle fait état d'un processus social de base théorique (PSB), laquelle est une forme de théorie dans la TE qui sert à éclairer des changements et variations au sein de différents stades liés à des comportements problématiques (Glaser, 2005, p. 2 et 6). Pour cette étude et modèle, il s'agit de trois stades montrant le passage entre un sentiment ou état de séparation envers l'autre, qui peut être un soi-disant ennemi en situation de conflit et représenté par le côté gauche du continuum dans la figure 19 ci-haut ; vers une plus grande communication avec lui ou elle positionné au centre de ce continuum et se transformant vers un état ou sentiment de connexion profonde, voire même de communion, représenté par le côté droit de ce continuum au sein de la figure 19. La communion est une qualité liée au dialogue (Johannesen, 1971, in Rehling, 2008, p. 128) et Thomas Merton la distingue de la communication reflétant le niveau de profondeur de connexion en jeu :

The deepest level of communication is not communication but communion. This is wordless. It is beyond words and beyond speech, and it is beyond concept. Not that we discover a new unity. We discover an older unity. We are already one, but we imagine that we are not. And what we have to recover is our original unity. What we have to be is what we are. (Merton, 1968, cité dans Hwoschinski, 2001, p. 4).

---

<sup>116</sup> Dans cette étude l'agenda du cœur signifie de « faire avec le cœur » ou « choses à faire avec le cœur », ce qui demande un savoir être et faire. La résultante de cette action est une « réponse du cœur » qui est examinée à la lumière de l'ÉC selon TCLP. Le terme « agenda » dans le dictionnaire vient du latin *agenda* ; plus précisément de la déclinaison au nominatif pluriel de *agendus*, *a, um*, *c'est-à-dire l'adjectif verbal de ago, agere (« faire »)*. Il signifie « ce qui doit être fait » ou, mieux : « [les choses] à faire ».

<sup>117</sup> Source consultée le 20 septembre 2018 à 20h40 : <https://savoiiretrepro.com/le-savoir-etre/>.

Le stade de la séparation est représenté par tout ce qui se trouve dans le pôle de gauche du continuum de la connexion sociale et dans la figure 19 montre qu'aucune ou peu de connexion avec l'autre le caractérise, en ce sens que la personne se sent éloignée en termes de la qualité du lien qui l'unit à l'autre. Dans ce pôle de la séparation, l'intention et la motivation dans l'action de connecter avec l'autre ne porte pas ou peu avec ce qui est promu comme qualité de présence et d'environnement par l'approche de l'écoute compassionnelle (ÉC) développée par l'organisme The Compassionate Listening Project (TCLP) et sur laquelle porte l'étude à de laquelle s'est construit ce modèle.

Le stade de la communication au centre du continuum réfère au sens commun du terme (Petit Robert, 2004, p. 485) : « Communiquer, établir une relation avec quelqu'un ou quelque chose ; un échange ou divulgation quelconque où on veut faire connaître quelque chose à quelqu'un ». Les habiletés de communication dans le modèle sont renseignées par le type de qualité de présence et d'environnement qui sont propices à un amour compassionnel et des réponses du cœur associées<sup>118</sup> que l'on retrouve dans l'approche de l'écoute compassionnelle. Elles sont interpellées par les qualités associées à la notion du dialogue, qui au-delà de la communion vue plus tôt, sont la responsabilité d'un humain à un autre, la mutualité, le sens de direction, l'honnêteté, la spontanéité, la franchise, le manque de prétention et l'intention non manipulatrice dans la responsabilité d'un être humain envers un autre (Johannesen, 1971, cité dans Wolvin, 2010, p. 128).

Au niveau pratique, on peut envisager que ce qui est en jeu au niveau de la communication dialogique dans le passage entre les trois stades de notre modèle sont d'abord des éléments qui distinguent le débat vers la discussion ; et ensuite ceux de la discussion vers le dialogue véritable. Stephen Alofonzo explique l'importance de la connexion et de l'écoute dans la distinction entre débat, discussion et dialogue :

Debate is combative and seeks to be victorious; it wants to express itself and say it is better than you. Discussion can be described as debate trying to play nice. Much like debate, it is interested in advocating its view points and challenging those of others. Dialogue, on the other hand, seeks to find a shared connection. It is not concerned with winning or losing, rather it aspires to listen more deeply, understand more fully, and build a collective point of view. When the diversity of

---

<sup>118</sup> Défini comme (Fehr & Sprecher, in Fehr et al., 2009, p.29): « *A kind of love that involves a giving of the self for the good of the other* ». Les participants ont reconnu ses cinq caractéristiques centrales comme faisant partie de l'ÉC dont celle d'une certaine « réponse du cœur » et ce qui lui est rattachée : une compréhension émotionnelle de la situation. L'étude et modèle considère cette notion en lien avec la pratique de l'ÉC.



personality and opinion present moments of conflict and tension, dialogue steps in and mediates the conversation back to a renewed sense of connection.<sup>119</sup>

Un tableau compilé et adapté par Nagda et collaborateurs (2008)<sup>120</sup>, montre des différences entre débat, discussion et dialogue et ce qui les distingue en termes de paradigme pour la communication emprunté ; l'orientation envers soi et envers les autres ; les émotions dans ce processus de communication et ; les buts recherchés comprenant des aspects motivationnels et des choix. Cette compilation nous renseigne sur ce qui peut mener à un point de bascule vers le dialogue et le présent chapitre et modèle s'arrime avec ces éléments, offrant un cadre explicatif dans lequel peuvent s'inscrire ces passages selon un savoir-être et savoir-faire issu de la pratique de l'ÉC selon TCLP. Cela est utile car Ginny Belden-Charles, cofondatrice du Center for Emerging Leadership<sup>121</sup> explique que plus une problématique est complexe et comprend un ou plusieurs désaccords, plus le besoin de dialogue est important pour apporter une plus grande compréhension et façons de trouver des points communs entre différents parties. Illustrant jusqu'où le renouvellement d'un sens de connexion peut aller dans le dialogue, elle fait référence au Public Conversations Project (PCP) où six femmes faisant figure de leaders reconnues dans les deux camps pro-vie et pro-choix sur l'avortement se sont engagées dans un dialogue. Ce dialogue a duré six ans et mené à l'écriture d'un article conjoint relatant leur expérience.<sup>122</sup> À la fin de cette initiative dialogique, elles disent ne pas avoir changé de camp sur leurs croyances sur l'avortement, mais ce qui a changé est leur capacité de contenir la dimension paradoxale de leurs visions du monde irréconciliables

---

<sup>119</sup> Cette citation provient de la source consultée le 22 juin 2018 14h05 : <https://www.greatplacetowork.com/resources/blog/the-difference-between-debate-discussion-and-dialogue>.

<sup>120</sup> Ce tableau a été compilé et adapté par Ratnesh Nagda, Patricia Gurin, Jaclyn Rodriguez et Kelly Maxwell (2008), basé sur "Differentiating Dialogue from Discussion" un dépliant développé par Diana Kardia et Todd Sevig (1997) pour le programme *Intergroup Relations, Conflict and Community* (IGRC), à la University of Michigan; et "Comparing Dialogue and Debate," un article préparé par Shelley Berman, basé sur des discussion du *Dialogue Group of the Boston Chapter of Educators for Social Responsibility* (ESR). D'autres membres incluent Lucile Burt, Dick Mayo-Smith, Lally Stowell, et Gene Thompson. Ce tableau apparaît aussi à l'adresse suivante : [http://www.gcorr.org/wp-content/uploads/2016/06/comparing\\_debate\\_discussions\\_dialogue-3.pdf](http://www.gcorr.org/wp-content/uploads/2016/06/comparing_debate_discussions_dialogue-3.pdf). Consulté le 20 mars 2018.

<sup>121</sup> L'article de Ginny Belden-Charles : *The 3 Ds: Debate, Discussion, Dialogue. EducationFeature: As words swirl around health care, how do we effectively talk to each other, as individuals, as a nation?* Source : <http://www.womenspress.com/Content/Features/Featured/Article/The-3-Ds-Debate-Discussion-Dialogue/1/233/3463>. Consulté le 18 juin 2018 à 14h51.

<sup>122</sup> Nous retrouvons la description du cheminement de ce groupe selon les participantes de ce groupe dans l'article publié par *The Boston Globe*, Dimanche le 28 janvier 2001, dans la section Focus : Talking with the Enemy, par Anne Fowler, Nicki Nichols Gamble, Frances X. Hogan, Melissa Kogut, Madeline McCommish, Barbara Thorp. Consulté le 20 juin 2018 à 20h30 : <https://feminist.com/resources/artspeech/genwom/talkingwith.html>

et d'accueillir l'humanité des unes envers les autres dans le processus dialogique. Ce dialogue a eu pour effet de changer leur façon de procéder au sein de leur cause respective et de diminuer considérablement la rhétorique inflammatoire et le potentiel de violence qui existaient au début. À la base de ce dialogue se trouvaient quelques règles de base qui ont fait toute la différence - et qui reflètent ce que vise la pratique de l'écoute compassionnelle - selon ces participantes :

To help us listen and speak across this divide, ground rules were critical. We would seek to use terms acceptable (or at least tolerable) to all participants. We would not interrupt, grandstand, or make personal attacks. We would speak for ourselves, not as representatives of organizations. Most important, the meetings would be completely confidential unless all of us could agree upon a way to go public. We also made a commitment that some of us still find agonizingly difficult: to shift our focus away from arguing for our cause. This agreement was designed to prevent rancorous debates. And indeed, we believe this ground rule has been essential to the long life of our dialogue. Knowing that our ideas would be challenged, but not attacked, we have been able to listen openly and speak candidly. But it has not been easy. (Fowler et al., 2001)<sup>123</sup>

La façon dont elles décrivent le changement de cap vécu par cette expérience dialogique est d'intérêt pour cette étude dont l'impact au niveau spirituel et une dimension de mystère l'entourant que nous tenterons de voir de plus près dans ce chapitre :

In all of our discussions of differences, we strained to reach those on the other side who could not accept, or at times comprehend, our beliefs. We challenged each other to dig deeply, defining exactly what we believe, why we believe it and what we still do not understand. These conversations revealed a deep divide. We saw that our differences on abortion reflect two world views that are irreconcilable. If this is true, then why do we continue to meet? First, because when we face our opponent, we see her dignity and goodness. Embracing this apparent contradiction stretches us spiritually. We've experienced something radical and life-altering that we describe in nonpolitical terms: "the mystery of love," "holy ground," or simply, "mysterious"(Fowler et al., 2001).

Pour Belden-Charles, cet exemple montre que le dialogue peut nous transformer afin de créer une société plus civile et compassionnelle, ce qui rejoint l'affirmation du Dalai Lama à l'effet que la valeur de la compassion peut sauver l'humanité dont j'ai fait référence dans le premier chapitre d'introduction à cette recherche. Car les tensions et conflits font partie de la vie mais la façon de les entrevoir et les gérer peut se faire à partir d'éléments dialogiques particuliers, notamment liés à des valeurs et vertus prosociales tels l'amour et la compassion, ce qui ouvre à une dimension de mystère et au sacré tel que mentionné par ces participantes. Le modèle fournit des indices en ce sens et se situe au carrefour entre les sciences sociales et humaines, les sciences des religions et quelques adaptations avec les sciences de la santé. Car sommes toutes, c'est du bien-être général au niveau relationnel dont il est question. Les quatre piliers du

---

<sup>123</sup> Idem.

modèle, dont les explications suivent, fournissent une mosaïque d'éléments en synergie faisant figure de plateforme relationnelle et spirituelle pour un dialogue véritable qu'offre ce modèle visant l'intégration d'un agenda du cœur aux autres types d'agenda dans les efforts de paix.

## **6.2 Premier pilier (principe central) - Règle d'or renforcée par un principe de non-violence où l'écoute et la compassion sont essentielles**

Le premier pilier représente un principe et objectif central pour le modèle au niveau éthique. Il suppose le renforcement de la règle d'or avec un principe de non-violence où la compassion et l'écoute de l'autre sont vus comme essentiels. La règle d'or, aussi connue comme éthique de réciprocité, désigne une règle morale dont le principe fondamental est énoncé au sein des grandes traditions culturelles et religieuses, ainsi qu'humanistes et spirituelles : « Traite les autres comme tu voudrais être traité » ou « ne fais pas aux autres ce que tu ne voudrais pas qu'on te fasse » (Anderson, 2009). Les gens associent ce principe à des énoncés moraux tels que « ne pas faire mal aux autres », « ne pas voler » (les biens de l'autre), etc. Une nuance ici étant que la version positive de la règle d'or (traite les autres comme tu voudrais être traité) n'apparaît pas dans toutes les traditions, ce qui fait en sortes que de seulement ne pas faire de mal à l'autre est une chose, mais agir positivement, voire proactivement pour assurer son bien-être et alléger sa souffrance, comme on aimerait que les autres le fassent envers nous, demande un effort particulier selon Anderson, (2009): «Ultimately the positive version imposes a burden on us to bring others up to whatever standard of well-being we would wish for ourselves.» La version positive peut apparaître plus demandante.<sup>124</sup> La version négative de la règle d'or (que certains appellent la règle d'argent) peut être d'éviter d'être dans le pôle de gauche du modèle, alors que la version positive comporte le potentiel plus clair de cheminer vers la droite du modèle et son potentiel de compassion.

La règle d'or s'inscrit dans le développement de l'humanité et l'approfondissement des droits fondamentaux. La définition de cet « autre » dans la règle d'or repose sur l'égalité dans le sens où chacun partage une identité commune, celle d'être humain, d'où la raison pourquoi cette règle forme la base des droits fondamentaux. Mais il faut se rendre à l'évidence que la difficulté réside dans le fait qu'un grand nombre d'êtres humains ne se comportent pas en ce sens d'égalité entre tous les êtres humains. Une

---

<sup>124</sup> La source pour ces spécification est : <https://philosophyterms.com/golden-rule/> où l'on définit la règle d'or dans ces nuances (positive et négative) et ses liens avec diverses traditions religieuses, philosophiques, éthiques et autres.

majorité de l'humanité ne semble pas encore arrivée à ce niveau de conscience où l'identité humaine commune est comprise comme étant au sommet de la hiérarchie des autres facteurs identitaires. On pense ici par exemple, à la nationalité ou l'ethnicité, au statut social ou à l'idéologie politique, au genre ou à l'affiliation religieuse, parmi tant d'autres marqueurs identitaires (Brodeur, 2019). Mettre une autre forme d'identité au-dessus des autres, dont plus spécifiquement celle de l'identité humaine commune, est exclusive par définition car cela n'inclut pas tous les êtres humains. Il ne s'agit pas de relativiser nos marqueurs identitaires, au contraire, ils contribuent à qui nous sommes, par contre la présente étude montre que choisir l'identité humaine commune semble être un choix conscient, au centre des valeurs et qui change la façon de percevoir et d'envisager l'autre, son vécu et ses besoins. Ceci, car la connexion se fait au niveau de l'identité humaine commune qui unit, plutôt que des différences liées à divers facteurs identitaires divers.

Le fait de choisir l'identité humaine commune change le lien à l'autre et peut aider à transcender ces replis identitaires. Car au centre des conflits se trouve une fausse perception que les individus et les groupes ont sur eux-mêmes, ne prenant pas conscience de ce qui repose sur la nature humaine dans leurs actions et attitudes envers les autres. Non pas que les particularités identitaires ne soient pas importantes mais lorsqu'elles excluent, divisent et fomentent une violence potentielle, il y a lieu de réfléchir à la question. Le modèle vise cette prise de conscience et une responsabilisation sur l'importance de mettre l'emphase sur les ressemblances plutôt que les différences, ce qui améliorent les chances de transformation des conflits. Partir de l'identité humaine commune et les besoins de base de tous à ce niveau est porteur mais il y a plus : pour actualiser la règle d'or dans son plein potentiel à la lumière de ce que cette étude nous apprend, je propose qu'elle soit renforcée par une suggestion qui repose sur une sagesse fondamentale en regard de la paix proposée par le Dalai Lama. Il explique que dans l'état actuel du monde, les êtres humains n'ont pas atteint un consensus sur ce que doivent être les limites appropriés d'un comportement éthique envers les autres. Il propose d'adopter le principe éthique de non-violence suivant pour déterminer si un acte est éthique ou non (His Holiness the Dalai Lama, 1999, p. 28) : « To ask what is its effect on others' experience or expectation of happiness. An act which harms or does violence is potentially an unethical act ».

Je propose donc comme premier pilier central au niveau éthique pour ce modèle la règle d'or recadrée par ce principe de non-violence et qui peut donc être envisagée selon des instructions que je formule de la façon suivante : Traites les autres comme tu aimerais qu'ils te traitent et ne traites pas les autres de façons dont tu n'aimerais pas être traité. Ceci, t'assurant d'avoir entendu et compris de façon profonde

l'autre dans le sens de la façon dont il veut être traité à titre d'être humain comme toi, dans sa quête du bonheur et du désir de ne pas souffrir : ce qui est commun à tous.<sup>125</sup> Considères ce qui est important pour lui ou elle dans la situation en question et assures-toi de ne pas décider ce qui est approprié à sa place ou selon tes besoins et intérêts seulement, ou ceux de ton groupe (identitaire). Apporte écoute, compassion et un esprit d'ouverture aux différences (entre toi et l'autre) mettant l'emphase sur les ressemblances afin de faire des choix appropriés qui exclut la violence et vous réunit à titre humain.

La notion de non-violence devient centrale ici et les prochains piliers aident à l'actualisation de ce principe de base. Mais on voit aussi ce que peut comporter le défi du passage vers une compassion plus consciemment choisie et cultivée. Ce qui est en jeu est de saisir ce qui sous-tend les besoins fondamentaux et souvent universels pour tous chez l'autre, dont au sein d'un conflit car tout comme l'affirme Johan Baptist Metz, théologien allemand, le processus de devenir de plus en plus authentiquement humain demande de se voir et se juger à travers les yeux des autres (O'Connell, 2009, p. 132-133). Ceci exige que prennent place l'écoute, la compassion et le dialogue, donc ce sur quoi porte le modèle. Réfléchir sur ce principe central et l'expérimenter pour laisser opérer le changement de paradigme au niveau relationnel est donc le but visé par ce pilier central.

### **6.3 Deuxième pilier (savoir-être) - Canevas intérieur de polarisation à l'image de celui extérieur et mécanisme interne d'intégration des diverses formes de savoir pour une congruence personnelle et cohérence sociale**

Le deuxième pilier réfère à des éléments liés au savoir-être et apparaît sous forme de canevas interne d'une polarisation que nous transportons au niveau de l'être à l'image de la polarisation extérieure que l'on retrouve dans les conflits et guerres. Ce dernier aspect systémique est inclus dans l'approche du Dialogue Intersession du Monde développé par Brodeur (2019, à paraître) dont on retrouve des éléments dans la figure 19 ci-haut, bien que cette thèse s'attarde davantage à la dimension intrapersonnelle et interpersonnelle couverte par l'approche de l'ÉC. Au centre de ce canevas intérieur et pilier, se trouve un mécanisme d'intégration de diverses formes de savoirs ou connaissances dont on doit prendre conscience pour l'atteinte d'une sagesse et un discernement propices à la transformation constructive des conflits.

---

<sup>125</sup> Selon des enseignements bouddhistes et souvent répété par le Dalai Lama.

Une description des composantes de cette structure ou canevas interne et mécanisme suit, en reprenant une à une les rangées décrivant ce pilier selon la figure 19.

### 6.3.1 Composantes centrales du deuxième pilier

**Forces créatrices dans la connexion sociale.** Le pôle de gauche dans le continuum de la connexion sociale de la figure 19 représente une zone de séparation avec l'autre tel que vu plus haut et un potentiel de violence. Le pôle de droite est une zone de connexion profonde pouvant aller jusqu'à un sentiment ou état de communion et comporte un potentiel de compassion. Ce dernier est associé à la notion de lumière et à l'inverse, le potentiel de violence est associé à celle d'ombre. Pensons ici, pour ce continuum, aux nuances associées à la définition de lumière dans le dictionnaire<sup>126</sup> : « Ce par quoi les choses sont éclairées », que l'on associe à une gradation telles la pénombre, la lumière tamisée, le demi-jour, etc. Une lumière plus ou moins faible rend donc compte d'une ombre aussi plus ou moins grande. Ce qui dans le modèle réfère à une qualité de connexion avec l'autre sous forme de degré de profondeur plus ou moins grande.

**Échelle de qualité dans la connexion sociale.** La qualité de connexion (et lumière vs ombre) est graduée sur le continuum entre 1 (aucune) à 5 (très élevée), avec au milieu le niveau 3 (moyen). Lorsqu'un manque de connectivité est problématique, un changement vers un niveau plus élevé à la droite du continuum peut potentiellement mener à une connexion plus profonde et par le fait même, un plus grand potentiel de transformation véritable des conflits, car ce niveau permet d'amorcer un dialogue véritable à travers lequel des causes sous-jacentes au conflit peuvent émerger dans la compréhension des participants au dialogue. À titre de canevas-outil, cette échelle sert d'indice à l'autoréflexivité (et la réflexivité de groupe combinée avec l'approche du DIVM) dont des outils associés sont prévus dans le quatrième pilier (praxis-pratique).

**Nature humaine dans la connexion sociale.** Chaque pôle du continuum de la connexion sociale comprend, d'une part, une dimension de la nature humaine qui est plus instinctuelle et que je qualifie de plus « passive/naturelle ». D'autre part, chaque pôle inclut également ce qui est plus délibérément choisi,

---

<sup>126</sup> La source provient de Le Petit Robert : Dictionnaire de la langue française, Paris, 2004, p. 1892 et on ajoute concernant la lumière qu' : « une zone d'ombre partielle créée par un corps opaque qui intercepte une partie des rayons d'une source lumineuse étendue ».

voir cultivé que j'associe à une dimension de la nature humaine plus « proactive », c'est-à-dire : « qui anticipe les attentes, prend de l'initiative, de l'action ».<sup>127</sup> Au centre du sentiment ou état de séparation dans le pôle de gauche figurent des instincts de sécurité devant un danger ou menace pour notre sécurité (personnelle liée à l'apport de l'ÉC dans le modèle et collective liée à l'apport de DIVM), dont certainement physique mais aussi liée à d'autres dimensions de l'être (émotionnelle, sociale, spirituelle, etc.) et aux multiples facteurs identitaires auxquels nous nous identifions (religieux, économique, politique, ethnique, etc.). Les instincts menant à une séparation et positionnés à gauche dans la figure 19, sont de se battre, de se sauver ou de rester paralysé afin de protéger notre sécurité physique (Bracha, 2004 ; Post, 2007). Ces trois comportements peuvent devenir des automatismes, habitudes et/ou réflexes devant des déclencheurs liés aux situations vues comme une menace pour soi et pour les groupes d'appartenance auxquels on s'identifie (famille, ethnie, etc.).

Associé au pôle de droite qui est relié au potentiel humain et à une façon relativement nouvelle pour les êtres humains de s'adapter aux défis présents dans l'environnement (Rifkin, 2009, cité dans Koerner, 2011, p. 291-292) en soutien aux comportements prosociaux, on retrouve la connexion sociale comme capacité reconnue maintenant au niveau scientifique comme une option alternative lorsque nous sommes confrontés par un danger et selon une perspective évolutionniste, pouvant assurer la survie de l'espèce humaine, homo sapiens.<sup>128</sup> Des instincts et automatismes devant le danger peuvent être transformés, notamment dans une prise de conscience et reconnaissance par exemple, des déclencheurs menant à la réactivité qui en découle et en apprenant des façons de la gérer et donc de réagir, dont lors de conflits interpersonnels. Fliesen, dans l'ouvrage publié en 2016 : L'agressivité humaine et les attentats djihadistes, explique les nuances tant théoriques que pratiques entre la violence vue comme la transformation d'une agressivité humaine vitale en un acte précis avec l'intention de blesser, donc ce qui apparaît comme un élan vital faisant partie de notre ADN, et là où un choix délibéré de blesser prend

---

<sup>127</sup> Idem, p. 2075.

<sup>128</sup> Daniel Goleman explique dans son ouvrage publié en 2006 : Cultiver l'intelligence relationnelle : Comprendre et maîtriser notre relation aux autres pour vivre mieux, la présence de deux systèmes bio-physiologiques chez l'être montrant notamment sous la théorie de l'évolution comment la capacité de méfiance et de collaboration s'est inscrite dans l'évolution de l'humanité. Dont un certain système d'alarme relevant notamment de l'amygdale dans un travail d'évaluation permanent qui ne dépend pas de notre conscience ni du fait que nous soyons préoccupés par une telle question et un autre permettant de juger consciemment de degré de confiance à accorder. Le premier fait tout pour nous protéger et le second permet de mieux jauger nos semblables pour adapter un comportement prosocial (p. 34). Pour plus de détails voir Koerner, 2011, p. 284 à 292, qui expose les éléments bio-physiologiques entourant ce qu'elle appelle la 'biologie de la transcendance'. Basée sur des évidences scientifiques et des sagesse anciennes, l'auteur expose corpus de données pointant vers le fait que la capacité de transcendance, tout comme de la violence, a des racines biologiques autant qu'éthiques et morales.

place. Les deux dimensions font partie de l'expérience humaine et peuvent être nuancées et certainement contenues vers des actes éthiques appropriés en faveur de la non-violence.

À cet égard, Patou-Mathis (2013), anthropologue de la préhistoire de la violence, renseigne sur la violence apprise dans les conflits entre groupes et communautés en cours d'évolution comme espèce humaine. Dans son livre *Préhistoire de la violence et de la guerre* publié en 2013, elle présente les résultats de sa vaste enquête combinant des faits archéologiques et anthropologiques. Elle démontre que les premières traces de conflits violents entre des communautés en Europe datent de 5500 AJC (BCE). Sa thèse est que les guerres sont apparues tard dans l'histoire humaine et sont devenues institutionnalisées. Elles se sont ensuite répandues dans tous les continents, soutenues par des structures économiques, sociales, politiques et religieuses. D'autres recherches scientifiques pointent vers un altruisme comme instinct naturel acquis à travers l'évolution de l'espèce humaine lié à une réalité intérieure qui n'a pas besoin d'entraînement (Ricard, 2013, p. 38, citant Mc Dougall, 1908 ; Batson, 2011 ; 2007 ; Ekman, Sober & Sloan Wilson, 1999). Cette forme d'altruisme demeure limitée et partielle car elle dépend des liens avec ses propres parents et/ou comment nous percevons les autres, si cette perception est négative ou positive. Une autre forme d'altruisme est celui envers des êtres humains avec qui nous ne sommes pas liés au niveau familial. Selon Ricard (2013), cette forme d'altruisme demande d'être cultivé et peut être renforcé à partir de cette première forme instinctuelle en faisant l'apprentissage sur la façon de percevoir les besoins humains de personnes étrangères à soi, voir perçues comme des ennemis. Ce qui devient important est de donner de la valeur aux autres êtres humains au-delà de notre famille et groupes social, ethnique, religieux, national, etc. (Ricard, 2013, p. 39 ; Brodeur, 2019). L'approche DIVM examine de près ces dynamiques identitaires et de pouvoir à partir desquelles Brodeur arrive à la conclusion que le dialogue est essentiel à la prise de conscience sur ces dernières et que c'est dans la pratique du dialogue que peuvent se développer le respect fondamental et le choix de l'humanité commune que l'on choisit ensuite de mettre au sommet de la hiérarchie de nos identités. Au niveau intrapersonnel et interpersonnel, les automatismes, habitudes et réflexes de violence peuvent donc être transformés et de nouvelles capacités de connexion sociale développées.

Le modèle vise ici une prise de conscience sur ses tendances à « se battre, se sauver ou rester paralysé » pour passer à un mode de plus grande « connexion sociale » malgré les dangers présents en situation de conflit. Au niveau systémique l'objectif est de voir un conflit passer d'une zone de guerres et de tensions négatives à la gauche du continuum (figure 19), vers la zone du milieu qui requiert une communication non-violente et par la suite, la zone de droite où la coexistence et la paix durable s'installent. Là où,



même dans une perspective systémique, une pratique d'écoute et de compassion qui est vue comme essentielle pour la transformation des conflits (Oliner, 2008, p. 170). Ceci, devant les défis de la condition humaine.

**Condition humaine dans la connexion sociale : autoréflexivité et autorégulation.** Les données de la recherche montrent une autoréflexivité et autorégulation (des émotions, pensées, comportements, attitudes, prédispositions, etc.) continue pour les pratiquants de l'ÉC dans la tâche qui leur incombe en sessions d'écoute. Le modèle inclut une prise de conscience de divers aspects liés à une zone d'ombre et de séparation avec l'autre/les autres (par exemple, via la colère et souvent liées à une réactivité instinctuelle) dans le pôle de gauche, accompagnée de la réalisation (conceptuelle et expérientielle) du potentiel de la compassion pour atteindre une zone de lumière dans le pôle de droite de façon délibérée et proactive. Le but central pour la zone de gauche (ombre) est d'éviter la violence via la restreinte de la réactivité et afflictions négatives nourrissant le potentiel de violence. En contraste, dans la zone de droite (lumière), le but est de procurer de la compassion et de renforcer les qualités prosociales (telles qu'altruisme, compassion, empathie, respect, etc.), donc de choisir délibérément le potentiel de la compassion pour soutenir une connexion profonde de qualité avec l'autre et les autres. Se distancier d'une centration sur soi au détriment du mieux-être de l'autre et des autres est en jeu dans le pôle de gauche alors que dans celui de droite il s'agit d'actualiser une forme de respect fondamental envers l'autre telle qu'envisagé dans le premier pilier du modèle.<sup>129</sup> Les extrêmes gauche et droite du continuum peuvent être vues de la façon suivante, ce qui nous renseigne sur des enjeux clé sur le continuum de la connexion sociale et ont une incidence sur le passage entre les trois stades (séparation, communication et connexion profonde, voir communion) :

**À l'extrême gauche du continuum de la connexion sociale** se trouvent des formes ultimes de violence qui sont consciemment choisies. Il s'agit d'un point de rupture atteint par une personne ou un groupe là où une agressivité vitale normale peut se voir transformée en pulsion (Fliesen, 2016, p. 77) et

---

<sup>129</sup> Je souligne les travaux de Corcker, 2008 ; Crocker, Nuer, Olivier & Cohen, 2006 cités dans Roberts et collaborateurs (in Fehr et al., 2009, p. 313), qui exposent des types de motivations liées à l'amour compassionnel à titre d'exemple de travaux trouvant résonance avec mon modèle. Ces auteurs présentent deux cadres motivationnels sous-jacents à l'amour compassionnel qu'ils nomment '*egosystem*' et '*ecosystem*', basés sur des systèmes biologiques chez l'humain impliquant des dimensions intrapersonnelle et interpersonnelle qui influencent les choix au niveau relationnel selon le contexte en jeu, lié à la survie personnelle et celle de son espèce. Dans le cadre du modèle, la centration sur ses intérêts au détriment du mieux-être de l'autre et son contraire sont explorés et la recherche scientifique entourant les notions prosociales telles la compassion, l'altruisme et l'empathie s'y intéressent sous divers aspects. Ceci procure au modèle une plateforme intéressante au niveau appliqué certes, mais aussi pour la recherche.

violence choisie. Le défi devient celui de suspendre ce type de pulsion et de désir conscient de violence qui amène l'autre/les autres à agir ou être sujet de violence. Pour ce faire, il faut alors poser la non-violence comme but central de façon à passer du pôle de gauche vers ceux du centre et de la droite. Il s'agit d'un point de démarcation et principe centraux dans le modèle : une condition sine qua none, menant à devoir développer des alternatives et dont l'importance doit être clairement acquise. Ce que s'efforce à faire le mouvement de non violence au sein des efforts de paix.

À titre d'exemple au niveau collectif, un groupe ou nation peut choisir la violence de façon proactive avec l'utilisation, par exemple, d'armements (de leur utilisation pour régler un problème interpersonnel jusqu'à leur utilisation dans les guerres). Une culture de la guerre, c'est-à-dire où un système politique dénote une acculturation de la préparation des outils de guerre, positionne cette action pour le premier dans le pôle de gauche et potentiel de violence. Ceci, versus un autre système qui investit dans l'éducation à la paix comme outil de prévention à la guerre et aux injustices. Son action se trouve plus largement vers le pôle de droite. Encore ici en regard du modèle, le point de rupture à ne pas atteindre est la violence collective et systémique. Ce qui pour le modèle représente un point de rupture comme potentiel de violence interpersonnelle, systémique et collective. Les gens, groupes et collectivités peuvent voir cette violence comme justifiée, voire une 'cause juste', telle la théorie de la guerre juste (just war theory) pour des raisons nationales ou une 'guerre sainte' pour des raisons divines. La difficulté est que si des moyens violents sont utilisés pour promouvoir une dite 'cause juste', le cercle et cycle vicieux de la violence va se poursuivre.

C'est la raison pour laquelle nous devons chercher une meilleure compréhension des causes sous-jacentes qui encouragent les tensions menant à la violence et qui gardent les parties incrustées dans le pôle de gauche au cœur du conflit. Des activités dialogiques et de formation offerte par des approches telles que l'ÉC permettent aux participants de découvrir que des choix plus conscients existent pour cheminer vers une compassion et une connexion plus grande avec l'autre et les autres malgré les défis et tensions en jeu. Pour le moine bouddhiste vietnamien Thich Nhat Han, la non-violence n'est pas une série de techniques que nous pouvons apprendre avec notre intellect car l'action non-violente émerge de la compassion, la lucidité et la compréhension que nous avons à l'intérieur de nous.<sup>130</sup>

---

<sup>130</sup> Article dans le Huffington Post (US edition) 02/16/2017 08:21 am ET | Updated Feb 17, 2017 A Zen Master's Advice On Coping with Trump: It involves a lot more than meditating. [http://www.huffingtonpost.com/entry/zen-and-the-art-of-activism\\_us\\_58a118b6e4b094a129ec59af?section=us\\_religion](http://www.huffingtonpost.com/entry/zen-and-the-art-of-activism_us_58a118b6e4b094a129ec59af?section=us_religion). Consulté le 8 février 2018, 8h45.

La pratique de l'ÉC porte autant sur les tensions intérieures, tributaires de tensions extérieures, que l'inverse, les deux étant interdépendantes dans la construction d'une culture comprenant des degrés divers de propension à la violence ou à la non-violence et compassion ; ceux-ci peuvent être consciemment choisis et cultivés à partir du potentiel qui existe en chaque être humain et capital social qui comprend le potentiel collectif. L'importance de la valeur et du choix de la non-violence doit prédominer en toute situation et elle vient du respect de l'autre.

**À l'extrême droite du continuum de la connexion sociale** se trouve l'amour universel, aussi connu sous la notion d'agape. Vue comme la forme la plus avancée du comportement prosocial dans l'altruisme (Krebs & Van Hesteren, cité dans Oliner, 2008, p. 10),<sup>131</sup> le mot agape vient du grec ancien ἀγάπη, agápē et réfère à l'amour divin ou inconditionnel et Oliner (2008) explique que nous trouvons des formes d'agape dans le Taoïsme, le Confucianisme, les Traditions amérindiennes et autres et des philosophes tel que Platon l'identifie comme une forme centrale d'amour :

In a Hindu context, agape is the by-product of bhakti yogi, which is the realisation of God through love and that compassionate love is the highest vehicle to union with God. Agape follows a natural expression of purifying one's motives and being of service. In pursuing God, one becomes more like God, and agape follows as a natural result. (Krebs & Van Hesteren, cité dans Oliner, 2008, p. 50)

Selon cet auteur, l'agape peut être promu au nom d'une forme ultime de la réalité reliée à la Source, Dieu, une Intelligence Supérieure et autres. Bien entendu, une telle forme de réalité ultime peut aussi voir graviter en son sein et être une échappatoire de violence personnelle et/ou institutionnalisée, au nom de ce qui est interprété comme ce qui est « vrai » et « bon ». Ici, toute forme de réalité ultime liée à un discours et à une rhétorique d'action liés au pôle de gauche et son potentiel actualisé ou non de violence représente une entrave à la paix (intérieure et extérieure) et affecte le mieux-être quoi qu'en disent leurs défenseurs. C'est pourquoi l'histoire, jusqu'à l'époque contemporaine, est remplie d'exemples sur comment des discours religieux ou politiques/idéologiques peuvent nourrir les mentalités et formes de conscience causant éventuellement la violence. Encore une fois, le modèle pose la non-violence comme point de démarcation fondamental dans tout ce continuum de la connexion sociale. La suite du chapitre

---

<sup>131</sup> Les stages de la conscience psychologique (psychological awareness) présentés par Krebs and Van Hesteren (in Oliner, 2008, p.10) aident à comprendre comment cette progression de l'agapé peut prendre place. Ce sont des stages de développement de l'altruisme de l'enfance à l'âge adulte (en anglais dans la langue originale) : egocentric accommodation ; cooperative stage ; mutual altruism ; conscientious altruism ; autonomous altruism ; integrated altruism and universal love or *agape*.

expose les éléments issus de la recherche qui pointent vers une forme d'amour profond envers l'autre où dans l'état et sentiment de communion notamment, où se trouve l'agape, laquelle est aussi associée à la règle d'or dans la littérature (Templeton, 1999).

**Défis et éléments facilitateurs dans la connexion sociale.** Les données de recherche ont mené à l'identification des sept défis les plus communs dans l'expérience de la pratique de l'ÉC et de sept éléments facilitateurs. En ordre d'importance les défis dans la connexion sociale pouvant nous garder dans la zone potentielle de violence sont<sup>132</sup> : Les jugements envers l'autre ; Se demander si l'autre est honnête ; Avoir de la difficulté à ressentir et procurer de la compassion même lorsqu'on est en désaccord avec l'autre ; Ressentir (ou continuer à ressentir) de la compassion quand l'autre est dans un mode défensif ; Contrôler ses réactions automatiques lorsqu'on se sent « déclenché » par l'autre ; Garder les choses en perspective lorsque profondément mis au défi par l'autre ; Équilibrer ses intérêts personnels avec ceux de l'autre. Les éléments facilitateurs pour se diriger ou demeurer dans la zone potentielle de compassion sont ici en ordre d'importance selon les participants : Trouver des façons de laisser aller les jugements envers l'autre ; Demeurer éloigné d'une trop grande activité mentale ; S'identifier avec les sentiments et les valeurs de l'autre ; Demeurer ouvert et curieux envers l'autre lorsqu'on a de la difficulté à connecter avec lui ou elle ; Respecter la réalité et perspective de l'autre, que l'on soit en accord avec elle/lui ou non ; Regarder l'autre dans les yeux ; Atteindre un point à l'intérieur de soi où on peut connecter profondément avec l'autre. La figure 19 ci-haut comprend aussi sept défis et éléments facilitateurs au niveau systémique couvert par l'approche du Dialogue Intersession du Monde (DIVM) et dont les explications ne font pas partie de cette thèse, sauf pour dire qu'en alliant des indicateurs et indices couvrant à la fois des dimensions intrapersonnelles, interpersonnelles et systémiques, le modèle s'en trouve plus complet et instructif pour la réalisation d'une culture de paix intérieure et extérieure.

Ceci dit, une découverte importante de cette thèse repose sur les éléments facilitateurs demandant de demeurer ouvert et curieux envers l'autre lorsqu'on a de la difficulté à connecter avec lui ou elle, et d'accepter le défi de s'efforcer à continuer à connecter tout de même dans une telle situation et viser à atteindre un point à l'intérieur de soi où on peut connecter de façon profonde. Cette action même (présentant une certaine motivation et choix) ouvre la voie à maintes découvertes sur soi, l'autre et la situation en cours qui relèvent notamment d'une dimension de mystère et sacré. Par le fait même, elle

---

<sup>132</sup> Traduction libre de leur formulation originale dans le questionnaire et adapté ici pour les fins du modèle avec le remplacement de l'utilisation de '*guest speaker*' (invité à une session d'écoute) pour « l'autre » (voir chapitre 5).

ouvre la voie à une forme de portail pour des expériences transformatives. Des indices sont fournis sur des processus et formes de spiritualité en jeu qui influent sur la qualité de présence dans le lien interpersonnel au coeur de cette action.

**Qualité de la présence et effets physiologiques afférents dans la connexion sociale.** La pratique de l'ÉC est très près du « cœur » (dont les compétences de base d'écouter et de parler avec le cœur) et les participants ont montré qu'ils devenaient de plus en plus conscients lorsque leur cœur était fermé ou ouvert en cours de sessions d'écoute. Ils ont rapporté des éléments de tensions au niveau physiologique et un sentiment de mal être (unhappiness) lorsqu'ils avaient de la difficulté à connecter avec les invités aux sessions d'écoute. Au contraire, ils ressentaient des états de calme et de paix intérieure lorsqu'ils vivaient une expérience de connexion profonde avec ces derniers. On retrouve donc ces éléments dans la zone de gauche (séparation) et de droite (connexion profonde), lesquels font partie d'une certaine qualité de présence en termes d'ouverture et de fermeture du cœur fournissant des indices sur ce qui prend place dans le passage d'une zone à l'autre sur le continuum.

Ces indices ont mené à une dimension séminale du modèle portant attention sur la notion de « durcissement du cœur ». Henry Fairlie associe à la notion de péché (1978, p. 134), qu'il définit en termes d'impact au niveau relationnel lié à la nature et condition humaine : « Sin is the destruction of one's self as well as the destruction of one's relationships with others » (p. 4). Ce durcissement du cœur se fait contre l'entièreté de la vie (fullness of life) dit-il, alors que la définition de base de la guérison vise justement la restauration de cette dernière (restore to wholeness). Pour Cherbonnier (1955, p. 61), toute orientation du cœur qui détruit l'agape peut comprendre une réorientation (du cœur) pour le transformer et le modèle sert à informer ceci. Je positionne donc le durcissement du cœur dans la zone de gauche (vices/ombre) et l'expansion du cœur à droite (vertus/lumière) du continuum de la relation sociale (figure 19 au début du chapitre). Les indices fournis par les participants sur la fermeture et l'ouverture du cœur en termes d'impact sur leur qualité d'écoute et de présence envers l'autre éclairent ce qui est en jeu dans l'intégration d'un agenda du cœur « ouvert » versus « fermé » en regard de la paix durable. Ce qui nous amène à la prochaine dimension de ce deuxième pilier.

**Moment du choix d'un amour centré sur l'autre ou non dans la connexion sociale.** La deuxième dimension du pilier réfère à la partie centrale du continuum au sein du modèle et apporte la notion d'un mécanisme d'intégration de diverses formes de savoirs et propice au passage vers une connexion profonde. On peut imaginer la personne, l'être, au centre du continuum devant communiquer

et connecter avec l'autre/les autres. Une certaine autoréflexivité et autorégulation (des pensées, émotions et actions) sont en jeu en regard du type de qualité de présence fournie dans ce lien et qui se situera à quelque part sur le continuum en termes de profondeur et impact associés. L'image présentée dans la figure 20 suivante est apparue en cours de construction du modèle et sert à illustrer cet aspect du deuxième pilier.



**Figure 20** : Interface entre la conscience humaine et divine chez l'individu : le moment du choix

L'image propose une certaine délimitation entre la conscience humaine et divine en regard de notions tels le divin et sacré lié à l'objet d'étude et les résultats obtenus (tel que vu dans le chapitre 4) et sert à illustrer ce qui est en jeu dans cette dimension du deuxième pilier. L'étude ajoute ici un paradigme spirituel en recherche qui pour Lamb (2016) signifie une prise en compte et une utilisation de notions telles que la conscience intérieure (inner awareness). Elle réfère à une connaissance de soi, ou savoir personnel, qui n'est pas limitée aux cinq sens et qui peut survenir lorsque la conscience interne s'éveille au-delà du soi. Ce qu'ils décrivent comme la conscience divine ou tout autre terminologie semblable que les gens veulent utiliser<sup>133</sup>. La définition de conscience est empruntée de Shlitz et collaborateurs (2007)

---

<sup>133</sup> Lamb (2016, p. 56-57) expliquent que les paradigmes spirituels en recherche puisent et intègrent des éléments d'une série de disciplines académiques qui ne sont pas limitées par les paramètres standards de ces disciplines. Ils incluent une ouverture à utiliser et intégrer des méthodes additionnelles d'apprentissage et d'expériences liées à divers participants. L'emphasis porte sur soit la réalité interne ou sur ceux qui recherchent une connexion avec cette réalité interne là où ce type de paradigme spirituel peut être utile, pragmatique et pertinent. Lequel disent-ils est en référence avec un modèle holistique et approches en recherche. Le concept et approche holistiques incorporent la conscience de soi comme individu unique en relation avec d'autres formes d'existence.

qui les voit comme étant une vision du monde (2007). Pour Keegan (2005, p. 93) la conscience est: « A state of knowing or awareness » et Thich Nhat Han la voit comme (2004, p. 28): « The ground of everything; our body, feelings, perceptions and mental formations are born from this ground ». L'interface entre la conscience humaine et divine dans cette image est vu dans le cadre de ce modèle comme un espace où l'individu fait l'expérience d'une force vitale de transcendance, sachant que le transcendant fait partie des composantes du modèle de recherche de l'amour compassionnel ayant inspiré cette étude. Cette force transcendante peut guider l'individu, être liée aux valeurs et des traits humains tels l'amour, l'honnêteté et la sagesse et peut apporter sens et raison d'être dans la vie. Bref, il s'agit tous d'éléments liés à la spiritualité (de Souza, 2009).

La spiritualité peut être ainsi être vue comme reflétant l'essence de l'être, une forme unificatrice et animatrice en soi, représentant le principe de vie de chaque personne (Burkhardt & Nagai-Jacobson, in Dossey et al., 2005, p. 140). Certains la voit comme un trait humain qui est relationnel (de Souza, 2009, citant de Souza, 2003, 2004, Eckersley, 2004; Groome, 1998; Harris et Moran, 1998; Hay et Nye, 1998; Newberg, D'Aquili et Rause, 2001; Persinger, 1996; Ramachandran et Blakeslee, 1998; Tacey, 2000, 2003, in) résultant en un sens d'unité et de communion entre deux personnes, tel qu'on peut le trouver dans le lien entre la mère et son enfant, entre deux amoureux ou avec un être ou forme d'intelligence supérieurs (Burkhardt & Nagai-Jacobson, 2005, p. 140-144). Les gens en font l'expérience de différentes façons, comme par exemple dans leurs relations et leur connexion avec une Source Sacrée, la nature, les autres et le soi (de Souza, 2009, p. 1130).

C'est cette dimension relationnelle qui nous intéresse. Dans ce sens, il est intéressant de voir la façon avec laquelle Pargament conçoit la spiritualité et ce qu'il appelle le domaine du spirituel. Pargament considère la spiritualité comme une dimension légitime de l'expérience humaine (2007, p. 12): « Through the spiritual lens, people can see their lives in a broad, transcendent perspective; they can locate timeless values that offer grounding and direction in shifting times and circumstances ». Il ajoute d'autres contributions à cette lentille spirituelle pour la personne, soulignant que l'important est ce qu'elle va décrire comme étant une ou des réalités sacrées dans sa vie. Elles peuvent s'exprimer sous diverses formes dont des révélations, signes divins, sens d'un appel, guérisons, expériences mystiques, haut standard de vie éthique, sens d'être en communication avec Dieu ou autres. Pour Pargament (2007, p. 19), la relation d'aide demande l'engagement à aider la personne à découvrir et à vivre les vérités de sa propre vie telles qu'elle le perçoit et de la façon dont elle fait l'expérience de ces vérités (Pargament,

2007, p. 19). Selon cet auteur, la spiritualité fait partie d'une dimension élevée du potentiel humain dont les répercussions peuvent être autant négatives que positives.

Le sacré fait partie de sa définition de la spiritualité : « a search for the sacred » (Pargament, 1999, p. 12 in Pargament, 2007, p. 32). Pour Pargament, il est le cœur et l'âme de la spiritualité et défini en lien avec les concepts de Dieu, du divin, de la réalité transcendante et d'autres aspects de la vie prenant un caractère divin ou une signification par vertu d'association avec ou représentant du divin (Pargament & Mahoney, 2002, cité dans Pargament, 2007, p. 32). Le « sacred core » réfère alors aux idées liées à Dieu, des pouvoirs divins, là ou une divinité et/ou à une réalité transcendante. Le sacré n'est pas restreint aux concepts d'Être suprême ou d'une réalité plus élevée et ce qui entoure ce « *sacred core* » est un anneau (*ring*) autour duquel gravitent d'autres aspects de la vie qui deviennent extraordinaires et sacrés en eux-mêmes par association avec ce centre sacré chez l'humain et qui le préoccupe (Pargament, 2007, p. 37) : « However the sacred core may be defined, it is said to be concerned with earthly as well as heavenly matters ». Les notions de sacred core et spiritual domain dans les écrits de cet auteur englobent ces représentations et pour moi réfèrent à ce qui ce qui entoure l'image ci-haut (figure 20) et ramène à l'expérience qu'en fait la personne. L'expérience du sacré en est une de transcendance pour Pargament (2007 p. 19): « There is something out of the ordinary in a particular object or experience, something that goes beyond our everyday lives and beyond our usual understanding ». Le sacré est lié à l'être humain via les pensées, les émotions, les comportements et les motivations selon Pargament en ce que (2007, p. 39): « The quality of sacredness refers to the potential to resonate with the deepest recesses of ourselves, in short, we have relationships with the sacred ». Les défis liés à la spiritualité sont de trois types pour Pargament : intrapersonnels, interpersonnels et divin (2007, p. 112). Pour les fins de ce modèle et des explications précédentes, nous suivons la piste offerte par Ursula King (2008, p.3) qui indique qu'il peut être plus utile de se demander ce que la spiritualité fait plutôt que ce qu'elle est. Ce qui nous intéresse particulièrement est le type de réponse du cœur au moment du choix d'un amour centré sur l'autre dans la pratique de l'écoute compassionnelle et la dimension qualitative de ce lien.

Ceci peut s'actualiser au niveau des cinq sens, ou de la conscience humaine et au-delà (i.e la conscience divine), sachant que ces changements et transformations de la conscience prennent place dans le passage entre un état et sentiment de séparation avec l'autre/les autres, vers celui de la communion. Associée à la réponse du cœur comme caractéristique de l'amour centré sur l'autre (amour compassionnel) et ses composantes du modèle de recherche se trouve la notion du Kun long (wa) tibétain globalement défini



comme l'état d'esprit et de cœur de l'individu et référant à une dimension profonde à l'intérieur d'où émergent l'action humaine :

Translated literally, the participle kun means 'thoroughly' or 'from the depths', and long (wa) denotes the act of causing something to stand up, to arise, or to awaken... Kun long is understood as that which drives or inspires our actions – both those we intend directly and those which are in a sense involuntary. It therefore denotes the individual's overall state of heart and mind. When this is wholesome, it follows that our actions themselves will be (ethically) wholesome. (His Holiness the Dalai Lama, 1999, p. 81)

Selon le Dalai Lama, la compassion demande une restrainte des facteurs qui inhibent la compassion en plus de cultiver les éléments qui nous y mènent. Cela peut se faire en transformant nos habitudes et dispositions afin de perfectionner ce Kun long (wa). Le fait que cela vienne de la profondeur de la personne porte écho à la description faite sur le moment du choix comme une partie intégrale de la motivation et du discernement dans le modèle de la recherche sur l'amour compassionnel de Fehr et collaborateurs (2009) :

At some point a person internally reflects and makes a choice to move, to act, to express something, centered on the good of the other. In this moment, the person balances the various aspects of the situation, ex. needs and priorities of obligation, fairness assessments and perceived urgency. They discern the appropriateness of action, explicitly, analytically and with more of a "gut" sense or implicit process. (Fehr et al., 2009, p. 39).

Diverses formes d'intelligence et éléments font partie de cette définition, dont les besoins et priorités, l'état d'urgence, etc., ce qui influencera la motivation et le discernement dans la prise de décision, qui nous espérons sont propices à une plus grande connexion et compassion envers l'autre/les autres. Ils font partie de la composante centrale du modèle de la recherche sur l'amour compassionnel, tout comme le 'moment du choix' et le discernement. Celui-ci en particulier sollicite diverses formes d'intelligence à gérer et intégrer, dont celles faisant partie de la conscience humaine et divine, où les points de rencontre nous interpellent en vue d'une congruence et cohérence pour une paix intérieure et extérieure.

**Intégrer diverses formes de savoirs dans la connexion sociale.** Le modèle de la présente étude suggère des façons de cheminer vers le pôle de droite en choisissant et cultivant la compassion et d'autres notions connexes telles l'altruisme. Ces valeurs et vertus, selon Stephen Post, bio éthicien et fondateur du Institute for Unlimited Love, font partie d'un grand nombre de pratiques religieuses, spirituelles et humanistes. Des équivalents de l'idéal de l'amour divin existe au sein des traditions et montrent l'importance des expériences dites transpersonnelles liées à cette variété de pratiques :

It may be that the most exemplary altruism is often associated with the agent's personal experience of the utter enormity of the Transcendent, including a sense of overwhelming awe. Overawed, the deeply humbled self is transformed through something like an ego-death to a new self of profound humility, empathy and regard for all human and other life. (Post, 2003, cité dans Shlitz et al., 2007, p. 168)

Des décisions sages en vue d'une paix intérieure et extérieure sollicitent divers aspects de l'être telles que percevoir, penser (rationnel), ressentir (émotionnel) et avoir des intuitions (intuitif), ces dernières pouvant être liées au spirituel (de Souza 2009, p. 1132). Les résultats de l'étude mènent au fait que la dimension spirituelle de l'être dans la pratique de l'ÉC est foncièrement relationnelle. L'intelligence relationnelle a été définie initialement par Edward Thorndike, psychologue, comme étant: « the capacity to understand and maneuver men and women, an aptitude that we all need, to live in society » (Goleman, 2006, p. 19-20). Le relationnel peut aussi inclure selon Daniel Goleman, une pure manipulation comme talent relationnel. Il suggère donc comme définition de l'intelligence relationnelle (aussi venant de Thorndike) : « To act with wisdom in our human relations » (Idem).

Selon lui, ce champ d'étude doit tenir compte de ce binôme relationnel. C'est-à-dire voir ce qui arrive lorsqu'une personne connecte avec une autre et interagit au-delà d'intérêts subjectifs étroits. Notamment lorsque la personne commence à montrer un intérêt sincère sur ce que l'autre personne dit et où elle porte une attention sérieuse à la perspective de l'autre et à son bien-être (Goleman, 2006, p. 20). Ce type d'interrogation en est venue à être au centre du modèle au cœur de la présente thèse et qui pointe vers mieux comprendre ce que peut signifier 'agir avec sagesse' tel que suggéré par Goleman dans sa définition de l'intelligence relationnelle. Pour ce faire, une attention est portée sur l'intelligence du cœur au sein de cette dimension relationnelle, en intégration avec d'autres formes d'intelligence<sup>134</sup> telles mentale, émotionnelle, sociale et spirituelle. Ceci au niveau bio-psycho-spirituel dans un alignement cohérent menant à une nouvelle façon de percevoir, penser, agir et entrer en relation avec les autres. Ce que le HeartMath Institute voit comme un style de vie basé sur le cœur (heart-based living) (Childre et al., 2016, p. 16)<sup>135</sup>. L'intelligence du cœur est ici vue comme: « The flow of awareness, understanding

---

<sup>134</sup> On peut penser à titre d'exemple les multiples formes d'intelligence suggérées par Gardner dont visuo-spatiales, verbale-linguistique, logique-mathématiques, interpersonnelles et intrapersonnelle, existentielle et morale, etc. Source : Robert Lavin (2009), *Educational Psychology*, p. 117.

<sup>135</sup> Childre est directeur exécutif du HeartMath Institute, une organisation qui collecte des données scientifiques et développe des outils pour aider les gens à enligner de façon cohérente leurs systèmes physique, mentale et émotionnel avec le système de guidance issu de l'intelligence émotionnelle. Il explique que ces nouvelles

and intuition guidance we experience when the mind and emotions are brought into coherent alignment with the heart and with practice, accessing intuition can become integrated into choices and decisions». La théorie du HeartMath Institute est la suivante: « There is a connection between the physical heart and the energetic or spiritual heart that provides an access point for intuitive guidance that's much more expansive and inclusive than implicit processes ». <sup>136</sup> Cet organisme qui se penche sur ce phénomène au niveau scientifique depuis plusieurs années établit que la cohérence demande une régulation des émotions à partir d'un point de référence interne et équilibré, rappelant que le mot intelligence vient du verbe latin : intelligere, qui signifie : « to 'pick out' or discern ». Rappelons-nous ici l'importance du discernement dans la composante centrale du modèle de recherche sur l'amour compassionnel (Ferh, et al., 2009) et sur lequel l'étude porte une attention particulière (lié à la motivation et moment du choix). Les évidences montrent que plus nous apprenons à écouter et suivre notre intelligence du cœur, plus équilibrées et cohérentes deviennent nos émotions. (Childre et al., 2016, p. 25). La recherche en neurocardiologie notamment montre qu'une forme de communication électromagnétique figure comme source d'échange d'information lors de l'interaction prenant place entre le cœur d'une personne et le cerveau d'une autre, lorsqu'ils sont près ou se touchent l'un et l'autre :

A head-heart dynamic affects, reflects, and determines our responsiveness outside the field of our conscious awareness. As we become more aware of nature's head-heart dynamic, we begin to cooperate with this mutually interdependent spirit and the collaborative activity between our intelligence and our intellect, our biology and our spirit. The unification and transcendence of our splintered selves may be the next intelligent evolutionary shift. (Koerner 2011, p. 285)

Koerner ajoute que d'un endroit de calme et de centration à l'intérieur de nous: « We can "hear the wisdom of our heart and body-mind" selecting options that move towards our well-being as well as that of people around us » (p. 291). Pour le HeartMath Institute, le défi est que sans l'influence régulatrice de l'intelligence du cœur notre esprit peut devenir la proie d'afflictions négatives et réactives telles l'insécurité, la colère, la peur et le blâme, lesquelles divisent et apportent de la souffrance. Ce pourquoi cette recherche a mené à voir comment l'intégration de diverses formes de savoirs ou de connaître le monde (ways of knowing), dont via une introspection, peut mener à une certaine congruence personnelle et cohérence sociale favorable pour une paix intérieure et extérieure porteuses pour la résolution de

---

connaissances sur le cœur dépassent la simple philosophie et positionne le cœur comme une forme d'intelligence dynamique et créative.

<sup>136</sup> Idem., p. 41. Dans leur laboratoire, Childre et ses partenaires utilisent le terme de *energetic systems* pour référer aux fonctions qu'ils ne peuvent pas mesurer directement, toucher ou voir, telles les émotions, pensées et intuition.

conflits. Car c'est ce qui semble requis pour une écoute et compassion véritables s'inscrivant dans la pratique de l'ÉC selon TCLP.

LeBaron indique qu'en situation de conflit, les gens ont besoin d'insight et d'information, et pour cela, il faut faire intervenir autant la science que l'art (2002, p. 45). Une approche qui tient compte de toutes les forces humaines est essentielle selon elle, que ce soit au niveau émotionnel, somatique, imaginaire, intuitif, rationnel et relationnel, ajoutant que ces diverses formes de savoir, dont celles qui se font à travers les émotions comme source directe de force et d'énergie doivent être prises en compte. Elle a constaté que les gens font des choix importants dans le processus de la résolution de conflit à partir d'intuition sur la façon de procéder. À la fin du troisième pilier nous allons revenir sur cette notion d'intégration de diverses formes de savoir à la lumière de ce que la dimension du savoir-faire dans la pratique de l'ÉC requiert pour favorablement favoriser le passage vers le type de qualité nécessaire pour qu'une connexion profonde puisse être possible.

**En résumé et transition vers le savoir-faire au centre du prochain pilier.** Le modèle s'intéresse à ce point d'interface entre la conscience humaine et divine dans le moment du choix d'un amour centré sur l'autre ou non et menant à un niveau de connexion à divers degrés de profondeur. La conséquence de ce choix est qu'à chaque fois qu'une personne ou un groupe se trouvent face à une autre personne ou un autre groupe, deux options sont possibles. À partir du potentiel de compassion qui peut être exercé, la première option est d'encourager cette personne ou groupe à atteindre le bonheur et la non-souffrance, liés à des besoins de base humains légitimes. Sachant notamment que la notion de l'amour compassionnel comprend une dimension où dans l'amour centré sur l'autre, la personne en vient à la faire s'épanouir dans son potentiel (to flourish). À l'inverse et à partir du potentiel de violence qui peut être exercé, la deuxième option est de blesser la personne ou le groupe d'une façon ou d'une autre, les faire obéir, voir même aller jusqu'à les tuer. L'individu peut prendre conscience des nuances entourant ces choix allant, d'un bout du continuum, du durcissement jusqu'à l'expansion du cœur, à l'autre bout. Les impacts au niveau physiologique (et autres dimensions) sur soi et l'autre du premier ou deuxième choix amènent soit à une tension et sentiment de malheur, soit à un plus grand calme et paix intérieure.

Devenant de plus en plus conscient de ces manifestations il devient possible pour chacun de développer et exercer une responsabilité face à ses choix conscients, d'attitudes et comportements qui aident à passer d'une difficulté à connecter avec l'autre/les autres, vers une plus grande capacité et volonté à le faire. Une personne ainsi plus consciente de ces options peut développer une capacité d'une forme de calibrage

ou ajustement du degré de fermeture et d'ouverture du cœur qui implique diverses formes d'intelligence en jeu. Consciente du fait qu'elle porte en elle-même ce continuum de potentialités, une personne peut encourager le développement de sa volonté ainsi que de sa capacité d'autoréflexivité et d'autorégulation (des pensées, émotions, actions) lui faisant voir la nature et portée des choix possibles dans la connexion sociale. Ce moment du choix peut être influencé, mais non obligatoirement, par des croyances et des valeurs religieuses, spirituelles, humanistes et culturelles. Ce qui est important est que ces choix et ce qui se passe dans ces « momenta du choix », reposent foncièrement sur divers types de prédispositions et de motivations dans l'action de connecter avec l'autre qui habitent la personne, avec toutes les habiletés et types de présence et d'environnement particuliers pouvant l'amener vers le potentiel de compassion et à contrer celui de la violence. Ce qui constitue un savoir-faire particulier présenté dans le prochain pilier.

#### **6.4 Troisième pilier (savoir-faire) - Matrice structurelle relationnelle comprenant des facteurs et conditions propices à une connexion profonde avec l'autre**

Le troisième pilier représente les réponses du cœur (prédispositions et motivations dans l'action d'un amour centré dans l'écoute compassionnelle) facilitant l'intégration d'un *agenda du cœur* dans les efforts de paix. Il s'agit d'une mosaïque d'éléments permettant un SAVOIR-FAIRE particulier, c'est-à-dire lié à la pratique de l'ÉC, permettant le passage vers le potentiel de compassion et contrant celui vers le potentiel de la violence, avec leurs effets et conséquences respectifs en termes de passages entre vices et vertus (ou l'inverse). Ce pilier comprend des composantes clé de la théorie du BSP (Glaser, 2005) représentées dans la figure 21 suivante, sous forme de matrice structurelle relationnelle présentée dans le chapitre 4.

1.0 FORMAT	2.0 MESSAGES CLÉ	3.0 MESSAGERS	Moment du choix (amour centré sur l'autre ou non)
1.1 <b>Contenant sécuritaire</b> Réponse du cœur et habiletés associées	2.1 <b>Voir ce qu'il y a de précieux et unique en l'autre</b> Réponse du cœur et habiletés associées	3.1 <b>Intention de guérison</b> Réponse du cœur et habiletés associées	Degrés de :  <b>Durcissement du cœur</b> ou <b>Expansion du cœur</b>  (vices vs vertues)
1.2 <b>Non-jugemental et non-adversarial</b> Réponse du cœur et habiletés associées	2.2 <b>Esprit ouvert; ouvert à des possibilités</b> Réponse du cœur et habiletés associées	3.2 <b>Connexion profonde</b> Réponse du cœur et habiletés associées	
1.3 <b>Narratif /histoire personnelle</b> Réponse du cœur et habiletés associées	2.3 <b>Écoute profonde avec le cœur</b> Réponse du cœur et habiletés associées	3.3 <b>Écoute compassionnelle</b> Réponse du cœur et habiletés associées	

**Figure 21** : Matrice structurelle relationnelle pour l'intégration d'un *agenda du cœur* aux efforts de paix avec l'écoute compassionnelle

Cette matrice (la Matrice) dans sa globalité reflète un processus social structurel de base (PSSB) avec dans la première rangée trois variables centrale et pour chacune : trois indicateurs-concepts dans les colonnes sous-jacentes, faisant figure d'unités structurelles au nombre de neuf en tout<sup>137</sup>. Au sein de chacune des neuf unités structurelles, se trouvent des formes de « réponses du cœur » et habiletés associées faisant état d'un processus psychologique social de base (PPSB) reflétant l'action dans le cadre d'une théorie de processus de base (Glaser, 2005). Le format est simplement l'environnement dans lequel l'activité dialogique prend place. A cet égard, Edmond et Picard précisent que dans une relation interpersonnelle le contexte ne constitue pas seulement un simple environnement dans lequel la relation se déroule ; il est porteur de normes relationnelles, de codes de communication, de rituels d'interaction et exerce un effet fortement structurant sur la relation (2015, p. 12). Les messages clé sont la philosophie et les instructions de base qui caractérisent l'activité prenant place et les messagers en sont les participants. La dynamique et synergie prenant place au sein de ces unités selon le type de réponse du cœur associé aident à faire émerger des conditions et facteurs propices à l'intégration de cet agenda du cœur pour la paix.

<sup>137</sup> À noter que ces indicateurs-concepts furent validés comme faisant partie de la pratique de l'ÉC par les répondants au questionnaire, ainsi que par la directrice générale de TCLP. De plus, pour les fins de ce chapitre, cette Matrice comprend les indicateurs-concepts liés à l'ÉC. Dans le modèle conjoint avec l'approche de DIVM, on y retrouve les indicateurs-concepts pour cette dernière approche (voir l'annexe H).

Pour mieux les définir, j'ai identifié dans un ultime travail d'analyse comparative et de questionnement (actions centrales de la TE) deux habiletés clé, chacune soutenue par le curriculum de l'ÉC selon TCLP et reflétant les résultats d'enquête. Je les vois aussi comme des objectifs à atteindre dans la façon dont ils sont formulés.<sup>138</sup> Elles permettent de mieux comprendre ce qui sous-tend ces indicateurs-concepts et réponses du cœur associées dans le savoir-faire en jeu pour la transformation des conflits et construction de la paix. J'ai été étonnée de voir comment ces habiletés/objectifs sont appuyés par la littérature scientifique sur la construction de la paix. Positionnés dans le cadre explicatif offert par la Matrice et le modèle, ils prennent sens car il est plus facile d'en voir la portée au niveau synergétique, ainsi que dans les divers angles montrant comment une qualité relationnelle plus grande peut en découler au niveau intra et interpersonnel. Ce pilier permet ainsi de repositionner dans un cadre exhaustif et complet les éléments de la première classification générale issue de l'analyse documentaire des écrits sur l'ÉC (figure 6 dans le chapitre 4) et l'inscrire dans une théorie de processus social de base (BSP) selon la TE.

À partir de tous ces éléments émerge le portrait global de ce qui peut soutenir la construction d'une culture de la paix selon la définition de l'ONU vue au chapitre 4, associée à une des propositions théoriques qui ont trouver racines dans le modèle.<sup>139</sup> Notons dans ce qui suit que la première des deux habiletés/objectifs présentées au sein de chacune des unités structurelles réfère un peu plus à des éléments liés à l'**environnement dialogique**, donc favorisant une paix extérieure propice à une paix intérieure. La deuxième réfère un peu plus à la **présence dialogique**, dont la paix intérieure est tributaire d'une paix extérieure. Elles sont interdépendantes, de même qu'avec toutes les autres habiletés/objectifs au sein de la Matrice. Le processus qui les sous-tend expose une dimension relationnelle-spirituelle particulière à chaque unité structurelle, tel un prisme aux maints reflets d'un hologramme qui les réunit en un Tout et qui témoigne d'éléments clé provenant des propositions théoriques.

---

<sup>138</sup> Dans le domaine de la planification, les plans d'action comprennent des objectifs à atteindre qui peuvent aussi figurer comme les résultats attendus. Dans ce pilier, les habiletés visées aident à créer des espaces dialogiques et apporter une qualité de présence en lien avec les indicateurs-concepts. Par le fait même, elles peuvent être des objectifs qui ouvrent la voie à un programme futur dans la mise en application du modèle. Ces habiletés et objectifs font en sorte que l'action porte sur les niveaux intérieur et extérieur pour la paix.

<sup>139</sup> À titre de rappel, ces propositions sont : 1. Une synergie créée par l'inter-connectivité entre le format, les messages-clé et les messagers, dans l'approche de l'écoute compassionnelle, apporte une richesse qualitative du moment qui contribue à une expansion de la conscience qui aide à transcender la polarisation au cœur des conflits. 2. La combinaison particulière de l'écoute avec la compassion encourage une « réponse du cœur » conductrice à une transformation et guérison, où des « grâces » peuvent se manifester / être manifestées. 3. L'effet global informe un "agenda du cœur" qui peut être intégrée dans les efforts de résolution de conflit et construction de la paix afin de cheminer vers une culture de dialogue tel que définie par les Nations Unies (1999) : « La culture de la paix est un ensemble de valeurs, attitudes, comportements et modes de vie qui rejettent la violence et préviennent les conflits en s'attaquant à leurs racines par le dialogue et la négociation entre les individus, les groupes et les Etat. »

À noter que pour ce pilier, les indicateurs-concepts sont numérotés selon la figure 21 (Matrice).

### **6.4.1 Variable 1 : Format**

Il s'agit ici de l'environnement, type de format et contexte dans lequel l'activité dialogique de l'ÉC prend place. Voici les trois indicateurs-concepts liés à cette variable.

#### **Indicateur-concept 1.1 : Contenant sécuritaire**

La réponse du cœur dans cette unité structurelle débute avec l'intention de créer un contenant sécuritaire pour une expression honnête des pensées et des émotions, négatives autant que positives. La motivation dans l'action est de projeter aux autres une qualité de présence qui les mène à se sentir en sécurité dans un tel environnement. Actualisée, cette réponse du cœur devient : Une qualité de présence du cœur venant des écouteurs, aide les écoutés à se sentir en sécurité pour partager leurs pensées et émotions de façon honnête<sup>140</sup>. Les deux habiletés/objectifs facilitant cette actualisation sont les suivantes.

#### **Habilité/Objectif A : Créer un espace dialogique de collaboration qui unit plutôt que de compétition qui tend à diviser**

L'approche de l'ÉC vise à créer un espace de résilience, de connexion et de collaboration lors des sessions d'écoute, où les participants peuvent se sentir en sécurité pour exprimer leurs pensées et sentiments profonds. Ceci permet de transformer les perceptions qu'ils ont les uns envers les autres et de favoriser compréhension et respect. La notion de « contenant sécuritaire » est la traduction de l'expression de « safe container » utilisée par TCLP et qui fait écho à celle bien connue de « safe space » dans le domaine de la construction de la paix. L'étymologie du mot contain en anglais reflète le résultat recherché alors qu'en latin « contain » est relié à continere (transitive), « to hold together, enclose », de com « with, together »<sup>141</sup>. Une des règles de groupe dans l'ÉC est d'accepter la responsabilité pour soi-

---

<sup>140</sup> Reconnu dans le sondage en ligne par les répondants, en anglais: *A quality of presence from the heart by listeners, helps the guest speaker feel safe to share his/her thoughts and emotions honestly*. Je traduis lesdites réponses du cœur apparaissant dans le questionnaire en remplaçant les invités aux sessions d'écoute, ou « speakers », par les « écoutés ». On pourrait dire « l'autre/les autres » pour une utilisation plus universelle du modèle présenté dans ce chapitre.

<sup>141</sup> Source consultée le 3 mars 2017 à 17h00 : <http://www.etymonline.com/index.php?term=contain..>



même et pour le groupe, d'assurer une sécurité émotionnelle au sein du groupe, s'assurant qu'un respect profond pour les perspectives de chacun est présent. Selon le guide à l'ÉC, cela demande d'être lucide quant à sa perspective spirituelle avec la notion de conflit (Cohen, 2011) et dit-on, c'est dans le cœur de l'action ou « dans le feu » (in the fire) que l'on peut tester et aiguiser nos habiletés à créer un tel environnement. Ce qui n'est pas toujours facile à faire comme en témoigne une déléguée répondant au questionnaire :

Generally, our group remained nonjudgmental, as I recall, even though the individual seemed judgmental and antagonistic, perhaps, to our purpose. At the end of this session, he chose to demonstrate how he might point a gun (with a silencer) at an intended victim's head and unfortunately chose the one Palestinian woman in our group. From there on out, her anger exploded, and the safe environment was lost. Not physical safety, but emotional safety.

Les délégués se voient appelés à continuer à collaborer même s'ils sont confrontés à ce type de difficulté. Le respect de la part des participants est de mise même si les invités énoncent des propos et présentent des attitudes qui peuvent paraître polarisantes, ce qui créent des divisions de facto dans le groupe mais que les délégués verront comme faisant partie de son expérience. Ce vécu de l'autre demande à être entendu : le but de l'exercice et qui demande une certaine préparation et motivation permettant de contenir certains propos et commentaires. Shapiro (2004) voit le cheminement dans la communication pour la construction de la paix comme un passage d'abord la séparation à la coopération et de là, de la coopération à la paix. Il va s'en dire que dans le modèle, le pôle de droite représente une plus grande paix intérieure et extérieure et cela passe par une attitude et un comportement coopératif quoi qu'il arrive. En fait, le thème de la « collaboration versus compétition » est largement documenté dans la littérature scientifique.

Les travaux de Janssen et Vliert (1996, cité dans Blumberg et al., 2006, p. 124) montrent qu'un facteur déterminant dans la construction de la paix est une orientation individuelle axée sur la coopération. La raison étant qu'elle prend en compte les buts que l'autre veut atteindre et ceci est une condition centrale pour la désescalade d'un conflit. Le motif et la motivation portent sur une préoccupation envers l'autre alors qu'une orientation individuelle axée sur la compétition montre une préoccupation envers soi. Qui plus est, les comportements associés à une orientation compétitive sont vus par les autres comme douteux et non fiables alors que ceux associés à une orientation coopérative sont vus comme étant fiables selon leurs recherches. Ils concluent en affirmant qu'une culture de la paix a comme substrat psychologique le partage de buts communs et l'apprentissage d'une orientation coopérative autant pour les individus que pour les groupes. Pour Ikerd (2014), la compétition est le moyen par lequel on peut découvrir notre

unicité mais la coopération est le moyen par lequel on découvre notre connectivité, que LeBaron (2002, p. 202) la décrit comme : « Imagine ourselves as connected by inextricable threads of relationship, starting with mutual respect coming from that connection, and to detach from individualized perspectives. » La compétition peut être constructive mais doit être permise seulement à l'intérieur de frontières établies pour soutenir la coopération (Ikerd, 2014). Mon modèle théorique et appliqué soutient qu'une prise de conscience de la différence entre ces deux paradigmes et ses subtilités à maints niveaux est essentielle. D'abord car celui de la compétition est omniprésent en situation de conflit et que toute position dialogique véritable comprend la collaboration. Le danger est une fixation au pôle de gauche caractérisé par une orientation sur soi et ses intérêts au détriment de ceux des autres et une violence actualisée et/ou potentielle par le fait même, alors que la voie de droite est possible.

### **Habilité/Objectif B : Contenir la souffrance et les blessures liées à l'expérience personnelle et de groupes du conflit**

Selon le Guide à l'ÉC, l'intention même de créer un espace sécuritaire pour soutenir la douleur et souffrance liées aux histoires et vécu personnels peut être réparateur : « When participants focus on creating a safe environment, on compassion, empathy and love, the field is determined by those intentions and this provides a safe space for expression of negative as well as positive feelings and experiences » (Cohen 2011, p. 37). Le neuropsychiatre et philosophe reconnu pour ses travaux sur la théorie de l'intersubjectivité, Stolorow (2007), utilise la notion de « maison relationnelle » (relational home) pour décrire un espace dans lequel les patients dans sa pratique peuvent être : « held, borne and integrated as they share emotional pain »<sup>142</sup>. Dans la même veine, Nancy K. Morrison et Sally K. Severino (2009), aussi psychiatres, soutiennent qu'un environnement où l'amour est présent est comme un espace relationnel centré sur le « nous » (we-centric). Pour elles, ce n'est pas tant l'espace physique qui est important que l'espace co-créé dans la relation qui prend place avec l'autre. Cet environnement se trouve à procurer une information vitale équivalente à ce qu'elles appellent un « second ventre de la compassion » (second womb of compassion) pour les êtres humains ; le premier ventre étant celui de sa mère avant de naître. Elles associent le mot compassion ou miséricorde (mercy) en Hébreu à rachamim, qui a la même racine que le mot womb, rechem.

---

<sup>142</sup> Source : Robert D. Stolorow (2007) : <https://www.psychologytoday.com/blog/feeling-relating-existing/201412/non-pathologizing-approach-emotional-trauma>. Consulté le 26 septembre 2018, à 13h31.

Dans cet ordre d'idée, rappelons-nous Rehling, chercheuse et experte de l'écoute, qui lorsqu'elle a été hospitalisée a trouvé que la forme d'écoute qu'elle appelle compassionnelle, est celle qui a su lui procurer une guérison émotionnelle et où la connexion était centrale : « It brings humanity and connectedness with a sense of 'us' in sharing our human condition, accepting human challenges and where suffering is taken in consideration ». L'objectif premier de cette écoute selon elle, est de reconnaître notre interconnectivité vécue comme un sens de « we-ness », caractérisé par l'acceptation de notre condition humaine partagée et des luttes et obstacles dont on doit faire face comme êtres humains (Rehling, 2008, p.83-89). Une répondante au questionnaire en ligne de cette étude, témoigne de l'importance de l'effet de groupe dans l'intention et l'action commune des délégués de créer un espace sécuritaire qui facilite le partage des émotions et que cela passe par la connexion : « The connection with other participants, being in a group motivated by the same ideas, thoughts and purpose created a safe space for me to explore my feelings and emotions and grow emotionally ». Une autre soulève une caractéristique favorable à cet environnement : « The smaller and more intimate the setting, the more a speaker would be vulnerable and open, sometimes crying or showing anger, which in turn seemed very cathartic for them ». Pour une autre répondante, ce type d'espace aide à faire face aux défis de la pratique de l'ÉC : « I experienced these challenges less during the delegation because we had established a safe context. These challenges are much more difficult back at home when listening to people who take very antagonistic positions regarding the conflict ». Un environnement dialogique où le sens du « nous » versus « eux » prédomine apporte une dynamique d'unité où le « je » est immergé dans une identité plus large que lui-même. Ce qui facilite une décentration de soi vers une perspective plus large incluant d'autres perspectives (donc collaboration). La valeur de l'inclusion en ce sens devient centrale, car laissé au hasard, des réflexes compétitifs et polarisateurs peuvent créer une ambiance de division. Ceci ne veut pas dire que les choses difficiles à dire sur un conflit n'ont pas leur place, au contraire, cela leur donne un espace sécuritaire pour se faire avec chacun ayant choisi consciemment de les entendre et les contenir en sécurité.

### **Indicateur-concept 1.2 : « Non-judgmental et non-adversarial »**

La réponse du cœur dans cette unité structurelle débute avec l'intention d'adoucir sa propre version de la vérité pour entendre d'autres perspectives d'une façon « non-judgmentale et non-adversariale ». <sup>143</sup> La

---

<sup>143</sup> Tel qu'expliqué dans le chapitre 4 donc à titre de rapprl, j'ai choisi de garder les mots « judgmental » et « adversarial » comme anglicismes pour garder l'esprit énoncé par TCLP (*non judgmental and non adversarial*).

motivation dans l'action est de connecter avec les autres en accédant à son propre cœur et sagesse profonde en vue de choisir intentionnellement d'entendre et de chercher à comprendre différentes perspectives. Actualisée, cette réponse du cœur devient : Un environnement non-jugemental et non-adversarial, ouvert aux perspectives venant de toutes les parties dans un conflit, aide les écouteurs à adoucir leur version de la « vérité » et entendre d'autres perspectives.<sup>144</sup> Les deux habiletés/objectifs facilitant cette actualisation sont les suivantes.

### **Habilité/Objectif A : Accueillir la diversité des perspectives venant de toutes les parties impliquées dans un conflit et la part de vérité de chacune**

Pouvoir entendre le plus grand nombre de perspectives possibles en lien avec un conflit fait partie de l'approche de l'ÉC sur la base que chaque côté du conflit a besoin d'être écoutée et comprend une part de vérité. Les résultats indiquent que le fait d'établir ceci formellement diminue la tension au sein du groupe car il n'est plus question de qui « possède la vérité » en regard de ce que l'on entend car ceci peut causer des divisions. Il s'agit plutôt s'efforcer à comprendre « l'angle de vérité » d'une diversité de perspectives afin de ne pas tomber dans le piège de la polarisation, c'est-à-dire de voir si elles sont bonnes ou mauvaises, vraies ou fausses, qui a tort et qui a raison. Toute forme de polarisation peut mener le dialogue dans une zone de compétition entre ces « vérités » et donc être une source de division et de séparation dans le lien interpersonnel et au centre des conflits se trouve le problème central d'un côté (ou les deux) voulant établir la « bonne » version de la réalité, donc de la « vérité ». Ce que l'on croit être vrai est vu comme étant la réalité (Ferguson, 2010, p. 61).<sup>145</sup> Des souffrances non guéries peuvent

---

Toute traduction ne pouvait correspondre à mon avis à la portée directe de ce que peuvent signifier ces termes en anglais selon l'adaptation pratique que je vise avec le modèle.

<sup>144</sup> Reconnu dans le sondage en ligne par les répondants, en anglais: *A nonjudgmental and nonadversarial environment open to perspectives from all sides of the conflict, helps the listeners soften their own version of "truth" and hear other perspectives.*

<sup>145</sup> Duncan S. Ferguson dans l'ouvrage *Exploring the spirituality of the world religions : the quest for personal, spiritual and social transformation* (2010, p. 61) cite William James se penchant sur l'expérience religieuse et indiquant que la valeur et vérité d'une idée abstraite sont déterminées par les effets que cette idée a sur la personne qui y croit : ce qui fonctionne pour une personne ou un groupe n'est pas juste vrai mais devient la « vérité » pour eux. Alors que la vérité n'est pas la même chose que la réalité en ce que des faits peuvent pointer vers ce que l'on pense être vrai sur la réalité, mais une idée ou une chose peuvent bien fonctionner dans un certain contexte et non dans un autre selon Ferguson (2010). Ajoutons que maints champs de pensée et disciplines se penchent sur les notions de vérité et réalité (dont la philosophie, morale, éthique, etc.). Dans la philosophie bouddhiste Mdhymika (en tibétain *tend del*), la notion d'origine dépendante de la nature de la réalité demande de porter attention à la notion de « vrai et faux » car la réalité est complexe. On voit plutôt les choses et les événements comme étant interreliées par des causes à effets et des conditions au cœur de la réalité, là où l'interconnectivité doit être prise au sérieux (Dalai Lama, 1999)

perdurer sur ce l'on croit vrai et être transmises d'une génération à l'autre ayant pour conséquence diverses formes de violences et de luttes entre deux ou plusieurs groupes identitaires, menant parfois à des guerres qui peuvent durer très longtemps (Cohen, 2011, p. 55-56).

Une facilitatrice à l'ÉC ayant participé aux entrevues et active depuis de nombreuses années dans le domaine de la construction de la paix en Israël-Palestine indique que l'approche de l'ÉC est la seule qu'elle connaisse dans cette région qui n'entre pas dans une dynamique quelconque de polarisation. Deux réponses du questionnaire témoignent en ce sens sur la question à savoir si les délégués savaient quand leur cœur était fermé ou ouvert durant les sessions d'écoute. Une personne indique que positionner des « bons et des méchants » peut avoir un effet repoussoir (donc de séparation dans le modèle) : « I hardened when the speaker came from a place of 'I'm right' and all those others are wrong ». Une autre souligne : « Opening – when speakers shared their vulnerability and confusion. Closing – when speakers were 'certain' their reality was the only reality ». La transformation la plus profonde vécue selon l'expérience d'un délégué est cette réalisation : « No matter our listening skills, if someone does not want to see multiple sides, they won't ». La tâche explicite dans l'ÉC de ne pas confronter, polariser et juger crée un espace pour voir et percevoir d'autres réalités. Ce seul espace permet à des croyances et perceptions de commencer à se transformer. C'est ainsi que la connexion avec un point commun avec l'invité peut s'installer tel qu'exprimé par une répondante : « The mayor of a town in the West Bank. I found him abrasive and cocky. I was able to connect when he told his story of being and having his brother taken away in the middle of the night ». Un facteur identitaire commun peut mener à cette nouvelle perception de l'autre selon un participant à cette étude :

An Israeli settler in Hebron was speaking with disgust about Palestinians. When she described how her father was killed by a Palestinian, I thought how deeply it would wound me if my father were killed by a Palestinian and I had to live surrounded by all the violence. I don't condone her hatred of Palestinians, but I then understood it.

L'accueil de diverses perspectives dans une attitude non polarisante et sans jugement permet de prendre une certaine distance et par le fait même, de vivre une certaine expansion de la conscience et peut diminuer une souffrance car le focus n'est pas de personnaliser le conflit mais d'en voir l'ensemble des perspectives. LeBaron en explique la teneur et portée au niveau relationnel :

Connected ways of knowing are evoked in relationship, whether within ourselves or with others; they reference something more expansive than our personalities. This expansiveness may be manifest in a variety of forms. We may expand our awareness, our sensitivity to the meanings that inform a conflict, our intuition about how to proceed. Expansiveness may operate on a practical level as we embody an attitude of service and compassion, acknowledging our connection to

others. The foundation of these ways of knowing is our relationship with ourselves – with our purposes for being and ways of making meaning. It refers not only to an external sense of spaciousness but to our internal experience. (LeBaron, 2002, p. 141)

Ce qui amène LeBaron à décrire comment ces diverses formes de savoir et connaître au niveau de la connexion sociale sont déployées et dont les explications concordent avec l'intégration visée dans le présent modèle : « Connected ways of knowing connect inner processes of discerning with outward appeals to creative, shared wisdom or collective intelligence, however we perceive these to operate around and within us ». Nous sommes « plus que ce que nous pensons » conclut-elle (LeBaron, 2002, p. 141). Retenons ici que la capacité d'ouverture passe par une expansion de la conscience et du cœur envers la perspective de l'autre et en y ajoutant la compassion, ce sont autant les joies que les peines qui sont ressenties par les délégués, ce qui peut être vécu de diverses façons selon eux : « Being able to identify with the helplessness although what was expressed was primarily rage and anger » ; « Listening to someone who I did not agree with at all and eventually seeing other sides of the person that I connected with and understood their point of view. » Une notion importante ici est l'accueil de l'autre. Cette action comprend des habiletés au niveau de l'attitude et l'action dont d'être présent et capable de recevoir quelqu'un avec compassion. Une définition de l'accueil présuppose la manière dont quelqu'un ou quelque chose est reçu et accepté, souvent en lien avec la notion d'hospitalité.<sup>146</sup> Ces nuances entourent l'idée, en regard de la pratique de l'ÉC, de l'accueil d'une diversité de perspectives et de la part de vérité en chacune, ce qui présuppose l'accueil de celui ou celle qui la partage inséparablement.

### **Habilité/Objetif B : Se distancier de sa propre perspective et laisser de l'espace pour d'autres versions de la réalité**

Un environnement sans jugement et non adversarial en est un qui reste loin de la polarisation et qui met l'emphase sur l'écoute de l'autre et des autres avec un cœur ouvert. Le curriculum de l'ÉC propose aux participants pour aider à ce faire : « To be able to loosen the grip on our own version of reality enough to see that other versions of 'truth' exist » et d'apprendre à reconnaître et suspendre les jugements portés sur l'autre pour rester connecté, et écouter pleinement sa perspective (Cohen, 2011, p. 55-56). Cette instruction suppose une qualité de présence dans le choix continu de l'ouverture et de l'écoute de l'autre malgré les propres obstacles liés à une fermeture. D'où la compétence de base dans l'ÉC qui est de développer un état de 'témoin juste' (fair witness). Car bien que l'on puisse reconnaître ses jugements et

---

<sup>146</sup> Source : <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/accueillir/571>. Consulté le 31 mai 2018 à 12h20.

ceux de l'autre, un espace de créativité s'installe dans l'action de suspendre cette réalité où des jugements font surface, pour apporter le dialogue à un autre niveau de conscience. Cette compétence demande de prendre conscience à un niveau « méta » (pensées, émotions, corps et esprit) ce qui se passe et reconnaître et contenir les déclencheurs qui mènent à la séparation avec les autres, lesquels mènent aux jugements envers eux (Cohen, 2011, p. 12).

LeBaron utilise une notion semblable d'un « state of witness » qui apporte une qualité d'écoute et de parole dans la résolution de conflit et où la personne (2002, p. 71) : « Chooses to adopt a spirit of genuine inquiry and curiosity, letting go of judgment in advance. » Lederach mentionne l'importance de la curiosité paradoxale (paradoxical curiosity) dans la transformation des conflits, qu'il définit comme: « A quality of interaction that is infused with a type of curiosity to social realities that has an abiding respect for complexity and a refusal to fall prey to the pressures of forced dualistic categories of truth » (2005, p. 33). Il explique que les cycles de la violence sont le résultat de la complexité réduite à des polarités dualistes de catégorie de « ceci ou cela » (either-or), d'où l'importance de développer une vision non dualistique des choses dans le but d'inclure la complexité, suspendre le jugement et de « voir avec le cœur ». Cela passe par la capacité de suspendre le jugement en fonction d'explorer des contradictions qui nous sont présentées selon lui et qui demande de faire la distinction entre ce qui apparaît à un premier niveau « at face value » et à un deuxième niveau « at heart value » qui va au-delà de ce qui est connu et qui demande de voir comment les choses sont perçues et interprétées par les gens (Lederach, 2005). Pouvoir rendre compte de la complexité et demeurer curieux malgré des paradoxes empêche de perpétrer les patrons de la violence selon cet auteur.

Revenant à la notion de jugement envers l'autre, Rosenberg affirme que les jugements bloquent le sentiment de compassion car ils fomentent la polarisation : « Judgments distract the person from its natural state of compassion in the language and communication used, that categorize things as 'good or bad » (2003, p. 15). La racine de la violence pour lui vient de la pensée qui attribut la cause du conflit à ce qui est mauvais chez l'autre et la formation à l'ÉC porte une attention particulière sur la reconnaissance des jugements et leur impact sur l'écoute et le lien à l'autre. Les participants, autant en entrevue que via le questionnaire, en font un des défis les plus importants. Ce qui inclut aussi pour une déléguée d'apprendre à faire face aux jugements des autres : « Letting go of judgments made BY the speaker ». Pour une autre, ne pas juger un invité lors d'une session d'écoute est ce qui a favorisé son passage vers une connexion profonde, bien que développer ses propres stratégies pour y arriver fut un défi : « I had strong impulses to correct what I knew to be incorrect information. I gave in twice, then reminded myself

I was there to listen, not to judge. I put myself in his place, as if I was an actress pretending I thought it was true. » Un autre délégué commente l'impact du jugement dans la tâche même de garder le cœur ouvert : « In trying to remain open, there were moments when judgment crept in. » Une répondante ajoute que l'ÉC est foncièrement une écoute sans jugement qui permet de s'éloigner de l'activité mentale : « LISTENING FROM THE HEART, for me, is just another way to say non judgmental listening. I can more easily let mental activity go when listening ». Un autre commentaire reflète la portée de la seule action de ne pas juger, dans l'équation pour la paix :

When I first took the Compassionate Listening training the first two-day, I felt that this kind of training, not just this specifically, but the training about what are the needs of humans in dealing with other humans and what's important to us as human beings and what can we do to support each other and make the world better as opposed to making the world worse is a very important dimension to me in my thinking about the future and about the world. I feel like if we can learn more ways of dealing with each other. I think that Compassionate Listening is another way of improving the relationships between people and improving the quality of life for people. I came away from that two-day training and I said, "It can change the world". I think for myself personally, if I can really internalize it... I think it's really quite amazing what happens when people are listening without judgment. What I particularly observed in one of the session was that I could just see it in body language, I could see in the interaction, just the opportunity to speak and be heard and be listened to and not be judged.

L'accueil de diverses perspective demande de connaître les pièges de la fermeture envers l'autre et particulièrement au niveau du cœur. Une distance face à ses intérêts et besoins propres est en jeu et ceci comprend la capacité de reconnaître et se distancier des perspectives intériorisées venant de groupes d'appartenance tels que religieux, politiques, familiaux, idéologiques et autres. Nous nous identifions à ce qui définit et anime ces groupes, lesquels influencent notre identité et ce que l'on croit être la vérité et la réalité, tel que vu plus tôt. Une des deux formations avancées à l'ÉC développée par TCLP adresse ces liens d'appartenance à des groupes opposés dans les conflits et comment cultiver cette distance tout en demeurant centré sur ce qui définit positivement ces liens d'appartenance. L'approche du Dialogue Intersessionnel (Brodeur, 2019) s'y penche de façon pointue en révélant les multiples identités et dynamiques de pouvoir au sein de chaque groupe identitaire ainsi qu'entre les personnes de groupes identitaires différents. Le prochain indicateur-concept est un moyen privilégié pour adresser cette dimension.

### **Indicateur-concept 1.3 : Narratif/histoires personnelles**



La réponse du cœur dans cette unité structurelle débute avec l'intention d'écouter les histoires et expériences personnelles des diverses parties dans un conflit afin d'apporter plus de clarté et compréhension dans le conflit. La motivation dans l'action est d'écouter et de refléter avec le cœur ces histoires et expériences partagées par les autres. Actualisée, cette réponse du cœur devient : *Écouter et refléter avec un cœur ouvert les histoires/expériences racontées par les écoutés, aide les écouteurs à obtenir clarté et compréhension.*<sup>147</sup> Les deux habiletés/objectifs facilitant cette actualisation sont les suivantes.

### **Habilité/Objectif A : Reconnaître et transcender les dynamiques de pouvoir interpersonnelles malsaines liées au « triangle dramatique »**

Dans l'approche de l'ÉC (Cohen, 2011), on croit qu'écouter les histoires personnelles est une des formes les plus puissantes rattachée au narratif. Elles peuvent révéler des blessures et souffrances liées à des incidents ayant pris place plusieurs années auparavant, ainsi que diverses expériences de relations entre les gens, des émotions, des conflits et luttes qui sont à la fois personnelles et universelles, en ce sens que les détails sont propres à la personne mais l'histoire peut être vécue par tous et l'écouteur peut s'y reconnaître. Il peut être impossible d'atteindre la transformation du conflit jusqu'à ce qu'une façon de les aborder soit trouvée et le narratif peut jouer cette fonction (LeBaron, 2002, p. 248) comme véhicule qui permet aux gens d'apprendre à se connaître sous diverses perspectives, résoudre des problèmes, découvrir des identités en commun, de tisser de nouvelles identités et de mieux comprendre ensemble le monde (Koerner, 2011, p. 299). Les histoires personnelles exposent des dynamiques de pouvoir que chacun a vécu dans sa vie et qui peuvent continuer à être perpétrées en situation de conflit. C'est pourquoi la formation à l'ÉC se penche sur apprendre à reconnaître les dynamiques interpersonnelles faisant partie du « triangle dramatique » et les trois rôles malsains qui en font partie : persécuteur (ou agresseur ou bourreau), victime et sauveur. Ces dynamiques gardent les gens coincés dans le conflit plutôt que de les rendre capable de le résoudre de façon constructive (Cohen, 2011).

Le triangle dramatique est un modèle psychosocial de l'interaction humaine développé en 1968 par le médecin Stephen Karpman qui démontre comment les gens ont tendance à jouer un scénario inconscient dans les relations sociales, qui s'inscrit au sein d'un système relationnel dans lequel ils

---

<sup>147</sup> Reconnu dans le sondage en ligne par les répondants, en anglais : *Listening and reflecting with an open heart to personal stories/experiences told by the guest speakers, helps listeners gain clarity and understanding*

adoptent spontanément et en alternance parfois très rapide l'un ou l'autre de ces trois rôles en interaction avec les autres.<sup>148</sup> Un cercle vicieux s'installe entre ces trois rôles qui se nourrissent mutuellement et prendre conscience de ce modèle sert à voir qu'il y a une connexion entre la responsabilité personnelle et les dynamiques de pouvoir au cœur des conflits entourant ces rôles. Notamment, le fait que l'agresseur cherche une victime ; la victime peut chercher un sauveur plutôt que de trouver des solutions par elle-même et le sauveur cherche une victime à sauver plutôt que de l'aider justement à trouver des solutions (Idem). Les gens passent d'un rôle à l'autre dans une simple conversation et les délégués apprennent à voir qu'ils peuvent eux aussi s'inscrire potentiellement dans cette dynamique malsaine de par leurs perceptions, croyances, jugements et actions en lien avec le conflit dans la région visitée et leur façon d'interagir et de se positionner au sein du conflit. La formation à l'ÉC propose un travail assidu sur les jugements vus plus haut mais aussi les déclencheurs de réactivité qui ont pour effet de fomenter et nourrir la dynamique malsaine du triangle dramatique.

Le guide de Cohen explique que dans le processus de se protéger eux-mêmes, les participants peuvent construire des histoires négatives sur eux-mêmes et sur ceux qui les ont blessés et en venir à réaliser qu'à force de répéter ces histoires ils en viendront à y croire.<sup>149</sup> Il devient donc important d'apprendre à reconnaître cette dynamique mais surtout comment faire le passage vers les rôles sains décrits dans le modèle alternatif proposé par Emerald, The Empowerment Dynamic (TED). Dans cette réponse au triangle dramatique, le triangle « de la réappropriation du pouvoir » envisage la personne adoptant le rôle de victime devenir créateur (creator), le persécuteur : une personne qui amène des défis (challenger) et le sauveur : un guide (coach). Ces nouveaux rôles comportent une position altruiste et une forme d'amour et d'appréciation pour l'autre (Emerald, 2013) : « Creator, Challenger and Coach is love and appreciation for others. Co-Creators are genuinely interested in the views of others while still expressing what is true

---

<sup>148</sup> Source consultée le 4 mars 2017 à 15h46 : : Mario Loggia, *L'analyse transactionnelle pour sortir du triangle dramatique*. En ligne à l'adresse : <https://scribium.com/marco-la-loggia/lanalyse-transactionnelle-pour-sortir-du-triangle-dramatique-ggf2m8>.

<sup>149</sup> Rappelons-nous le modèle du cœur adopté par TCLP où un mur de brique entoure le cœur de la personne (essence profonde) où les briques sont des événements difficiles vécus au courant de sa vie et le mortier est ce qui tient les briques ensemble, ou encore les histoires (narratif) que l'on se raconte sur ces événements. La tâche avec l'ÉC est « d'assouplir » ce mortier pour laisser tomber les briques et ouvrir un espace libérateur autour du cœur et ces histoires comprennent des dynamiques de pouvoir qui peuvent être malsaines telles que retrouvées dans le triangle dramatique. En se positionnant comme « victime » par exemple et l'autre comme « persécuteur », cela laisse peu de place pour qu'une vérité différente puisse émerger et cette dynamique peut être une source importante de souffrance et blessures sous-jacentes aux conflits. Les histoires négatives peuvent réduire l'énergie mentale et physique et bloquer l'accès à ce qui peut être considéré comme une des plus grandes forces chez l'humain : la sagesse du cœur, tel que l'explique le guide de Cohen (2011, p. 26).

for them ».<sup>150</sup> Ils demandent d’assumer une responsabilité à communiquer ses besoins et ses attentes de façon constructive, ce qui demande de porter attention à la colère et aux peurs. En regard du modèle présenté dans ce chapitre, mentionnons que je considère la peur, le doute et le fait de ne pas être connecté au pôle de droite comme trois éléments centraux attribués au pôle de la séparation à gauche du continuum de la connexion sociale. Ces éléments clés (parmi d’autres) sous-tendent le positionnement dans le pôle de la séparation et sont en lien direct avec le potentiel de violence.

Au-delà de nommer la peur et le doute qui sont des afflictions négatives bien documentées<sup>151</sup>, une innovation avec le modèle est que l’on peut reconnaître d’emblée qu’il est problématique de ne pas se trouver positionné soit au centre ou à la droite du continuum de la connexion sociale dans le modèle. J’ai observé à maintes reprises, tant lors de la formation à l’ÉC qu’au sein de la délégation, que le simple fait de choisir consciemment de faire preuve de compassion tel que le suggère l’approche de l’ÉC peut suffire à changer une dynamique. Cette simple instruction ouvre la voie vers les zones du centre et de droite du modèle, car par défaut elle favorise un contexte non antagoniste. Les invités vont certes parler de leurs peurs et vulnérabilités rattachées à leur vécu dans un espace sécuritaire, ce qui déjà aide à les extérioriser et les transformer. Le passage vers les rôles alternatifs proposés par Emerald amène la relation dans un espace dialogique plutôt qu’autoritaire et polarisateur amenant un inconfort. Car les rôles malsains peuvent en venir à faire partie de la vision du monde de la personne et des groupes en termes de perceptions et croyances sur qui a tort ou raison ; qui dit vrai ou faux ; qui est bon ou mauvais. Il ne s’agit

---

<sup>150</sup> Source consultée le 8 février 2013, Emerald et Zajonc, dans le Bulletin sur le site internet de l’auteur David Emerald qui présente ce concept et formations rattachées : <https://powerofted.com/go-against-yourself-2/>

<sup>151</sup> Emerald et Zajonc expliquent comment la peur est l’émotion qui nourrit les trois rôles du triangle dramatique. La stratégie la plus fréquente utilisée par le persécuteur pour gérer sa peur est de tenter de contrôler les situations et les gens, non étranger avec le désir de posséder la vérité. Ainsi diminue son anxiété et une forme de contrôle qu’il utilise est de laisser savoir à l’autre que son opinion est la seule qui compte. On peut basculer vers ce rôle lorsque l’on se défend ou juge les autres pour leur logique fautive expliquent les auteurs. Même sans penser que l’on joue le rôle de persécuteur, il importe de voir lorsque nous sommes grandement attachés à notre point de vue. Si on remarque que nous argumentons souvent que nous avons raison par exemple, surtout pour des petites choses de la vie il se peut que le persécuteur ait trouvé racine en soi. Développer ses propres opinions fait partie du développement du Soi mais avoir besoin d’avoir raison est une habitude et tendance qui freinera le passage vers les rôles plus constructif du modèle alternatif offert par Emerald (*The Empowerment Dynamics, TED roles*). Le rôle de victime quant à lui comporte aussi son lot de souffrance et de distorsion explique Marco Loggia (2015). Il explique que le pouvoir de la victime dans la relation peut devenir « bien rodée » et où il peut montrer une « victime professionnelle » sachant manipuler la relation à son avantage. Elle va par exemple reprocher à l’autre sa cruauté et son manque de cœur pour obtenir ce qu’elle veut. Elle va gérer la relation à coups de plaintes et de larmes. En réalité, elle coince l’autre dans la relation dit Loggia (2015). Quant au sauveur, il agit avec une bonne intention et croit devoir aider l’autre. Le problème est qu’il peut croire qu’il est plus apte à savoir comment faire les choses que la victime et il peut vouloir se sentir indispensable et obtenir de la reconnaissance. Ce qui fait en sorte qu’inconsciemment il entretient la victime dans son rôle pour rester dans le sien. Cela peut lui procurer une raison d’être mais très souvent ce sera au détriment de son bien-être et de ses besoins (Calay, 2015).

pas d'ignorer que des injustices soient en cour mais plutôt de savoir comment les aborder, autant en soi qu'en lien avec l'autre. Ceci est nécessaire si on tient à transformer les conflits.

Il en ressort ainsi que la responsabilité devient partagée pour résoudre toute tension, problème ou conflit. Selon Emerald (2013), une expansion de la conscience devant la polarisation demande de trouver une façon de rester calme, d'écouter l'autre avec sincérité et de considérer sa perspective à partir d'un point de vue plus large. Un répondant aborde la question de la peur et du type d'ouverture requis pour la dépasser :

Although I have trouble staying internally centered when I consider Israeli government policies, I am able to relate to the fears on both sides. It is easy to get caught up in the claims by both sides, because so often (being in the US) what I hear has little explicitly to do with an individual's feelings--more about their positions and the claims they choose to believe. The idea that one can be open to both sides (as Thich Nhat Hanh encourages) is a hard idea for people to accept.

Une autre personne témoigne de ce qui lui a permis de cheminer vers une connexion profonde avec un invité en reflet à ces rôles: « Realizing how much more difficult it was for the perpetrator (or relative of one) than to be the victim (or relative of one). » Un autre mentionne la difficulté de connecter de façon profonde en présence d'un de ces rôles :

An Israeli Jew was describing how she was forced to leave Gaza after the agreement Sharon made with the Palestinians. I didn't understand her commitment to the land and her sense of being victimized by the decision and the Palestinians. It took time and a deep-listening practice for a shift to occur.

Plus les délégués en viennent à reconnaître et remplacer les dynamiques de pouvoir interpersonnelles qui font échec au dialogue vers d'autres plus coopératives, plus ils augmentent leurs compétences dialogiques et capacité à transformer les conflits. Par le fait même, ils augmentent les chances de se libérer de la souffrance sous-jacente nourrie par ces dynamiques et à ne pas prendre ce qui se passe de façon aussi personnelle pour reprendre leur pouvoir face à la situation en vue d'une résolution.

### **Habilité/Objetif B : Distinguer les faits, sentiments et valeurs dans une histoire et déceler ce qui est le plus important pour la personne qui la raconte**

Un exercice phare de la formation à l'ÉC (Cohen, 2011) pour pouvoir refléter à l'invité ce qui fait le plus sens et a le plus d'importance pour lui ou elle, est d'apprendre à reconnaître à travers le récit de l'invité ce qui relève des faits (ce qui se passe), des émotions (celles révélées explicitement ou implicitement), des valeurs (ce qui est important pour la personne, au cœur de son être) et les aspects non-verbaux. Cela

permet de mieux discerner un aspect qui est apparu centrale dans le récit de l'invité, le lui refléter et pour cet invité d'aller plus à fond sur ce qui est le plus difficile pour lui ou elle. Il s'agit de la compétence de base de parler avec le cœur (Cohen, 2011, p. 25). En écoutant le témoignage selon ces différentes couches, cela prévient de se centrer seulement sur soit les faits, ou sentiments, ou valeurs, reflétés. Cela permet aussi d'éviter de passer à côté d'un aspect de l'histoire racontée qui pourrait être révélateur de souffrances liées au conflit. Un délégué explique ceci en témoignant d'un moment significatif vécu au sein de la délégation : « Second to the last most important (moment) for me. As I shifted in listening to the feelings, (based in a personal story) and values, I got the gifts!! ». Pour une autre personne l'identification de valeurs entourant la souffrance d'un invité fut révélateur :

A guest speaker very hostile to Palestinians. This hostility made it difficult for me to connect. When asked what his greatest disappointment was, I was interested to hear him reply that he did not achieve enough. He seemed to me someone very much motivated by achievement. People highly motivated by achievement can view others as obstacles and be authoritarian as leaders. They may look at situations as a zero sum game – it's either them or us. It is easy for such a one to slip into the dual polarity paradigm to which compassionate listening provides an alternative. Once I understood his deep achievement need I could look at him with understanding.

Sur le terrain, cette « texture » ou fabrique liées aux histoires locales peuvent être saisies en un évènement, comme le témoigne la déléguée suivante, commentant sur le moment le plus profond pour elle de toute la délégation : « The detaining of our guide at the Hebron check point when we were not allowed to stand with him. We could only watch from the sidelines. » La dimension non-verbale fournit de plus des indices importants sur le niveau d'ouverture ou de fermeture chez l'invité et chez l'écouteur. Voici ce qu'un répondant au questionnaire a constaté: « YES. The body language is probably the obvious tell tale signs. Closed = folded arms, furrowed brow, hunched over, pursed lips... Open = wide open eyes, open mouth, open arms, leaning in... ». Un autre a observé sur cette question: « Sigh, softer posture, more eye contact, and also you can sometimes see and hear when the person moves into a new perspective, tone of voice shifts. Sometime people stop mid-sentence and say something quite new. » Un geste non verbal peut aussi être révélateur d'un changement au niveau du cœur selon une autre :

Prime Minister Salaam al-Fayyad was asked who influenced him most. He spoke of his father and showed the wrist watch that his father gave him. From the politics that we were talking about he became more vulnerable. It was clear he was sharing something from the heart.

Pour les invités aux sessions d'écoute, il peut s'agir de la première fois qu'ils racontent leur histoire, qui plus est en présence d'écouteurs avec le cœur ouvert et pleinement attentifs. Cela peut leur apporter de nouvelles idées (insights) ainsi qu'une plus grande clarté et compréhension sur leur vécu, voir une plus

grande appréciation de leur vie (Rew, 2005, p. 441). Une déléguée souligne la force derrière raconter et écouter une histoire dans ce format des sessions d'écoute avec l'ÉC :

When they were telling their stories they allowed their grief and sadness to show. With tears streaming down their faces they would continue sharing their stories. Not one of them expressed anger at any human or situation. Each one of our speakers expressed gratitude for listening to them. I was deeply humbled by the authenticity and compassion with which they expressed themselves.

Les histoires peuvent faire figure de « vaisseau pour le spirituel » selon Burkhardt et Nagai-Jacobson dans le sens où (2002, p. 296) : « Spirituality supports and encourages us as we question and seek to make sense of what is going on ». Les histoires apportent un langage et une forme de communication sur la richesse de sa propre spiritualité pour celui ou celle qui raconte son histoire, c'est-à-dire la profondeur et la complexité de sa personne en connexion avec elle-même, les autres personnes, la terre et même le sacré (Koerner 2007 p. 299). Dans l'instruction de tenter de voir dans les témoignages ce qui est le plus important pour les invités, les délégués en viennent aussi à voir ce qui est unique en eux.

#### **6.4.2 Variable 2 : Messages-clé**

Il s'agit ici des messages-clé et de la philosophie de base liée à l'approche de l'ÉC. Voici les trois indicateurs-concepts liés à cette variable.

#### **Indicateur-concept 2.1 : Voir ce qu'il y a de plus précieux et unique en l'autre**

La réponse du cœur dans cette unité structurelle débute avec l'intention d'humaniser plutôt que de « démoniser » l'autre/les autres. La motivation dans l'action est d'essayer de voir l'essence profonde chez l'autre/les autres, c'est-à-dire ce qu'il y a de plus précieux et unique en lui/elle/eux et en encourageant l'expression. Actualisée, cette réponse du cœur devient la suivante : En regardant l'essence profonde de l'écouté (ce qu'il y a de plus précieux et unique en lui/elle) et en encourageant l'expression, les écouteurs l'humanise plutôt que procèdent à sa démonisation.<sup>152</sup> Les deux habiletés/objectifs facilitant cette actualisation sont les suivantes.

---

<sup>152</sup> Reconnu dans le sondage en ligne par les répondants, en anglais: *In looking for the guest speaker's core essence (what is the most precious and unique in him/her) and encouraging its expression, listeners humanize rather than demonize him/her.*

## **Habilité/Objetif A : Connecter avec l'humanité commune qui unit, avec les ressemblances plutôt que les différences**

Selon l'approche de l'ÉC (Cohen, 2011) les écouteurs deviennent partie prenante des histoires de vie qu'ils entendent livrées par les invités aux sessions d'écoute et à cet égard, ils sont informés par leur propre histoire de vie et peuvent approfondir leur niveau de conscience dans cette écoute. Cela permet de voir que chacun est unique et en même temps ce qu'il y a de semblable transparaît, comme le témoigne une déléguée sur la plus grande guérison vécue au niveau personnel dans l'expérience de participer à une délégation : « A realization just how much people I had thought were so different from me were really in many ways quite like me. » Un autre corrobore: « There were moments when we both recognized there was more in common than different. » Cette indicateur-concept de voir ce qu'il y a de plus précieux et unique en l'autre signifie pour une répondante : « What is unique and what is the same » et la portée de la compassion à ce niveau est commentée par un autre délégué : « Compassion will elicit to look for the core essence in the other, beyond any of the aspects that are more superficial about that person. It is what allows connecting as a human being. » L'impact peut être de défaire des mythes sur l'autre pour une répondante, témoignant du moment vécu le plus profond pour elle lors d'une délégation : « Meeting a person villainized in my country's media, and finding him civil, caring, and a strong leader for his family and town ». Une autre indique s'être demandée si elle n'aurait pas eu les mêmes instincts, sentiments et réactions dans les mêmes circonstances dans lesquels se trouvaient un certain invité lors d'une session d'écoute.

Ma recherche a montré que la notion d'identité humaine commune était quelque chose d'acquis pour certains participants aux entrevues, comme si elle apparaissait au-dessus de la « hiérarchie des identités » par rapport à des facteurs identitaires liés à la religion, politique, économie par exemple (Brodeur 2019). Pour les autres après réflexion, ils reconnaissaient cette notion comme présente à plusieurs égards dans le lien avec certains invités. Le déclencheur ou déclic le plus souvent cité ayant permis aux participants aux entrevues de connecter profondément avec un invité aux sessions d'écoute est leur identification à un facteur identitaire commun, tel que celui de parent ou grands-parents. De plus, l'expérience d'un sentiment de douleur et/ou de souffrance envers l'autre a été déterminant dans le sentiment d'identité humaine commune dans le lien qui les unissait avec des invités.<sup>153</sup> En situation de conflit, chaque partie

---

<sup>153</sup> Rappelons-nous Rehling (2008) qui a constaté que la forme d'écoute compassionnelle lui ayant apportée une guérison émotionnelle fut bénéfique du fait de l'humanité commune vécue, là où l'interconnectivité et la prise en compte de la souffrance humaine a pris place.

tend à développer des stéréotypes négatifs et à déshumaniser l'autre : ce qui justifie les images de l'Autre côté du conflit comme étant l'ennemi (Oppenheimer, 2006, cité dans Allen Nan et al., 2012). La tâche d'humanisation de l'autre au niveau identitaire devient un besoin important et pouvoir le faire dans un contexte de vie est facilitateur: « There is much need for both sides to experience one another in everyday contexts as parents, homemakers, schoolchildren, teachers, or merchants, which enables them to see one another as human beings who are more like themselves than not » (Oppenheimer, 2006, icité dans Allen Nan et al., 2012, p. 608).

Se reconnaître en l'invité aux sessions d'écoute a permis à plusieurs délégués de passer d'une difficulté à connecter vers une connexion plus profonde. À cet effet, le message clé et l'instruction donnée de tenter de voir l'essence la plus profonde chez l'autre - ce qui est le plus précieux et unique en lui ou elle - est porteur. L'emphase n'est pas mise sur les blessures mais plutôt sur l'endroit de force, résilience, vie et survie au-delà des blessures au cœur même notamment du partage de souffrances vécues. Un sujet d'entrevue illustre ce que signifie cette essence profonde :

For me the deeper level definitely means the heart because wounds of the heart are emotional wounds or emotional neglect or different ways that our needs weren't taken care of let's say. Those kind(s) of wounds are usually the root of reactive behaviour and destructive behaviour. So I don't know, in the past I used to try to identify with (what) the wounds were. Now with this experience with The Compassionate Listening Project I haven't been doing that as much. In these sessions it's been more of trying to find something positive...because even when we have wounds there's something that overcomes that and so I think it's trying to kind of search for that, like where's that place in their heart that's courageous, is expansive, is open, is embracing. So there's that place that's in them of courage which seems to be encouraged. And so I think it's like that, like connecting on that part level of where's the place where you've loved, where the person has loved and they've shown courage rather than fear. Where they've opened up rather than shutting down and to try to draw that out or encourage that or speak life into that area.

Dans cet espace de rencontre, on porte attention à l'essence même de la personne (core). L'écouteur ouvre la voie à toute mention, manifestation, résonnance, ou exposition d'éléments autant liés à la spiritualité qu'à d'autres dimensions du vécu (socio-politique, économique, familial, communautaire, etc.). Là où selon cette dernière citation d'une répondante, semble être le coeur (core) de la personne en écho avec le modèle du coeur de TCLP de la métaphore du mur de briques : le mortier étant les histoires qu'on se raconte qui tient le mur bien en place, la force du narratif permettant de voir ce qui est commun et d'aider à « soften the mortar enough to allow the heart to expand and enable new perspective to emerge



» (Cohen, 2011, p. 10-11).<sup>154</sup> Comme si le coeur (core) de la personne était manifesté et reçu, perçu ou discerné par l'écouteur, tout comme Pargament expose une dimension spirituelle en psychologie demandant d'être intégrée dans cette discipline et qu'il expose au sein d'un « domaine de la spiritualité » et « sacré » où ce qui est rattaché a une place importante à prendre en compte dans ce champs disciplinaire. Il contribue un savoir important en regard de cet indicateur-concept et tout domaine connexe adressant les qualités humaines, valeurs et vertus dans une perspective prosocial visant les forces intrinsèques chez l'humain. Une fois cette essence perçue/discernée, il s'agit d'aider à ce qu'elle puisse s'épanouir, « flourish », une fonction faisant partie de la définition de ce qu'est l'amour compassionnel (Ferah et al., 2009) et qui fait partie d'une des cinq compétences de base de l'ÉC.

### **Habilité/Objectif B : Encourager l'expression de l'essence profonde de l'autre, ce qu'il y a de plus précieux et unique en lui/elle**

Une façon d'aider l'autre/les autres à accéder à leur vérité et la partager est de parler avec le cœur, une des compétences de base pour l'ÉC (Cohen, 2011). Il s'agit pour les écouteurs de ne pas parler pour soi ou s'entendre parler, mais d'être de service à l'écouté. En posant des questions lorsque le témoignage est terminé ils tentent d'atteindre l'essence des besoins et des sentiments de l'invité selon le témoignage entendu. En communiquant une part d'humanité profonde, l'écouteur aide à donner voix à la vérité et au sens qui habite la personne qui a partagé son histoire (Cohen, 2011, p. 13). Il y a ici quelque chose de proactif et dépourvu de ses propres besoins qui a un effet humanisant, car il faut puiser dans la la capacité de dire, de refléter, d'ouvrir un canal de résonance avec l'autre qui le rejoint au niveau profond. Ce qui demande un état d'ouverture, tel une voie tracée dans l'intention et la motivation même de cheminer vers le pôle de droite et de la compassion. L'état d'ouverture présent, la compassion procurée via ce canal peut manifester ou se voir 'être manifestées' diverses possibilités dont de transformation.

Cette instruction centrale de connecter avec l'essence propre de la personne humanise car chacun sait dans son for intérieur comment important est le fait de se faire reconnaître pour qui on est véritablement et être entendu sur ce qui nous motive et importe à nos yeux. La contrepartie à l'humanisation est la « démonisation », ou encore une déshumanisation ou pratiques déshumanisantes, qui elles aussi peuvent être proactive. Lorsque l'autre est perçu comme un danger ou un ennemi, même sans le connaître mais

---

<sup>154</sup> Dans le modèle/ métaphore du coeur dans l'ÉC, les briques étant des incidents spécifiques ayant causé la douleur et le mortier, les histoires que les gens se racontent à propos de ces événements qui gardent les briques imperméables et bien en place.

sachant par exemple qu'il fait partie d'un groupe identitaire particulier, on peut en venir à le « démoniser », c'est-à-dire de faire fi de sa dimension humaine. Le défi est d'autant plus grand sur le terrain de la construction de la paix comme le témoigne un délégué dans le questionnaire lié à une expérience en regard de cet indicateur-concept :

It seemed to me that what he valued was service to Israel, as he saw it, and he took considerable risks in doing what he did. He seemed proud of what he did, bragging about numbers he had killed. This is horrifying to me, and I don't think I could imagine at that time establishing a truly deep connection with him, I felt he was judging us.

Rappelons-nous les participants aux entrevues ayant vécu des révélations en ce sens. Par exemple, une déléguée qui s'est identifiée à une invitée d'une session d'écoute avec laquelle elle ne croyait pas avoir beaucoup d'affinité. Durant la session, afin de mieux comprendre sa perspective, elle a choisi de mettre l'emphase sur une ou deux identités communes entre elle et l'écoutée :

Her story made me think of her as a human being who had the same desires and needs that I have had in my life when I was a mother of kids at home. So it was partly identifying with her as a woman, but it was mainly just sort of saying that her desires were the same as mine have been when I was her age, probably more. But I pictured settlers as being these angry, domineering people who just want their way no matter how miserable they make everyone else. And she, the way she presented herself and the way I listened to her made me feel like she was a lot more like me than I thought she would be.

Au moment même d'une telle réalisation en pleine session d'écoute peut surgir divers sentiments et pensées paradoxales où le délégué choisit de demeurer connecter à l'écouté tel que l'indique une répondante sur ce qui l'a motivée à connecter plus profondément : « The person was most like me. Our differences therefore stood out in sharp relief. Telling myself 'You're not here to judge but to understand and to care' helped considerably. » Pour une autre, le moment le plus profond vécu lors de la délégation fait référence à cette connexion identitaire au niveau humain :

When I realized we are all connected at the deepest level. It was in listening to the female Israeli settler who was so bitter and angry and racist towards Palestinians. I tried very hard to judge her but found I couldn't. Because we were sisters and her pain would be mine if only we were born to different fathers on different sides of the globe.

Le Dalai Lama affirme que les êtres humains peuvent apprendre à établir une connexion profonde avec les autres basé sur leur humanité commune donc sur ce qui les unit plutôt que sur ce qui les divise, et ce, en mettant l'emphase sur les ressemblances plutôt que sur les différences, ce qui demande restrainte et discipline prévient-il (2009, p. 297). Nous faisons partie de la famille humaine dit-il, ce qui fait en sorte qu'en toute situation – difficile ou non – nous pouvons choisir de communiquer avec ce qui est le plus

humain en nous et en l'autre. Son approche en fait préconise l'ÉC (Cohen, 2011). L'atteinte de cette dimension humaine en soi implique une compassion envers soi et non seulement envers l'autre. Mc Gonigal, psychologue de la santé<sup>155</sup> identifie l'humanité commune comme un de trois éléments centraux liés à la compassion pour soi. Une compréhension profonde de la souffrance dont nous faisons l'expérience ne nous renseigne pas sur qui nous sommes, mais sur le fait que nous sommes humains dit-elle. Ajoutant qu'il est important d'élargir notre perspective et de ne pas croire qu'il y a quelque chose de mauvais en soi car c'est ainsi qu'un espace peut être créé pour que le changement et la transformation de cette souffrance, ainsi que son impact sur soi et son identité, prennent place (Mc Gonigal, 2012).<sup>156</sup> La formation à l'ÉC adresse cette question de la compassion pour soi, ce qui s'avère souvent un défi plus grand que de procurer de la compassion à l'autre pour les participants. Le travail sur le non jugement porte aussi sur ceux fait envers soi et il semble que de cet endroit où un espace est créé pour transformer ses propres blessures se situe une des portes d'entrée au portail de découvertes et possibilités plus tôt annoncé comme découverte découlant de l'étude. Les prochains indicateurs en font foi et peut-être est-ce là que se situe le fait que selon Green, autant les écouteurs que les écoutés vivent des transformations et guérissons au sein des délégations. Le prochain indicateur-concept lié à la notion d'ouverture figure comme pierre angulaire dans la Matrice à cet égard à mon avis : situé au centre de la Matrice on peut le voir comme un élément pivot de ce qui apparaît comme un hologramme présentant un Tout interrelié (processus social structurel de base et processus psychologique social de base au sein de la BSP – Basic Social Process Theory que constitue ce modèle théorique et appliqué).

## **Indicateur-concept 2.2 : Être ouvert d'esprit, à des possibilités**

La réponse du cœur dans cette unité structurelle débute avec l'intention de garder le cœur et l'esprit ouverts envers les autres à la lumière de ce qui prend place pendant le dialogue. La motivation dans

---

<sup>155</sup> Kelly McGonigal est psychologue de la santé (health psychologist) associée notamment au *Center for Compassion and Altruism Research and Education (CCARE)* à l'école de médecine de l'université Stanford. Ce centre fut fondé en 2008 dans le but de promouvoir, supporter et conduire des recherches scientifiques rigoureuses sur la compassion et le comportement altruiste.

<sup>156</sup> Dans sa série Audio DVD publié en 2012, intitulé *The Neuroscience of Change : A Compassion-Based Program for Personal Transformation* (Sound True audio learning course. Session 3, 9 :34), Kelly McGonigal fait des ponts entre des savoirs provenant des neurosciences et des traditions anciennes pour renseigner sur des éléments de sagesse combinant la science et la pratique liées à diverses traditions.

l'action est de devenir témoin de nouvelles possibilités pour soi-même, l'autre et tout ce qui concerne le conflit. Actualisée, cette réponse du cœur devient ce qui suit : En gardant l'esprit ouvert pendant un dialogue (sessions d'écoute), les écouteurs peuvent être témoin de nouvelles possibilités (d'apprendre quelque chose de nouveau, d'être surpris).<sup>157</sup> Les deux habiletés/objectifs facilitant cette actualisation sont les suivantes.

### **Habilité/Objectif A : Créer une ouverture pour l'assouplissement de ses positions et la création commune d'actions sages**

Dans le curriculum de l'ÉC (Cohen, 2011), on affirme l'importance de demeurer souple quant à ses positions sur un conflit et viser de co-crée (avec l'autre) des solutions empreintes de sagesse, c'est-à-dire qui ouvrent un horizon axé sur le bien commun. Une position dialogique dans l'écoute part de la croyance que les participants vont se rassembler et en venir à de nouvelles formes de compréhension qu'ils ne possédaient pas avant leur rencontre (Rehling, p. 87). Il est d'ailleurs fréquent que la résolution d'un conflit se déroule d'une façon non anticipée, d'où l'importance de garder une attitude et un esprit d'ouverture favorise la capacité de changer ses pensées, comportements et attitudes. L'imagination entre en jeu ici et joue un rôle important dans la résolution des conflits (LeBaron 2002, p. 101) : « Surpassing the known, we generate new forms and envision new ways forward. Leaving stereotypes, preconceptions, and assumptions by the old railroad tracks, imagination liberates our minds to conceive new ways of transportation. » S'engager dans une action qui mène à l'assouplissement de ses positions et laisser surgir de nouveaux éléments qui permettent d'ouvrir le dialogue aide à trouver ensemble une solution. LeBaron explique que mettre ses attentes de côté et laisser aller quelque chose qui doit être transformé pour s'ouvrir devant le processus créatif en cours est foncièrement relationnel (2002, p. 38-39) : « We open ourselves to relationships, not only with a canvas or a musical score but with each other, with our natural world, and with vast unknown parts of ourselves. All are rich sources of inspiration, motivation, and unique ideas ». Des aspects inconnus de notre propre personne se voient révélées lorsqu'on s'ouvre aux relations et les délégués ont témoigné de transformations vécues à ce niveau. Un d'entre eux partage le moment le plus important pour lui dans son expérience de l'ÉC et la délégation :

When a Palestinian who'd been jailed for 5 years and a Jewish-American-Israeli immigrant (Hasidic) who were partners in a peace project each answered a question I asked in exactly the same way. The question was "If you were made emperor of this part of the world, what would you do?" EACH said "His people (pointing at the other) wouldn't be here. This is OUR land! But I

---

<sup>157</sup> Reconnu dans le sondage en ligne par les répondants, en anglais: *In keeping an open spirit during listening sessions, listeners witness new possibilities (e.g. to learn something new; to be surprised).*

don't have that option. They are here and are not going away. I only have the option of trying to live out my own religious values, which are the SAME as HIS religious values, in the place and time where we find ourselves.

La co-création signifie d'aller dans un espace d'ouverture sans polarisation et de laisser le champ libre pour être surpris plutôt que d'imposer son point de vue à l'autre. Pour une déléguée, un certain type de prédisposition et de vision du monde lui a permis de passer d'une difficulté à connecter à une connexion profonde avec un invité :

He was from a Zionist organization which felt that it was important to "rout out traitors" who were teaching at the University level. This idea is anathema to me since freedom of speech at the University is a strong value for me. I could empathize with his fervor and his worry about Israel. I felt that his efforts were misguided but I can understand his concerns. In a debate, I would be offering alternatives to his thinking, but I left instead impressed by his concerns and felt that in an on-going situation there would be a way to work together.

Cet exemple démontre que pour les écouteurs il ne s'agit pas d'être d'accord avec la perspective de l'invité ou de ressentir de facto une grande connexion avec lui ou elle, mais bien de garder les canaux de la communication ouverts : « Speaker's position was not one I generally agree with, but I was able to better understand his position after listening to him ». L'espace d'ouverture crée par la simple écoute peut être suffisante pour ne pas tomber dans les pièges de la séparation et division du pôle de gauche dans le modèle et se positionner dans le stade de la communication au centre de continuum. Toute forme d'ouverture est un succès en ce sens et peut mener à de nouvelles façons de voir un soi-disant ennemi.

### **Habilité/Objetif B : Dépasser la fermeture à l'autre avec compassion et se laisser surprendre**

L'ouverture à l'autre dans l'ÉC passe par l'ouverture du cœur que présuppose la compassion. En cours de pratique les écouteurs en viennent à reconnaître quand leur cœur est fermé ou ouvert et trouvent des façons de voir à ce qu'il demeure ouvert. Les participants à cette étude ont fourni des indices à cet effet : contrer les pièges de la dimension mentale de l'être dont les jugements sur l'autre ; œuvrer à reconnaître la douleur et la peur qui habitent les invités aux sessions d'écoute ; prendre conscience d'un focus trop grand sur soi plutôt que de mettre son attention sur ces invités ; réaliser que l'on ne veut pas « vouloir ouvrir son cœur et résister à ce faire devant un invité en particulier et ; tomber dans le cynisme. Parmi les éléments facilitateurs à l'ÉC est le fait que de demeurer ouvert à l'invité en continuant de connecter avec le cœur même lorsque cela est difficile, ils peuvent atteindre un nouveau niveau de compréhension sur l'invité, le conflit et eux-mêmes :

In a lull after the speaker had been arguing a position I strongly disagreed with, I asked her about some toys in the corner (we were in her home) and she shifted to talking about her grandchildren and how much she wanted, for them, the conflict to end. I probably had been asking the question just to change the topic, but it did allow a real human connection between us.

Listening to someone who I did not agree with at all and eventually seeing other sides of the person that I connected with and understood their point of view.

I don't remember the specifics but I do remember transitioning from listening to the Palestinians to the Israeli's. The perspective I heard first seemed so crystal clear to me. It seemed impossible to see the conflict any other way.... until I listened to the other side.

It happens often in my conversations with students, rather than a "guest speaker." I have a history of perceiving their excuses for not taking responsibility for their own learning. Now I assume they are telling their truths, and eventually the whole of their story comes out. As a result, a connection is made.

I can't recall the details so well, but I went from a place of skepticism, being somewhat unreceptive to where this person was coming from to a place of some understanding and sympathy.

An American orthodox Jew on a kibbutz who expressed strong feelings of rightful ownership of the "Holy Land". While initially I felt threatened by his viewpoint, in listening more deeply, I heard his pain and fear and longing.

Burkhardt and Nagai-Jacobson affirment que nous ne pouvons pas déterminer le sens d'une expérience pour une autre personne (2002, p. 52), d'où l'importance de se laisser surprendre par les autres. Ou encore de vouloir comprendre le sens que donne l'autre à son expérience. La compassion ouvre la voie à des surprises et des possibilités au niveau relationnel selon Vasquez, médecin, dans l'expérience clinique qu'il vit en lien avec ses patients et où : « Implicit and explicit forms of participation in the patient's suffering create a world of compassion that introduces new experiential possibilities » (Vasquez, 2010). Qui plus est, lorsque la connexion profonde est présente cela peut mener à un sentiment ou état de communion avec l'autre selon le modèle. Pour Rosenberg, la communion spirituelle plus particulièrement lui apparaît comme un besoin humain fondamental qu'il associe à des notions telles que la beauté, l'harmonie, l'inspiration, l'ordre et la paix (Rosenberg, 2003, p. 55). C'est à ce type de qualités que font allusion plusieurs des répondants au questionnaire dans leurs commentaires écrits. Leurs réponses sur ce qui leur a permis de passer d'une difficulté à connecter à une connexion profonde avec un invité durant une ou plusieurs sessions d'écoute sont éloquentes à cet effet.

À noter que je souligne cette qualité prosociale (dans la joie comme la souffrance de l'autre ressentie via la compassion) qui ressort dans leurs commentaires mêmes :

We were invited to Shabat at a home in Maale Adumin, the huge settlement that divides the West Bank. Like being in Southern California or Florida, after being in the West Bank; very lush and green. Listening to her story, her hospitality, and good spirit opened me to her.

Discovering a shared hope, desire, need.

We were listening to a woman who was a settler, and what shifted me/us was her appreciation of how deeply we had listened to her.

Being able to identify with the helplessness although what was expressed was primarily rage and anger.

A Palestinian speaker was speaking with sadness of the situation into which his baby son had just been born. It was difficult to stay in the space of powerlessness and despair - I wanted to be hopeful and encouraging. Instead I just accepted his deep ambivalence.

This happened on an early visit to a settler's home and family. I disagree with settlements and yet found the couple to be warm, caring people.

An IDF soldier, whose job was basically targeted assassinations (visiting Palestinian communities, posing as an Arab, and killing the individual he was directed to kill). The atmosphere was highly charged. I could not connect deeply with him but I could recognize that he believed he was doing a valuable service for his country, perhaps saving the lives of Israeli Jews. I felt compassion for him (the only member of the IDF we listened to).

Listening to a man who suspected his father was active in WWII, hearing and seeing his pain, and realizing that I couldn't take it away, but could make space to witness it.

We were listening to a speaker from Hamas and he talked about his business and his family and it made it easier to listen and take in the rest of his presentation which was difficult for me as a Jew even though I suggested to Leah that she include a representative from Hamas on our schedule.

Pour Johannesen, ce qui est en jeu pour les participants dans un dialogue est que chacun demeure ouvert à lui-même et dans une vulnérabilité où il risque d'être transformé (Johannesens, 1971, cité dans Rheling, 2007, p. 87). Rappelons-nous les caractéristiques centrales du dialogue : authenticité, inclusion, confirmation, esprit d'égalité mutuelle et un climat de soutien. Tendre vers ces attributs prosociaux tout en faisant face aux défis de la fermeture à l'autre - donc choisir consciemment de demeurer ouvert à l'autre - actualise ce potentiel de compassion et prévient ou contre celui de la violence. Cette action ouvre la voie à la transformation du conflit ; du moins au processus transformationnel des tensions qui nous définissent vers un horizon différent et éminemment prosocial donc cheminant vers la droite du continuum avec son potentiel transformationnel de compassion.

<

### **Indicateur-concept 2.3 : L'écoute profonde**

La réponse du cœur dans cette unité structurelle débute avec l'intention de calmer le mental (pensées) afin d'être pleinement présent aux autres. La motivation dans l'action est de chercher de façon sincère à savoir qui l'autre est, ce qu'il valorise et les expériences qui motivent ses perspectives. Actualisée, cette réponse du cœur devient : En calmant l'activité mentale (pensées) afin d'être pleinement présent à l'écouter avec le cœur, les écouteurs sont plus aptes à en venir à connaître les expériences qui motivent sa perspective<sup>158</sup>. Les deux habiletés/objectifs facilitant cette actualisation sont les suivantes.

#### **Habilité/Objetif A : Ralentir à la « vitesse de la sagesse » pour une qualité de présence et d'environnement**

Une instruction souvent mentionnée dans la formation à l'ÉC est « slow down to the pace of wisdom » (ralentir à la vitesse de la sagesse). Ce qui signifie de calmer son esprit et se centrer pour être pleinement présent à l'autre. On encourage les participants à chercher à connaître l'autre, c'est-à-dire qui il est et ce qu'il valorise de façon sincère. Calmer l'esprit et modifier son focus vers le centre de son être est de mise selon le guide de Cohen: « Shifting the focus from our active minds to the energetic core of our being, and keeping our own stories and interpretations out of the way » (Cohen, 2011, p. 12-13). De cette façon est-il expliqué, des voies s'ouvrent pour une compréhension plus profonde où sont mis de côté les pièges tels les jugements et vouloir réagir sur ce qui est dit lorsque l'on est déclenché (triggered). Ce pourquoi un travail considérable est fait pour reconnaître des déclencheurs en soi et trouver des façons de développer des réponses au calme. Lors de la reconnaissance qu'un événement est sur le point de prendre place, la personne peut changer son focus du niveau mental vers le cœur et cela peut être suffisant pour prendre consciemment une distance par rapport à des stratégies de défense et de vengeance. Demeurer infusé d'un sentiment d'amour et de gratitude peut de plus bloquer la réaction négative à un événement stressant et apporter une nouvelle perspective même si on se sent vulnérable (Koerner, 2011, p. 291).

Une autre instruction phare dans la formation à l'ÉC est : « Don't analyse, don't interpret, don't fix » (ne pas analyser, ne pas interpréter, ne pas « régler le problème »). Ceci pour s'éloigner d'une forme d'écoute

---

<sup>158</sup> Reconnu dans le sondage en ligne par les répondants, en anglais: *In calming the mental activity (thoughts) in order to be fully present to the guest speaker with the heart, listeners are better able to get to know the experiences that motivate his/her perspective.*



qui « vient de la tête » versus une écoute qui vient du cœur. Les participants à la formation et délégués en viennent à faire la différence comme le témoigne cette déléguée :

A lot of what I do comes out of my head. That's not all bad but it's so different to come out of the heart. It's an opening. It really is a way of listening that is so much bigger than listening with the head and the ears. It's acknowledging the significance of that other person who is speaking even if they come... even if they say things that are very difficult. It is seeing their humanity, their uniqueness and respecting that and not begrudging the way in which they're different but accepting at the deepest level that that is a very important person... That deepest level is that it takes in the whole person I think: their background, their experience, their pain, their joy and their safety and security.

Parmi les éléments facilitateurs à l'ÉC identifiés par les participants à l'étude, on retrouve l'action de s'éloigner d'une trop grande activité mentale (staying away from too much mental activity) et des jugements portés sur l'autre. Ceci facilite l'atteinte du niveau de présence pour une écoute de qualité : « LISTENING FROM THE HEART, for me, is just another way to say non judgmental listening. I can more easily let mental activity go when listening. It's more that I can set aside my thoughts and be present to the speaker. » Être présent à l'autre semble ici plus venir de l'être (cœur, corps, esprit) et l'espace offert par l'écoute permet cette autoréflexivité et cheminement vers le niveau de profondeur requis et donc qualité de présence. Une fois ce niveau de connexion établi, un dialogue véritable peut prendre place selon une des participantes aux entrevues car son attention n'est pas portée sur tenter d'expliquer à l'autre pourquoi elle a tort et qu'elle-même a raison. Ici se trouve une piste de réponse à la question à savoir quel'approche de l'ÉC est précurseur d'un dialogue véritable.

Le passage de la difficulté à connecter vers une connexion profonde demande donc cette écoute foncièrement respectueuse qui comprend une attitude particulière cherchant à voir comment les individus donnent sens à leur vie et à leur expérience. La qualité de l'écoute étant plus grande, le changement qui prend place chez l'écouteur peut être subtil :

This was when listening to a sex abuser - I was more tentative than usual (or shall I say less open hearted) because I found it hard to suspend judgment around sexual abuse... but in listening to his story I began to understand more and understand the cause of his disturbance which cracked open and softened my heart.

Lors d'une entrevue, une participante à la délégation de 2010 partage son expérience du défi de dépasser les pièges du mental pour se rendre à un endroit qualitativement différent près du cœur et on y reconnaît des éléments clé de cette pratique tel que vu auparavant :

I experienced that when I give compassion that it seems to create a positive feeling in me and also the person to whom I extended the compassion. And also to create some kind of bond that there is a connection which is deeper than just knowing details or knowing facts but sometimes giving the compassion is challenging, you know, if someone is very defensive or is very kind of stuck in a certain place, stuck in their head or stuck on ideology or something, it becomes more challenging to go to that place of compassion and extend it. So that's the challenge is that feeling and that, you know, can be language sometimes creates a reaction, can create a reaction in the listener to respond likewise, so the challenge is to overcome it, to be able to stay open. To be able to stay not analyzing the words that they're saying and the argument, not even analyzing how I'm feeling per se, which is a place I like to go. But just trying to continue to, say even if I don't understand with this person that's talking to me, if I don't agree with this person that's talking. Even if they're upsetting me somehow right now and I don't know why necessarily, or maybe I do, the challenge is to remain focused on them and trying to understand their heart, their feelings, their values, anything that we do have in common. The question is: Where is the point in all that they're saying that is beyond their rationale and is it a deeper level?

La reconnaissance de ce type de changement au niveau expérientiel est présentée par une répondante comme la différence entre écouter et entendre l'autre. Elle dit l'avoir vécu à plusieurs reprises: « Yes, many times, I felt something in the mind (ideas, judgements) which shifted into hearing... ». Pour une autre, on voit que l'expérience comme telle devient centrale: « Things which I have known in my head became felt, lived experiences. » Des façons de contrer ces opérations mentales impliquent certains changements (shifts) vers l'intelligence du cœur.

### **Habilité/Objectif B : Diriger l'énergie vers le cœur pendant l'écoute et se laisser guider par le processus en cours et sa dimension de mystère**

Le guide de Cohen (2011) sur l'ÉC souligne que la qualité de présence requise pour transcender un état de fermeture face à l'autre est plus facile à accéder à partir de l'endroit où on est centré et pleinement présent à soi-même et à l'autre, là où la personne se sent ancrée au cœur de son être, de son essence, en synchronicité avec le calme, la clarté et la compassion qui réside à cet endroit dit-on. Pour l'atteinte d'une écoute profonde, les instructions liées à la compétence de base qu'est « écouter avec le cœur » selon le Guide sont les suivantes :

What is asked of participants is to be fully present for the Other without the use of words; to direct their energy to the area of their heart as they listen to allow themselves to feel nourished by the process; not to interrupt or interject comments and; when they find their mind wandering, to bring themselves back to keeping their heart open and just listening without judgment or analysis. Participants learn to move from listening, to reflective listening that takes them a step further in being able to be of service to another person and where the person reflects back what she hard to deepen their understanding of another's experience and to ensure that they are hearing accurately and not interpreting. (Cohen, 2011, page 12)

La dimension réflexive de l'écoute selon cette citation fait des ponts avec la compétence de parler avec le cœur vue plus tôt. Des rituels et exercices de centration sur soi et de pleine conscience ont lieu au début et à la fin des sessions de formation à l'ÉC. Bien que bref, par exemple avec la lecture d'un poème, une courte méditation ou allumer une chandelle suggérant une intention pour le groupe, le but est de faciliter l'atteinte de cette qualité de présence et de connexion avec l'autre, avec le cœur. Ce qui aide à une écoute profonde et qui pour Hoffman en est une avec « l'oreille spirituelle » qu'elle associe au discernement :

I'm not talking about the human ear. I am talking about discerning. To discern means to perceive some thing hidden or obscure. We must listen with our "spiritual ear". This is very different from deciding in advance who is right and who is wrong, and then seeking to rectify it. And, it's very hard to listen to people whom I feel are misleading, if not lying. Hard to listen to such different memories of the same event - hard. (Hoffman, 1997)

Le discernement est lié à la motivation et au moment du choix dans le modèle de recherche de l'amour compassionnel dont je me suis inspirée pour la recherche menant au modèle présenté dans ce chapitre. C'est ce qui est visé par l'intégration des diverses formes d'intelligence à mon avis, ce que cette unité structurelle de la Matrice et celles suivantes adressent de plus en plus. En ce sens, le savoir-être et le savoir-faire impliquent l'être tout entier et ses multiples dimensions. Le philosophe chinois Chuang-Tzu True explique comment l'empathie demande d'écouter avec son être tout entier :

The hearing that is only in the ears is one thing. The hearing of the understanding is another. But the hearing of the spirit is not limited to any one faculty, to the ear, or to the mind. Hence it demands the emptiness of all the faculties. And when the faculties are empty, then the whole being listens. There is then a direct grasp of what is right there before you that can never be heard with the ear or understood with the mind. (Chuang-Tzu, cité dans Rosenberg, 2003, p. 91).

En ce qui a trait à la gestion du diagnostic et des soins de santé aux patients, Koerner suggère aux infirmières de simultanément pratiquer dans le « champs (realm) de la non intervention » qui réfère à une présence authentique au-delà des questions diagnostiques et du focus médical. L'infirmière et le patient entre ici dans une relation authentique et font confiance au processus en évolution dans la relation de soin. Koerner en explique la valeur (2011 p. 101):

When a label is put on someone or a situation, this influences plans and maps related to our thought conditioning, despite the truth that could be before our eyes: the person. Expectation and conditioned responses coming from the environment, culture, childhood or others make us put a conceptual identity on the person that can become a prison for this person and oneself. (Koerner, 2011 p. 101)

La non intervention est réalisée lorsqu'une attention complète est portée sur le moment présent et l'interaction prenant place avec la personne devant soi, laissant de côté son passé et futur, les attentes et la réactivité ce qui laisse la place à (Koerner, 2011, p. 110) : « Mindfulness and presence, from where can be transmitted a deeper truth. The intervention becomes more profound and therapeutic. » L'explication scientifique fournie par Koerner sur ce phénomène est qu'une capacité vibrationnelle venant du corps bioénergétique résulte de cette non intervention, sous forme de modèle holographique s'inscrivant dans les progrès de la physique quantique, une discipline décrite par Werner Heisenberg, Prix Nobel de physique en 1932 comme étant (Beauregard, 2012, p. 210) : « The atoms or elementary particles themselves are not real, they form a world of potentialities or possibilities rather than one of things or facts. » L'argument de Koerner est que lorsqu'on écoute avec une pleine attention, le niveau de vibration reçu venant des sons atteint le niveau de l'âme et elle cite Tolle (2003) sur ce phénomène : « Our thought body senses the energetic tone, perceiving the emotional messages behind the words like an holograph. Giving ourselves completely to the act of listening beyond the sounds uncovers something greater, a sacredness that cannot be understood through thought. » (Tolle, 2003, in Koerner 2011, p. 110). L'importance d'être dans le moment présent lors de l'écoute profonde est mentionné par des délégués: « It's a choice in every moment – from inside out »; « Learning to live in the moment rather than past or future, noticing common needs, reactions and experiences. » Les trois derniers indicateurs-concepts de la Matrice continuent à explorer ce qui est en jeu dans une qualité de présence dialogique.

### **6.4.3 Variable 3 : Messagers**

Il s'agit ici de ceux et celles qui pratiquent l'ÉC, les participants aux délégations et formations de TCLP à l'ÉC. Voici les trois indicateurs-concepts liés à cette variable.

#### **Indicateur-concept 3.1 : Intention de guérison**

La réponse du cœur dans cette unité structurelle débute avec l'intention de donner à l'autre/les autres une voix sur ce qui résonne de vérité et fait du sens pour lui/elle/eux. La motivation dans l'action est d'essayer de connecter avec la partie qui souffre et fait du sens pour lui/elle/eux. Actualisée, cette réponse du cœur

devient : En connectant avec la partie qui souffre chez l'écouté, les écouteurs donnent voix à ce qui a vérité et sens pour lui.<sup>159</sup> Les deux habiletés/objectifs facilitant cette actualisation sont les suivantes.

### **Habilité/Objectif A : Choisir délibérément un espace de rencontre visant la transformation des blessures et causes sous-jacentes au conflit**

Les pionnières à l'ÉC (Dohen, 2011) affirment que le but de cette approche est d'être au service en apportant une présence de guérison et des façons d'écouter particulières qui partent de l'intention précise de ne pas juger en écoutant et de demeurer curieux et tenter d'aller au cœur des besoins et sentiments de l'autre venu raconter son histoire. Ceci, à l'image de ce que nous avons vu dans des unités structurelles précédentes de la Matrice :

The listening and language chosen in speaking reflect a healing intention rather than words of blame or judgment that may trigger another's defenses and that participants seek more information out of genuine curiosity rather than to disprove the other person's point of view and the issues are reframed to get at the essence of underlying needs and feelings. (Cohen, 2011, p. 13)

Le témoignage de Rheling est révélateur quant à l'effet d'un tel type d'intention de base en lien avec l'autre. Ce qui l'a aidé le plus dans sa guérison, en contexte de faire face à une grave maladie, est le fait que le focus des visiteurs qui lui ont procuré une écoute compassionnelle lors de son hospitalisation, n'était pas sur ses symptômes physiques et ses défis spécifiques mais sur « faire du sens ensemble » de sa souffrance (making sense together) : « We worked together to create an understanding of the suffering I was experiencing » (Rehling, 2008, p. 84). Cette forme de compréhension ne venait pas d'une compatibilité psychologique entre eux dit-elle, mais d'une humanité partagée qui a eu pour effet de diminuer sa solitude et lui a permis de guérir spirituellement du fait que l'impact fut qu'elle a pu commencer à « grandir » dans sa maladie. Elle fait référence à Martin Buber (1958, 1965), philosophe, pour qui le dialogue est plus une attitude que les participants adoptent entre eux qu'une méthode ou une technique spécifique (Idem., p. 86).

Des délégués partagent le moment le plus transformateur de leur expérience faisant écho à ce type de lien: « The sense of love and common humanity that was conveyed in one exercise in which we circled the room looking each other in the eyes without words »; « Increased sense of shared suffering with others ». Commentant cette humanité partagée en regard d'un changement constaté chez un invité, une

---

<sup>159</sup> Reconnu dans le sondage en ligne par les répondants, en anglais: *In connecting with the part that is suffering in the guest speaker, listeners give voice to what has truth and meaning for him/her.*

répondante au questionnaire ajoute: « I can remember witnessing a speaker who was able to really listen to someone who was speaking of their own experience of loss and seeing the humanity in the person even though they were on opposite sides of a conflict ». Un autre parle du passage vers une connexion profonde de la façon suivante : « Discovering a shared hope, desire, need. » Participer à de telles rencontres est transformateur en réponse à la question sur la conscience sur la fermeture versus l'ouverture du cœur pour une déléguée au Guatemala :

I was aware of the deepening. At times I felt so much empathy for what they (Mayans) as citizens of Guatemala had endured that I cry from the deepest place within myself. I was so humbled by the whole experience. My life was changed in terms of awareness of what human beings can endure and remain compassionate.

James Finley, ancien moine sous la supervision de Thomas Merton dans l'abbaye de Gethsémani aux États-Unis pendant six ans et maintenant psychologue, a constaté chez ses clients que paradoxalement, c'est dans la profondeur même de la souffrance que les gens peuvent guérir. La guérison spirituelle pour lui signifie (2009): « Living in the abiding piece of what is unfolding in the present moment ». Il a constaté que ce qui fait souvent souffrir la personne est qu'elle est coincée dans sa propre réactivité alors qu'il importe de réaliser qu'elle est beaucoup plus que cette souffrance et réactivité. Il explique qu'une blessure peut être présente, dans la mémoire et l'impact de la souffrance que cette blessure occasionne chez les gens (consciemment ou non) ; par contre, en étant écoutés avec profondeur ils peuvent entendre et reconnaître cette souffrance comme étant légitime, parfois pour la première fois de leur vie alors qu'ils se pensaient faibles et même inadaptés. Des choix apparaissent pour l'atteinte d'une paix intérieure malgré ce qui se passe à l'extérieur. Finley (Myss & Finley, 2009) identifie sept aspects de la souffrance et stades en jeu dans cette transformation vers une guérison personnelle et dont plusieurs éléments sont pris en compte dans l'approche de l'ÉC. Une transformation de la perception de l'impact du conflit et de la souffrance associée peut ouvrir un espace de guérison potentielle.

### **Habilité/Objectif B : Aider l'autre/les autres à atteindre leur vérité aussi près de leur cœur et sa capacité de guérison que possible**

L'approche de l'ÉC part de l'idée que les gens possèdent ce qu'ils ont besoin à l'intérieur d'eux pour transformer et guérir leurs blessures. L'idée n'est pas de le « faire pour eux » mais de soutenir les conditions qui peuvent mener à cette guérison (Cohen, 2011). Le processus de guérison dans les écrits en sciences infirmières est défini comme : « An exchange of energy, truth and communication to help others attune to their own healing capacities in an authentic quality ». (McKivergin, in Dossey et al., 2005, p. 245). Une répondante décrit comme effet physiologique remarqué chez un invité d'une session

d'écoute : « A sense of attunement – heart/breath in synch. » À cet effet, Morrison et Severino apportent la notion de « resonant attuning » pouvant possiblement nous renseigner ici. Psychiatres, chercheuses et auteures elles fournissent des évidences et des explications autant biophysiques que spirituelles sur la notion de « resonance attunement ». Il s'agit d'une habileté qu'ont les humains de capter des indices non-verbaux indiquant qu'ils sont dans un environnement sécuritaire. Lorsque ceci est établi, peut prendre place un certain « resonant attuning ».

Les auteures partent du concept de « attunement », apparût dans les années 1970 comme une forme de perception et de communication sociale permettant de partager des états émotionnels internes entre deux personnes. Elles ont combiné des évidences médicales avec des intuitions et idées (insights) venant de leur pratique pour étendre cette notion à d'autres fonctions biophysiques. Leur postulat est qu'une certaine configuration dans le cortex comprend des neurones miroirs qui sont médiateurs d'une forme de résonance qui va au-delà du cerveau et qui va vers le domaine spirituel (Morrison & Severino, 2009, p. 13). Selon leur théorie, la fonction corporelle qui permet de connecter les uns avec les autres permet aussi de connecter avec les forces créatrices de la nature et de la vie. Comme notre vie est faite en grande partie de relations sociales disent-elles, ce type d'échange créatif, de vie et d'amour, permet l'action d'harmoniser (harmonising, attuning), semblable à la notion « d'être présent », de « rendre conscient » ou de « répondre » (being present, to make conscious or to respond), qu'elles expliquent :

*It brings two beings into dynamic harmony with each other. Instantaneously and unconsciously, they exchange vital information (sensations, states of mind, their very being) and energy (physical, emotional, spiritual). When the two beings are a mother and infant, the exchange of resonant attuning lays the foundation for the development of the infant's capacity for understanding his or her physical, emotional, and spiritual self as well as the capacity for empathy with others. (Morrison & Severino, 2009)*

Elles voient le « resonant attuning » comme une expérience spirituelle pour les deux personnes impliquées dans cette connexion sociale car disent les auteures : elles ne sont jamais seules dans l'harmonisation. Le divin se manifeste selon elles de façon palpable au sein de cette expérience et qui est une manifestation de l'amour. Selon leur théorie, l'échange mutuel et interactif au niveau des émotions et le fait d'être un « nous » permet de grandir dans la compassion. Cette théorie et explications viennent d'une expérience terrain et académique pour ces auteures. Il en existe des centaines visant à expliquer « ce qui se passe » dans des phénomènes tels que vu ici. Certains vont attribuer des causes et effets purement physiologiques, d'autres purement spirituels. Bref, pouvant s'inscrire au sein d'un

« domaine spirituel » et où à certains égards peut y être associé une dimension sacrée ou divine comme propose Pargament pour une prise en compte du spirituel.

Les écouteurs deviennent-ils des canaux ou médiateurs pour des formes de guérison ? Selon la perspective holistique en sciences infirmières, la guérison se manifeste de diverses façons, à divers niveaux et dimensions et ses résultats reflètent un changement dans la conscience, la perception, le comportement et la relation avec le soi, les autres, le Créateur et la création (McKivergin, 2005, p. 239). Dr Jeanne Archterberg, psychophysiologiste et pionnière du mouvement intégrateur en santé a réuni dans le cadre d'une recherche scientifique menée avec l'aide de collaborateurs, onze guérisseurs ayant exercé une tradition culturelle de guérison pendant plus de vingt ans. On leur a demandé de choisir une personne avec qui ils ont senti un lien compassionnel de connexion et d'empathie dans le passé et qui puisse être récipiendaire de leurs efforts de guérison. Les résultats ont montré que ces efforts prenaient diverses formes : prières, envoyer de l'énergie, bonnes intentions, penser et désirer le bien le plus élevé pour eux (higher good). Archterberg nomme ces actions envers l'autre distant intentionality (Dossey, 2013, p. 178), une forme d'intentionnalité à distance. Pendant la recherche, les sujets d'enquête récipiendaires des efforts des guérisseurs étaient branchés à une machine d'imagerie de résonance magnétique fonctionnelle (fMRI brain scan). Les guérisseurs envoyaient des messages à leur sujet dans des intervalles de deux minutes, donc les sujets ne pouvaient pas anticiper quand cette intentionnalité à distance était envoyée. Des différences significatives furent dévoilées pour 10 des 11 sujets guérisseurs entre les moments où ils envoyaient cette intentionnalité de guérison et les moments où ils ne les envoyaient pas. L'étude suggère que les intentions de guérison compassionnelle démontrent des effets physiques mesurables sur les récipiendaires à distance et que la connexion empathique entre le guérisseur et le récipiendaire est une partie vitale du processus (Dossey, 2013, p. 178).

Les répondants au questionnaire en ligne ont noté de visu des changements chez certains invités en cours de session d'écoute, notamment: « The settler became more relaxed as we listened and smiled several times »; « One woman who had told her story many times seemed very caught in her own drama. The listening and love of the group seemed to truly move her. She was more relaxed and present with less of a sense of performance »; « One guest speaker was quite reserved at first but slowly opened up, was more talkative ». Ce type de constatation a même été pour un délégué le moment le plus significatif de son expérience (ÉC et délégation): « Watching a cynical person transform when he was deeply heard and respected even when not being very nice; from more automatic re-telling of a life experience to a more heart-felt rendering and opening when the speaker felt fully understood ». Il en va de même avec



des facteurs identitaires que l'on transporte: « Seeing a Jewish settler in Hebron soften his initial hardline views as he was listened to, non judgmentally by our delegation ». L'environnement joue un rôle dans ces transformations: « The smaller and more intimate the setting, the more a speaker would be vulnerable and open, sometimes crying or showing anger, which in turn seemed very cathartic for them ». Cet effet de groupe est reflété par une autre personne: « The power of a group – rather than one individual in listening seemed important ».

Partant du principe que la personne possède ce qu'il lui faut pour guérir, cet espace rempli d'écouteurs qui procurent une ÉC du mieux de leur capacité, en est un d'acceptation (dans les limites humaines) et d'amour (quelque peu inconditionnel) où l'invité peut vivre, penser, ressentir et affirmer ce qui est important pour lui ou elle. La réponse suivante d'un délégué montre comment ne pas résoudre (*fix*) le problème est central dans un tel espace, relatant ce qui lui a permis de passer d'une difficulté à connecter à une connexion profonde :

A Palestinian speaker was speaking with sadness of the situation into which his baby son had just been born. It was difficult to stay in the space of powerlessness and despair – I wanted to be hopeful and encouraging, instead I just accepted his deep ambivalence.

Si les écouteurs n'ont pas à interpréter, vouloir régler le problème ou analyser au niveau mental, il leur reste à connecter avec le cœur favorablement et profondément pour actualiser l'intention prosociale suggérée par cette approche.

### **Indicateur-concept 3.2 : Connexion profonde**

La réponse du cœur dans cette unité structurelle débute avec l'intention de connecter profondément avec l'autre/les autres. La motivation dans l'action est de tenter de voir quels sont leur besoins, sentiments et valeurs sous-jacentes résonant avec ce qui nous unit comme humain. Actualisée, cette réponse du cœur devient : En connectant profondément avec l'écouté, les écouteurs en viennent à connaître ce qui est sous-jacent à ses besoins, sentiments et valeurs.<sup>160</sup> Les deux habiletés/objectifs facilitant cette actualisation sont les suivantes.

---

<sup>160</sup> Reconnu dans le sondage en ligne par les répondants, en anglais: *In connecting deeply with the guest speaker, listeners get to know better his/her underlying needs, feelings and values.*

## **Habilité/Objectif A : Créer un espace de rencontre véritable au-delà des stéréotypes et des préjugés**

La formation à l'ÉC porte attention aux préjugés avec comme instruction « Meet the 'other' behind the stereotype with perspective, vulnerabilities and strength ». Nous avons abordé la question de perspective plus haut et en ce qui a trait à apporter à la fois ses vulnérabilités et ses forces dans la rencontre avec l'autre, cela peut référer au fait que si notre choix porte sur connaître l'autre au-delà de facteurs identitaires qui le définit et qui peuvent s'avérer tout ce dont on connaît de lui ou elle (il/elle fait partie de x groupe d'appartenance, y religion, z nationalité, etc.), faire face à l'inconnu peut rendre vulnérable car cela nous peut nous amener à modifier une croyance, perception, attitude ou conduite. Cela demande une certaine force intérieure selon les circonstances. Les travaux de Salena Brody et collaborateurs nous informent sur ce qui peut prendre place permettant de dépasser des préjugés et aller à la rencontre de l'autre.

Ils ont fait des recherches sur l'amour compassionnel basées sur l'hypothèse de contact développée par Gordon Allport en 1954. Cette théorie est largement étudiée dans le domaine de la construction de la paix et examine le changement d'attitudes découlant de la mise en contact d'individus et de groupes ensemble et ce qui se passe dans cette interaction. On a découvert que cette proximité est transformationnelle et peut diminuer, voir même éliminer des stéréotypes et préjugés entre eux. Des recherches exhaustives portent sur les conditions qui entourent ce phénomène et Brody et ses collaborateurs montrent plus particulièrement comment le contact entre des personnes et groupes qui se voient comme des adversaires peut promouvoir l'amour compassionnel comme tel (Brody et al., in Ferh et al., p. 283-398 ; Pettigrew, 1998, p. 65-85). Ils constatent que mis en contact, une amitié peut être créée auprès de ces individus et groupes ayant pour effet de transformer la perception de la relation comme ennemis.

Ce qui nous intéresse plus particulièrement ici est le fait que ces auteurs apportent comme explication un modèle nommé Self-Expansion Model pour expliquer comment la compassion peut rendre plus floues les frontières de division avec l'autre et faisant partie intégrante de sa propre identité (Aron et Aron, 1986, p. 286). Ce modèle montre que lorsqu'un individu forme une relation de proximité avec une autre personne, il élargit sa conscience pour inclure des aspects de l'autre en soi (Aron et Aron, 1991, p. 242-253, cité dans Giesbrecht, 2009, p. 286). Une des conséquences de ce recouplement est que l'autre est traité plus comme soi-même, en référence à la règle d'or disent-ils alors que des réponses spontanées envers les besoins de l'autre sont augmentées. Cette expansion implique de nouvelles expériences,

perspectives et identités offertes par l'autre selon ces chercheurs qui ont constaté qu'un changement d'attitude prenait place. L'inclusion d'autres identités sociales en soi fut transformationnelle pour les participants à leurs recherches (Brody et al., 2009, p. 286). Une idée semblable est offerte par un répondant qui considère la connexion à l'autre comme un antidote aux préjugés : « Connection tends to eliminate stereotyping which is a construct. The deeper the connection, the more complications can be seen in the other which prevents black and white seeing. » La complexité et multidimensionnalité de la personne devant soi apparaît dans cet expansion de la conscience. Déjà la compassion qui nous amène à se voir dans la réalité et la part de souffrance qui est propre à l'autre et que nous reconnaissons au niveau humain, embrouillent les frontières étroites polarisantes liées aux divers facteurs identitaires (nationalité, religion, appartenance politique, etc.). Rappelons-nous le témoignage d'une déléguée lors d'une entrevue et qui semble renseigner sur ce phénomène :

I "was" with that person, meaning that I completely understood her at that moment even if I didn't agree. That didn't mean I "was" with her in the sense that we both had the same goals for life. It was that I connected with where she was coming from and I saw no badness, no evil in it, even if I disagreed. It just happened and I could feel it. I could feel an invisible connection, as if there was like a tingling on the back of my neck. I could look at her eyes and I could see our eyes together. It's an indescribable feeling, but I knew I connected. And I also knew that I wouldn't have, if I didn't have the compassionate listening training. I would have intellectualized things and it would not have been as effective. I believe now that if I'm coming from "I'm right and you're wrong and I'm going to tell you the error of your ways" I have no idea if the conversation could get longer. As where I've got that connection, there is this possibility.

La diversité et la pluralité des visions du monde qui se côtoient du simple fait de vivre cette expérience commune, ainsi que de voir les autres faire face aux mêmes défis avec chacun ses propres forces, difficultés et trajectoires, fournit des indices sur des façons de faire face aux événements et au conflit lui-même dans la région visitée et une fois de retour dans son pays. Des compétences interculturelles sont pratiquées, ce qui renforce le tissu social de la tolérance (Brodeur, 2019). Si bien qu'une ambiance favorisant le « nous » plutôt que le « eux » s'établit dans cette dynamique d'interconnectivité discutée plus tôt et qui peut contenir des réalités différentes des siennes, même si elles peuvent confronter sa propre vision du monde.

### **Habilité/Objectif B : Connecter de cœur à cœur, d'esprit à esprit**

Des participants à l'étude ont mentionné des effets physiologiques et des transformations diverses vécues dans l'expérience d'une connexion profonde avec des invités aux sessions d'écoute. Une hypothèse

apportée par Finley (Myss & Finley, 2009), suivant des années d'expérience comme thérapeute et féru autant de la tradition bouddhiste que chrétienne catholique, est qu'en procurant de la compassion, la personne peut bien se trouver à transmettre de l'amour dans les endroits où se trouvent la souffrance et les blessures de l'autre, au cœur de la personne dit-il, là où il ou elle en a le plus besoin et ainsi créer un espace pour que la guérison puisse prendre place: « Extending compassion to the other might well be to send love in the hurting place, or the place at the core of the person that needs it the most, and thus, create some space for healing to take place » (Myss & Finley, 2009). Koerner parle d'un « unified field of awareness » lié à la sagesse découlant d'une forme de savoir au-delà de la pensée conceptuelle qui relie la personne se présentant avec une présence de guérison: « It is the energy of conscious awareness, ushered in through a healing presence, which invites and honors the deep wisdom of the soul to initiate the healing process within one's self. » (Tolle, p. 16, cité par Koerner, 2011, p. 105).

Dans cet « au-delà des stéréotypes et préjugés », une fois transcendés, la connexion qui prend place peut être profonde et en être une d'esprit à esprit en quelque sortes. Ceci se fait en partie sous le contrôle des écouteurs et des invités qui choisissent de se prêter à l'exercice mais prend place aussi dans un certain espace et dimension pouvant être au-delà du visible (cinq sens). Donc, dans un niveau de conscience pouvant relever du divin et sacré et qui est vécu au niveau expérientiel lorsque vient le moment de le décrire. Pour Burton (2002, cité dans Gilbert, 2002, p. 164), lorsque les patients sont écoutés avec compassion ils font l'expérience de leur dimension sacrée en eux (their own sacredness) et entrent dans un processus de guérison (2002 p. 164). Cette dimension sacrée et liée au divin, donc foncièrement spirituelle, trouve écho dans des propos tenus par Carl Rogers, père de l'approche humaniste en psychologie, sur des expériences d'empathie vécues envers ses patients et qu'il relate de façon très personnelle, rapportés par Rachel Charles (2004) :

He was expressing a very deep empathy, in which there seemed to be a touching of souls. It involved « the transcendent, the indescribable, the spiritual, and mostly occurred when he was connected with his "inner, intuitive self" » (1980/1995 p. 129). Moreover, there was a sense of something larger at work, a feeling of oneness and unity which had to do with the whole of nature. The empathy was so complete that all the barriers between individuals had dissolved. At this level, the interconnectedness of persons and the created order was beheld. When a meeting takes place at such a relational depth, then no longer do clients feel abandoned and alone. This in itself can be healing. (Charles, 2004, p. 120)

Rogers, toujours selon Charles (2004) aurait ajouté que l'on peut faire cette expérience dans un groupe ou une communauté où règne un sentiment d'union de l'esprit (oneness of spirit). En écho à la pratique de l'ÉC une présence de guérison est définie par Maggie McKivergin comme suit :

Relating to others in a way they define as meaningful so, guided by the individual's need and response in the moment. Caring presence with preparation through intention, centering and alignment with the Divine, the environment and interventions and the degree of consciousness offered in a situation. (McKivergin, 2005, p. 238)

Les sessions d'écoute forment une sorte de laboratoire humain créant un espace où diverses dimensions de la vie, du conflit et de ce qui touche l'humain sont abordées. Selon Finley (2000), lorsque la personne peut vivre, exprimer, « toucher » sa souffrance en se sentant en sécurité, paradoxalement elle peut vivre un sentiment d'invincibilité. N'est-ce pas là la combinaison de vulnérabilités et de force suggérées auparavant ? Finley (2000) ajoute que la personne voit qu'elle survit même si elle adresse sa souffrance pour réaliser que bien que la situation soit infiniment difficile, elle n'est pas que ça ! Bien qu'elle soit infiniment triste, elle n'est pas que ça ! La transformation de l'impact de l'expérience de la souffrance sur soi semble ouvrir un espace où rigidité et mécanismes de protection et de tensions intérieures, en reflet aux tensions extérieures notamment, peuvent être transformées. Les réponses des participants sur l'impact de cette approche et l'expérience de la délégation TCLP témoignent de ce type de phénomène.

### **Indicateur-concept 3.3 : L'écoute compassionnelle**

La réponse du cœur dans cette unité structurelle débute avec l'intention de pratiquer l'ÉC et la motivation dans l'action est de présenter un leadership et présence qui visent à transformer l'énergie du conflit en donnant une voix à l'authenticité et l'humanité commune. Actualisée, cette réponse du cœur devient : La forme d'écoute impliquée dans l'ÉC vise la transformation de l'énergie du conflit en donnant voix à l'authenticité et l'humanité commune<sup>161</sup>. Les deux habiletés/objectifs facilitant cette actualisation sont les suivantes.

#### **Habilité/Objetif A : Cultiver l'ÉC afin de transformer l'énergie du conflit**

Le but dans la pratique de l'ÉC est de transformer l'énergie du conflit ou du désengagement en une opportunité de plus grande compréhension et connexion profonde (Cohen 2011). Un sujet d'entrevue reflète sur son expérience à ce niveau :

---

<sup>161</sup> Reconnu dans le sondage en ligne par les répondants, en anglais: *The type of listening involved in compassionate listening aims to transform the energy of conflict in giving voice to authenticity and common humanity.*

In sitting in one of those sessions it struck me that everybody in the room, in that circle, was having a perfect opportunity to express himself or herself exactly as they were and to have their own layers of resistance exposed to themselves if they were conscious and able to learn the steps that we've been looking at here. Everybody there had an opportunity to be exactly as they were and those who were learning the compassionate listening way, were being given a gift by the person who was expressing himself in a way that raised the existence in the person that was listening.

Lorsque les conditions sont en place pour permettre à l'authenticité et à l'humanité commune de régner au centre d'un dialogue, une dynamique d'interdépendance s'établit et donne espoir. Elle ouvre la voie à la sagesse dans la transformation du conflit. À cet effet, le champ d'étude et de pratique portant sur la sagesse collective (collective wisdom) montre que cette dernière est différente d'une vision du monde qui est seulement mécanique (Briskin et al., 2009, p. 75) : « It is a complex and living world in which individuals have the power to join together with others and take stances that move us collectively toward cooperation, healing and creative acts. » La pierre angulaire est d'en faire un choix conscient, ce qui présuppose une intention claire et dans le cadre du modèle, toutes les réponses du cœur au sein des unités structurelles porte synergiquement vers ce but central dans la vie suggéré par Finley (Myss & Finley, 2009) : « To become the commitment to always do everything in our power to help oneself and others to heal under the circumstances that bring suffering, and to always be attentive to the moral imperative to do everything we can to be non-violent. » Un mot qui définit l'intention est « focus » selon Robert Holden (cité dans Briskin et al., 2009). Porter attention à notre intention a d'ailleurs un effet sur le cerveau et l'expérience de l'environnement qui nous entoure selon Daniel Siegel, une sommité en neurosciences :

Neuroscience tells us that setting an intention “primes” our nervous system to be on the lookout for whatever will support what we intend. Intentions create an integrated state of priming, a gearing up of our neural system to be in the mode of that specific intention: we can be readying to receive, to sense, to focus, to behave in a certain manner. (Siegel, 2007, p. 180)

Ce qui signifie que lorsque nous portons attention sur notre intention nous sommes à même de prendre conscience des actions, des opportunités, des personnes et des choses. Pour la transformation des conflits, centrer l'attention et l'intention sur passer d'états et de sentiments de séparation envers l'autre lorsqu'on en prend conscience pour favoriser la communication à possiblement arriver jusqu'à une connexion profonde, peut transformer l'énergie du conflit ; du moins dans la part de responsabilité qui nous revient dans le dialogue et la co-création d'actions justes et sages selon la situation. Cette action peut sembler temporaire par contre pour ce délégué : « Compassionate Listening does not in my opinion offer a change in energy other than briefly ». Ce qui est vraiment en jeu est de cultiver ce type d'intention et de motivation dans l'action suggérées dans les « réponses du coeur » vus dans ce troisième pilier, de façon à ce qu'ils deviennent un art de vivre avec tout le savoir-être et savoir-faire qui les entourent. Les pratiques

contemplatives, qu'elles prennent racine dans des traditions spirituelles, religieuses, éthiques, morales ou humanistes sont appelées à être cultivées. Marc Gopin expose dans son ouvrage publié en 2016 intitulé : *Healing the heart of conflict : eight crucial steps to making peace with yourself and others*, des étapes aidant à choisir de transformer les conflits de façon constructive consciemment en façonnant des façons d'être, de ressentir, de comprendre, d'entendre, de voir, d'imaginer, de faire et de dire. Toutes ces dimensions de l'être sont impliquées dans le choix constructif de choisir la transformation et guérison en situation de conflit.

### **Habilité/Objetif B : Contribuer une qualité de présence d'un cœur ouvert et d'un esprit centré à contribuer authenticité et humanité au dialogue/activité dialogique**

La qualité de présence d'un cœur ouvert et un esprit concentré sur l'écoute et la compassion selon ce qui est prescrit dans l'approche de l'ÉC (Cohen, 2011) encourage l'intégration d'un agenda du cœur supportant les efforts de paix. Le mot agenda signifie « de faire » (to do) et un agenda du cœur devient : « faire avec le cœur ». Dans la pratique de l'ÉC, l'agenda du cœur global apparaît dans la combinaison des indicateurs de chaque rangée de la Matrice structurelle relationnelle (figure 21 précédente), débutant vers la droite et associées aux éléments d'intention, motivation et action comme notions centrales étudiées :

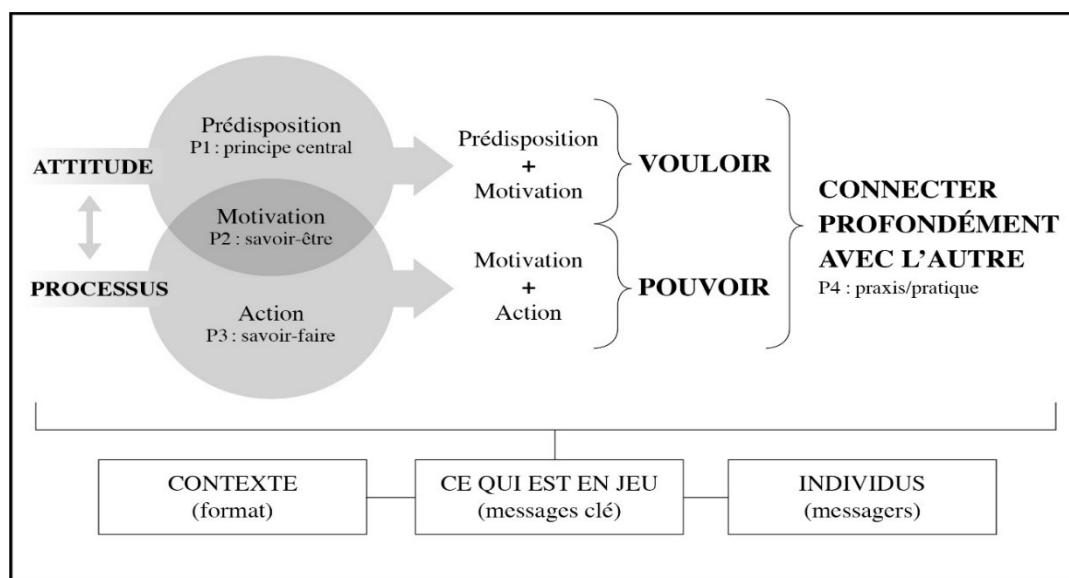
Intention : Une intention de guérison en voyant ce qu'il y a de plus précieux et unique en l'autre dans un contenant sécuritaire.

Motivation : Connecter profondément avec l'esprit ouvert et ouvert à des possibilités, dans un environnement qui est non jugemental et non adversarial (inclusif de toutes les perspectives liées au conflit).

Action : L'écoute compassionnelle, avec l'écoute profonde des histoires et vécu personnels de l'autre/des autres.

Les notions de volonté et de capacité sont en jeu ici pour aider à découvrir ce qui est requis pour la résolution de conflit et nous devons les prendre toutes deux en considération. C'est-à-dire les prédispositions/intentions, les motivations et les actions. Ceci, en lien avec le type d'environnement ou de format et contexte mis en place pour l'activité dialogique ; le type de messages clé qui est communiqué reflétant l'activité dialogique en termes de philosophie, d'objectifs et buts visés, etc. ; ainsi que le type de 'messagers' impliqués dans l'activité dialogique en termes principalement de type de qualité d'être et de devenir en cours de dialogue ils contribuent à cette activité. La figure 22 suivante présente

l'interdépendance entre ces éléments centraux pour la connexion sociale dans notre modèle. Cette image part du fait que la compassion est vue comme étant à la fois une attitude et un processus (Storolow, 2007). Une revue systématique de la littérature dans le domaine de la santé a mené à la définition suivante de la compassion (Perez-Bret et al., 2016): « The sensitivity shown in order to understand another person's suffering, combined with a willingness to help and to promote the wellbeing of that person, in order to find a solution to their situation ». La compassion prend origine dans la réponse empathique à la souffrance et un processus rationnel qui vise le bien-être de la personne à travers des actions éthiques dirigées vers le but de trouver une solution à leur souffrance (Perez-Bret et al., 2016).



**Figure 22** : Éléments en lien avec la volonté (vouloir) et la capacité (pouvoir) dans l'action de connecter de plus en plus profondément avec l'autre

La dimension éthique du premier pilier avec la règle d'or renforcée avec un principe de non-violence demande ce que comprend la compassion selon cette définition et par le fait même, la connexion sociale. Le type de prédisposition, motivation et action requis demande à la fois une volonté (vouloir) et une capacité (pouvoir) particulière demandant un savoir-être et savoir-faire apportant une qualité de présence et d'environnement propice à des passages de zones d'ombre vers de lumière en soi et en lien avec l'autre. Pour chaque indice suggéré dans ce pilier, la personne peut se demander si elle veut et si elle peut accomplir ce qui apparaît en termes de prédisposition, motivation et action. Bien entendu, la liberté de se faire est en jeu et peut dépendre de facteurs environnementaux. Les institutions (politiques, économiques, religieuses, sociales) jouent un rôle important en regard d'une culture de paix intégrant



ces dimensions. L'approche DIVM examine cet aspect systémique favorisant le passage d'une politique des intérêts vers une des vertus et au niveau individuel on l'examine dans le passage entre vices et vertus.

#### **6.4.4 Impact de la pratique de l'ÉC : Zones d'ombre et de lumière**

Dans la figure 19 au début du chapitre (quatre piliers détaillés pour le modèle), nous retrouvons à la fin du troisième pilier des éléments d'impact découlant de la pratique de l'ÉC et de la synergie en lien avec le type de réponses du cœur et habiletés associées vues plus haut. Les sept éléments de passage entre vices et vertus au niveau individuel (les sept au niveau collectif étant liés à l'approche de DIVM de professeur Brodeur) découlent d'une analyse de textes sur des polarités en termes de vices et vertus tel que vu dans le quatrième chapitre. Les résultats du questionnaire montrent une résonance importante pour les personnes ayant participé aux délégations de TCLP quant aux passages suivants entre ce qui est apparu comme vices et vertus dans le modèle, reliés à leur expérience de la pratique de l'ÉC<sup>162</sup> :

1. D'un état ou sentiment de supériorité à un sens d'unité et d'interconnectivité avec l'autre ;
2. D'un focus sur mes propres besoins et intérêts à un sens de la nature du Divin ;
3. D'un sentiment d'ayant droit à quelque chose (ex. avoir son opinion considérée ; sa souffrance reconnue) à mettre mon attention sur ce qui est le plus important d'écouter, avec compassion ;
4. D'un sentiment de colère à une force ou courage de faire face calmement, d'endurer ;
5. De bloquer l'écoute envers l'autre à choisir de suivre une forme de Vérité et connaissance plus élevées ;
6. D'un sens de l'envie (ex. du pouvoir des autres, de quelque chose qu'ils ont) à une compréhension plus profonde ;
7. De vouloir avoir des raisons (ex. ce pourquoi les choses arrivent comme elles le font) à acquérir plus de sagesse.

Les éléments de gauche dans ces énoncés réfèrent au pôle de gauche dans le modèle et ont comme potentiel la séparation, voir la violence. Les éléments de droite réfèrent au pôle de droite et du potentiel de la compassion, voir la connexion profonde et communion. Ils donnent des indices de conséquences potentielles découlant de la pratique de l'ÉC facilitant un amour centré sur l'autre. Nous pouvons nous reconnaître dans ces passages, notamment se surprendre à faire peut-être plus d'arrogance que de révérence envers l'autre en s'y sentant supérieur ou exagérant un élément ou deux de sa perspective au

---

<sup>162</sup> Il s'agit de la traduction libre des éléments dans le questionnaire : From a sense of superiority to a sense of unity or interconnectivity; From a focus on my own needs or interests to a sense of the nature of the Divine; From feeling entitled to something (e.g. have one's opinion considered; suffering acknowledged), to setting my attention on what is the most important to listen to, with compassion; From feeling angry to a sense of strength or courage to bear up calmly, to endure; From blocking the listening to choosing to follow a higher form of Truth or knowledge; From a sense of envy (e.g. at the power of others; something they have) to a deeper understanding; From wanting to have reasons (e.g. why things happen as they do), to gaining more wisdom.

détriment de celle entière et surtout liée d'une façon ou l'autre à son essence propre, ce qu'il y a de précieux en lui ou elle.

La notion de vertu est souvent décrite en terme singulier comme « une disposition, trait de caractère ou qualité du caractère » selon Banks et Gallagher (2009, p. 57). Ces auteurs l'examinent dans une perspective sociale et de santé et expliquent qu'elle semble liée à un regroupement de dispositions au niveau attitudinal, motivationnel et comportemental et dont l'interrelation et la dynamique (Goldie, 2000, p. 57, in Banks & Gallagher, 2009) amènent la personne à reconnaître et répondre à une situation donnée et complexe selon ses pensées, sentiments et actions. On retrouve dans ces explications des notions clé de la figure 22 précédente et tout le champ d'étude prosociale au sein de diverses discipline se penchent sur la question et apporte un éclairage sur les valeurs, qualités, vertus et notions connexes.

Dans le cadre de cette thèse, la notion de vice ou péché en opposé à des grâces et vertus sont dans le sens que le premier réfère à tout ce qui met une ombre sur le potentiel d'amour : « Sin is the wreckage of the love of which we are capable » (Fairlie, 1978, p. 193) et comme pour Cherbonnier (1955), l'opposé du péché est l'agape, en lien avec la règle d'Or où la personne ne trouve plus de satisfaction à tenter de prendre avantage de son voisin ; ni à se sauver de lui ; ni à devenir insensible ou réfractaire envers lui (Cherbonnier, 1955, p.61) : donc réussit à éloigner cette zone d'ombre et potentiel. Le péché est donc un amour qui a mal tourné dira Fairlie (1978). La vertu dans cette étude est associée à une perspective éthique dans le sens d'actions appropriées envers l'autre, tendant vers le potentiel de lumière à droite dans le continuum de la connexion sociale.

**Choisir la lumière au-delà de l'ombre.** L'utilisation de l'appellation de « forces créatives » en puissance selon des zones d'ombre (potentiel de violence) et de lumière (potentiel de compassion) dans le modèle (figure 19, piliers détaillés) est interpellée par la façon dont Pinckaers (2007) voit la vertu et la visée qu'il lui donne. Il la voit comme une force, une vigueur morale (2007, p. 56) qui dans son sens le plus fort est : « une force humaine, une énergie éclairée produisant l'action » (p. 57). Plus important encore, cette définition de la vertu pour lui n'est pas réductible au mot et à l'idée qui la désignent ; elle ne se révèle bien, dans son dynamisme, qu'à celui qui la met en pratique avec intelligence dit-il. En ce sens qu'elle se comprend en contact avec l'expérience, avec un engagement volontaire en faveur de ce qui semble bien (Pinckaers, 2007, p. 57 et p. 65). Selon Pinkaers, il ne s'agit pas d'exposer une théorie sur la vertu mais de lui donner une visée active aidant la personne à réfléchir sur les vertus et à progresser dans son expérience.

À cet effet, les « réponses du cœur » dans le modèle et ce qui les entourent (habiletés, etc.) révèlent une VISÉE venant de l'essence profonde de la personne. En découle une qualité de présence à soi et à l'autre favorable à un amour centré sur l'autre et un dialogue porteur au niveau transformationnel. Ces réponses du cœur sont autant de prismes d'un même hologramme nourrissant une présence de grâce, laquelle peut être autant immanente que transcendante, et certainement accompagnent cette VISÉE. Myss qui affirme que la grâce divine n'est pas juste une vague substance divine ou un idéal poétique venant de mystiques dans des états de la réalité altérée, mais plutôt :

Grace is a subtle force that is beyond the grasp of reason, it is not logical or rational or an intellectual power that can be contained within one clear definition. It needs to be experienced, recognized by the individual from within; in the same way that authentic inner guidance is deeply understood by the recipient to be genuine. It is a divine power, a force that the laws of nature are often subject to rather than the other way around, as in the matter of miracles. (Myss, 2009)

La grâce a donc plusieurs expressions et qualités, telles la bonté, la compassion, la patience et la sagesse qui peuvent toutes être utilisées dans nos relations avec les autres. Elles représentent les caractéristiques les plus fines de notre personnalité :

Grace is a delicate balance of words and actions that expresses our dignity and affirms the dignity of those around us. When we are gracious, we choose our words thoughtfully. We move through the world with poise and restraint. Grace is often a quality of leaders who can rise above conflict or competition, remaining calm and kind despite the chaos that swirls around them. Grace protects against reactivity and excess. We inspire a sense of harmony and comfort in those who experience our grace.<sup>163</sup>

Une présence de grâce (graceful presence) est vue comme une connexion entre les qualités de la présence et les attributs de la grâce (Myss, 2010). Ce qui rend une présence de grâce guérissante selon la littérature en sciences infirmières est: «A presence that flows from the embodiment of Divine love; moving mindfully with a kinesthetic awareness of the Sacredness of being grace-filled and graceful; a lightness of being; an intentional love-infused presence. » (Quarberg, 2002, cité par McKivergin, 2005, p. 238). Tout ce qui encourage le choix de la lumière versus l'ombre participe de cette œuvre. Ainsi, la recommandation première pour un passage vers la communion est de « choisir la lumière au-delà de l'ombre » quelle qu'en soit la forme, dimension, inclinaison et autres aspects vus dans ce modèle.

---

<sup>163</sup> Source consultée le 20 avril 2016 à 12h30 : <http://www.wisdomcommons.org/virtue/59-grace/proverbs>.

Ce qui m'est apparu comme une conséquence de tout choix qui participe de cette action est un effet de tori, pouvant être représenté par la figure 23 suivante, reprenant l'image vue plus tôt impliquant la conscience humaine et divine. Pour Keegan et Halo Shames, l'intention (dans une perspective de guérison en santé) comprend la motivation ou but visé suivant : « The direction of one's inner awareness and focus for healing » (in Dossey et al., 2005p. 644). En reconnaissant et transformant des parties d'ombre en soi et en cultivant la capacité de passer (shift) vers la lumière lorsque nous prenons conscience que nous sommes dans cette zone d'ombre où lorgne le potentiel de violence, nous participons à mon avis à élever le « tori » (torus) individuel et collectif apparaissant dans l'image par ce mouvement (de lumière) vers le haut. Cet aspect du modèle est ce que j'envisage comme conséquences des choix posés dans l'action d'un amour centré sur l'autre ou non, d'une écoute compassionnelle ou non, en lien avec les diverses unités structurelles de la Matrice.



**Figure 23** : Effet de tori dans le choix de la lumière versus l'ombre

Des explications sur ce « tori » sont offertes par Koerner qui explique que les valves ouvertes du cœur, aidées par le mouvement de la circulation sanguine, crée une forme de vortex s'ajoutant au champ magnétique. Cette forme de tori vient de la spéculation qu'il y a un tori universel qui soutient un nombre infini de tori holographique dans tous les systèmes d'énergie, petits et grands (Koerner, 2011, p. 289) : « From the smallest atomic field to the larger toroidal, neural and hormonal dimensions of the triune heart as well as electromagnetic ». Ceci dit, l'image est symbolique. Nous pouvons envisager que le mouvement des réponses du cœur œuvrant vers les vertus (droite du pôle) de façon plus grande que vers les vices (gauche du pôle) aident ce mouvement de tori vers le haut (sphère de la conscience divine en connexion avec celle humaine car il s'agit de l'individu qui en fait le choix et l'actualise). Après-tout, le modèle de recherche pour l'amour compassionnel comprend une forme de rétroaction (feedback loops)

comme quatrième composante du fait que l'amour compassionnel est considéré comme un processus dynamique comprenant une action, rétroaction interne, correction interne (ou ajustement) et action en retour, favorablement continuant l'expansion de cette forme d'amour (Ferh et al., 2009, p. 2009). Pourquoi pas une forme de tori tel que proposé ici.

Il est de mon avis que la synergie apportée par les unités structurelles de la Matrice comprenant les indicateurs-concepts au sein des variables du format, messages-clé et messagers, semble favoriser une richesse qualitative ouvrant la voie pour que des formes de grâce, (mystère, transcendant et sacré) propice au développement d'une culture de la paix soit animées. On reconnaît ici l'intégration des trois propositions théoriques. Le fait est que, dans la mesure où un « plus » (edge) spirituel-relational est présent tel que vu dans le modèle, des conditions et facteurs de prédisposition et de motivation dans l'action deviennent plus aptes à générer une transformation et même guérison dans une perspective prosociale plutôt qu'antisociale et potentiellement violente et destructrice. Burkhardt and Nagai-Jacobson offrent des indices en ce sens :

When faced with mystery, spirituality supports and encourages us as we question and seek to make sense of what is going on. The spirit-self calls us to enter ever deeper into Mystery with trust rather than fear, appreciating that moving further into the darkness enables us to come to know and appreciate the light. Because mystery simply is a part of our life journey, accepting and finding a comfort level with mystery is a part of our spiritual journey. Mystery may be understood as Truth that we cannot yet understand. (Burkhardt & Nagai-Jacobson, 2002, p. 52)

Toujours selon ces auteures, la grâce permet de connaître quelque chose de plus profond dans notre vie qui infuse notre connectivité avec la toile de la vie (web of life), citant Zukav (1989) qui fait allusion à la lumière : « Grace is uncontaminated conscious Light. It is Divinity » (Burkhardt et Nagai-Jacobson, 2002). Cela peut être un regard reçu, un détail amenant une intuition importante, des pensées, émotions, valeurs et autres. En regard du modèle, tout ce qui aide à œuvrer vers la droite du continuum est guérissant en soi. Il n'y a pas d'échelle (petites, moyennes et grandes choses). Sur cette question, le moment le plus important vécu au sein de la délégation selon les réponses reçues dans le questionnaire comprend souvent un de ces moments charnières, capté intuitivement et porteur d'une intégration de divers éléments en jeu. Le commentaire suivant illustre ce moment charnière pour un délégué : « One was standing on the roof of a house in the refugee camp where we stayed, and realizing that the innovative farm project I could view was going to be eliminated by a settler road, and feeling the pain but also the acceptance of the man in the refugee camp. » Les autres commentaires sur cette question

(moment le plus important) pointent vers un élément spécifique et personnel menant à une plus grande compréhension, humanisation et résonance à divers niveaux de l'être et propre à chacun, par exemple :

Seeing a Palestinian father who lost a child build a partnership with an Israeli father who lost a child combining forces to encourage everybody to stop fighting for the sake of all children.

More understanding and compassionate for the Jewish Israelis' fear than I had before as a progressive Jew.

A realization of just how much people I had thought were so different from me were really in many ways quite like me.

Meeting people my country's leaders define as enemies and seeing them as worthy human beings and friends; turning fear and separation into compassion and connectedness.

Choisir la lumière au-delà de l'ombre est un choix conscient, autant que choisir l'ombre au-delà de la lumière. En jeu se trouve des forces penchant vers une dialectique entre ces dites vices et vertus dans les défis quotidiens et qui interpellent en regard du premier pilier et principe central dans le modèle à se rapprocher de ce qui dans la tradition chrétienne est « la conscience du Christ », qui est de « ne pas frapper en retour » (do not strike back) dira Finley (Myss & Finley, 2009). Des notions similaires existent dans plusieurs traditions spirituelles et religieuses qui reviennent à promouvoir la restreinte en regard de la violence et choisir la sagesse pour le bien commun. L'effet de torus suggéré ci-haut peut contribuer à changer l'environnement alors que tout est interdépendant. Et ce, vers une plus grande cohérence.

J'é mets l'idée que plus nous créons les conditions et assurons que les facteurs où cette énergie (tori) tant individuelle que collective (combinaison synergétique de celles individuelles) sont présents dans le dialogue à la lumière de ce modèle, plus ceci anime des formes de grâce et lumière avec leur part de mystère potentiel. Y aurait-il « péché de conscience » si on ne s'élève pas suffisamment vers cette zone d'interface entre conscience humaine et divine et surtout en visée vers cette dernière ? Lorsque le premier principe n'est pas honoré pleinement (règle d'or renforcée vers ce qu'elle doit être dans sa forme ultime pour un amour centré sur l'autre) ? Lorsque l'on ne se préoccupe pas des conséquences négatives de nos actions sur l'autre/les autres ? Cette négligence est au cœur des tensions, conflits et multiples tragédies et guerres passées et présentes, où prendre en compte ses propres intérêts et sécurité au détriment du mieux-être de l'autre et des autres est prédominant. Les vertus sont parties prenantes d'un lien entre l'individu et son environnement et une dimension morale est en jeu.

**Intégration des formes de savoir pour une cohérence personnelle et sociale.** Pour Laurent Sentis, prêtre et docteur en théologie, la morale est une science normative de l'agir humain qui touche

tout ce qui permet à l'humain de devenir un sujet responsable de sa propre histoire et « de réussir ainsi sa vie en se construisant, non pas envers et contre les autres, mais avec eux et pour eux » (Sentis, 2004, p. vii). Ceci est au coeur du dialogue et demande une compréhension et utilisation judicieuse des formes d'intelligence visant une sagesse et discernement dans le savoir-être et le savoir-faire. Le discernement est une forme de compréhension qui unit à la fois une attitude réflexive et une préoccupation pratique (Trauffer et al., 2010). On assiste ici à une pratique réflexive. Il en va de la cohérence personnelle que j'ai pu élaborer en un système explicatif à partir du présent modèle et qui, basé sur des évidences scientifiques et mis en application, permet de connecter avec un endroit de prise de décision calme et sage pour guider les décisions et l'agir en fonction d'une congruence, ce qui passe par atténuer les affections négatives menant à la séparation.<sup>164</sup> La notion de cohérence globale est explorée au niveau scientifique par le HeartMath Institute pour rendre compte de l'interdépendance entre les diverses sources d'intelligence aux niveaux micro et macro (Childre et al., 2016). La cohérence survient à tous les niveaux dans la nature, que ce soit au niveau micro, meso ou macro, toujours à partir de l'expérience humaine telle que l'explique Childre et collaborateurs :

While in a heart coherent state, we experience a distinct quieting of the inner noise generated by the normal stream of unregulated mental and emotional activity; we have a greater sense of alignment as well as a stronger connection with our heart's intuitive feelings or inner guidance. (Childre et al., 2016, p. 244)

Il existe des mesures scientifiques sur la cohérence interne personnelle et de plus en plus pour la cohérence sociale. Cette dernière est reconnue au sein de communautés qui évoluent vers un niveau plus élevé de complexité et d'harmonie du fait que des formes collectives d'intelligence sont prises en considération<sup>165</sup>. Les diverses formes de savoirs (ways of knowing) dans la connexion sociale réfère à une forme de grâce :

---

<sup>164</sup> Forte de mon expérience clinique et des évidences scientifiques, j'en suis venue à vulgariser aux clients ces diverses forces polarisantes en soi et comment les transformer vers un état de calme et paix intérieure guidant vers des décisions sages. Les explications sur ce système explicatif débordent les besoins de la thèse bien que cette dernière a menée à ces connaissances et pratiques. J'envisage l'écriture d'un article scientifique sur cette question et découvertes. J'ai pu constaté à un grand nombre de reprise l'utilité et l'importance de ces explications et pratiques associées.

<sup>165</sup> Childre et ses collaborateur (2016) ajoutent que la recherche scientifique montre qu'alors que les gens pratique une coherence du Coeur, cela génère un champ énergétique qui rend plus facile pour les autres de onnecter avec le coeur, facilitant la cohérence sociale. La cohérence globale selon ces autuers est aussi explorée scientifiquement par le HeartMath Institute, afin de renforcer l'interdépenance de diverses sources d'intelligence, tant aux niveaux micros que macro.

Connected ways of knowing marked by gracefulness where there is a fluid quality about people who employ them and often a sense of humility. They take others into account. They do not perpetuate inequity but are based on the ability of those who would help to step into the shoes of the others, understand their situation, and work with them toward self-belief and dignity. (LeBaron, 2002, p. 162-163)

Dans le cadre du modèle, la cohérence mènent à un leadership de discernement qui se manifeste comme suit (Trauffer et al., 2010, p. 178): « The regulating of one's thinking in the acquisition and application of knowledge to make decisions that are right, fair, and just and a relationship with the divine and manifesting itself in one's attitude, motivation, and behavior, expressed in service to others ». La prise de décision dans le discernement, selon Trauffer et ses collaborateurs, n'est pas un processus linéaire mais comprend à la fois des aspects intrapersonnels et interpersonnels. Elle implique divers processus cognitifs et sociaux qui sont interreliés menant à ces choix et décisions.

Cela demande d'évaluer ses prédispositions et ses assumptions sur les autres dans le but de pouvoir changer ses biais négatifs sur eux et où le leader doit acquérir et mettre en application des connaissances à partir d'un système de valeurs internes (built-in value system) qui prend en compte ces dimensions. Ils montrent que le discernement demande des habiletés d'autorégulation, d'acquisition de connaissance et d'application des connaissances à travers un système de valeur construit à l'intérieur de soi (Trauffer et al., p. 178). Le discernement est défini par eux comme un concept multidimensionnel de prise de décision impliquant à la fois la logique et la raison ; une forme d'empathie découlant de la réflexion (reflection) et de la compréhension et ; une éthique morale déterminée par sa propre spiritualité. Le discernement est régulateur de sa propre pensée dans l'acquisition et l'application de la connaissance pour prendre des décisions qui sont bonnes, justes et équitables (Trauffer et al., p. 180). Le modèle vise faciliter un discernement et une sagesse au niveau relationnel, pour soi, les autres, les communautés et le monde. Il s'agit d'un premier pas pour l'accomplissement de l'adage de construire la paix « from the inside out » propre aux approches telles l'ÉC selon TCLP pour la construction de la paix.

**La guérison comme un Tout.** La paix intérieure qui est demandée avec cette approche en est une finalement qui est foncièrement spirituelle et qui intègre diverses dimensions de l'être. Pour Dossey et collaborateurs (2005), la paix spirituelle est vécue dans l'espace du cœur et peut faire du sens au niveau de l'esprit (mind). Elle devient un produit découlant du fait de vivre en relation avec une Source Sacrée, les autres, toute la création d'une façon qui reconnaît et nourrit l'âme au milieu de tout ce que la vie apporte. Ceci est conducteur de guérison. Le mot 'healing' (guérison) découle du mot healen: « To be or to become whole. Wholeness is often described as harmony of body, mind, and spirit in all the ways of



knowing » (Quinn, in Dossey et al., 2005, p. 43). L'étymologie de ces mots, ainsi que ceux de shalom en Hebrew et salaam en Arabe, suggèrent que la guérison, l'entièreté (wholeness) et holiness sont liés de près. L'harmonie est le but et certains de ses synonymes incluent l'unité, la paix, la réconciliation et la connexion (Burkhardt and Nagai-Jacobson, 2002, p. 27). La guérison est donc foncièrement: « The return of the integrity and wholeness of the natural state of an individual » (McKivergin in Dossey et al., 2005, p. 234).<sup>166</sup> Dans ce modèle, j'imagine la guérison dans le pôle de droite comme un grand cercle contenant cette entièreté (whole) et une interconnectivité à l'oeuvre dans cette unité. Le processus et chemin menant à l'union et communion (voir sens de communauté profond) dans toute sa force potentielle de transformation et de guérison ressenti dans cette toile de vie est en jeu. Le pôle de gauche est vu comme contenant des pièces séparées, faisant partie de ce Tout. Elles aspirent à devenir entières à nouveau. Elles interpellent la sagesse et le discernement pour un retour à un état de congruence et de bien-être humain à la fois personnelle et collectif. Ce que le quatrième pilier veut contribuer.

## **6.5 Quatrième pilier (praxis/pratique) : Guide et outils pour une culture de la paix dans tout environnement**

Un guide et des outils connexes associés au modèle théorique et appliqué sont en préparation dans le but de promouvoir des connexions plus profondes entre les êtres humains et les groupes et potentiellement permettre des états et sentiments de communion favorisant la paix autant intérieure qu'extérieure. On y retrouvera les composantes centrales du modèle sous forme de plateforme relationnelle, dont virtuelle et accessible à un grand public. Cette plateforme proposera une forme d'écosystème relationnel du mieux-être pour une paix intérieure et extérieure avec des liens (sur la plateforme virtuelle) aux diverses parties du modèle tant au niveau conceptuel qu'appliqué, dont faisant référence aux types de prédispositions, motivation et action (réponses du coeur) permettant de passer du stade de séparation et division vers la communication et même la connexion profonde pour la résolution des conflits et la promotion de la paix.<sup>167</sup>

---

<sup>166</sup> À ce sujet j'ai développé des explications et exercices permettant d'atteindre cet état de calme pour se connecter à cette essence profonde pouvant guider les pensées et actions avec sagesse et discernement en situation de crise. Je l'utilise dans mes fonctions cliniques et l'explication de ce système qui réunit à la fois des évidences scientifiques et pratiques dépasse les fins de ce chapitre. Je le réserve pour des recherches et ouvrages futurs.

<sup>167</sup> À titre de recommandation pour la pratique, le futur Guide et outils entourant le modèle encouragera notamment les individus et groupes à viser un certain 'Tic Tac Toe de la Paix' avec la Matrice. Il s'agit d'identifier

Ce matériel servira pour des ateliers, enseignement et recherches et se vaudra adaptable à divers milieux dont les écoles, milieux de travail et autres. Un appel à s’y familiariser et à y documenter son utilisation sera fait. Ma vision est que chaque personne qui le désire puisse témoigner de son expérience dans l’utilisation de cet outil dans un site recueillant ces témoignages. Ce qui est visé est que le modèle devienne connu et appliqué vers favorablement une imputabilité en regard des variables et indicateurs-concepts favorisant l’intégration d’un agenda du coeur aux efforts de paix et de création d’une culture de la paix dans tout environnement. Le développement d’un Guide et outils connexes sont envisagés pour appuyer ces efforts et pratique d’une contribution d’un agenda du coeur et création d’une culture de la paix intérieure et extérieure à la lumière de ce modèle.

Cet aspect pratique du modèle s’inscrit dans une construction de la paix de type contemporain, proposé par Ramsbotham et collaborateurs (2016). Ces auteurs rendent compte de la contribution des cinq dernières générations dans le domaine de la construction de la paix. Passant de l’ère des précurseurs (1925-1945), à celle des fondateurs (1945-1965), consolidateurs (1965-1985) et reconstruiteurs (1985-2005), la génération présente (2005 et plus) et celle à venir sont ce qu’ils appellent les « cosmopolitains » (p. 500). Divers jalons de la politique internationale, courants et approches de la construction de la paix à travers ces périodes mènent à la question cruciale de la culture au cœur de la résolution/transformation des conflits et cela se fait au niveau cosmopolitain. Cette cinquième génération est appelée à développer de nouveaux outils et approches qui reflètent l’avancement de la technologie et de nouveaux défis, non présents dans les générations précédentes. On pense ici au changement rapide dans les technologies de communications à l’échelle globale - dont celles affectées aux stratégies militaires – et où l’internet ouvre un espace global et cosmopolitain unique que cette génération peut utiliser comme outil et environnement pour la construction de la paix, à des fins d’éducation, d’intercession des droits et de résolution des problèmes (Ramsbotham et al., 2016, p. 502).

À titre de recommandation pour cette dimension pratique du modèle (et quatrième pilier), je vise donc rejoindre cette génération en adaptant l’outil au niveau électronique et utilisant les nouvelles technologies car il est de mon avis qu’un des besoins pressants pour instaurer une culture de la paix dans tout environnement est de se doter de plus d’outils conceptuels et appliqués, ainsi que du vocabulaire et

---

des unités structurelles liées à leurs forces et viser une synergie en faisant trois ‘x’ et/ou trois ‘o’ (horizontal, vertical ou diagonal comme le jeu portant ce nom suggère).

moyens pour aborder les conflits, les transformer et les résoudre en intégrant ce « edge » anticipé et actualisé au niveau spirituel par cette étude, intégré aux défis quotidiens. Selon l'approche de construction de la paix de type cosmopolitain, la génération présente et celles à venir de constructeurs de la paix ont besoin de : « Exemplify the underlying contemporary requirement for human solidarity » (Ramsbotham et al., 2016, p. 503). Le but est de transformer la violence potentielle en un changement vers la non-violence, et ceci, partagé au niveau interculturel (cross-cultural). Sinon le domaine même peut être remis en question :

Then there is no international, let alone cosmopolitan, conflict resolution field. We hope that the next generation will come from all parts of the world and will draw from their own cultures in pushing forward shared human understanding of the costs of failure to manage conflict non-violently and of the benefits to be gained by strengthening non-violent conflict resolution capacity within and between societies. (Ramsbotham et al., 2016, p.503)

Ainsi, là où cette approche rejoint de près mon modèle théorique et appliqué est le fait que l'ennemi est la violence sous toutes ses formes : directe, structurelle, culturelle, théologique, économique, politique, et autres ; et que pour promouvoir ses valeurs et contrer ses ennemis, la résolution ou transformation cosmopolitaine des conflits doit s'accompagner d'une pensée stratégique qui la confronte à tous les niveaux, du local au global (d'où l'utilisation du terme de résolution cosmopolitaine des conflits) :

The need for an approach that is not situated within any particular state, society or established site of power but, rather, promotes constructive means of handling conflict at local through to global levels in the interests of humanity. We emphasize that this is not a covert name for imposing hegemonic interests under a subterfuge of unexamined “universal values”, but a genuine one inclusive of local-global effort to determine what contributes to human welfare in general and to human emancipation worldwide. Fundamental to the whole cosmopolitan conflict resolution effort is the perception that, whatever particular forms it may take, it is always at local level that the most damaging aspects of transnational conflict impact and that those who suffer are overwhelmingly the most vulnerable. Cosmopolitan conflict resolution is normatively devoted to the task of preventing, alleviating and ending this, however difficult it may be and however long it may take. (Ramsbotham et al., 2016, p. 315)

L'emphase sur des valeurs telles que le pluralisme et l'inclusion de diverses visions du monde de ce type de construction de la paix s'arrime à l'approche du dialogue intervisionnel DIVM de Brodeur (2019), et dont une des compétences centrales est l'écoute compassionnelle. Le modèle présenté dans cette étude en est venu à être combiné à l'approche DIVM et dont des détails ont été fournis dans les chapitres quatre et six précédents. Je suis à même de voir la portée de cette approche pour accueillir et répondre à des aspects cruciaux de la perspective cosmopolitaine. Notamment, le fait qu'elle situe les conflits armés contemporains dans un cadre cosmopolitain qui est à la fois local et global, prenant en compte divers

niveaux à partir de l'international (global, régional, bilatéral), à travers l'État, jusqu'au niveau de la société (groupes identitaires, individus). Ramsbotham et collaborateurs (2016) expliquent que la plupart des conflits aujourd'hui présentent des luttes hybrides qui s'étendent à ces trois niveaux, ce qui les rend difficiles à résoudre ou transformer. Ces conflits vivent des mutations selon le changement de conditions à ces niveaux donc la notion de globalisation est prise en compte, comme le fait l'approche DIVM. Les conflits locaux se manifestent au niveau global, tout comme les conflits au niveau global affectent les niveaux local, régional et national :

As states and societies become open more than ever to events outside their borders, and images, belief systems, communications and ideas flow rapidly across societies divided by different ways of life and cultures, it is not surprising that conflicts of interest and perceived conflicts are experienced not only at the intrastate and interstate levels, but also globally. A hybrid mixture of local, regional and global conflicts has emerged, called transnational conflict. Accompanying this change are uncertainties over how and where this form of conflict should be addressed. (Ramsbotham et al., 2016, p. 313)

Dans ce contexte, le domaine de la résolution ou transformation des conflits est appelé à redéfinir son étendue et sa praxis selon ces auteurs. La perspective cosmopolitaine regarde donc comment les conflits locaux se manifestent au niveau global et comment en retour ils affectent les niveaux régionaux et local. On vise à transformer la violence en une contestation et changement non-violent. L'approche est proactive et non que réactive et fait la promotion d'un agenda global basé sur certaines valeurs, dont le pluralisme tel que vu plus haut.

En écho à cette vision d'une action glocale sur la violence et la promotion de la non-violence à tous les niveaux, se trouvent les nouvelles perspectives sur les théories de la non-violence. Elles sont appelées à élargir leur portée dans divers endroits tant au niveau de la pensée que de l'action, incluant la résistance aborigène et autochtones, les protestations étudiantes, les résistances au trafic humain, les campagnes contre la violence conjugale, les droits des animaux et les problématiques écologiques, tel qu'exposé dans l'ouvrage de Heater Eaton et Michelle Levesque (2016) : *Advancing Nonviolence and Social Transformation : New Perspectives on Nonviolent Theorie*. Elles situent cette action dans le domaine du changement social qui interpelle les schèmes culturels et personnels dans une interaction co-créatrice. Pour Marc Gopin, l'avenir de la transformation des conflits et de la construction de la paix comprend de plus le développement de l'habileté de contenir diverses visions du monde, dont au niveau religieux et spirituel en fonction d'être des citoyens globaux.

Des évidences découlant d'une étude de Gopin ayant duré cinq ans et impliquant divers pays en lien avec le conflit syrien entre 2003-2009, l'ont amené à conclure sur des éléments qui font écho avec ce à quoi mon étude est appelée à contribuer (ce qui est souligné apparaît en italique dans l'ouvrage de Gopin) :

We must embrace the human being as global citizen, to help him and her to become emotionally and cognitively prepared to engage the world in all its diversity and infinite complexity. This can be done if we will it cognitively to be done, if we recognize the challenge and prepare our minds for stretch of its immense capacity, perhaps one of the biggest stretches in human history. We can educate for this as parents and teachers, but only if we will ourselves to do so. Here is the crucial condition however. That stretch of the mind needs to be an embrace of infinite diversity at the same time that the root of our emotional and spiritual lives has something simple and essential at its core. That is where I think that the Dalai Lama's simplification of the spiritual impulse, its reduction to enlightenment for the sake of all living things, its focus on mind training for patience and kindness, is of great values. Especially helpful is the psychological construct of the self as achieving happiness and enlightenment through compassion to others. This in turn is due to the cognitive construct of the mind that says we are all related and connected. Parallels to the Dalai Lama's wisdom on this subject can be found in all the major religious traditions, although this should constitute a separate study. The spiritual constructs of the mind that I have just outlined are very simple notions, but profoundly meaningful at the emotional and spiritual level. They can be embraced to create a relatively simple inner life. They are necessary as a bulwark, as a rock of certainty, even as we must face the pain and the cognitive complexity of a world filled with an immense number of people, all different in certain ways, many often in struggle. This complexity and pain is the battleground of diplomacy and peacebuilding. But, (1) the simplicity of the inner spiritual discipline of universal comparison, and (2) the disciplined discovery of compassion for oneself, can constitute an antidote to the dizzying complexity of the coming global experiment. (Gopin, 2009, p. 229)

Comme le reflète cette citation, le Institute for Conflict Transformation and Peacebuilding stipule que la construction de la paix va au-delà des notions d'approche et d'outil et adresse l'état d'esprit : « Conflict transformation is not only an approach or a tool but primarily a mindset. Conflict transformation, according to our 3 Cs approach, needs to be comprehensive, compassionate and creative ».<sup>168</sup> La dimension créative dans l'ouverture à l'autre et à l'inconnu ouvre un espace transformationnel et la dimension compassionnelle sont porteuses de transformations et guérisons au niveau personnel et systémique : ce que propose le modèle découlant de cette étude et dont des outils d'auto-évaluation et d'évaluation de groupe, de même que d'autorégulation sont en développement en vue de rendre accessible ce savoir qui veut être en résonance avec les défis quotidiens au niveau relationnel dont dépend la création de cultures de la paix. Une paix autant intérieure qu'extérieure, ce qui la rend complète.

---

<sup>168</sup> Source : <https://www.iicp.ch/>. Consulté le 10 octobre 2018.

## 6.6 Rigueur scientifique pour le modèle théorique et appliqué

Cette section du chapitre débute avec un regard sur la rigueur scientifique du modèle théorique pour terminer avec un regard sur l'évaluation de la recherche dans son ensemble. Je positionne la théorie émergente dans mon étude comme un outil à parfaire plutôt qu'une finalité en soit. Elle est dédiée à être explorée, peaufinée et utilisée pour diverses fins. Le phénomène que j'étudie n'est pas statique et le sens qui l'anime relève plus du processus et du cheminement des participants que de quelque chose d'absolu. L'objet d'étude est multidimensionnel et le modèle en découlant en présente quelques facettes, influencée par qui je suis et qui sont les participants aux entrevues et au questionnaire. En ce qui concerne le processus et la variation entre les stades au cœur du modèle, ce qui leur donne une robustesse selon Glaser (2005) est si les personnes impliquées peuvent discerner ces stades (*in vivo*), ou s'ils peuvent être appris au moment même où les personnes les traversent, ou encore s'ils sont provoqués par ceux-ci avec une intention consciente.

Dans cette recherche les répondants au questionnaire étaient les premiers sur lesquels était testée cette idée de passage entre un état ou sentiment de séparation vers un de connexion de plus en plus profonde. Les quelques questions posées sur la question furent formulées de façon à ce qu'elles puissent être comprises. Il s'agissait d'une exploration de ma part ne sachant pas jusqu'à quel point la mémoire allait être au rendez-vous. J'ai été agréablement surprise qu'elle l'était pour plusieurs qui pouvaient donner des détails précis. Il s'agissait donc de moments marquants pour eux, transformationnels sommes toutes. Ceci m'a donné confiance en ces stades et la façon de les aborder. Ils provenaient aussi du premier processus se dessinant des résultats d'entrevues. Déjà leurs acolytes en entrevue laissaient entrevoir ces passages. Certainement ce processus est donc au cœur de l'approche qui est de tenter de connecter avec le cœur malgré les difficultés de se faire. Le tout est cohésif.

Charmaz (2006) propose une série de questions portant sur quatre critères centraux pour évaluer une recherche issue de la TE : la crédibilité, l'originalité, la résonance et l'utilité. Voici quelques réponses probantes sur ces questions.

### 6.6.1 Crédibilité

*Has your research achieved intimate familiarity with the setting or topic ?* Du fait que le sujet fut examiné à partir de diverses méthodologies autant qualitatives que quantitative et que ceci s'est échelonné sur une longue période permettant d'examiner l'objet d'étude sous divers angles et rôles

(chercheur, participante, facilitatrice à l'ÉC, enseignante et formatrice), j'ai l'impression d'en avoir une familiarité intime. Ce n'est pas un objet d'étude largement étudié, donc le corpus le concernant pouvait être rapidement cerné et ceci dit, l'application et les recherches futures sur le modèle vont me permettre de pousser plus à fond cette familiarisation et sa portée.

***Are the data sufficient to merit your claims? Consider the range, number, and depth of observations contained in the data. Have you made systematic comparisons between observations and between categories?*** Un très grand nombre de comparaisons entre les données furent effectuées, accompagnées de maintes questions sous multiples angles (théorique, appliqué, etc.), apportant un niveau de densité et prise en compte d'éléments importants entourant l'objet d'étude. La phase quantitative a apporté une validation importante d'éléments de la phase qualitative faisant en sorte que le modèle présenté et sa portée sont, à mon avis, tout à fait justifiés.

***Do the categories cover a wide range of empirical observations?*** Les quatre thèmes centraux découlant des entrevues et leur catégorie principale (autoréflexivité, connexion profonde, identité commune et transformation) sont demeurés omniprésents tout au long de la recherche. De plus, un matériel considérable sur ce qui les sous-tend fut fournis en termes d'observations empiriques via les diverses méthodologies. Des catégories telles la qualité de présence et d'environnements, liés notamment aux habiletés dialogiques (lesquelles comprennent d'autres sous-catégories centrales avec la prédisposition, motivation et comportements divers) furent soutirées de vastes pans de données croisées. Ceci dit, je pourrais plus fortement systématiser au sein du modèle, pour des fins de justifications de son importance, ce qui est ressorti comme nombreux indices (données) sur les notions d'expériences et de transformations comme telles des délégués (tant venant des entrevues que du questionnaire). Cela dit, l'étendue des liens entre les éléments et composantes du modèle entre les piliers et au sein de ces derniers est considérable, en plus des couches explicatives théoriques et appliquées les soutenant.

***Are there strong logical links between the gathered data and your argument and analysis?*** Du fait de rassembler les données de la recherche en un modèle compréhensif avec quatre piliers interdépendants et de voir la portée, dont future, assignée au modèle, apporte à mon avis une réponse positive à cette question. Nous sommes en terrain constructiviste et l'étape poste-soutenance de la thèse prévoit de tester le modèle à diverses fins. Ce qui permettra de consolider et ajuster ces liens selon les contexte et terrain d'étude.

*Has your research provided enough evidence for your claims to allow the reader to form an independent assessment – and agree with your claims?* Je crois que oui, ayant tenté d’être honnête et explicative tant sur les décisions menant au modèle final, que sur les buts recherchés et les résultats de cette recherche. Le chapitre qui comprenait un défi en ce sens et peut-être que c’est le plus litigieux pour cette question demeure le chapitre quatre sur les résultats de la phase qualitative. J’ai tenté d’expliquer le mieux possible la démarche qui peut paraître linéaire dans l’impératif d’en expliquer la progression mais qui avec les phases itératives entre la collecte et l’analyse des données dans la TE, ainsi que les retours à la littérature, fait en sorte qu’il y a eu maints allers-retours sur des pans de données analysées selon de nouveaux angles de réflexion, de façon continue. Les commentaires et critiques d’universitaires faisant partie du jury menant à la défense de cette thèse fourniront des indices en ce sens d’une façon ou d’une autre. Ces contributions feront partie d’éléments clé pour assurer la validité des résultats de ma recherche.

Dans un autre ordre d’idée, j’ai présenté le modèle à titre exploratoire auprès d’étudiants d’un cours d’été en 2018 et donné un examen-maison comprenant une grille d’évaluation reprenant les éléments clé du modèle. Les étudiants devaient compléter la grille en fonction d’un conflit interpersonnel et s’en inspirer pour voir des éléments pouvant aider à sa résolution. J’ai été agréablement surprise du niveau de l’utilité de l’exercice pour plusieurs. Bien sûr, le tout était accompagné de mes explications et enseignement, ce qui confère une touche personnelle en présence et aide beaucoup à augmenter la compréhension du tout, plutôt que de seulement lire comme on le fait pour une thèse ou article. Donc je crois en mes capacités de discuter, enseigner et présenter le modèle, les mettre en contexte et laisser l’espace d’ouverture à l’exploration car il s’agit somme toute d’un outil que les gens utiliseront selon leurs besoins.

### **6.6.2 Originalité**

*Are your categories fresh? Do they offer new insights?* La catégorie de la qualité de présence, dont celle du cœur (en intégration des dimensions de l’être faisant appel à l’intelligence relationnelle mais surtout de formes de sagesse et de discernement dans la connexion sociale) est novatrice, étant éclairée par une panoplie d’indices et de découvertes. Les écrits d’auteurs chevronnés dans le domaine de la construction de la paix tel Marc Gopin et John Paul Lederach témoignent de l’effet de la compassion et l’importance du savoir-être pour le domaine appliqué dans la transformation des conflits de toutes sortes. Le modèle fournit une panoplie de prismes à ces notions, accompagné d’explications et situé dans un cadre explicatif global qui tout comme l’œuvre de Lederach et Gopin (se situant dans le nexus entre



théorie et pratique, ainsi que sciences sociales et des religions), permet d'ancrer au niveau concret des aspects moins tangibles entourant ces notions dont au niveau relationnel-spirituel.

La catégorie centrale de la connexion profonde offre aussi des idées nouvelles, surtout mises en exergue avec des passages dont on doit tous faire face au niveau interpersonnel, liés à une difficulté plus ou moins grande dans la connexion sociale et éclairant sur ce qui peut faire basculer vers la connexion profonde pour un dialogue véritable. Le dialogue est un thème clé du domaine de la construction de la paix. Des auteurs peuvent soulever l'importance de catégories vues dans cette thèse. C'est la synergie et les conséquences proposées qui sont aussi novatrices car elles produisent un tout qui est cohérent. Enfin, les catégories qui entourent le processus visant à transcender la polarisation au cœur des conflits est des plus utiles pour ce domaine en particulier et pour la communication interpersonnelle en général, quel que soit le niveau de ces interactions, du personnel au mondial.

***Does your analysis provide a new conceptual rendering of the data?*** La modélisation de ce processus et des intuitions et idées sur diverses dimensions l'entourant peut renseigner et stimuler la réflexion, recherches et applications sur une très grande variété de terrain, et ce, dans divers domaines et milieux culturels au-delà de la construction de la paix. Tout ce qui a rapport avec la création d'une culture de la paix dans tout environnement du fait qu'il y a un format (contexte, environnement ambiant), messages-clé et messagers dans toutes situation (*setting*) déjà fourni un cadre conceptuel de base intéressant à maints niveaux. Ceci dit, plusieurs délégués de TCLP ont manifesté le désir de voir dans un tout explicatif ce qui est au coeur de cette approche. L'étude fournit cela avec le modèle, même si celui-ci ne peut évidemment pas rendre compte de toute la réalité entourant l'approche et les expériences rattachées aux délégations du TCLP. Il n'en demeure pas moins que le fait que les réponses du cœur et habiletés associées découlent en grande partie d'éléments clé des écrits des pionnières et que celles-ci furent validées en résonance globale par une majorité de répondants au questionnaire, fait en sorte que le cadre conceptuel allie crédibilité et originalité dans cette thèse. Selon les besoins, les délégués pourront s'y reconnaître car le modèle en particulier les portera à réfléchir sur la profondeur de la connexion qu'ils ont vécu lors de leurs délégations respectives, ainsi que sur les conséquences actuelles et potentielles pour eux.

***What is the social and theoretical significance of this work?*** Cette question fut répondue à divers niveaux dans le premier et sixième chapitre notamment. Ceci dit, le modèle étant théorique et appliqué à la fois, ces deux dimensions sont couvertes. Sommes toutes, il en ressort la possibilité de mieux

comprendre comment faire le passage vers le dialogue, non seulement à partir d'une discussion, mais aussi loin qu'à partir d'un débat, comme le tableau mentionné dans le chapitre six le suggère. On retrouve également des détails, indices et réalités reflétés dans la thèse qui ne sont pas toujours adressés directement, qui sont davantage du ressort du relationnel-spirituel alliant des aspects visibles et moins visibles au niveau explicatif. Du fait que le tout est axé afin d'éclairer sur des défis et obstacles quotidiens dans le lien interpersonnel et identifie des éléments facilitateurs déjà est d'une utilité sociale significative.

***How does your grand theory challenge, extend, or refine current ideas, concepts, and practices?*** Le modèle théorique à maints niveaux explique l'importance de concepts et d'idées dont on pourrait ne pas soupçonner le rôle crucial dans la transformation des conflits. Le témoignage des expériences et transformations vécues par les participants en révèle toute l'importance. Celle-ci est ensuite appuyée par des éléments de la littérature. Par exemple, dans ce point de bascule vers le dialogue, le fait d'être dans un état d'ouverture sans vouloir interpréter, analyser, juger ce qu'on entend pour baisser nos gardes d'opérations mentales pouvant faire obstacle à l'ouverture toute simple et plus grande du « cœur » ou de la forme d'intelligence relationnelle-spirituelle (venant de l'essence profonde) peut remettre en doute toutes les façons de négocier qui priorisent contre vents et marées le rationnel. La littérature indique qu'un conflit peut se régler à un niveau de conscience plus élevé que celui dans lequel il se trouve et autres notions abstraites semblables sans qu'on puisse faire le pont sur la façon de se faire au niveau concret, devant les défis liés à la nature et condition humaine. Le modèle donne des incidences en ce sens. Notamment, le fait de proposer que nous transportions tous le potentiel de violence autant que de compassion et qu'il y a une part consciemment choisie des deux côtés et dont la ligne de démarcation doit être la non-violence ; et que j'en conclus que ceux qui choisissent consciemment la violence et la guerre sont un danger public. Le modèle et la thèse visent, tel qu'expliqué dans ce chapitre, de sensibiliser à la responsabilité individuelle et collective sur ce point et nombreux autres qui après-tout font partie de notre condition humaine. D'un autre côté, c'est une fois appliqué, recherché et exploré, voire étendu, transformé selon les besoins et adapté à diverses disciplines et situations terrain dans divers domaines que le modèle montrera l'étendue de sa portée. Certains concepts trouveront résonance plus que d'autres, possiblement, selon les cadres théoriques et appliqués concernés.

### **6.6.3 Résonance**

***Do the categories portray the fullness of the studied experience?*** Il serait difficile de rendre compte de toute l'expérience humaine en lien avec la connexion sociale. C'est justement dans les recherches à venir que plus de niveaux d'explication et variations seront apportées sur ce qui se passe sur le continuum de

la connexion sociale entre les trois stades (séparation, communication, communion). Tel qu'expliqué plus haut, poursuivre l'examen de la variation entre individus et stades est de mise. J'aimerais personnellement pouvoir réunir le groupe de facilitateurs à l'ÉC pour un exercice de groupe-témoin (*focus group*) entourant les catégories clé et modèle découlant de cette étude. Leur vaste expérience dans diverses disciplines et avec l'approche de l'ÉC apporterait déjà des couches supplémentaires d'explications, des liens entre les catégories et les concepts ainsi qu'ajouter à la portée multidimensionnelle, ouverte, du modèle qui est un « état des lieux » sur lequel on peut continuer à bâtir. Je voudrais faire le même exercice avec les groupes de délégués qui terminent leur séjour en Israël-Palestine pour étudier leur expérience en regard de la délégation et des résultats probants de cette étude. Finalement, j'aimerais réunir des experts (académiques et du terrain) de quelques domaines particuliers, tels l'éducation (primaire et secondaire), le milieu du travail (spécialistes des ressources humaines et gestionnaires) et autres, pour leur présenter le modèle et son potentiel au niveau du transfert des connaissances dans leurs milieux respectifs ainsi que des formes diverses pour le disséminer. Je veux faire le même exercice avec quelques experts du domaine de la construction de la paix et de la transformation des conflits afin d'y rattacher des études de cas de transformations et résolutions de conflits ayant pris place dans divers endroits dans le monde pour voir comment le modèle aide à expliquer certains développements positifs ou négatifs dont ils furent témoins ou qu'ils ont documentés dans leurs travaux. Finalement, de façon prioritaire je veux développer des outils d'autoévaluation individuelle et de groupe découlant du modèle (déjà en construction), les tester selon des protocoles précis de recherche, les peaufiner et enfin les distribuer. La dissémination du modèle pour être utile est de mise et les retombées permettront de répondre à plusieurs des questions ici posées.

***Have you revealed both liminal and unstable taken-for-granted meanings?*** J'ai en ma possession une énorme quantité de données qui ont trouvé une niche selon les tâches de classification, regroupement et analyse des données en cours et les situer selon les composantes du modèle. J'ai pris en compte, noter et analyser les variations entre participants aux entrevues à la lumière des trois stades. Le choix fut fait, comme le suggère la TE, de se pencher sur la variation entre les stades et non pas tant sur les individus. En intégrant une dimension séminale à l'étude j'ai ouvert la voie pour aller plus loin dans ce qui peut se passer à un niveau liminal et moins visible en lien avec l'objet d'étude. Le fait que les répondants au questionnaire aient trouvé résonance dans les passages entre vices et vertus formulées en fonction de résonner au niveau séculier offre une piste intéressante de ce niveau de profondeur pouvant prendre place à l'avenir en regard de l'objet d'étude.

***Have you drawn links between larger collectivities or institutions and individual lives, when the data so indicate?*** Personnellement, dans l'observation participante et à titre de chercheur je fais de façon presque automatique des liens entre la dimension intrapersonnelle, interpersonnelle, intergroupe et institutions ainsi qu'aux aspects systémiques en jeu. J'ai tenté de le refléter dans l'étude là où c'était pertinent. Je crois que la prochaine phase de recherche qui alliera l'apport de l'approche du Dialogue interventions du monde et une analyse de variation plus poussée sur des facteurs en jeu dans le passage entre les stades offrira encore plus d'indices en ce sens. Les divers piliers offrent une structure et un processus que je sais liés à l'objet d'étude et conforme (valide) avec l'approche de l'ÉC dans ce qu'elle suggère de par son curriculum, philosophie et expérience de nombreuses années sur le terrain par ses pionnières et instigatrices. Elles font ces ponts avec une des formations avancées à l'ÉC (que j'ai suivie). La thèse s'est penché plus à fond sur l'action de procurer de la compassion (ou amour compassionnel, écoute compassionnelle) à certains niveaux très micro (prédisposition, motivation dans l'action – réponses du cœur) et des liens avec ce qui se passe au niveau macro (polarisation, dynamiques de pouvoir malsaine, collaboration versus compétition, etc.). En ce sens, l'interdépendance entre ces niveaux, suggérée par le modèle même, fut pris en compte comme le demande la TE.

***Does your grand theory make sense to your participants or people who share their circumstances? Does your analysis offer them deeper insights about their lives and worlds?*** Les composantes centrales du modèle découlent d'indices fournis par les participants et validés (en résonance) avec leur expérience en général selon les résultats obtenus. Ils ont aussi validé les composantes venant de mon propre examen et analyse des textes et observations sur le terrain même. Les répondants du questionnaire ont pu fournir de nouvelles données probantes sur le type de difficultés et conséquences liés à la connexion de plus en plus profonde avec les invités aux sessions d'écoute : un matériel que je n'ai pas encore revérifié auprès d'un nouvel échantillon de délégués mais qui résonne avec ce que les participants aux entrevues ont soulever à plusieurs égards.

Lors du pré-test, j'ai pu parler de vive voix au téléphone avec plusieurs et c'est lorsqu'ils racontaient leurs motivations et expériences propres, personnelles, que maintes couches intéressantes liées à leur vécu et histoire étaient révélées. Ceci reflétait grandement le constat que le moment le plus important de la délégation pour les répondants au questionnaire référait à des détails et des situations qui leur étaient propres et significatifs à divers niveaux. C'est là qu'on voyait s'estomper l'idée d'une seule réalité dévoilée pouvant rendre compte de toute l'expérience. Je me suis par contre assurée que les composantes clé et l'idée même des passages tels que suggérés reflétaient bien ce qui est en jeu en général. Le tout se

tient de façon cohérente et je peux bien situer l'aspect séminal de la partie portant sur les vices et les vertus. En effet, mon directeur de thèse et moi voulons d'ailleurs voir de plus près ces rapports aux vices et vertus à la lumière de diverses traditions spirituelles, religieuses et humanistes, celles proposées dans cette thèse étant plus influencée par un schème catholique, bien que décrit de façon assez séculière.

Finalement, la dissémination des résultats de la thèse et du modèle pourra interpeller à divers niveaux de résonance les participants à l'étude. Un commentaire reçu d'un répondant au questionnaire était à l'effet que le questionnaire semblait être plus axé et utile aux facilitateurs de cette approche. C'est vrai qu'un autre questionnaire portant sur leur expérience et transformation aurait pu se pencher sur la dimension transformationnelle en fonction de l'aspect géopolitique du conflit ou autres aspects possiblement anticipés par certains. Ceci dit c'est le seul commentaire reçu à cet égard et une personne à qui j'ai parlé lors du pré-test indiquait que cette approche rend compte d'une certaine dimension du phénomène (conflit israélo-palestinien) résonnant pour certaines personnes (faisant allusion à l'aspect plus relationnel et spirituel de l'approche) à l'instar des défis difficiles quotidiens que demandent les relations interpersonnelles dans tout conflit. Il a raison de mentionner que diverses couches sont liées au phénomène et en ce sens le modèle n'est pas une panacée ; il représente un volet supplémentaire pouvant être pris en compte dans la transformation des conflits d'où l'utilisation de l'expression d'intégration d'un « agenda du cœur » aux efforts de paix, voulant dire que l'agenda du cœur s'ajoute (et ne remplace pas) d'autres types d'agendas (économiques, politiques, religieux, sociaux, etc.). La culture reflétant l'agir humain à ces divers niveaux, y intégrer une dimension où est prise en compte la culture de la paix intérieure dans une perspective de santé et mieux-être est en fait ce qui est en jeu, tel que le titre du modèle le suggère.

#### **6.6.4 Utilité**

Les questions pour ce critère d'évaluation furent en grande partie répondues ci-haut et dans les chapitres précédents, donc je ne vais ici que les nommer (Charmaz, 2006) : *Does your analysis offer interpretations that people can use in their everyday worlds ? Do your analytic categories suggest any generic processes? If so, have you examined these generic processes for tacit implications? Can the analysis spark further research in other substantive areas? How does your work contribute to knowledge? How does it contribute to making a better world?* Charmaz indique qu'une forte combinaison de l'originalité et de la crédibilité augmente la résonance et l'utilité ainsi que la valeur subséquente de la contribution. J'aimerais à la lumière du modèle global aller encore plus loin dans une littérature scientifique portant sur le relationnel et spirituel dont un retour à des auteurs tels Martin Buber.

Ceci dit, je sens mon utilité et expertise plus portée vers la mise en programme et développement du matériel et outils connexes et actualisation d'un tel programme (et formation associée) comme prochaine étape. La mise en application du modèle se fera parallèlement à la dimension académique qui continuera à être nourrie et développée par des projets de recherche futures.

Une dernière question porte sur la validité, la fiabilité et la transférabilité : ***Le modèle (et étude qui le sous-tend) est-il valide et fiable ? Peut-il être reproduit avec une étude semblable ?*** Ces trois critères sont les plus fréquemment mentionnés pour la recherche scientifique. Bien entendu, dans le cadre de cette étude et modèle en découlant, ma posture épistémologique (et méthodes et stratégies méthodologiques associées) comme chercheuse est interprétative tout en intégrant des données selon une perspective post-positiviste. La dimension constructive demeure centrale dans cette utilisation mixte, qualitative et quantitative. En recherche qualitative, Gohier (2004) parle de rigueur (plus que de validité scientifique) avec des paramètres de crédibilité, transférabilité, constance interne et fiabilité (p. 6). Ces paramètres ont fait l'objet de commentaires dans les chapitres précédents, ajoutant en regard du modèle global le fait que la crédibilité se traduit en un souci de « validation » interne : « au plan de la saisie des données par l'utilisation de la triangulation des sources et des méthodes et un souci d'établir la validité de signifiante de l'observation et des interprétations » (Gohier, 2004, p. 6). La première rend compte d'un accord entre le langage et les valeurs du chercheur et ceux de l'acteur et la deuxième corrobore l'interprétation du chercheur avec d'autres personnes, voir l'acteur lui-même (*Idem.*).

En regard d'une méthode mixte, donc comprenant des angles constructiviste et post-positiviste, j'ai suivi les recommandations de John W. Creswell et Vicki L. Plano Clark dans leur ouvrage *Designing and Conducting Mixed Methods Research* publié en 2011 sur la validité en regard des méthodes mixtes de la recherche qu'ils définissent comme : « *Employing strategies that address potential issues in data collection, data analysis and the interpretations that might compromise the merging or connecting of the quantitative and qualitative strands of the study and the conclusions drawn from the combination.* » Ces auteurs fournissent une série de conseils pour assurer une validité à la collecte des données à une méthode mixte de type exploratoire telle qu'utilisée, ainsi que les stratégies pour minimiser les menaces à son effet pour une méthode mixte exploratoire (Creswell & Plano Clark, 2011, p. 242-243). Je me sens à l'aise pour affirmer que mon étude a respecté les standards associés à la validité pour les deux phases de la recherche (qualitative et quantitative) dont les détails apparaissent à la fin des chapitres 4 et 5.

Je considère donc le modèle fiable dans la poursuite de son enseignement pour reflétée plus à fond ce qui est en jeu avec l'ÉC, le but initial de cet état des lieux. Celui-ci a une portée faisant écho à des écrits et auteurs importants dans le domaine de la construction de la paix. De plus, il apporte des indices importants au niveau interdisciplinaire en santé et mieux-être, en communication et psychologie, avec la prise en compte de dimensions spirituelles, relationnelles et transformationnelles chères aux sciences transformatives. Le but général du modèle est de renseigner sur un sujet d'étude mais aussi d'élever les consciences humaines et stimuler la réflexion et la recherche sur ce qui est en jeu dans la mise en place d'une culture mondiale de la paix. Ceci, selon ce modèle qui repose sur l'expérience terrain ayant mené à une théorisation. Cette déconstruction n'est pas différente de toute problématique sociale qui se trouve décortiquée et explicitée pour mieux la saisir et par la suite mieux intervenir<sup>169</sup>. Il s'agit de conditions et de facteurs clé pouvant être utile à la pratique de la non-violence, entre autres. Voici quelques réponses à des questions d'évaluation pour la recherche en général.

Le modèle rend compte d'un tel parcours méthodologique et en ce qui concerne la validité externe, liés à la transférabilité pour Gohier (2006, p. 7), le terrain est préparé à son « application à d'autres contextes, même limitée, sachant qu'une forme de saturation théorique et une riche description du contexte et des sujets de recherche (Gohier, 2004, p. 7) fut établie dans cette étude. Il va s'en dire que d'adapter le modèle théorique et appliqué à divers milieux comme le présuppose le guide et outils afférents délimitera ses forces et manques pour répondre aux visées prescrites par le modèle. Bref, autant d'enseignements et découvertes porteuses au niveau scientifique et appliqué.

## **6.6 Rigueur scientifique globale pour l'étude**

En ce qui concerne les méthodes mixtes en recherche, la validité est généralement liée au design de recherche et à l'interprétation des données des deux phases qualitative et quantitative. Ce qui fut présenté à la fin des chapitres portant sur ces questions (chapitres, 3, 4, 5 et 6). Cresswell et Plano Clark vont plus loin en adressant la validité liée à la combinaison de ces deux phases. Ils définissent la validité dans cette méthode comme (2011, p. 239): « *Employing strategies that address potential issues in data collection, data analysis, and the interpretations that might compromise the emerging or connecting of the quantitative and qualitative strands of the study and the conclusions drawn from the combination.* »

---

<sup>169</sup> On peut penser à la violence conjugale, le taxage, etc. : sujets liés à la question de violence dont une meilleure compréhension des éléments et enjeux présents, sauront dicter l'intervention pour un retour à la non-violence.

Parmi les défis potentiels liées à l'intégration (*merging*) des données et les façons de les mitiger, tant dans la collecte que l'analyse et l'interprétation, retenons les forces suivantes de cette étude en regard de ce que suggère la littérature (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 242-243), : un échantillon de participants semblables pour les deux phases (délégués de TCLP); un nombre élevé de participants pour la phase quantitative et petit pour la phase qualitative; l'utilisation de procédures rigoureuses pour construire l'instrument de la phase quantitative qui suit celle qualitative; choisir les éléments et thèmes devant être vérifiés dans la phase quantitative en suivi de la phase qualitative; la spécification sur comment les deux phases sont utilisées dans la recherche ; l'interprétation des données en fonction de répondre aux questions de recherche; l'interprétation des résultats en fonction de l'action sociale pouvant y découler (dont en sciences sociales et un appel à l'action tel que proposé par ces auteurs) ; l'utilisation de procédures statistiques claires montrant des nombres (scores) précis plutôt que des approches de transformation des données inappropriées (j'ai exploré la possibilité de faire des corrélations mais le nombre de répondants aux questions visées et la nature du questionnaire ne favorisaient pas ceci); les questions adressées pour les deux phases sont claires et à cet effet, le tableau faisant le lien entre les deux phases à la fin du chapitre 4 permet de voir ces liens; les raisons pour une prédominance de la dimension constructiviste est expliquée bien qu'un effort considérable pour une collecte et analyse de données substantielles ait pris place pour les deux phases (ce qui est recommandé). Finalement, la possibilité pour plusieurs chercheurs dans une équipe pouvant évaluer les données issues de cette étude et discuter des points communs et divergences n'a pas été fait et le sera dans les étapes futures avec la dissémination des résultats.<sup>170</sup> Ceci me conduit à répondre à quelques dernières questions.

**Comment les découvertes auront-elles un impact sur les participants ?** Plusieurs ont exprimé le désir de mieux comprendre dans son ensemble ce qui se passe avec cette approche. Certains sont impliqués dans la construction de la paix et le partage des fruits de cette étude dans leur milieu (comme consultants, bénévoles, etc.). Une fois la thèse terminée, je verrais comment je vais leur communiquer les résultats, Mon intention est de les rendre disponibles pour tous.

---

<sup>170</sup> D'autres éléments considérés pour un design de méthode mixte différent du mien mais que l'on retrouve dans mon étude, et qui toujours selon les recommandations de Cresswell et Plano Clark (2011, p. 240-241), sont : adresser les mêmes questions d'une phase à l'autre ce qui fut fait en partie sachant que le questionnaire vérifiait les réponses découlant des entrevues mais des composantes émergentes du modèle étaient vérifiées, lesquelles demanderont de continuer à être validées dans les recherches futures. Finalement, bien que cela n'est pas nécessaire pour une méthode mixte de type exploratoire empruntée pour cette étude selon Cressell et Plano Clark (2011), soulignons que dans l'intégration des données des deux phases via la présentation du modèle, je n'ai pas utilisé les nombres et pourcentages provenant de la phase quantitative. La dimension explicative constructiviste primait, forte de l'assurance que les composantes clé du modèle résonnaient de façon suffisante et appropriée pour les répondants, dans ce cadre précis de modélisation.



**Peuvent-elles mener à un tort et si oui, comment puis-je justifier que cela arrive ?** Je ne crois pas car les questions d'entrevue et du questionnaire étaient assez neutres et/ou positives, à la base. Mais je me suis assurée de pouvoir apporter un soutien psychologique (c'est ma profession) si la réponse à des questions ou la participation à l'étude allaient soulever quelques malaises que ce soit. Le comité éthique pour la recherche de l'Université de Montréal a aussi revu cette question et approuvé le projet.

**Comment les résultats vont influencer ma carrière et la discipline ?** En début de recherche je n'avais aucune idée. Maintenant je crois qu'avec le matériel, un guide et outils annoncés qui aborde la dimension appliquée de la recherche pour être utile sur le terrain, pourraient voir le jour. Des activités telles de la formation et formation des formateurs suivront cette mise en produit pour la population donc ma carrière peut se voir dédiée à cette activité.

**Peut-il y résulter des problèmes personnels et comment suis-je préparée pour y faire face s'ils surviennent ?** Au niveau personnel je me suis sentie bien appuyée par mon directeur de thèse qui connaît bien le domaine de la construction de la paix, ce type d'approche et sa portée. Je crois que des échanges continus et le fait de collaborer à unir nos efforts dans un modèle commun sécurisaient ces travaux et moi comme chercheuse. Sinon, je ne vois pas de problèmes personnels sauf que le domaine d'étude (sciences des religions) n'en est pas un où les emplois sont nécessairement nombreux suivant nos études, même doctorales. Donc, au niveau personnel j'ai dû toujours garder un emploi, même si à temps partiel, pour protéger mon avenir professionnel au-delà d'un doctorat et répondre à des besoins financiers.

**Comment les résultats vont avoir un impact sur des compréhensions plus larges sur le sujet. Comment mes collègues vont réagir ?** À la fin de l'étude j'ai pu envisager des façons dont les résultats peuvent être disséminés. Ceci pourra possiblement avoir un impact étendu amenant une meilleure compréhension sur des formes d'intelligence du coeur et relationnelle, avec les autres dimensions de l'être (cognitives, comportementales, etc.) peuvent s'expliquer et s'appliquer pour un mieux-être personnel et collectif. L'étude peut avoir un impact social important à mon avis. Ceci dit, je crois que mes collègues n'en seraient que plus heureux car rien dans ce travail ne les a affectés négativement.

**Qu'est-ce que les journaux diraient de ma recherche ?** Le même type de contribution que pour la question précédente. Rien n'est litigieux ou négatif, dont en lien avec le conflit israélo-palestinien alors que cette approche se tient loin de toute polarisation et vise une compréhension inclusive de toutes les

perspectives en lien avec le conflit. Tout en adressant des éléments importants pour une responsabilisation par contre, mais il n’y a aucun besoin d’être défensif. Si des journalistes et journaux le devenaient, ce serait de leur propre chef et j’aborderais la question comme je viens d’énoncer et tenterait d’aller vers une compréhension constructive.

**Comment la recherche a-t-elle des implications sur le financement futur (de recherches similaires et ou à des organisations reliées) ?** Je ne crois pas qu’elle influencerait des organismes ou individus pour des fonds, sauf moi-même comme chercheur.

**Quelles implications politiques peuvent survenir comme résultat de la recherche ?** Aucune. Ce serait des actions futures utilisant les fruits de la recherche (et toute la confidentialité qui vient avec les participants) qui, si elles ont une portée quelconque le serait à mon avis pour amener à une plus grande responsabilisation d’acteurs divers, dont politiques à diverses échelles du local au mondial.

Pour terminer, reprenons certains éléments clé de l’évaluation présentant des limites et biais du chercheur les plus importants dans ces études tel que reflété à la fin des chapitre 2 à 5.

### **Recension des limites et biais du chercheur : Chapitres deux à cinq**

Dans ce qui suit, sont rassemblés les éléments essentiels des limites et biais du chercheur présenté à la fin des chapitres deux à cinq à titre de rappel faisant partie des limites et biais pour cette étude. À titre de coproductrice des résultats produits, le lecteur est témoin de ma reconnaissance et exploration de mes biais de façon transparente tout au long de la recherche et les moyens utilisés pour les mitiger. Les mémos ont aidé pour se faire dont ceux dévoilant divers facteurs identitaires devant être pris en compte, tant au niveau personnel que professionnel. J’y expose qu’en lien avec le conflit israélo-palestinien que je n’étais ni juive, ni arabe ou palestinienne et non liée de près au conflit (famille, etc.). Je suis consciente d’asymétries en termes de dynamiques de pouvoir au sein de ce conflit à divers égards. Ma perspective est liée à un vécu occidental et de race blanche, ce qui peut apporter une plus grande distance n’étant ni juive ni palestinienne et/ou arabe et/ou musulmane certes. Ceci peut aussi amener une difficulté à saisir des nuances liées à ce conflit venant de l’intérieur, dont en lien avec des facteurs identitaires tels que religieux, familiaux et autres. Blanche et québécoise de souche, venant d’une famille catholique et baptisée, j’ai grandi et été influencée par une société judéo-chrétienne occidentale. Je m’identifie à ma religion et suis croyante mais ce qui m’intéresse dans ma religion est « le cœur de Jésus » au niveau

symbolique, sa force d'amour, charité et accueil de l'autre. Ce qui pour moi réfère à « l'essentiel » alors que ce qui relève de l'institution (dogmes, doctrines) m'interpelle moins. En ce sens, je me disais me situer plus dans la dimension mystique et intéressée à celle-ci dans toute tradition spirituelle et religieuse. Ceci, combiné à un intérêt pour la philosophie et psychologie bouddhistes, qui fait en sorte que je m'intéresse plus particulièrement aux valeurs humaines universelles de base liée à la description qu'en fait le Dalai Lama. Une partie séminale du modèle en cours de développement réfère à des éléments issus du catholicisme mais qui peuvent aussi s'appliquer à d'autres traditions. C'est le cœur du propos en lien avec ce développement qui a eu résonance, en plus du fait qu'il apportait des réponses à la réflexion en cours.

Au niveau professionnel, je cumule autant des expériences d'intervention clinique, directe auprès de diverses clientèles défavorisées et en crise, que de planification, développement et réalisation de programmes et projets divers en santé et services sociaux. À titre de consultante maintenant je suis intéressée à faire une contribution qui inclut la dimension spirituelle et relationnelle pour le mieux-être individuel et collectif. Ceci explique une source de motivation à faire l'étude et en même temps un biais en ce sens qu'une question de recherche porte à vouloir mieux comprendre le processus et le type de spiritualité à l'œuvre dans l'approche étudiée et donc m'amenaient à rechercher cette dimension. Ceci dit, je la sais à l'œuvre en intégration par rapport aux autres dimensions de l'être, ce qui aussi transparait dans mes choix de certaines catégories d'analyse des données qualitatives des deux phases de la recherche. J'ai suivi la certification à l'approche de l'ÉC offerte par TCLP et en grande partie la raison étant de poursuivre ma familiarisation avec cette approche sous d'autres angles expérientiels et théoriques et cela a pris place suivant l'analyse des entrevues et en cours d'analyse des écrits des pionnières et du traitement des observations, donc s'inscrivant bien dans cette étape en termes d'apprentissage. J'ai trouvé des façons de bien délimiter les divers rôles : chercheure, participante, facilitatrice à l'ÉC, etc.

Cette dimension appliquée était importante pour moi car j'ai bien indiqué ma motivation avec cette étude de contribuer au domaine de la construction de la paix une dimension prosociale liée au potentiel humain et au capital social. J'espérais une étude porteuse pour la recherche et le travail sur le terrain. Au niveau professionnel je voulais y apporter une expansion et un ressourcement pour continuer à contribuer mes habiletés, connaissances et expertises vers ce plus ou 'edge' au niveau spirituel énoncé trouvant intéressant l'intégration de cette dimension de la compassion au niveau professionnel. Des expertises poussées en termes de développement et mise en place de programmes divers sur le terrain m'ont certes menée à envisager comment la connaissance générée par le modèle émergent pouvait être transférable

en programme et initiative sur le terrain, étant spécialisée dans ce type de fonction au niveau professionnel. Mais je n'avais pas envisagé ce développement en début d'étude voulant surtout étendre mes connaissances.

En ce qui concerne le contenu du cadre conceptuel, outre quelques écrits des pionnières sur l'ÉC, les autres références n'étaient pas aussi développées en début d'étude qu'elles apparaissent à la fin. Les questions exploratoires dressaient certes la table en un sens et l'utilisation intuitive d'équivalences entre les composantes du modèle de recherche sur l'amour compassionnel et le *Kun long (wa)* tibétain et la façon de traiter la notion de la réponse du cœur comme une caractéristique de l'amour compassionnel allait prendre place en cours d'étude. Comme ses caractéristiques propres résonnent avec l'approche de l'ÉC selon les répondants au questionnaire cela me confère l'assurance d'utiliser cette notion dans le cadre conceptuel de la façon choisie, sachant de toute façon que son modèle pour la recherche vise ce but d'adaptation au gré des chercheurs.

De plus, l'étude s'étant échelonnée sur quelques années, un retour à la littérature plus tard en fin d'écriture pour mettre à jour les sources bibliographiques ont fourni des indices supplémentaires sur le type de contribution de l'étude et du modèle. De même que des recherches futures et articles et ouvrages associées vont pousser plus à fond des définitions et explications liés aux concepts-clé du cadre théorique. Je suis restée intègre face aux limites intuitives que je portais aux définitions pour ne pas forcer les données dans des cadres au détriment de ce qui se dévoilait réellement sur le terrain.

Au niveau méthodologique, j'ai adopté un positionnement épistémologique à prédominance constructiviste et certainement intersubjectiviste<sup>171</sup> et j'ai émis être consciente de la difficulté et de l'impossibilité de rendre compte de la totalité de la réalité. J'en ai offert un découpage et suis demeurée vigilante face à la *perspective dialectique* dans les méthodes mixtes qui reconnaît que différents paradigmes peuvent amener des idées et arguments contradictoires (Green & Caracelli, 1997, in Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 45). J'ai eu un souci de garder une distance en tout temps du meilleur de mes capacités pour déceler comment la connaissance était co-créée et quelles pouvaient être les limites des instruments de mesure choisis. Deux éléments ont apporté une dimension d'hybridité à la recherche : le fait qu'était déjà prévu le choix d'administrer un questionnaire en ligne pour la deuxième étape de

---

<sup>171</sup> L'intersubjectivisme réfère à la perception et compréhension de la réalité qui devient interreliée dans le lien entre divers sujets (au niveau interpersonnel). Dans le cadre de cette recherche on peut identifier trois niveaux d'intersubjectivisme : 1. Entre les écouteurs et les écoutés (invités aux sessions d'écoute) ; 2. Entre les sujets d'étude et moi-même comme chercheur ; 3. Entre moi et les autres chercheurs nommés dans cette étude.

recherche avec la méthode mixte et le fait que je n'avais pas prévu que la TE deviendrait centrale suivant l'émergence des propositions théoriques, d'où le besoin d'échantillonnage théorique menant à une analyse de textes et au traitement d'observations plus poussées. La littérature scientifique reconnaît et permet ces dimensions hybrides et j'ai tenté de refléter ce qui est en interface entre les différentes méthodologies utilisées.

Une réflexivité continue et source diversifiée de données ont renforcé la validité des résultats de recherche, de même que l'importance de la façon dont a pris place ma relation comme chercheur avec les participants et l'impact sur la collecte et analyse des données (Yardley, 2000). J'ai fait des efforts de transparence à cet égard et j'ai conservé une sensibilité au contexte socio-culturel plus large entourant l'étude bien que la dimension systémique, géopolitique liée au conflit israélo-palestinien n'était pas au centre de l'étude. Après tout, ce qui m'intéressait était d'étudier l'EC utilisée par TCLP, que ce soit en Israël-Palestine ou dans n'importe quel autre endroit conflictuel géopolitiquement, voire pour faciliter la transformation de conflits dans la vie de tous les jours comme approche.

Pour compenser mes limites initiales dans la compréhension de la complexité du conflit, j'ai porté une très grande attention pour bien comprendre toutes les personnes incluses dans cette délégation, sans jugement et à l'affût de divers angles explicatifs sur ce que j'observais tant par rapport aux écoutés qu'aux écouteurs. J'exerçais certes mon rôle d'observatrice et chercheurs et prenait des notes sur mes observations. Mon directeur de thèse par contre étant très au fait de ce conflit et la réalité dans la région pouvait me guider sur cet aspect de la recherche. J'ai délimité mon rôle de chercheur devenu prédominant devant celui additionnel de participante durant la délégation. J'ai adopté la même approche avec les répondants au questionnaire. Le seul lien avec les facilitatrices à l'ÉC fut d'assister à quelques appels conférence téléphoniques donnant des nouvelles sur TCLP (trois ou quatre en plusieurs années). J'ai volontairement gardé des liens de distance tout au long de la recherche avec ce réseau aussi pour délimiter mon rôle de chercheur. Ceci, sauf avec Andrea Cohen qui fut mon mentor pour l'obtention de la certification à l'ÉC pour une durée d'un an (2012). Notre lien était exclusif à ce contexte. J'ai refusé de mettre ma bibliographie sur le site internet de TCLP pour aussi privilégier le rôle et statut de chercheur jusqu'à l'obtention du doctorat.

Quant aux **biais liés aux instruments de mesures**, j'ai tenté de refléter du mieux possible aux bons endroits dans la thèse ce qui a sous-tendu mes choix d'instruments de mesure et certaines limites inhérentes. En ce qui concerne les **entrevues semi-dirigées**, j'ai bien explicité comment les questions

du gabarit de base s'inscrivent dans un cadre comprenant quelques questions comme pistes exploratoires dans un cadre reconnu par la recherche phénoménologique en psychologie. De loin la question la plus importante pour moi, demeurant fidèle à cette approche, fut la première portant sur l'expérience en général. Les autres étaient secondaires dans mon esprit. Comme l'objet d'étude porte en partie sur les expériences, cela convenait bien. Les autres questions exploratoires étaient liées à mes intuitions ainsi qu'à une certaine curiosité et intérêts de ma part à en savoir davantage : donc en soi elles étaient biaisées là où un autre chercheur en aurait eu des différentes selon ses intérêts et curiosité.

Ceci dit, ce biais est lié à des objectifs à atteindre pour cette recherche, ce qui en va de toute démarche qualitative semblable. Car avoir des balises pour l'entrevue avec ces questions me convenait bien pour donner une structure minimale au contexte chargé dans lequel j'allais me retrouver, celui de la délégation. Ces questions ont de plus apporté des résultats porteurs, donc il en va de la recherche et une réflexivité sur ces résultats et sur le modèle émergent est commentée à la fin des prochains chapitres en fonction de critères de validité et fiabilité. Ce qui encadre l'étude selon ces aspects de vérification.

Lors de la réalisation des entrevues, les questions dans mon gabarit de base ne m'apparaissaient qu'exploratoires alors je laissais tout autre concept prendre toute la place voulue dans les réponses des participants et leur analyse. Les questions demeuraient ouvertes et suggestives à la réflexion et aux réponses apportées et parfois transformées au fur et à mesure que progressait ma recherche. Les participants pouvaient prendre les tangentes qu'ils voulaient étant donné que la première question était entièrement ouverte. Ensuite je leur demandais de préciser ou élaborer plus à fond certains points ayant apparu importants à leurs yeux. Guidée par la recherche phénoménologique en psychologie je n'ai pas modifier les questions d'entrevue au fur et à mesure que ces dernières prenaient place comme on peut le faire dans la TE. Le gabarit de base a donc quelque peu établi le déroulement et un peu moins l'exploration de façon organique, mais ces questions de base étaient exploratoires en soi et le fait que j'aie emprunté la variante avec un gabarit de base pour la recherche phénoménologique en psychologie visait ce but.

J'ai suivi les étapes prescrites par les méthodologies empruntés pour l'analyse des entrevues. Tout au long des phases d'analyse j'étais très soucieuse de garder une distance et réflexivité afin d'être conscient à quels moments la dimension constructive devenait de plus en plus grande avec mes apports d'une manière ou l'autre. L'analyse a mené vers un regroupement et une classification des données tenant compte des pistes venant des questions exploratoires, ce qui est en partie inévitable. Mais il va de soi que l'étude rend compte de réponses sur ces questions/pistes alors qu'un autre chercheur pourrait avoir des

résultats différents avec des questions de base exploratoires différentes. Par contre, je suis confiante d'avoir examiné l'objet d'étude sous diverses dimensions par la multitude des instruments utilisés et de l'application autant sur le terrain qu'en lien avec la théorie (les écrits des pionnières).

Les réponses des participants aux entrevues sont demeurées liées au verbatim même des entrevues, donc de leurs propos liés à leur expérience. J'ai pu identifier deux thèmes ayant ressortis au début de mon analyse des réponses : la sagesse et le discernement, qui ont retrouvé une plus grande place dans la phase avancée d'analyse. Ces notions, plutôt vagues, trouvaient une texture précise en regard du modèle émergeant de la pratique de l'ÉC située dans ce cadre. Finalement, tel qu'annoncé plus haut, comme les analyses des entrevues ont pris place cas par cas (questions par questions), une comparaison des réponses provenant de chacune sur les mêmes pistes exploratoires a aussi pu être établie pour en voir la portée mais en même temps ces questions délimitent en partie les résultats par la force des choses.

En ce qui concerne l'**observation participante**, mon directeur de thèse m'a suggéré des façons d'envisager l'interdépendance entre mes différents rôles en regard de cette recherche : chercheur, observatrice, participante, facilitatrice et qui je suis fondamentalement (et qui unit et donne congruence à ces rôles sommes toutes). Il y a donc une part de chaque rôle qui est unique et une autre qui est en interaction avec les autres, tel des anneaux olympiques qui sont interreliés (l'image que nous utilisons). Ma tâche fut de déceler ces zones et d'apprendre comment les gérer, ce sur quoi j'ai porté une attention fine. Encore une fois, les mémos ont aidé à la réflexion et une certaine déformation professionnelle rattachée à des fonctions professionnelles qui m'ont amenée à développer les capacités d'être en lien avec un sujet, tout en recueillant de l'information dont en mode de méta-analyse (donc avec distance et dans un mode d'observation) pour ensuite documenter des détails, faire des rapports.

J'ai notamment indiqué dans un mémo pensé avoir été plus participante qu'observatrice lors de la délégation en Israël-Palestine en 2010, tout en prenant des notes en bonnes et due forme et tenant un journal. J'ajoute dans ce mémo me sentir à l'aise et en équilibre dans les dimensions objective et subjective. J'ai vu à être le plus objective possible dans les paramètres de la recherche qualitative et du rôle de participante. Le processus d'obtention de la certification à l'écoute compassionnelle m'a menée à comprendre de façon de plus en plus sophistiqué ce qui était au cœur de cette approche de l'ÉC. Par le fait même, cela m'a permis aussi de creuser les questions de recherche. Un savoir fut contribué en complémentarité avec le rôle d'observatrice-chercheur : le positionnement épistémologique que j'ai emprunté par défaut dans cette initiative. Il s'agissait d'un moyen supplémentaire pour croiser des impressions, perceptions, compréhension et connaissances à divers niveaux. Bref, il s'agit de plusieurs

avenues créatives apportées par le terrain s'ajoutant au processus formel d'analyse et de théorisation émergente.

Les points forts dans **l'utilisation de documents pour la recherche**, la façon d'en analyser le contenu et de le classer selon les besoins de la recherche demeurent liés à mes choix, avec toutes les forces et les limites de ma perspective et de mes biais comme chercheur mais dont j'explique les raisons pour ce faire et résultats en regard de ces choix dans la phase qualitative de la recherche. D'autres chercheurs auraient fait leurs propres choix quant à la manière de collecter et classer les données se trouvant dans ces sources secondaires de données. Il en va du constructivisme mais l'important étant que j'expliquais ces choix et ils étaient en accord avec les questions de recherche. Ces documents furent centraux pour répondre à quelques-unes d'entre elles dont il aurait été difficile autrement. Je pense ici aux questions sur le processus et type de spiritualité au coeur de l'approche de l'ÉC.

Pour le **questionnaire en ligne**, j'ai bien énoncé ses avantages et limites dont le fait que le courriel d'invitation peut être perçu comme de la publicité non sollicitée et le récepteur ne va pas en prendre compte ; il peut y avoir un accès inégal dépendant du type d'ordinateur (vitesse, programmes, etc.) que possèdent les répondants ainsi que leur capacité d'utiliser la technologie.<sup>172</sup> Mais au-delà de ces limites il y a celle qui fait en sorte que le contact humain pendant la collecte des données comme telles n'est pas là. Elle peut l'être lors du recrutement si le chercheur parle aux répondants par téléphone. Les courriels demeurent un échange écrit et non verbal. Dans mon cas, l'échantillonnage complet pouvait être cerné avec tous les anciens délégués de TCLP de 1998 à 2015. Le problème allait être une liste incomplète des coordonnées de tous ces participants atteignant le nombre d'environ 600 en principe et où en bout de compte près de 90 furent impliqués avec les entrevues, pré-test et répondants au questionnaire en tant que tel (n=60).

En ce qui a trait à la **phase d'analyse qualitative** comme telle, ce n'est qu'après le stade axial d'analyse que j'ai pu imaginer me diriger vers un corpus annonçant un modèle théorique et appliqué comme tel. Pour Strauss (1987), le processus créatif s'installe progressivement, dont le codage axial suivant la longue période du codage ouvert et ceci, avant même que l'analyste se commette à une catégorie centrale. J'ai vécu ce type de cheminement, tout en sachant que le codage ne vient pas directement des données mais

---

<sup>172</sup> Source: The value of online surveys Joel R. Evans and Anil Mathur Zarb School of Business, Hofstra University, Hempstead, New York, US <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/j.1083-6101.2005.tb00259.x>. Consulté le 18 mai 2018 à 16h34.



de l'analyste. Notamment du fait que c'est la responsabilité du chercheur de trouver des ressources, des textes ou des exemples de travaux qui l'aideront à réaliser le but visé (Oktay, 2012, p. 73) et cette expérience aidant, c'est ce que j'ai fait de façon naturelle, par instinct de chercheuse motivée par un pragmatisme visant à répondre aux questions de recherche, tout en laissant libre cours à ce processus de codage et d'analyse continue.

Il y a donc co-construction des résultats dans la TE, lesquels sont tributaires des choix du chercheur et un des obstacles dont il doit porter attention est de ne pas « forcer » les données dans des catégories préexistantes au détriment d'autres options émergentes (Oktay, 2012, p. 55). À cet effet, j'ai gardé une intention et attention à me laisser surprendre dans l'analyse des données et à découvrir des pistes complètement nouvelles en explication au phénomène à l'étude, bien que partant de quelques pistes exploratoires pour les entrevues, selon la latitude offerte par la variante interprétative avec gabarit de la phénoménologie de recherche en psychologie. Une part d'intuition était certes présente et dont j'étais consciente.

L'essentiel pour les deux approches méthodologiques utilisées étant de garder une flexibilité durant toute la période de l'analyse et de tenter de se mettre à la place des participants afin de comprendre l'objet d'étude à partir de leurs points de vue respectifs (Charmaz, 2007, p. 136). Personnellement mes attentes étaient complètement ouvertes à toute connaissance pouvant découler des méthodes de cueillette et d'analyse des données alors que le gabarit exploratoire figurait comme ancrage minimum. Un défi méthodologique fut d'assurer une transition adéquate selon les standards de la recherche au niveau méthodologique entre l'approche phénoménologique de recherche en psychologie et la TE.

En ce qui concerne l'analyse thématique pour la recherche phénoménologique en psychologie, le plus important pour moi fut de rester très près des données dans cette première étape initiale d'analyse et ainsi favoriser les critères de précision et de pertinence pour une rigueur scientifique (Langdrige, 2007). J'ai gardé ce grand souci tout au long de la recherche. En ce sens, il m'apparaissait important de me tenir loin des définitions formelles pour des notions émergentes. Je voulais garder le tout « ouvert au terrain » qui potentiellement allait apporter des nuances à ce sujet jusqu'à la fin de l'écriture du modèle final. Prenant à cœur la réflexivité du chercheur, je m'assurais aussi de garder une ouverture sur les données produites par la recherche et même ces concepts et propositions théoriques émergentes, jusqu'à ce qu'une sensibilisation théorique m'ait procurée une assurance quant à la façon de les utiliser.

Une résonance avec des travaux d'auteurs comme pour la partie heuristique du modèle fut l'apport peut être l'aspect le plus constructif, car comprenant une dimension heuristique avec la quatrième dimension de la Matrice. On peut voir cette dimension par contre découler d'un processus déductif et réflexion progressive devant le corpus des données. Ceci dit, autant ma familiarisation avec les écrits de Myss que mon expérience comme professionnelle de la santé m'a possiblement conduit vers cet état de fait et les interfaces que j'ai voulu voir de plus près avec le schéma conceptuel avancé (entre santé/mieux-être, spiritualité, construction de la paix et écosystème). Lesquelles allient des expériences autant cliniques (micro) que systémiques (macro) et en écho avec mon désir de fournir des indices sur une forme d'*agenda du cœur* pouvant s'ajouter à d'autres formes d'agendas dans le domaine de la construction de la paix. En même temps, ces dimensions sont prises en compte dans la TE donc l'émergence d'un aspect structurel et d'un processus les entourant dans cette réflexion s'arriment avec la TE. La perspective pragmatique de répondre aux questions de recherche fut le moteur central en tout temps dans cette analyse de la phase qualitative. Je voulais chercher et trouver « ce qui se passe » en ce qui les concerne.

Une façon de vérifier la validité qualitative est de demander à des participants de la recherche si les résultats reflètent leurs expériences. Ce que j'ai fait via le questionnaire en ligne pour vérifier la résonance avec l'essentiel des résultats de la phase qualitative. Déjà lors du pré-test pour ce questionnaire je surveillais cette dimension de validité des données obtenues dans la phase qualitative avec un tout nouveau groupe de participants à la recherche. J'ai pu constater cette résonance et fait quelques ajustements en conséquence pour l'adaptation à un questionnaire. Une autre façon de vérifier la validité qualitative est une triangulation des données et en ce sens les méthodes multiples ont permis de se faire et selon divers angles apportés plus haut, dont de participante même à la recherche.

À titre personnel, j'ai pratiqué l'ÉC demeurant soucieuse d'une distanciation saine visant à laisser le terrain « parler ». Une façon de se faire est de garder un doute sur la connaissance produite et réfléchir à ce que ce doute amène comme idées, intuitions, découvertes, etc. Un autre moyen pour vérifier la validité est d'avoir plus d'un chercheur impliqué. Le fait que trois chercheurs (PhD) en dehors des délégués et connaissant l'approche ont pu aussi valider les éléments du questionnaire a aider à fournir cette dimension. Comme ils n'ont pas offert de commentaires ou suggestions s'éloignant du contenu et de la forme présentée initialement, j'en ai déduit que cela indiquait une cohérence dans l'instrument développé pour cette recherche mais aussi face au contenu recueilli et produit dans la phase qualitative.

Finalement, la façon ultime de vérifier la validité est lors d'une présentation des résultats de recherche à d'autres et à cet égard, la présentation des résultats de cette étude aux facilitateurs et anciens participants aux délégations de TCLP les informant bien du contexte, objectifs et biais de ce projet de recherche doctorale, pourra me permettre d'ajouter cette dimension à l'étude selon comment les résultats de la recherche leur apparaissent. Certainement les membres du jury de la thèse ont pu fournir des commentaires et poser des questions que j'ai répondu avec satisfaction comme ils ont déterminé une soutenance avec succès.

Quant à la fiabilité j'ai été la seule chercheuse à mener toute la phase qualitative. La possibilité d'avoir eu d'autres chercheurs avec la tâche de coder les entrevues et les écrits des pionnières à l'ÉC par exemple, dont selon les stades d'analyse prescrits dans la TE, aurait permis une comparaison des résultats et fourni des indices sur la fiabilité si les résultats sont semblables. Ceci n'était pas possible pour cette thèse de doctorat, ainsi que de reproduire l'observation participante comme telle, il s'agit d'une limite de cette méthode (Sask & Allsop, 2013, p. 114). D'autres chercheurs participant aux mêmes activités que moi (formation, délégation, certification) à un autre moment pourraient aussi ne pas pouvoir reproduire le même contexte. Ceci dit, en comparant nos données d'analyse d'entrevues et des écrits des pionnières nous verrions si nous sommes parvenus à des codes et catégories semblables. Il faudrait que ces chercheurs fassent aussi des entrevues car le fait qu'elles aient eu lieu dans le cadre de la délégation m'a permis de comprendre les co-délégués lorsqu'ils référaient à des sessions d'écoute particulières, lesquelles ont apporté des résultats particuliers.

Il est donc clair dans la TE de type constructiviste que le chercheur est le principal instrument de mesure (Charmaz, 2006) et nous pourrions avoir certains résultats semblables mais teintés par notre expérience et qui nous sommes, au-delà de la façon d'appliquer les règles d'analyse. Je crois par contre que nous pourrions bien cerner cette expérience commune et des différences, notamment le fait que de mon côté, la dimension géopolitique n'était pas dans mon angle premier d'analyse bien que j'aie pris en compte les commentaires des participants aux entrevues à ce niveau et les ai classés sous certains thèmes tels la transformation en lien avec le conflit.

Strauss et Corbin (2004, p. 182) disent que lorsque la catégorie centrale est clairement identifiée, le chercheur commence à mettre l'emphase sur cette dernière. Dont via un échantillonnage théorique supplémentaire et je savais que le questionnaire allait fournir des données supplémentaires bien que j'aurais pu choisir une autre façon de poursuivre l'étude. Par contre, je me suis bien appliquée à ce qui

est proposé lorsque la catégorie centrale est identifiée et devient le point focal dans la génération de la théorie, dont rendre compte des variations et des perceptions dans les patrons de comportement (Strauss, 1987) qui sont observés. Notons finalement que le matériel découlant de la phase qualitative qui allait se retrouver dans le questionnaire provient certes d'entrevues et d'une analyse documentaire, de même que du traitement d'observations. J'ai écrit maints mémos et pris une grande quantité de notes mais ne les identifiant pas toujours de façon directe comme découlant de l'observation participante, bien qu'indiquant dans ces notes : « j'ai observé... » ; « selon mon expérience avec cette approche... ». C'est le phénomène dans son entier qui était à l'étude et ces instruments étaient des moyens pour aider à sa prise en compte et à l'analyse.

Quant à la **phase quantitative de la recherche**, la validité est vérifiée à partir des nombres (scores) obtenus via l'instrument utilisé et par la qualité des conclusions qui peuvent être tirées des analyses quantitatives (Cresswell & Plano Clark, 2011, p. 210). Les nombres obtenus (*scores*) des participants sont des indicateurs qui font du sens par rapport aux construits mesurés et ce sont des procédures et standards extérieurs au chercheur qui donnent ces indices. Dans mon cas, l'outil Survey Monkey a fourni les statistiques selon les questionnaires remplis en ligne par les participants et je n'en modifié aucune. Les analyses découlent donc des données statistiques fournies par l'instrument. De plus, deux experts en statistiques et développement de questionnaires ont vérifié les données et validé les interprétations concernant les construits mesurés. Déjà au niveau du pré-test pour le questionnaire des éléments de validité et fiabilité ont été pris en compte à l'aide d'une série de questions-guide pour les participants.

Le chapitre cinq sur la phase quantitative de la recherche a présenté des données statistiques et constats que j'en fais se veulent ainsi descriptifs et aussi objectifs que possible, au meilleur de mon interprétation. Les données qualitatives venant de commentaires écrits par les répondants au questionnaire furent analysées selon les standards qualitatifs. À chaque constat je me questionnais quant à la validité du construit en question, me demandant si les résultats mesurent ce qu'ils sont censés mesurer. On retrouve pour cette phase une validité de contenu alors que, sauf pour la question portant sur la dimension euristique du modèle (passages entre vices et vertus), les questions portent sur des éléments provenant des entrevues et des écrits des pionnières, ou de caractéristiques déjà validées de notions telles l'amour compassionnel et des dimensions liés à la transformation et guérison (selon des outils en sciences infirmières).

Quant à la validité interne, les questions faisant des liens de cause à effet furent mises de côté notamment et la validité externe n'est pas en cause en ce sens que bien que j'aie obtenu un nombre intéressant de répondants au questionnaire et tenter de rejoindre tous les anciens délégués au mieux des moyens mis à ma disposition et recherche pour en rejoindre le plus possible. Je ne prétends pas que tous les participants aux délégations de TCLP, anciens et futurs, vont vivre en majorité les éléments trouvés dans le questionnaire (défis, facilitateurs, transformations, etc.). Ce que les données me procurent comme assurance par contre est qu'elles reflètent des éléments plausibles et certainement reflétés par plusieurs. Leur utilité est surtout d'aider à réunir des composantes intéressantes pour un modèle pouvant fournir des indices sur les stades de passage vers une connexion profonde et ce qui les entoure.

Au niveau de la fiabilité, je suis la seule à avoir effectué toutes les étapes de préparation et d'administration de l'outil. Si je gardais le même questionnaire à être rempli par les délégués de TCLP pour les délégations suivant 2015, nous verrions jusqu'à quel point les résultats sont équivalents ou varient. Dans ce dernier cas cela ajouterait de nouveaux indices sur l'objet d'étude. Si un autre chercheur tentait l'expérience et faisait l'analyse, nous verrions possiblement d'autres types d'explications et interprétations surgir. Mais nous savons déjà que ces instruments (entrevues et questionnaire) ne sont pas conçus pour rendre compte de toute l'expérience et de toutes les possibles transformations, processus et type de spiritualité présents au cœur de cette approche. C'est un découpage particulier de la réalité qui est présenté, offrant néanmoins des indices intéressants et novateurs à certains égards lorsqu'assemblés et expliqués dans la modélisation qui suit au chapitre six.

En ce qui a trait à la construction du questionnaire et le choix des questions, notons la validation de l'outil impliquant la participation de diverses personnes dont des anciens répondants et chercheurs familiers avec l'approche de l'ÉC pour le pré-test et celles d'experts en statistiques et méthodes de recherche dans toutes les phases de construction et d'administration de l'outil, dont avant le pré-test, lors du pré-test et suivant la collecte et analyse des données. Les choix de réponse découlent de la fréquence des réponses et l'identification des items pour le questionnaire afin de respecter les recommandations demandant qu'ils soient notamment succincts ; compréhensibles et présenté dans un esprit séculier dont pour les questions exploratoires sur les zones d'ombre et de lumière (vice et vertu).

Trois commentaires reçus à la fin du questionnaire sur l'appréciation générale demandent à être exposés et répondus. Un a indiqué que le questionnaire était trop long et que la personne aurait préféré une entrevue individuelle. À cet effet, j'ai pesé les pour et contre de la longueur choisie tentant de la rendre

la plus appropriée possible pour les besoins de la recherche. Le choix de cette longueur était en partie dû au fait que je savais que l'échantillon était composé de gens en partie intéressés par cette approche : le temps et la motivation permettant, ils seraient heureux d'y contribuer des réponses pour faire avancer le savoir la concernant. C'est la raison pour laquelle j'ai anticipé ne pas recevoir un nombre de participation complète à toutes les réponses, ce qui fut le cas.

Un autre commentaire porte à l'effet que le répondant dit ne pas être impressionné et que les réponses semblaient pré-ordonnées. Dans la mesure où des items de choix de réponse portaient sur des éléments déjà recueillis en entrevue et liés aux composantes émergentes du modèle théorique et appliqué, j'étais consciente que le questionnaire avait cette forme et que cela pourrait causer une telle impression pour ceux notamment voulant adresser des aspects plus géopolitique et d'évolution du conflit israélo-palestinien par exemple.

Le troisième commentaire est à l'effet que la personne dit ne pas voir les gens ne pas être en accord avec plusieurs des énoncés. Cela porte sur le fait que ce qui s'y retrouve résonne avec l'approche, le vécu et les expériences dont celles qui furent transformatives à mon avis. Sommes toutes, il ne s'agit que de trois commentaires et plusieurs ont fourni une appréciation positive du questionnaire. Je trouve donc sain la variété de ces commentaires qui reflètent quelques contours plausibles de l'instrument pour certains répondants, trouvant explications en regard de cette étude.

Car il va s'en dire que la dimension géopolitique du conflit israélo-palestinien : contexte entourant la pratique de l'ÉC nous amène directement au cœur du domaine de la construction de la paix et demande à continuer à être exploré à la lumière des résultats de cette étude. Bien entendu ces limites furent clairement énoncées, indiquant que l'angle d'intérêt premier est plus psychosocial et spirituel que socio-géopolitique et religieux. Notons ainsi que l'étude se base sur un corpus de données précis lié à un groupe particulier (les délégués de TCLP) avec un potentiel d'élargir l'étude à d'autres clientèles et milieux. Les limites sont donc cernées autour de l'ÉC de TCLP et sa pratique par les délégués. Il s'agit donc d'un objet d'étude et une recherche bien cernés dans l'aire substantive de recherche explorée et c'est au niveau du transfert des connaissances vers une théorie substantive justement que j'ai fait appel à mes aptitudes de les centrer sur la réalité des défis quotidiens avec le modèle théorique et appliqué.

De plus, la notion de justice sociale n'est pas abordée de front mais trouvera aussi analyse et précisions dans la recherche future. Ce que je compte maintenant faire en nommant l'étude comme un 'zoom in' sur

la méthode (processus, expérience, spiritualité en jeu, etc.) pouvant maintenant faire l'objet d'un 'zoom out' c'est-à-dire un retour à cette dimension systémique et contribution particulière au domaine de la construction de la paix en incluant la notion de justice sociale et lien avec la dimension systémique : ceci maintenant à partir des résultats de l'étude, dont son modèle théorique et appliqué dont l'évaluation apparaît dans la section précédente et que j'annonce comme un outil à parfaire plutôt qu'une finalité en soit. Des analyses de variation encore plus poussées et une exploration de sa portée dans divers milieux et avec diverses clientèles va continuer à nous en montrer la portée et les limites.

Ainsi, le modèle est développé en fonction d'être utile dans tout environnement, à la lumière des enseignements pratiques et théoriques au cœur de la pratique de l'ÉC. En ce sens, l'étude est importante même dans cet aspect systémique alors qu'elle est utile là où des relations interpersonnelles de qualité, dans des environnements aussi de qualité et propices au dialogue sont importants. Ce qui comprend toutes les instances demandant une transformation et résolution de conflits à diverses échelles et milieux.

La créativité est centrale dans cette approche et ne se commande pas selon les experts et cela me rassurait. Cette créativité demande du temps et ne fait pas partie d'un horaire précis, ce que j'ai vécu, en plus du fait que cette méthode est reconnue comme pouvant demander temps et patience au chercheur : ce que j'ai été en mesure d'offrir. Ainsi, on dit de la TE que les techniques qui sont utilisées sont moins importantes que le but qui est le développement d'une théorie mais je dois dire que c'est plus cette dernière qui s'est imposée à moi que l'inverse, avec l'apparition de propositions théoriques non prévues initialement.

Des réflexions et conseils d'experts de la TE m'ont rassurée en cours d'analyse des données, dont là où comme chercheur je constatais de ma part un apport constructif de plus en plus pointu avec les phases axiales et avancées. Les critères d'évaluation d'une recherche issue de la TE : la crédibilité, l'originalité, la résonance et l'utilité, sont rencontrés de façon suffisamment convaincante pour énoncer un savoir pointu sur l'aire substantive de recherche, auprès d'un groupe de personnes particuliers (délégués TCLP) et milieu précis (pratique de l'ÉC lors des sessions d'écoute).

## CHAPITRE 7. Conclusion

Lundi le 7 avril 2014 étaient soulignés les 20 ans depuis le génocide du Rwanda. Entre 800,000 et un million de personnes ont été tuées entre les mois d'avril et juillet 1994. Les procédures pour amener en justice les auteurs de cette violence inouïe sont longues : le premier rwandais jugé à Paris pour sa participation à ce génocide a été condamné à 25 ans de prison le 26 mars 2014 à titre de génocidaire habitant en France. D'autres procès sont en cours à travers lesquels on assiste au dévoilement de quelques acteurs de ce génocide. Alain Gauthier, président du Collectif des Parties Civiles du Rwanda<sup>173</sup> fut rejoint à Kigali le 4 avril 2014 pour une entrevue à la radio<sup>174</sup>. On l'invitait à parler de ce premier rwandais condamné pour les gestes qu'il a commis lors du génocide. Il explique qu'il s'agit d'un crime de génocide et complicité d'un crime contre l'humanité, indiquant que cet individu était un ex-membre de la garde présidentielle qui au moment du génocide a distribué des armes dans son quartier au centre de Kigali, lesquelles ont contribué à créer le génocide. Il ajoute que ce fut un procès difficile car il s'agissait de juger ce qui est appelé un « planificateur en lien avec le génocide ». Ce n'est pas quelqu'un accusé d'avoir tué quelqu'un (il n'y a aucun témoin à ce niveau), mais un planificateur présent dans les hautes sphères du pouvoir au moment du génocide. L'animateur radio demande aussi à M. Gauthier comment les cérémonies commémoratives allaient se passer à Kigali. Celui-ci répond que lors de la journée du 7 avril sera commémorée la mort de plus d'un million de Tutsi. Car dit-il, il ne s'agit pas du génocide des rwandais mais du génocide des Tutsis au Rwanda, car ce sont eux en grande majorité qui étaient visés. Une grande marche va prendre place à partir d'un Mémorial où sont rassemblés plus de 300,000 corps que l'on a découvert un peu partout dans la ville de Kigali. La marche se déplacera ensuite vers un grand stade où il y aura une grande veillée. Il va y avoir des témoignages, des chants et d'autres activités explique-t-il, ajoutant que les témoignages des rescapés sont toujours un moment « extrêmement fort » dans ce type d'évènement commémorateur. Interrogé ensuite à savoir comment se passe la vie de tous les jours dans ce pays après 20 ans, si on sent encore des frictions et de la tension ou si l'histoire « fait son temps » et que finalement la population arrive à cohabiter, M. Gauthier répond :

---

<sup>173</sup> Cette association a pour but de soutenir moralement et financièrement tous ceux qui, dans le cadre du génocide perpétré au Rwanda en 1994, porteraient plainte contre des présumés génocidaires et principalement ceux réfugiés sur le sol français, de se porter elle-même partie civile contre les présumés génocidaires et d'apporter aide à toute action visant à préserver la mémoire des victimes. Le siège social est fixé à 61 Avenue Jean Jaurès 51100 Reims. Source : site Internet, 7 avril 2014 : <http://www.collectifpartiescivilesrwanda.fr/qui-sommes-nous/statuts-du-cpcr/>

<sup>174</sup> L'entrevue fut faite par Paul Arcand, animateur radio à Montréal, Canada (Cogeco, 98,5 Montréal), 4 avril 2014.



Si vous voulez, la cohabitation est inévitable au Rwanda, puisqu'il s'agissait d'un génocide de proximité, c'est comme cela qu'on l'a appelé : ce sont des voisins qui ont tué leurs voisins, les maris parfois qui ont tué leur femme, ou vice-versa, ou tué les enfants. La cohabitation est obligatoire. Vous pouvez venir en tourisme présentement au Rwanda et ne pas vous rendre compte de quoi que ce soit et presque ignorer qu'il y a eu un génocide. C'est vrai que le politique insiste beaucoup sur la réconciliation. Personnellement, c'est un terme dont je me méfie un petit peu, parce qu'il peut arriver qu'on veule se réconcilier trop vite. Ou mettre en place une réconciliation qui serait trop superficielle et qui ne toucherait pas le fond des cœurs. Moi je crois qu'il faut qu'il y ait une réconciliation, mais il faut que ce soit une réconciliation véritable si on veut que le Rwanda, qui a déjà commencé à renaître de ses cendres, se reconstruise sur des bases solides : pour que plus jamais, au moins au Rwanda, on ne reparle de génocide. Donc, oui les rwandais sont obligés de cohabiter, de faire des efforts. Parfois c'est très difficile pour les rescapés, les tueurs et leur famille – et cela vous le comprendrez – mais on ne peut pas vivre autrement au Rwanda, c'est comme ça. Mais cela suppose une grande conversion des cœurs. Je parle un petit peu comme un curé d'église, mais c'est essentiel. Je pense aussi que la justice, pour laquelle nous nous battons en France, car plusieurs des génocidaires se sont retrouvés en France, est un de ces chemins vers la réconciliation. Parce que sans justice, je pense qu'on ne peut pas parler de véritable réconciliation. (Entrevue radiophonique au 98,5 Cogeco à Montréal, le 4 avril 2014).

On voit dans ce témoignage l'importance de la dimension du « cœur » et de la justice lorsqu'il est question de réconciliation et de paix « véritable ». Les hostilités se poursuivent à divers degrés et nous pouvons nous demander comment les individus et les collectivités n'apprennent pas des événements et erreurs du passé, ou encore qu'ils ne s'assurent pas d'instaurer tout ce qu'il se doit pour prévenir ces situations.

## **7.1 Contribution de cette étude**

Cette thèse soutient que sans mieux comprendre comment est actualisé notre potentiel de violence et celui de compassion selon un plan, plateforme et guide globaux montrant les liens d'interdépendance entre structure et processus pour créer une culture de paix intérieure et extérieure véritable, il est difficile d'envisager cette tâche comme un ensemble cohésif tel que vu dans le modèle présenté en fin de thèse, au sixième chapitre. Lequel comprend une dimension moins vue dans cette thèse et liée à l'approche DIVM qui apporte cette complétude. Du fait aussi qu'elle adresse plus directement la notion de justice moins en évidence dans mon étude et un intérêt pour les participants dont les propos furent rapportés dans les citations les concernant en grande partie. Le modèle et la plateforme globale relationnelle qui y sont présentés ne sont pas une panacée, car il n'en existe pas dans ce domaine. Par contre il offre une série d'ancrages pour le savoir-être et le savoir-faire. Des variables et indicateurs sous forme d'outils telles la Matrice sont offerts, pourvus d'indices sur une série d'habiletés et objectifs fournissant des conseils en termes de prédisposition, intention, motivation et actions.

Il est de mon avis que le modèle adresse les quatre éléments sans quoi la paix n'est pas possible, tels qu'identifiés par Lederach après un bilan de 25 années de recherche et de travaux sur le terrain dans le domaine de la construction de la paix (2005, p. 34-39, traduction libre) : a) La centralité des relations humaines, en lien avec la notion d'interdépendance ; b) Le développement d'une vision non-dualiste des choses pour inclure la complexité ; suspendre le jugement et « voir » avec le cœur ; c) L'espace nécessaire pour un acte créatif : là où le divin et l'humain se rencontrent ; d) Le désir de risquer la paix, qui est un mystère et qui est différent de la violence. Ces caractéristiques sont celles de l'imagination morale qui, dit-il, renvoie au pouvoir de la perception, à une « lumière qui illumine le mystère caché sous une réalité visible » (Lederach, 2005). C'est le pouvoir de « voir » la vraie nature des choses, la capacité d'imaginer des choses selon les défis actuels et pouvant donner naissance à quelque chose qui n'existe pas encore ; la capacité d'imaginer et de générer des réponses et des initiatives constructives, qui lorsqu'elles sont enracinées dans les défis quotidiens de la violence, transcendent et ultimement brisent les chaînes des patrons et cycles destructifs (Lederach 2005). L'imagination morale, conclut Lederach, pousse à envisager ces points tournants de transcendance liés à ces patrons et à forger de nouvelles approches et façons de faire avec l'ennemi au niveau humain, ce qui est au cœur de l'âme du changement social vers le bien commun, vers un mieux vivre-ensemble plus équitable.

C'est insufflé de ce type d'imagination que s'est développé le modèle « d'écosystème du mieux-être pour une paix intérieure et extérieure » présenté dans cette thèse, non de façon aléatoire mais bien ancré sur une approche de construction de la paix porteuse d'humanité ayant rassemblé un grand nombre de personnes dans les vingt dernières années. Il expose une série de facteurs et conditions devant du moins être pris en compte et être accompagné des outils d'autoévaluation et de sensibilisation afin d'apporter une qualité de présence qui s'inscrit dans l'importance qu'accorde Lederach à la présence compassionnelle pour la construction de la paix :

Compassionate presence in peacebuilding requires that we develop a mind of resilience that courageously face this tremendous outpouring of ego in the midst of conflict, without replicating its anxious dynamic. And that we nurture the listening heart to live alongside deep trauma without taking over responsibility for healing others. In both instances, compassion suggests a commitment to 'alongsidedness' that provides a different quality of presence. This quality of presence requires open vulnerability but not gullible weakness; boundless love with clarity of boundaries and; listening for the fragile voice of truth and choosing to live in truth without arrogance or imposition.<sup>175</sup>

---

<sup>175</sup> Présentation intitulée: *Compassionate Presence: Faith-based peacebuilding in the face of violence*. February 12, 2012, San Diego.

On reconnaît ici la tension entre arrogance et révérence comme vice et vertu en opposition dans notre modèle. Dans la mesure où on vise prendre en compte les causes sous-jacentes aux conflits, la définition suivante de la transformation des conflits est à propos :

A generic, comprehensive term referring to actions and processes seeking to alter the various characteristics and manifestations of violent conflict by addressing the root causes of a particular conflict over the long term. It aims to transform negative destructive conflict into positive constructive conflict and deals with **structural, behavioural and attitudinal aspects of conflict**. The term refers to both the process and the completion of the process. As such, it incorporates the activities of processes such as conflict prevention and conflict resolution and goes farther than conflict settlement or conflict management. (Fondation Berghof)<sup>176</sup>

Je souligne les trois éléments en caractère gras dans cette citation afin de faire valoir, en lien avec les trois variables de la Matrice, que l'aspect structurel peut être lié au format ou environnement dans le modèle ; celui lié à l'attitude peut être lié aux messages-clé (pour montrer le type de disposition et objectifs, attitudes, qui est prescrit) et ; celui lié aux comportements, aux messagers. En un microcosme écologique : dans tout milieu (famille, travail, communauté, etc.) on peut trouver ces trois éléments.

Le cadre théorique qui a mené à l'élaboration de ce modèle repose sur deux éléments critiques : 1. Une construction de la paix de type relationnelle et spirituelle inclusive d'espaces dialogiques et l'écoute compassionnelle et une « réponse du cœur » (caractéristique de l'amour compassionnelle). Ceci, interreliés à ; 2. Une qualité de présence et d'environnement, ainsi que diverses façons de « savoir » et connaître le monde et des habiletés basées sur le cœur. Pour vérifier tous ces éléments, notre recherche s'est fait sur deux phases d'une étude mixte de type exploratoire. Elle a débuté par une phase qualitative ayant fourni des éléments initiaux de réponse. Ceux-ci furent ensuite vérifiés durant une phase quantitative qui a fourni des données. Enfin, les éléments de réponses et les données venant du terrain ont mené à la construction du modèle présenté en fin de thèse (chapitre 6). L'étude approfondie des expériences et transformations vécues par les délégués des délégations de TCLP de 1998 à 2015 a démontré que cette approche pratiquée par TCLP comprend des enseignements intéressants sur la place de l'écoute de type compassionnelle lorsqu'elle s'inscrit dans un format particulier consacré aux délégations d'une durée d'environ deux semaines avec comme activités centrales des sessions d'écoute auprès d'invités palestiniens et israéliens rencontrés dans leur lieu de vie quotidienne (il y a eu un très petit nombre de délégations ailleurs, dont en Allemagne et au Guatemala).

---

<sup>176</sup> Pour plus d'information, voir: *Berghof Handbook for Conflict Transformation* online (berghof-foundation.org/handbook), including: *Key Term - Conflict Transformation*.

En explorant plus à fond ce que comprend cette approche de l'ÉC tel qu'employée par la TCLP, son processus et type de spiritualité plus particulièrement dans l'action même de procurer cette écoute compassionnelle prescrite selon son propre curriculum, nous avons poussé plus à fond la compréhension de la forme et de l'impact que peuvent avoir des « réponses du cœur » dans le processus d'ÉC. Nous avons visé mieux comprendre les prédispositions et les motivations dans l'action spécifique d'écouter avec compassion, à l'image de ce que la notion de l'amour compassionnel propose globalement pour la recherche (Fehr et al, 2009). Ceci s'inscrit dans l'œuvre de développement progressif d'une théorie à la lumière de ce que la TE prescrit. Des indices sur ces réponses du cœur dans l'écoute compassionnelle selon TCLP furent fournis en termes de facteurs et conditions qui les entourent, selon une série de variables et indicateurs-concepts éclairant sur le passage entre trois stades. Le tout éclairant sur la capacité et volonté de connecter de plus en plus profondément avec l'autre. Ce modèle, soutenu par quatre piliers centraux contribue une forme de plateforme relationnelle proposant une structure détaillée et un processus entourant cette action.

La thèse présente une forme de reconstruction - après déconstruction - de ce qui sous-temps un 'agenda du cœur' guidé par les enseignements de l'ÉC ayant l'avantage d'un portrait compréhensif sur la synergie entre divers éléments favorisant la pratique et permettant de mieux comprendre des éléments-clé de la littérature. La notion de polarisation au sein des conflits est examinée de près avec un outil visuel et éducatif dans le modèle présentant une forme canevas intérieur en reflet à la polarisation extérieure. On voit que sans mieux comprendre comment est actualisé notre potentiel de violence et celui de la compassion selon un plan, plateforme et carte de route globale, laquelle explique de liens d'interdépendance entre soi et l'autre dans ce qui construit une culture de paix vs de conflit, il est trop facile d'opter pour la réactivité et violence.

Nous avons vu que la notion d'identité commune peut être un choix conscient (pour prioriser dans la hiérarchie des identités et favorable pour la paix). De même que la puissance du narratif, récit, raconter son histoire, pour l'aborder et la refléter. La recherche a mené à considérer la dimension spirituelle de l'être comme étant foncièrement relationnelle. Ce qui apporte une meilleure emprise pour la comprendre, en parler, l'enseigner, etc. De même que de penser à une forme de 'calibrage' dans l'ouverture et la fermeture du cœur par les participants prenant place et qui nous amène à la dimension pratique liée au phénomène à l'étude, s'arrimant aux sciences contemplatives (*compassionate way of life*). Au centre se situe l'importance du stage de la communication au centre du modèle. On retrouve en ce dernier et la thèse, la force d'un projet interdisciplinaire dans l'étude de la spiritualité.

Cette thèse propose que des décisions empreintes de vertus visant à contrer ce qui peut leur faire ombre doit se faire consciemment et se faire à partir d'indicateurs délibérément choisis et/ou instaurés pour une paix durable. Tout leader ayant le pouvoir de faire une différence à ce niveau et n'ayant pas les capacités pour ce faire devrait favorablement ne pas avoir ce pouvoir entre les mains car il devient un danger en termes de santé publique (health hazard). En ce sens, l'étude peut avoir une portée comme problématique populationnelle liée au mieux-être individuel et collectif, rassemblant en son carrefour, entre autres, les sciences humaines et sociales, dont celles reliées à l'étude des religions et des spiritualités, avec les sciences de la santé et du mieux-être. Le modèle peut servir de plateforme qui semble rejoindre la philosophie et visées de la médecine intégrative.

À cet effet, j'ai pris connaissance à la fin de la rédaction de cette thèse de deux ouvrages publiés par le Dr David Rakel qui m'ont semblé éloquentes à cet égard. Fondateur et directeur du University of Wisconsin Integrative Medicine program, ses ouvrages intitulés : *Integrative Medicine* (2017) et *The Compassionate Connection : The Healing Power of Empathy and Mindful Listening* (2018), illustrent des éléments phare du modèle qui nous ramènent à la perspective intégratrice annoncée en cours d'étude et permet de voir l'interdépendance d'éléments-clé de cette étude et modèle. On y retrouve la dimension liée à la santé certes mais c'est surtout au niveau de la communication interpersonnelle et dans une perspective de soutien et de compassion à l'autre que l'on peut voir comment cette perspective résonne avec le modèle. Ceci en lien avec des thèmes clés de l'étude (expérience, transformation/guérison, processus dont la compassion est centrale, spiritualité à l'œuvre, prise en compte de la souffrance, savoir-être et savoir-faire menant à une qualité de présence particulière, etc.). Rakel décrit ce domaine comme:

Integrative medicine is healing-oriented and emphasizes the centrality of the physician-patient relationship. It focuses on the least invasive, least toxic, and least costly methods to help facilitate health by integrating both allopathic and complementary therapies. These therapies are recommended based on an understanding of the physical, emotional, psychological, and spiritual aspects of the individual. This selection should be based on good science and neither rejects conventional medicine nor uncritically accepts alternative practices. It integrates successes from both worlds and is tailored to the patient's needs using the safest, least invasive, most cost-effective approach while incorporating a holistic understanding of the individual. The goal of integrative medicine is to facilitate health within complex systems, from the individual to the communities and environment in which all things live. (Rakel, 2017, p. 9)

Dans cette perspective, la santé est vue comme un continuum débutant avec soi-même, soutenu par les autres et influencé par les choix de styles de vie, modelés par les environnements interne et externe. Ce continuum reconnaît l'importance de l'interconnectivité entre toutes les choses et la santé n'est pas isolée

de ce tout. C'est pourquoi il importe pour le praticien d'une médecine intégrative<sup>177</sup> de (Rakel, 2018, p. 11): « Recognize the dynamic and complex ecosystem in which we live and work to support its health. In doing so, we occasionally pause to witness the mystery of how nature continuously strives for balance despite the odds we have created against it. » La guérison (healing) est définie comme suit:

The dynamic process of recovery, repair, reintegration, and renewal that increases resilience, coherence, and wholeness. Healing is an emergent, transformative process of the whole person—physical, mental, social, spiritual, and environmental. Healing is a unique personal and communal process and experience that may or may not involve curing. (Rakel, 2017, p. 16)

Pour Rakel, le praticien d'une médecine intégrative n'a pas peur de se tourner vers la souffrance dans le soin à l'autre, alors que chacun, autant client que praticien : « Addresses what is real, the authenticity of the truth draws both toward healing. It is helpful to understand how suffering influences the severity of pain and our quality of life. » La douleur et souffrance sont intrinsèquement connectés pour lui : la douleur étant liée à une réaction du corps et la souffrance ne l'étant pas mais offrant notamment une opportunité d'apprendre sur la façon de la rendre plus tolérable. La médecine intégrative tient compte de dimensions découlant d'évidences scientifiques<sup>178</sup> dont internes, en lien avec l'intention de guérison tel qu'on le retrouve comme indicateur-concept dans le modèle et qui ramène à la personne dans son intégralité (personal wholeness). La façon de les décrire rejoint ce que nous avons vu avec le modèle :

The internal environment recognizes that each person has a unique interaction of mind, body, and spirit that can be directed and supported towards healing. The internal environment is vital to healing because our thoughts, emotions, and spirit have a direct effect on our bodies, our choices, and our relationships. This process is fostered by inner beliefs and expectations that healing and wellness can and will occur. Such belief requires self-reflection, in which each individual becomes aware of his or her own internal wholeness, trusting its healing potential. It is difficult to connect truly with intention until we have explored our own inner nature. Patient care starts with us and our preparation to be healers through practices that foster cohesion of body, mind, and spirit. As this connection grows, our ability to sit fully with another suffering human will be enhanced, and

---

<sup>177</sup> Il s'agit de la bonne traduction en français où on retrouvait à Montréal jusqu'en 2017 notamment un Centre de médecine intégrative et dont le but rejoint celle du Dr Rakel : une médecine axée sur la guérison qui tient compte de tous les aspects de la personne (corps, esprit et âme) ainsi que de tous les aspects du mode de vie. Elle met l'accent sur la relation thérapeutique et fait usage de toutes les thérapies appropriées, à la fois conventionnelles et alternatives. Source : <http://www.mcim.ca/fr/home/>, soutiré le 25 août 2018.

<sup>178</sup> On retrouve des détails à ce niveau dans le *Samueli Institute of Optimal Healing Environments* : <http://www.samueliinstitute.org/research-areas/optimal-healing-environments/ohe-framework>. Ainsi que dans des sites d'autres instituts tels le *The National Institute of Building Sciences*. Source : <https://www.wbdg.org/resources/therapeutic.php>

appreciation in our work will grow. This growth brings forward foundations in healing that include personal wholeness, positive expectation, hope, faith, and compassion. (Rakel, 2017, p. 3-4)

Les trois autres dimensions à la médecine intégrative et la façon de les décrire sont tout aussi près de ce qui se dégage du modèle, avec la dimension interpersonnelle impliquant des relations et des organisations « guérissantes » (healing) où l'intention dans la connexion sociale en ce sens prend place avec un engagement émotionnel et des formes de soutien positif envers l'autre (Rakel, 2017, p. 12). Ceci relève de l'art: « This relationship includes the art of the clinician, who intentionally learns about the patient in the context of life to recruit the innate ability present in each person for healing ». Les organisations sont appelées à le faire dans le même esprit au niveau stratégique, de la planification, etc.

Les deux dernières dimensions de la médecine intégrative portent sur les comportements ainsi que sur les soins et styles de vie intégrateurs. L'individu a une place centrale et on prend en compte la dimension externe avec des espaces de guérison et une résilience écologique. Laquelle réfère à un écosystème. À cet effet, nous avons vu, dans le chapitre quatre avec le schéma conceptuel avancé (Figure 12), l'importance de divers facteurs et déterminants sociaux de la santé et comment les relations interpersonnelles et les valeurs sont centrales. La notion de conscience spirituelle fut abordée et à ce niveau, Rakel mentionne la centralité d'une connexion spirituelle en médecine intégrative (2017, p. 10) : « Spirituality is a journey toward, or experience of, a connection that gives life meaning. This journey is unique to each individual and often drives action. Motivation for changing behaviors often comes from an individual's connection to meaning. » Parmi les éléments centraux de ce type de médecine, dont pour atteindre cette qualité de connexion, figurent les notions de présence et d'écoute profonde (mindful listening) qui n'est pas sans rappeler plusieurs éléments du modèle et l'approche étudiée dans cette thèse :

Being present and alert moment by moment can awaken us to mystery and awe in an authentic way. When we pause and become present with what is really happening, we are more likely to recognize what is beautiful in each moment, such as in seeing a flower or a living cell. The same is true with suffering; even though suffering is associated with pain and discomfort, the more we explore and lean into it, the more we come to understand and learn from it. The mindful encounter brings two people together in the fullness of life including suffering, joy, peace, unrest, creativity, and frustration. (Rakel, 2017, p. 19)

The mindful clinician is able to remain present with a wide range of emotions and experiences without being overwhelmed by or overidentifying with suffering. Patients are able to feel whether you are truly present and listening. If they sense that you are compassionate and attentive, they will feel more comfortable and will often share important information and amazing stories. Creating this space results in more meaningful conversation that engenders understanding. In telling their stories, patients are able to reflect on the cause of their symptoms. This insight can be empowering and help motivate the patient to make changes. The clinician's empathy can provide

comfort and reduce the feeling of isolation that patients with chronic illness often have. Ultimately, mindful listening may be our most effective therapeutic tool. As the saying goes, “you were given two ears and one mouth to be used in that proportion. (Rakel, 2017, p. 23)

Pouvoir développer un rapport de qualité avec le client et apporter compréhension et empathie pour aider à la guérison et aux soins sont ici centraux. Pour se faire, l'autoréflexivité et une formation à l'empathie et la compassion, de même que l'intuition, jouent un rôle important (p. 21-22) : « It is a process of perception, of incorporating a variety of different unrelated bits of information (both conscious and unconscious), and arriving at a logical conclusion. The more information we have to work with, the more accurate the intuition. » On reconnaît une portée d'intégration de diverses formes de savoirs.

Pour Daniel Siegel, MD, auteur chevronné en Neurosciences notamment, « knowing » (dont dans l'expression *ways of knowing*) est lié à l'attention et à la conscience, expliquant que lorsque nous parlons d'une expansion du 'contenant' (*container*) de la conscience, nous renforçons l'expérience de ce savoir, ou « knowing » et par le fait même, nous renforçons et ouvrons notre capacité d'être conscient (Siegel, 2018). Auteur de l'ouvrage *Aware : The Science and practice of Presence* (Siegel, 2018), il expose un savoir théorique et appliqué entourant cette notion de 'présence' qui est venue à être importante dans mon étude. La conscience de là où est portée l'attention (*awareness*) est ce qui détermine la qualité de présence indique-t-il. Ce qui implique des attitudes et comportements, lesquels forment la base des compétences (Phaneuf, 2013). Qui plus est, l'écoute avec attention et pleine conscience (*mindful listening*) devient capitale pour apporter une qualité de présence guérissant selon Rakel. Pour que l'écoute puisse se faire attentivement, elle doit passer par l'établissement d'un bon rapport interpersonnel (« rapport » signifiant « to be in harmony with ») (Rakel, 2018, p. 162). Les explications qu'il offre sur l'importance de l'écoute et de la compassion menant à un niveau de connexion et de profondeur - en résonance avec ce qui est présenté dans le modèle - est que le type d'écoute en devient une qui est centrée sur l'autre à l'instar d'une écoute centrée sur soi.

Rakel (2018) voit l'écoute comme un aspect étant aussi important (sinon plus à certains égards selon lui) que les médicaments et traitements prescrits. Ceci interpelle donc un dialogue plutôt qu'un duologue dit-il et demande l'acquisition d'habiletés clé :

When two people talk, it can take work to reach the topics that matter most. And often that requires adequate time and the right kind of listening. Everyone knows how to listen, but do they know how to listen deeply and with compassion? Other-focused (or deep) listening differs from simple everyday and/or self-focused listening by providing a suffering individual with a presence that allows him to feel safe and undefended. This nurturing environment frees him to express his



authentic story. During such a true dialogue, two people share information that brings forth a deeper understanding. The diversity of thought provides insight to the other that moves one beyond preconceived notions. This is where new discoveries occur in the form of ‘Aha!’ moments. This kind of other-focuses listening requires the listener to have a ‘beginner’s mind’. She has no agenda and doesn’t know (but wants to learn) about what the speaker has to say. She remains quite as she pays attention to body language, facial expression, and tone of voice. She attunes to the energy and emotions behind the words. Being mindfully present, she allows her to make a more accurate assessment. She takes in as many bits of information as possible in order to absorb as much of the other person’s authentic reality as she can. She is truly available to the other person in a way that yogis may be when they say ‘Namaste’. Literally this translates into ‘My soul sees your soul’. (Rakel, 2018, p. 188)

Pour Rakel, lorsque le praticien pose des questions dans le même esprit que la compétence centrale de parler avec le cœur, décrite par TCLP (Cohen, 2011), il ne s’agit pas de « régler » le problème de la personne mais d’être avec elle. Cet espace et processus commun vécu ensemble aide à alléger sa souffrance. Dans cette présence compassionnelle et processus, les évidences scientifiques pointent vers une plus grande guérison que l’auteur explique en lien avec une panoplie de maux et maladies, appuyés d’évidences scientifiques (Rakel, 2017). Dans notre étude, le stade de la séparation est caractérisé par une distance entre soi et l’autre ; un terme utilisé par Rakel pour expliquer ce que ressent le client lorsque le praticien n’établit pas une connexion véritable (dont profonde) avec une écoute compassionnelle (Rakel, 2018, p. 222).

Le champ d’étude de la psychologie intégrative tel que décrit par Pargament et collaborateurs (APA, 2013) représente une prise en compte de l’être dans une perspective semblable avec l’apport des sciences des religions et spiritualités où sont introduites, analysées et appuyées de recherche ce qui peut relever du sacré, du transcendant et/ou du divin. Tout comme pour ce champ d’expertise en psychologie des religions et de la spiritualité, Rakel (2017), dans le cadre de la médecine intégrative, utilise aussi la notion de « core » pour le « coeur de la personne », au-delà de son histoire et trajectoire médicales, comme la psychologie intégrative explore au-delà de la pathologie la santé mentale. Il est central à mon avis d’intégrer ces dimensions dans la recherche et les applications sur le terrain pour une prise en compte plus inclusive de ces éléments dans la façon de concevoir la nature humaine et sa condition fondamentale. Le paradigme intégrateur suggéré dans les ouvrages de l’American Psychological Association dont Pargament est l’éditeur en chef adresse cinq volets (traduction libre) : Les multiple dimensions et niveaux de religion et spiritualité; Les « valences » multiples de la religion et de la spiritualité; La théorie, recherche et pratique; La psychologie des religions et la spiritualité avec le champs plus large de la psychologie et ses diverses approches; L’intégration avec les autres disciplines et ; 5. Les perspectives

sur les sens rattachés à la religion et la spiritualité, notamment ce qui touche aux notions d'identité, des croyances et rituels et le surnaturel.

## 7.2 Limites et pistes de recherches futures

Ceci dit, les dirigeants de TCLP ne prétendent pas avoir inventé quelque chose de nouveau avec l'approche de l'ÉC mais d'avoir reconnu comme étant important un certain type de savoir-être et savoir-faire pour la transformation des conflits pour une paix véritable. Pour moi il s'agit - par l'apport de la dimension intégrale qui porte une attention centrale sur la dimension relationnelle et spirituelle, via une prise en compte de notions telles que la souffrance et guérison de façon holistique – de ce plus ou « edge » recherché en début d'étude.

En résumé, les contributions accompagnées de leurs limites et pistes pour des recherches futures montrent que :

- Les questions de recherche ont trouvé réponses à multiples niveaux, bien que le corpus de données puisse continuer à être extrapolé/exposé.
- La théorie de processus social de base ancrée sur le terrain est suffisamment étoffée pour montrer des types d'expériences, transformations, processus et type de spiritualité au cœur ÉC, bien que l'analyse de variation puisse être poursuivie en dévoilant des contours informatifs pour la peaufiner encore plus.
- Les trois hypothèses trouvent résonnance dans le modèle final et dressent la voie aux éléments porteurs de l'étude. Lesquels peuvent figurer comme outils pouvant faire l'objet d'étude supplémentaire en soi et continuer à informer la théorie et application.
- L'action de connecter de façon de plus en plus profonde avec l'autre (dont des soi-disant ennemis) ouvre un portail pour dépasser les barrières-types dans la communication/connexion, bien que l'aspect heuristique du modèle et littérature associée puisse continuer à être consolidée.
- La qualité de présence empreinte de vertus telles la compassion et autres dialogiques (authenticité, communion, etc.) est centrale dans l'humanisation qui prend place au sein de cette approche ; lesquelles sont porteuses de transformation et de guérisons dont il importe de rassembler comme connaissance et commenter à la lumière des écrits scientifiques et pratiques sur le terrain.

Il sera intéressant pour les recherches à venir de faire un retour aux ancrages conceptuels liés à cette étude, et ce, à la lumière du modèle théorique et appliqué. En regard entre autres avec les notions suivantes : l'amour compassionnel et son modèle pour la recherche, dont plus précisément ladite réponse du cœur comme une des caractéristiques de l'amour compassionnel (Fehr et al., 2009) ; les expériences transformatives de la conscience (Shlitz et al., 2007) ; l'écoute et communication interpersonnelle ; la transformation des conflits dont les approches basées sur le cœur; l'arrimage entre la paix intérieure et extérieure ; la dimension du mieux-être en lien avec la valeur de la compassion ; la contribution de ces savoirs dans divers milieux (écoles, travail, etc.) ; des théories sur les stages éclairant la théorie PSB, dont stages de l'altruisme, Krebs and Van Hesteren (cité par Oliner, 2008) ; le conflit israélo-palestinien selon la perspective relationnelle et spirituelle exposée dans cette étude.

La recherche est un exemple probant des sciences des religions appliquées, fournissant des ancrages importants pour faire face aux défis concrets et quotidiens dans la connexion sociale, dont en situation de conflit. En rétrospective, on note que dans chaque chapitre on retrouve des opérations inductives et déductives et de façon plus globale, le chapitre qualitatif (quatrième) de la méthode mixte exploratoire empruntée (Cresswell & Plano Clark, 2011) représente une première grande phase inductive, suivie d'une déductive avec la phase quantitative (cinquième chapitre), pour aboutir avec le sixième chapitre, lequel combine ces résultats sous forme du modèle théorique et appliqué, représentant la dimension abductive propre à la méthodologie de la théorie enracinée sur la réalité. L'abduction procure une voie importante pour interagir avec les données dans la TE selon Charmaz (2014, p. 201) : « It means paying attention to data that do not fit under existing interpretive rules or earlier inductive generalizations. Peirce posited abduction as a type of reasoning that includes imaginative interpretations and deductions that follow inductive discoveries ». Ces formes de raisonnement dans multiples phases itératives ont ancré et exposé les aspects à la fois conceptuels et appliqués du phénomène à l'étude dans cette étude.

Ceci dit, il importe de souligner que la TE demeure une théorie substantive liée à un domaine de recherche précis et les sujets sont bien cernés : les délégués de TCLP de 1998 à 2015. Il sera important de voir comment l'approche de l'ÉC en regard des résultats de cette recherche – bien que cerné par le nombre de participants (n=80 en tout avec les entrevues et questionnaire) qui demeure modeste bien que significatif dans ce champ substantif précis - peuvent contribuer de façon optimale au domaine de la construction de la paix et transformation des conflits. Elle aide là où des relations sociales et conditions propices au dialogue sont centrales (ce qui est sommes toutes au centre de ce domaine) afin d'apporter

une dimension favorisant une qualité de présence (d'écoute et de compassion) et des ancrages (indicateurs-concepts) aptes à favoriser les échanges. Il s'agit maintenant de voir comment le modèle aide à maximiser un apport de cette lentille prosociale informant des causes sous-jacentes aux conflits pour mieux en prendre compte et les transformer en vue de faciliter la transformation des conflits. Ce faisant, elle peut éclairer sur des façons de contrer ce qui fomentent une « culture du conflit ».

Il s'agit d'une notion étudiée par Daniel Bar-Tal, chercheur et auteur dans la discipline de la psychologie sociale. Lui et ses collaborateurs exposent les causes sous-jacentes aux conflits et guerres ainsi que les facteurs au niveau structurel, motivationnel, émotionnel et contextuels. Ils démontrent comment une culture de conflit se construit, en plus de décrire le processus à travers lequel les divers points de vue, croyances et processus socio psychologiques s'unissent pour obstruer toute pénétration d'information et propositions positives nouvelles pouvant potentiellement faire avancer la paix dans la sphère individuelle et sociétale au niveau cognitif (Bar-Tal & Halperin, 2011, p. 231). Ils identifient des éléments, aspects et dimensions de tout un répertoire qui fomentent et consolide le conflit de façon continue. Adopté par les deux parties du conflit, ce répertoire est perpétué dans un effet miroir selon des rôles qui gardent le conflit vivant et non étranger au triangle dramatique vu précédemment. Ces rôles sont joués autant au niveau individuel que collectif. Le temps fige et rigidifie ces répertoires pour ne pas laisser entrer de nouvelles relations ou façon de voir par les parties qui pourraient apporter un ou des répertoires nouveaux en fait (Bar-Tal & Halperin, 2011). Ceci crée un effet dévastateur sur le mieux-être des individus et des collectivités impliqués et pose un danger dans le monde :

With time the repertoire comes to be one of the factors determining the courses of policy and action taken by each side in the conflict, by serving as the major motivating, justifying and rationalizing factor. The taken negative actions then serve as validating information to the existing negative psychological repertoire and in turn magnify the motivation and readiness to engage in conflict. The behaviors of each side confirm the held negative socio-psychological repertoire and justify harming the rival. The negative repertoire with its rigidity plays an important role in the vicious cycles of intractable conflict. Changing it is a necessary condition for advancing peace process and stopping the violence. This is a crucial challenge in view of the behavioral consequences that this rigid repertoire has in situations of intractable conflict, leading to violence, including losses of human life, ethnic cleansing and even genocide. Thus, studying how it is possible to overcome the barriers including the socio-psychological ones should be a mission placed with high priority on the agenda of social sciences and especially of social psychology. (Bar-Tal & Halperin, 2011, p. 232)

Le modèle de Bar-Tal et Halperin (2011) s'adressent autant aux individus qu'aux collectivités car les membres d'un même groupe partagent des croyances communes, des valeurs, attitudes et émotions (Bar-Tal, 2000 in Bar-Tal & Halperin, 2011). Il porte un éclairage sur les croyances idéologiques et

circonstancielle soutenant le conflit. Il s'agit de croyances sociétales liées directement à la confrontation et soutenant le conflit, dont notamment des croyances idéologiques qui apportent un cadre conceptuel stable permettant aux membres de la société impliqués dans les conflits sévères, prolongés et très violents (intractable conflict)<sup>179</sup> d'organiser et comprendre le monde dans lequel ils vivent, ainsi que d'agir en fonction de la préservation ou de l'altération du conflit selon leur point de vue (Bar-Tal, Raviv, Raviv & Dgani-Hirsh, 2009). Ces croyances se trouvent à enlever la légitimité de l'autre partie en le blâmant. Elles jouent un rôle de mobilisation des membres de la société à activement participer dans le conflit et présentent une image positive du groupe d'appartenance avec une glorification de soi et étant la seule victime du conflit. Ces croyances reflètent les mémoires collectives et un « éthos du conflit » qui est basé sur un côté seulement, simpliste et donne un portrait de la situation qui est noir et blanc selon les auteurs. En s'adaptant aux événements entourant le conflit en fonction de garder ce type de biais et perspective à sens unique, ces croyances idéologiques satisfont des besoins sociaux au niveau individuel et collectif pour la partie concernée.

L'autre type de croyances est circonstanciel, c'est-à-dire qu'elles surviennent dans un contexte spécifique et disparaissent plus tard (ex. montrer un leader comme étant faible donc perçu comme incapable d'implanter un accord de paix potentiel) (Bar-Tal & Halperin, 2011, p. 221). Les auteurs démontrent comment ces deux types de croyances créent de la méfiance, de l'hostilité et un sens de menace ou de danger chez les individus et les groupes. Elles apportent une base épistémique pour la continuation du conflit car elles ont une influence sur la nature des relations, du rapport au groupe rival et à son propre partie (groupe, société). Les auteurs démontrent de plus le rôle de visions du monde générales qui sont des croyances générales sur le monde qui nourrissent les croyances idéologiques et circonstancielle. Il y a aussi certaines particulières aux individus qui influencent comment les membres d'une société perçoivent les désaccords en lien avec un conflit, le groupe rival et leur propre groupe (d'appartenance).

Le modèle présenté dans cette thèse contribue à ce souhait exprimé en fin de citation de ces auteurs (ci-haut) demandant que des études se penchent sur la façon de surpasser ces barrières apportées par ces croyances qui fomentent les conflits. À mon avis, mon modèle est à même de proposer des alternatives prosociales. C'est en devenant conscient des éléments nourrissant cette culture du conflit et en reconnaissant comment nous en transportons le potentiel et comment il est actualisé par nous et autour de nous, individuellement et collectivement que nous croyons – combiné à ce même exercice en regard

---

<sup>179</sup> Caracétéristiques établies pour un conflit dit *intractable* selon Bar-Tal, 1998 ; Coleman, 2006 in Bar-Tal & Halperin, 2011.

des éléments de notre modèle - que les individus et collectivité peuvent s'approprier plus consciemment ce qui relève de la nature et condition humaine, nourrissant de même que réglant les conflits. Du moins les transformer en actualisant le potentiel de non-violence et de faire tout ce qui est possible pour contrer toute forme de violence. Avec les outils et cadres explicatifs nécessaires, dont une plateforme relationnelle et autres, c'est possible de se faire. À la lumière des résultats de cette étude et avec le modèle suggéré et les outils connexes, nous serons probablement en mesure de voir des éléments importants qui sous-tendent une culture de conflit et comment la transformer de façon prosociale en intégrant de nouvelles façons d'être et de faire.

L'étude répond aussi à un souhait émis par Pearlman et Sanchez Aragon. Chercheurs, ils espèrent que la recherche sur la force prosociale qu'est l'amour compassionnelle puisse renseigner sur des facteurs où elle peut être exercée et plus précisément dans des environnements hostiles, ce qui rend encore plus cruciale l'importance de les connaître (2009, p. 450). La présente thèse, portant attention à une des caractéristiques de l'amour compassionnel: la réponse du cœur, vue comme « some kind of heartfelt, affective quality is usually part of this kind of attitude or action... some sort of emotional engagement and understanding seem to be needed to love fully in an integrated way » (Underwood, 2008), a l'avantage de faire une proposition sur des facteurs en contexte hostile tel que celui de la construction de la paix et transformation des conflits, donc sur cette finalité suggérée par Pearlman et Sanchez Aragon. Intégrant un paradigme spirituel en recherche (Lamb, 2016), et une dimension de mystère dont les sciences des religions sont familières, il est de mon avis que ce plus ou « edge » que je voulais voir de plus près s'avère, maintenant et pour le futur, des plus importants au niveau transdisciplinaire. Il en va de notre évolution comme espèce humaine de choisir une forme d'amour radical face à l'autre, puissions-nous être guidés de façon plus consciente et délibérée pour ce faire comme en fournit des indices dans cette étude. Le changement de paradigme proposé est une considération du potentiel de la connexion prosociale pour faire face aux dangers, au-delà des typiques réactions de se battre, se sauver ou de rester paralysé. Le respect radical est en opposition à la violence radicale trop familière dans l'entendement alors que son opposé nous entoure. L'outil de la matrice relationnelle structurelle, inscrite au cœur des autres piliers du modèle, offre des indices en ce sens.

Il est temps de dévoiler des formes d'agendas différents et possibles amenant une plus grande prise en compte de la dimension intérieure chez l'humain pour la transformation des conflits. Car devant le sentiment d'impuissance et de confusion face au dévoilement de divers intérêts et agendas, plus ou moins cachés, des repères pour une conduite éthique de base deviennent ténus. Sommes toutes, une définition

de la spiritualité adoptée par le Global Network for Spirituality et Health résume bien comment elle s'inscrit dans les défis quotidiens examinés dans cette étude :

Spirituality is a dynamic and intrinsic aspect of humanity through which persons seek ultimate meaning, purpose, and transcendence, and experience relationship to self, family, others, community, society, nature, and the significant or sacred. Spirituality is expressed through beliefs, values, traditions, and practices.<sup>180</sup>

Espérons que la spiritualité soit utilisée pour des fins prosociales et non violentes car sinon, il ne s'agit pas de sa dimension de lumière mais bien d'ombre dont elle n'est pas à l'abri au nom d'idéologies non axées sur le mieux-être de tous et le bien commun.

En terminant, mentionnons Diana Francis (2008), auteur reconnue du domaine de la construction de la paix, qui s'est interrogée à savoir si la transformation des conflits fonctionne bien ou non. Elle a procédé à un bilan des vingt dernières années sur les accomplissements dans ce domaine et conclut que les forces créatives pour la paix demeureront dans l'ombre de l'institution militaire globale tant que cette dernière sera en place. La culture dominante et la dynamique de pouvoir intrinsèquement liées aux constructions d'une forme de masculinité autoritaire et compétitive, avec tous les éléments de coercition et de violence qui en découlent, doivent être prises en compte car ils alimentent le paradigme ambiant de compétition versus de collaboration et de coopération (Francis, 2008). Le changement qui doit prendre place selon elle en est un où les principes d'interdépendance, de bonté et de solidarité non-violente doivent prédominer au niveau global. Sinon dit-elle, nous nous en tenons à une 'pacification' ou à une 'résolution' ou 'réconciliation' plutôt qu'à une guérison réelle (healing) sans laquelle une construction de la paix véritable dans le sens d'une transformation profonde des conflits n'est pas possible. Les efforts dans ce domaine doivent porter sur le choix et le développement d'une praxis de pouvoir non-violent qui rejette la culture et l'institution de la guerre et qui œuvre à la démilitarisation du monde et à la 'paix positive' (Francis, 2008).

Les conclusions de la présente recherche doctorale, s'inscrivant formellement au niveau des sciences des religions appliquées, rejoignent les positions de cet auteur. À mon avis, c'est en œuvrant à la promotion et à l'actualisation d'une culture de la paix qui met l'emphase sur le potentiel d'une compassion proactivement cultivée dans toutes relations interpersonnelles (et sphères de la vie), tel qu'on peut

---

<sup>180</sup> School of Medicine and Health Sciences, George Washington university. Source : <https://smhs.gwu.edu/gwish/global-network>. Consulté le 27 août 2018 à 10h45.

l'envisager notamment dans le pôle de droite dans le continuum de la connexion sociale au sein du modèle théorique et appliqué présenté dans cette thèse, qu'un point de bascule peut survenir pour contrer la violence. Ceci demande des actions concertées entre le niveau interpersonnel et le niveau systémique : c'est pourquoi ce Modèle est grandement renforcé par son intégration et complémentarité avec le modèle du Dialogue Intervention du Monde (Brodeur 2019) qui n'a été qu'effleuré dans cette thèse.<sup>181</sup> Une compassion cultivée à tous les niveaux de savoirs et actualisée dans l'agir humain tant à l'échelle individuelle que collective, peut mener à la paix véritable comme l'affirme le Dalai Lama et semble opouvoir faire contrepoids à une culture du conflit mondialisée. L'action doit par contre, favorablement, être concertée et congruente en un Tout transformateur à mon avis. Cette étude apporte quelques pistes de réflexion et d'action en ce sens.

---

<sup>181</sup> Des articles acceptés à paraître intègrent les deux approches au sein du modèle présenté dans cette thèse. Voir Brodeur (2019) ; Gagnon (2019) ; Gagnon et Brodeur (2019) pour plus de détails.



## Références bibliographiques

- Abu Nimer, M., Khoury, A. I. & Welty, E. (2007). *Unity in Diversity: Interfaith Dialogue in the Middle East*. Washington: United States Institute of Peace.
- Allen Nan, S. H., Mampilly, S. C. & Bartoli, A. (2012). *Peacemaking: from Practice to Theory*. Santa Barbara: Praeger.
- Allport, G. (1954). *The Nature of Prejudice*. Cambridge, Mass.: Addison-Wesley Publishing Company.
- Anderson, S. (2009). The Golden Rule: Not So Golden Anymore. *Philosophy Now*. Consulté à l'adresse: ([https://philosophynow.org/issues/74/The\\_Golden\\_Rule\\_Not\\_So\\_Golden\\_Anymore](https://philosophynow.org/issues/74/The_Golden_Rule_Not_So_Golden_Anymore)).
- Aron, A. & Aron, E.N. (1986). *Love as the expansion of self: Understanding attraction and satisfaction*. New York: Hemisphere.
- Austin, B., Fischer, M. & Hans J. Giessmann, H. J. (Eds.). (2011). *Advancing Conflict Transformation. The Berghof Handbook II*. Opladen/Farmington Hills: Barbara Budrich Publishers.
- Bachelor, A. & Joshi, P. (1986). *La méthode phénoménologique de recherche en psychologie*. Québec : Les Presses de l'université Laval.
- Banks, S. & Gallagher, A. (2009). *Ethics in professional life: virtues for health and social care*. New York: Palgrave Macmillan.
- Bar-Tal, D. (2013). *Intractable Conflicts: Socio-Psychological Foundations and Dynamics*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Bar-Tal, D. (2011) (ed). *Intergroup Conflicts and Their Resolution: A Social Psychological Perspective*. New York: Psychology Press, Taylor and Francis Group.
- Bar-Tal, D. (2004). The necessity of observing real life situations: Palestinian-Israeli violence as a laboratory for learning about social behaviour. *European Journal of Social Psychology*. 34, 677–701. Wiley InterScience ([www.interscience.wiley.com](http://www.interscience.wiley.com). DOI: 10.1002/ejsp.224.)
- Bar-Tal, D., Halperin, E. (2013), “The nature of Socio-Psychological barriers to peaceful conflict resolution and ways to overcome them.” *Conflict & communication online*, Vol. 12, No. 2. ([www.cco.regener-online.de](http://www.cco.regener-online.de) ISSN 1618-0747)
- Bar-Tal, D., Halperin, E. (2011). Socio-psychological barriers to conflict resolution. In D., Bar- Tal (Ed.), *Intergroup conflicts and their resolution: A social psychological perspective*, pp. 217-240. New York: Psychology Press.
- Bar-Tal, D., Raviv, A., Raviv, A. & Dgani-Hirsh, A. (2009). The Influence of the Ethos of Conflict on Israeli Jews' Interpretation of Jewish–Palestinian Encounters. *Journal of Conflict Resolution*. Vol. 53, no. 1. Sage Publications.

- Barash D. P. & Webel C. P. (2002). *Peace and Conflict Studies*. London: Sage Publications.
- Barbato Gaydos, H. L. (2005) "The Art of Holistic Nursing and the Human Health Experience." In Dossey, B. M., Keegan, L., Guzzetta, C. E. (2005). *Holistic Nursing: A Handbook for Practice*. (4<sup>th</sup> ed.). Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers.
- Beauregard, Mario, O'Leary Denyse, 2007. *The Spiritual Brain: A neuroscientist's Case for the Existence of the Soul*. Toronto: Harper Perennial.
- Belden-Charles, G. (2001) The 3 Ds: Debate, Discussion, Dialogue. In *Education Feature: As words swirl around health care, how do we effectively talk to each other, as individuals, as a nation?* Consulté à l'adresse : <http://www.womenspress.com/Content/Features/Featured/Article/The-3-Ds-Debate-Discussion-Dialogue/1/233/3463>.
- Blumberg, Herbert H., Hare, Paul A., Costin, Anna. 2006. *Peace Psychology: A Comprehensive Introduction*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Bourque, L.B. & Fielder, E.P. (2003), *How to Conduct Self-Administered and Mail Surveys*. (2<sup>nd</sup> ed.). London: Sage Publications, Inc.
- Bracha, H. S. (2004). Freeze, Flight, Fight, Fright, Faint: Adaptationist Perspectives on the Acute Stress Response Spectrum. *CNS Spectrums*, Vol. 9.
- Briskin, A., Erickson, S., Ott, J., & Callanan, T. (2009). *The Power of Collective Wisdom and the trap of Collective Folly*. San Francisco: Berrett-Koehler Publishers, Inc.
- Brodeur, P. "Interworldview Dialogue", in Redekop, V. & Redekop, G., Book 2: *Transforming: Applying Spirituality, Emergent Creativity, and Reconciliation*. Lanham, MD: Lexington Books [2019, accepté].
- Brody, S., Wright, S. C., Aron, A., McLaughlin-Volpe, T. (2009). "Compassionate Love for Individuals in Other Social Groups". In *The Science of Compassionate Love: Theory, Research and applications*. Beverley F., Sprecher, S., Lynn G. Underwood, L. G., (Eds). West Sussex: Wiley-Blackwell Ltd.
- Burkhardt, Margaret A., Nagai-Jacobson, Mary Gail. (2005). "Spirituality and Health." In Dossey, B. M., Keegan, L., Guzzetta, C. E. (2005). *Holistic Nursing: A Handbook for Practice*. (4<sup>th</sup> ed.). Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers.
- Burkhardt, Margaret A., Nagai-Jacobson, Mary Gail. (2002). *Spirituality: Living our Connectedness*. Albany: Delmar.
- Burton, L. A. (2002). "The medical patient: Compassionate listening and spirit-mind-body care of medical patients." In Gilbert, R. (Ed.). *Health care and spirituality: Listening, assessing, caring* (pp. 163-178). Amityville, NY: Baywood Publishing Co.
- Bush, R. A. B., Folger, J. P. (1994). *The Promise of Mediation*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Chaitin, J. (2011). *Peace-Building in Israel and Palestine: Social Psychology and Grassroots Initiatives*. New York: Palgrave Macmillan.

- Charles, Rachel. 2004. *Intuition in Psychotherapy and Counselling*. London: Whurr Publishers.
- Charmaz, K. (2014). *Constructing Grounded Theory* (2<sup>nd</sup> ed.). London: Sage Publications Ltd.
- Charmaz, K. (2006). *Constructing Grounded Theory: A Practical Guide Through Qualitative Analysis*. London: Sage Publications.
- Cherbonnier, Edmund L. B. (1955). *Hardness of Heart: A Contemporary Doctrine of Sin*. Christian Faith Series. New York: The Country Life Press.
- Childre, Doc, Martin, Howard, Rozman, Deborah, McCraty, Rollin. 2016. *Heart Intelligence: Connecting with the Intuitive Guidance of the Heart*. Boulder Creek (Heart Math Institute): Waterfront Press.
- Cohen, A. S., with Green, L., Pasrtnow, S. (2011). *Practicing the art of Compassionate Listening*. Bainsbridge Island: The Compassionate Listening Project.
- Coleman, P. & Deutsch, M. (éd). (2012). The Psychological Components of a Sustainable Peace. In Brauch, H. G., Oswald Spring, U., Grin, J., Scheffran, J. *Handbook on Sustainability Transition and Sustainable Peace*. p 139-148.
- Cresswell, J. W & Plano Clark, V. L. (2011). *Designing and Conduction Mixed Methods Research* (2<sup>nd</sup> ed.). London: Sage Publications, Inc.
- de Souza, M. (2012). Connectedness and Connectedness. The dark side of spirituality: Implications for Education. *International Journal of children's Spirituality* 17(3) p. 291-303.
- de Souza, M. (2009). Rediscovering the spiritual dimension in education: promoting a sense of self and place, meaning and purpose in learning. In de Souza, M., Durka, G., Engebretson, K., Jackson, R., McGrady, A. (Eds). *International Handbook of the Religious, Moral and Spiritual Dimensions in Education*. Springer Science+Business Media B.V. 1127–1139.
- de Souza, M. (2004). The role of the school and educational programs in nurturing the spirituality of young people. In Norman, J. (Ed). *At the heart of education: School Chaplaincy and Pastoral Care*. pp. 122-133. Ireland: Veritas Publications.
- de Souza, M. (2003). Contemporary Influences on the Spirituality of Young People: implications for education. *International Journal of Children's Spirituality*, 8:3, 269-279
- Denzin, N. K., Lincoln, Y. S. (1994). *Handbook of qualitative research*. Thousand Oaks: Sage Publications
- Deutsch, M. & Coleman, P.T. (2012). *Psychological Components of a Sustainable Peace*. New York: Springer.
- Dey, I. (1993). *Qualitative Data Analysis: A User-friendly Guide for Social Scientists*. New York: Routledge.

- Dossey, B. M., Keegan, L., Guzzetta, C. E. (2005). *Holistic Nursing: A Handbook for Practice*. (4<sup>th</sup> ed.). Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers.
- Dossey, B. & Guzzetta, C. E. (2005). « Holistic Nursing Practice ». In Dossey, B. M., Keegan, L., Guzzetta, C. E. (2005). *Holistic Nursing: A Handbook for Practice*. (4<sup>th</sup> ed.). Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers.
- Dossey, L. (2013). *One Mind: How our Individual Mind is part of a Greater Consciousness and Why it Matters*. Chicago : Hay House.
- Dumas, A. (1989). *Les vertus...encore*. Paris : Desclée de Brouwer.
- Early, C. E. & Early, A. (2013). *Integrating the New Science of Love and a Spirituality of Peace: Becoming Human Again*. Eugene: Cascade Books.
- Eaton, H. & Levesque, M. (2016). *Advancing Nonviolence and Social Transformation: New Perspectives on Nonviolent Theories*. Sheffield, UK: Equinox Publishing Ltd.
- Edmond, M. & Picard, D. (2015). *Les conflits relationnels*. Collection : Que sais-je ? Paris : PUF
- Fairlie, H. (1978). *The Seven Deadly Sins Today*. Notre Dame: University of Notre Dame Press.
- Feeler, W. G. (2012). Being There: A Grounded-Theory Study of Student Perceptions of Instructor Presence in Online Classes. Dissertation PhD at Faculty of the Graduate College at the University of Nebraska. Consulté à l'adresse: LincolnDigitalCommons@University of Nebraska.
- Fehr, B., Sprecher, S., Underwood, L. G. (2009). *The Science of Compassionate Love: Theory, Research and applications*. West Sussex: Blackwell Publishing Ltd.
- Fehr, B., Sprecher, S. (2009) "Compassionate Love: Conceptual, Measurement, and Relational Issues". In Fehr, B., Sprecher, S., Underwood, L. G. *The Science of Compassionate Love: Theory, Research and applications*. West Sussex: Blackwell Publishing Ltd. 2009, p. 27-53.
- Ferguson, D. S. (2010). *Exploring the spirituality of the world religions: the quest for personal, spiritual and social transformation*. London: Continuum Books.
- Fink, A. (2003). *How to Ask Survey Questions*. (2<sup>nd</sup> ed.). London: Sage Publications.
- Finley, J. (2000). *The Contemplative Heart*. Notre-Dame, Indiana: Sorin Books.
- Fisher-Yoshida, B. (2012). "Transforming communication for peace". In Deutsch, M. & Coleman, P.T. *Psychological Components of a Sustainable Peace*. New York : Springer. 2012, p. 105-121.
- Fliesen, W. (2016). *L'agressivité humaine et les attentats djihadistes*. St-Lambert : GroupÉditions Editeurs.
- Floyd, J. J. (2010). "A Dialogical Perspective." Dans A. D. Wolvin, (Ed.). *Listening and Human Communication in the 21<sup>st</sup> Century*. West Sussex: Blackwell Publishing Ltd. 2010, p. 127-141.

- Fowler, A., Nichols Gamble, N. Hogan, F. X., Kogut, M., McCommish, M., Thorp, B. (2001). "Talking with the Enemy", Article in *The Boston Globe*, January 28 2001. Consulté à l'adresse : <https://feminist.com/resources/artspeech/genwom/talkingwith.html>.)
- Francis, D. (2008). *From pacification to peacebuilding: A Call to Global Transformation*. New York: PlutoPress
- Fry, L. W. (2003). Toward a theory of spiritual leadership. *The Leadership Quarterly* 14(6):693-727 · December 2003.
- Gagnon, B. « Heart-Based Communication Dynamics for Deep Connection », in Redekop, V. & Redekop, G., Book 2: *Transforming: Applying Spirituality, Emergent Creativity, and Reconciliation*. Lanham, MD: Lexington Books [2019, accepté].
- Gagnon, B. & Brodeur, P. « Well-Being Ecosystem for Inner and Outer Peace ». In Redekop, V. & Redekop, G., Book 1: *Awakening: Exploring Spirituality, Emergent Creativity, and Reconciliation*. Lanham, MD: Lexington Books [2019, accepté].
- Galea, S. (2007). *Macrosocial Determinants of Population Health*. New York : Springer Science + Business Media, LLC.
- Gauthier, B. (2009). *Recherche sociale : de la problématique à la collecte des données* (5<sup>ième</sup> éd.). Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Giesbrecht, N. D. (2009). « Caregiving in Sociocultural Context ». Dans B. Fehr, S., Sprecher, L. G., Underwood. *The Science of Compassionate Love: Theory, Research and applications*. West Sussex: Blackwell Publishing Ltd. 2009, p. 373-403.
- Gilbert, R., (Ed.). (2002). *Health care and spirituality: Listening, assessing, caring*. Amityville, NY: Baywood Publishing Co.
- Gingras, J. P., Côté, C. (2009). « La sociologie de la connaissance ». In, B. Gauthier. *Recherche sociale : de la problématique à la collecte des données* (5<sup>ième</sup> éd.). Québec : Presses de l'Université du Québec. 2009, p. 19-51.
- Glaser, B. G. (2005). Basic Social Process. *The Grounded Theory Review* (vol. 4 no. 3) : 1-15.
- Glaser B. G. & Strauss, A. L. (1967). *The Discovery of Grounded Theory*. Chicago : Aldine.
- Gohier, C. (2004). De la démarcation entre critères d'Ordre scientifique et d'ordre éthique en recherche interprétative. *Recherches qualitatives*, Vol. 24, 2004, (pp.3-17). Consulté à l'adresse : [http://www.recherchequalitative.qc.ca/documents/files/revue/edition\\_reguliere/numero24/24gohier.pdf](http://www.recherchequalitative.qc.ca/documents/files/revue/edition_reguliere/numero24/24gohier.pdf))
- Goleman, Daniel. 2006. *Cultiver l'intelligence relationnelle : Comprendre et maîtriser notre relation aux autres pour vivre mieux*. Paris: Robert Laffont.
- Gopin, M. (2016). *Healing the Heart of Conflict: eight crucial steps to making peace with yourself and others*. North Charleston: CreateSpace Independent Publishing Platform.

- Gopin, M. (2012). *Bridges Across an Impossible Divide: The Inner Lives of Arab and Jewish Peacemakers*. Oxford: Oxford University Press.
- Gopin, M. (2009). *To Make the Earth Whole: The Art of Citizen Diplomacy in an Age of Religious Militancy*. New York: Rowman & Littlefield Publishers, Inc.
- Gopin, M. (2002). *Holy War, Holy Peace: How Religion Can Bring Peace to the Middle East*. Oxford University Press.
- Graber, D. R. & Mitcham, M. D. (2009). "Compassionate Clinicians: Exemplary Care in Hospital Settings." In, Fehr, B., Sprecher, S., Underwood, L. G. (2009). *The Science of Compassionate Love: Theory, Research and applications*. West Sussex: Blackwell Publishing Ltd.
- Green, L. (2001). Just Listen: Compassionate listening is healing – to the listeners and to those who tell their stories. Article in *Yes! A Journal of Positive Futures*. Winter Issue (2002), p. 20-25. *Magazine*.
- Green, L. (2007). "Compassionate Listening with Israelis and Palestinians." In Kurianski (2007), *Beyond Bullets, Bombs, and Grassroots: Grassroots Peacebuilding between Israelis and Palestinians*, Westport CT: Praeger, p. 105-111.
- Hesse-Biber Sharlene Nagy, 2010. *Mixed-Methods Research: Merging Theory with Practice*. The Guilford Press, New York.
- His Holiness the Dalai Lama. 1999. *Ethics for a new millennium*. New York: Berkley.
- Hoffman, G. K. (2003). "A New Approach to Peace: Speaking Truth to Power." In A. Manousos (Ed.), *Compassionate Listening and other writings by Gene Knudsen Hoffman, Quaker Peacemaker and Mystic*. Friends Bulletin: Torrance.
- Hoffman, G. K. (2001), (Preface). Dans Carol Hwoschinski, C. (2001), *Listening with the Heart - A Guide for Compassionate Listening*. Publisher: Example Product Manufacturer. ISBN-10: 0971587108. (2001). P. xii-xiii.
- Hoffman, G. K. (1997) Compassionate Listening – First Step to Reconciliation? Talk given November 25, 1997, at University of California at Santa Barbara. In Manousos, 2003.
- Hoffman, G. K. (1991). *Pieces of the Mideast Puzzle: Israelis and Palestinians*. Erie, PA: Pax Christi USA.
- Hwoschinski, C. (2001), *Listening with the Heart - A Guide For Compassionate Listening*. Publisher: Example Product Manufacturer. ISBN-10: 0971587108.
- Ikerd, J. (2014). Competition versus cooperation. *Journal of Agriculture, Food Systems, and Community Development*, 4(2), 15–17. Consulté à l'adresse : <http://dx.doi.org/10.5304/jafscd.2014.042.001>.

- Imohof, M. (2010). "What is Going on in the Mind of a Listener?". Dans A. D. Wolvin (Ed.). *Listening and Human Communication in the 21<sup>st</sup> Century*. West Sussex: Blackwell Publishing Ltd. 2010, p. 97-127.
- Janusik, L. A. (2010), "Listening Pedagogy: Where do we go from here." Dans A. D. Wolvin (Ed.). *Listening and Human Communication in the 21<sup>st</sup> Century*. West Sussex: Blackwell Publishing Ltd. 2010, p. 193-225.
- Keegan, L. (2005). "Holistic Ethics." In Dossey, B. M., Keegan, L., Guzzetta, C. E. (2005). *Holistic Nursing: A Handbook for Practice*. (4<sup>th</sup> ed.). Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers.
- Keegan, L. & Halo Shames, K. (2005). "Touch: Connecting with the healing Power". In Dossey, B. M., Keegan, L., Guzzetta, C. E. (2005). *Holistic Nursing: A Handbook for Practice*. (4<sup>th</sup> ed.). Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers.
- Kerner Furman, F. (2010). Compassionate Listening as a Path to Conflict Resolution. *Journal for the Study of Peace and Conflict*, 2009-2010 Annual Edition: ISSN 1095-1962, p. 24-38.
- King, Ursula. (2008). *The Search for Spirituality*. New York: Bluebridge.
- Koerner, J. (2007). *Healing Presence: The Essence of Nursing*. New York: Springer.
- Koerner, J. (2011). *Healing: The Essence of Nursing Presence* (2<sup>nd</sup>. Ed.). New York: Springer.
- Kohut H. (1984). *How Does Analysis Cure?* Chicago: University of Chicago.
- Kriesberg, L. (2011). The State of the Art in Conflict Transformation. Berghof Foundation Handbook. Consulté à l'adresse: [https://www.berghof-foundation.org/fileadmin/redaktion/Publications/Handbook/Articles/kriesberg\\_handbook.pdf](https://www.berghof-foundation.org/fileadmin/redaktion/Publications/Handbook/Articles/kriesberg_handbook.pdf)
- Kurianski, J. (2007) *Beyond Bullets, Bombs, and Grassroots: Grassroots Peacebuilding between Israelis and Palestinians*, Westport CT: Praeger.
- Kurianski, J. (2006). *Terror in the Holy Land: Inside the Anguish of the Israeli-Palestinian Conflict*. Westport CT : Praeger
- Labruffe, A. (2008). *Le savoir-être : Un référentiel professionnel d'excellence*. Éditions AFNOR (Association française de normalisation). EAN13: 9782124651337.
- Lamb, R. (2016). « Using a Spiritual Research Paradigm for Research and Teaching. » In Lin, J., Oxford, R. L., Culham, Tom. 2016. *Toward a Spiritual Research Paradigm: Exploring New Ways of Knowing, Researching, and Being*. Charlotte: Information Age Publishing.
- Langdridge, D. (2007). *Phenomenological Psychology: Theory, Research and Method*. Essex: Pearson Education Limited.
- LeBaron, M. (2002). *Bridging Troubled Waters: Conflict Resolution from the Heart*. San Francisco: Jossey-Bass.

- Leary, M. R., Tangney, J. P. (2012). *Handbook of Self and Identity* (2<sup>nd</sup> ed.). New York: Guilford Press.
- Lederach, J. P. (2016). "Disagreement." In Ramsbotham, O., Woodhouse, T. & Miall, H. (2016). *Contemporary Conflict Resolution: The prevention, management and transformation of deadly conflicts* (4<sup>th</sup> ed.). Cambridge: Polity Press. p. 444-448.
- Lederach, J. P. (2015). "Spirituality and Religious Peacebuilding." In Omer, A., Scott Appleby, R. & Little, D. (2015). *The Oxford Handbook of Religion, Conflict, and Peacebuilding*. Oxford: Oxford University Press. p. 541-569
- Lederach, J. P. (2012). Compassionate Presence: Faith-based peacebuilding in the face of violence. Conférence télévisée par le *University of California Television* (UCTV) <http://www.uctv.tv/>. Publiée le 28 mars 2012. San Diego. Consulté à l'adresse : <https://www.youtube.com/watch?v=0CpyF9rLs1A>
- Lederach, J. P. (2005). *The Moral Imagination. The Art and Soul of Building Peace*. New York: Oxford University Press.
- Lederach, J. P. (2003). *The little book of conflict transformation*. Good Books. Consulté à l'adresse: <https://www.beyondintractability.org/essay/transformation>.
- Lederach, J. P. (1997). *Building Peace. Sustainable Reconciliation in Divided Societies*. Washington, DC: United States Institute of Peace.
- Lerner, M. (2012). *Embracing Israel/Palestine: A Strategy to Heal and Transform the Middle East*. Berkeley: Tikkun Books.
- Levine, P. A. (1997). *Waking the Tiger: Healing Trauma*. Berkeley: North Atlantic Books.
- Lin, J., Oxford, R. L., Culham, Tom. 2016. *Toward a Spiritual Research Paradigm: Exploring New Ways of Knowing, Researching, and Being*. Charlotte: Information Age Publishing.
- Lyman, S. M. (1978). *The Seven Deadly Sins: Society and Evil*. New York: St. Martin's Press.
- Manousos, A. (Ed). (2003). *Compassionate Listening and other writings by Gene Knudsen Hoffman Quaker Peacemaker and Mystic*. Torrance : Friends Bulletin.
- Mayer, R. & Ouellet, F. (1991). *Méthodologie de recherche pour les intervenants sociaux*. Boucherville: Gaëtan Morin.
- Mc Gonigal, K. (2012). *The Willpower Instinct: How Self-Control Works, Why It Matters, and What You Can Do to Get More of It*. New York: Avery.
- Mc Ghee, G., Marland, GR., Atkinson, A. (2007). Grounded theory research: literature reviewing and reflexivity. *Journal of Advanced Nursing*. 60(3): 334-42.



- McKivergin, M. J. (2005). "The Nurse as an Instrument of Healing." In Dossey, B. M., Keegan, L., Guzzetta, C. E. (2005). *Holistic Nursing: A Handbook for Practice*. (4<sup>th</sup> ed.). Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers.
- McKivergin, M. J. (1997). "Using a Spiritual Research Paradigm for Research and Teaching." In *Core Curriculum for Holistic Nursing*, ed. B.M. Dossey. Gaithersburg, MD: Aspen Publishers. 1997- 17-25.
- Mendes-Flohr, P. (éditeur). (2015). *Dialogue a Transdisciplinary Concept: Martin Buber's Philosophy of Dialogue and its Contemporary Reception*. Series: Studia Judaica 83. De Gruyter.
- Merdjanova, I. & Brodeur, P. (2009). *Religion as a Conversation Starter: Interreligious Dialogue for Peacebuilding in the Balkans*. London: Continuum International Publishing Group.
- Meisner, W.W. (1964). *Foundations for a psychology of grace*. Glen Rock, NJ: Paulist Press.
- Merriam, S. B. (2002). *Qualitative Research in Practice: Examples for Discussion and Analysis*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Mezirow, J., Taylor, E. W. and Associates. (2009). *Transformative Learning in Practice: Insights from Community, Workplace and Higher Education*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Miles, M. B. & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook* (2<sup>nd</sup> ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Moore, C. (2003). *The Mediation Process: Practical Strategies for Resolving Conflict*, (3d. ed.). San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Morrison, Nancy K., Severino, Sally K. 2009. *Sacred Desire*. West Conshohocken: Templeton Press.
- Morse, J. M., Stern, P. N., Corbin, J., Bowers, B., Charmaz, K., Clarke, A. E. (2009). *Developing Grounded Theory: The Second Generation*. Walnut Creek: Left Coast Press Inc.
- Myss, Carolyn. (2009). *Defy Gravity*. Carlsbad: Hay House.
- Myss, C. (2010). *Defy Gravity: Healing Beyond the Bounds of Reason*. (CD-ROM). Abridged, Audiobook, CD.
- Myss, C. & Finley, J. (2009). *Transforming Trauma: A Seven-Step Process for Spiritual Healing*, (CD-ROM) Boulder, Sounds True, Audio.
- Nardi, P. M. (2006). *Interpreting Data: A Guide to Understanding Research*. Boston: Pearson Education.
- Nhat Han, T. (2003). *Creating True Peace: Ending Violence in Yourself, Your Family, Your Community, and the World*. New York: Free Press.

- Nhat Han, T. (2004). *Peace begins here: Palestinians and Israelis listening to each other*. Berkeley: Parallax Press.
- O'Connell Maureen H., (2009) *Compassion: Loving Our Neighbor in an Age of Globalization*. Maryknoll: Orbis Books.
- Oetzel, J. G. & Ting-Toomey, S. (Eds). (2006). *The Sage Handbook of Conflict Communication: Integration Theory, Research and Practice*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Oktay, J. S. (2012). *Grounded Theory (Pocket Guides to Social Work Research Methods)*. New York: Oxford University Press.
- Oliner, Samuel P. (2008). *Altruism Intergroup Apology: Forgiveness and Reconciliation*. St-Paul: Paragon House.
- Oman, D. (2010). *Compassionate love: What does the research show?* John E. Fetzer Institute.
- Omer, A. (2015). "Religious Peacebuilding: The Exotic, the Good, and the Theatrical." In Omer, A., Scott Appleby, R. & Little, D. (2015). *The Oxford Handbook of Religion, Conflict, and Peacebuilding*. Oxford: Oxford University Press.
- Omer, A., Scott Appleby, R. & Little, D. (2015). *The Oxford Handbook of Religion, Conflict, and Peacebuilding*. Oxford: Oxford University Press.
- Pace M. (2005). "The Compassionate Listening Project: A case study in citizen diplomacy and peacemaking" (2005). *Social Science - Dissertations*. Syracuse University. Consulté à l'adresse : [https://surface.syr.edu/socsci\\_etd/12](https://surface.syr.edu/socsci_etd/12)
- Pargament K. I. (Ed. In Chief). (2013). *APA Handbook of Psychology, Religion, and Spirituality: Vol. 1. Context, Theory, and Research*. American Psychological Association.
- Pargament, K. I. (2007). *Spiritually Integrated Psychotherapy: Understanding and Addressing the Sacred*. New York: The Guilford Press.
- Pargament, K. I. (1999). The psychology of religion and spirituality? Yes, and No. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 9, 3-16. In Pargament, K. I. (2013). *APA Handbook of Psychology, Religion, and Spirituality*. Vol. 1. American Psychological Association.
- Patou-Mathis, M. (2013). *Préhistoire de la violence et de la guerre*. Paris : Odile Jacob.
- Perez-Bret, E., Altisent, R., Rocafort, J. (2016). "Definition of compassion in healthcare: a systematic literature review." *International Journal of Palliative Nursing*. Vo. 22, no. 12. (<https://www.magonlinelibrary.com/doi/abs/10.12968/ijpn.2016.22.12.599>).
- Perlman, D. & Sanchez Aragon, R. (2009). "Compassionate Love: Concluding Reflections." In Fehr, B., Sprecher, S., Underwood, L. G. *The Science of Compassionate Love: Theory, Research and applications*. West Sussex: Blackwell Publishing Ltd. 2009, p. 433-453
- Pettigrew, T. 1998. Intergroup contact theory. *Annual Review of Psychology*. 49: p. 65-85.

- Pinckaers, S. T. (2007). *Plaidoyer pour la vertu*. Paris : Parole Et Silence.
- Phaneuf, M. (2013). Adaptation de *Quelques repères pour évaluer les attitudes et les comportements professionnels en soins infirmiers*, Août 2010, révision, avril 2013. Disponible sur *Étudier*, consulté à l'adresse suivante : <https://www.etudier.com/dissertations/Quelques-Repères-Pour-Évaluer-Les-Attitudes/59810406.html>.
- Post, S. G. (2007). *Altruism and Health: Perspectives from Empirical Research*. Oxford: Oxford University Press.
- Post, S. G., Underwood, L. G., Schloss, J. P., Hurlbut, W. B. (Eds). (2002). *Altruism and altruistic love: Science, philosophy, and religion in dialogue*. New York, NY: Oxford University Press.
- Pruitt, B. & Thomas, P. (2007). *Le dialogue démocratique : Un manuel pratique*. Secrétariat général de l'Organisation des États Américains ; Institut International pour la démocratie et ; Assistance Électorale et Programme des Nations Unies pour le Développement. PNUD: New York.
- Quarberg, A. L. (2002). "Graceful Presence: Using Mindfulness Movement for Deepening Divine Connection." Unpublished position paper for Master's of Arts Degree from St. Mary's University (Minneapolis, MN, 2002).
- Quinn, J. F. (2005). "Transpersonal Human Caring and Healing." In Dossey, L. (2013). *One Mind: How our Individual Mind is part of a Greater Consciousness and Why it Matters*. United States: Hay House.
- Rakel, D. (2017) *Integrative Medecine* (4<sup>th</sup> ed.). Philadelphie: Elsevier. Inc.
- Rakel, D. R. (2018). *The Compassionate Connection: The Healing Power of Empathy and Mindful Listening*. New York: W. W. Norton & Company.
- Ramsbotham, O., Woodhouse, T. & Miall, H. (2016). *Contemporary Conflict Resolution: The prevention, management and transformation of deadly conflicts* (4<sup>th</sup> ed.). Cambridge: Polity Press.
- Rehling, Diana L. 2008. Compassionate Listening: A Framework for Listening to the Seriously Ill. *International Journal of Listening*, (22) p. 83-89.
- Rew, L. (2005). « Self-Reflection: Consulting the Truth Within. » In Dossey, B. M., Keegan, L., Guzzetta, C. E. (2005). *Holistic Nursing: A Handbook for Practice*. (4<sup>th</sup> ed.). Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers.
- Ricard, Mathieu. 2013. *Plaidoyer pour l'altruisme : La force de la bienveillance*. Paris: Nil.
- Roberts, L. J., Wise, M. & DuBenske, L. L. (2009). "Compassionate Family Caregiving in the Light and Shadow of Death." In Fehr, B., Sprecher, S., Underwood, L. G. (2009). *The Science of Compassionate Love: Theory, Research and applications*. West Sussex: Blackwell Publishing.

- Rogers C. R. & Farson R. E. (1987). "Excerpt from Communicating". In R.G. Newman, R.G., Danzinger, M. A., Cohen, M. (Eds). *Business Today*. D.C. Heath & Company. Consulté à l'adresse suivante: <https://www.virtualmediationlab.com/virtual-mediation-lab-usa-international/active-listening-what-it-means-why-it-is-so-important-how-it-works-article-by-carl-rogers-and-richard-farson/>.
- Rosenberg, M. (1999). *Nonviolent Communication: A Language of Compassion*. (1st ed.). Encinitas, CA: PuddleDancer Press.
- Rosenberg, M. (2003). *Nonviolent Communication: A Language of Life*. (2<sup>nd</sup> ed.). Encinitas, CA : PuddleDancer Press.
- RTBF (Radio Télévision Belge Francophone). Émission : Dites-moi... (5 février 2004), retranscription par Daniel Raes. Entrevue avec Marshall Rosenberg. Consulté à l'adresse [http://www.groupeancora.com/pdf/formation/Details\\_Communication\\_Non\\_Violente.pdf](http://www.groupeancora.com/pdf/formation/Details_Communication_Non_Violente.pdf)
- Saks, M. & Alltop, J. (Eds). (2013). *Researching Health: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods* (2<sup>nd</sup> ed.) Los Angeles: Sage.
- Saks, M. & Allsop, J. (Eds.) (2007). *Researching Health: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods*. London: Sage
- Schirch, L. (2008). Strategic Peacebuilding – State of the Field. *Peace Prints: South Asian Journal of Peacebuilding*. Vol. 1, No. 1, Printemps 2008.
- Schnapp. C. C., (2010). "Listening in Spirituality and Religion" (ch. 11). Dans A. D. Wolvin. *Listening and Human Communication in the 21<sup>st</sup> Century*. West Sussex: Blackwell Publishing Ltd. 2010, p. 239-266.
- Schreiber, R. P. & Stern, P. N. (Éditeurs). (2001). *Using Grounded Theory in Nursing*. New York: Springer Publishing Company.
- Schwandt, T. A. (2001). *Dictionary of qualitative inquiry* (2<sup>nd</sup> ed.). London : Sage Publications, Inc.
- Sentis, L. (2004). *De l'utilité des vertus : Éthique et alliance*. Paris : Beauchesne, collection *Le Point théologique*, no. 61, avril 2004.
- Sharoni. S. (2006). Compassionate Resistance: A Personal/Political Journey to Israel/Palestine. *International Feminist Journal of Politics*, 8, no. 2 (June 2006): 6, (p. 288–299). Taylor & Francis.
- Shapiro, D. (2004). *Conflict and Communication: A Guide Through the Labyrinth of Conflict Management*. New York: Open Society Institute.
- Shlitz, Marilyn Mandala, Vieten, Cassandra, Amorok, Tina. 2007. *Living Deeply : The Art & Science of Transformation in Everyday Life*. Oakland: New Harbinger Publications and Noetic Books.

- Slater, V. E. (2005). "Energetic Healing". In Dossey, B. M., Keegan, L., Guzzetta, C. E. (2005). *Holistic Nursing: A Handbook for Practice*. (4<sup>th</sup> ed.). Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers.
- Siegel, Daniel J. M.D. (2018). *Aware: The Science and Practice of Presence*. New York: TarcherPerigee.
- Siegel, Daniel J. (2007). *The Mindful Brain: Reflection and Attunement in the Cultivation of Well-Being*. New York: W.W. Norton.
- Stern, P. N. & Kerry, J. (1996). Restructuring Life After Home loss. *Journal of Nursing Scholarship*, 1996; 28(1), 11 -16.
- Stolorow, Robert D, 2007, *Trauma and Human Existence*. New York: Routledge
- Strauss, A. L. (1987). *Qualitative Analysis for Social Scientists*. Cambridge UK: Cambridge University Press.
- Strauss, A. L. & Corbin, J. (1990). *Basics of Qualitative Research: Grounded Theory Procedures and Techniques*. London : Sage Publications.
- Strauss, A. L. & Corbin, J. (2004) : *Les fondements de la recherche qualitative : Techniques et procédures de développement de la théorie enracinée*. Fribourg: Academic Press Fribourg/ Editions Saint-Paul. Traduction du titre original: *Basics of Qualitative Research* (2<sup>nd</sup> ed.).
- Templeton, Sir J. (1999). *Agape Love: A tradition Found in Eight World Religions*. Philadelphia: The Templeton Foundation Press.
- Thornberg, R. (2012). Informed grounded theory. *Scandinavian Journal of Educational Research*,56, 243-259.
- Trauffer, Hazel C.V., Bekker, Corné, Bocârena, Mihai, Winston, Bruce E., 2010. Towards an understanding of discernment: a conceptual paper. *Leadership & Organization Development Journal* (176): 176-184.
- Trevors et coll., (2014). "Transformative research: definitions, approaches and consequences." *Theory in Biosciences*. 131(2), p. 117-23
- Underwood, L. G. (2009). Compassionate Love: "A Framework for Research". In Fehr, B., Sprecher, S., Underwood, L. G. *The Science of Compassionate Love: Theory, Research and applications*. West Sussex: Blackwell Publishing Ltd. 2009, p. 3-27.
- Underwood, L. G. (2008) Measuring Spirituality. In *The Journal of Nervous and Mental Disease*, Volume 196, Number 9, September 2008, 715-716.
- Underwood, L. G. (2006). Ordinary spiritual experience: Qualitative research, interpretive guidelines, and population distribution for the Daily Spiritual Experience Scale. *Archive for the Psychology of Religion*. 28, p. 181-218.

- Underwood, L. G. (2005). Interviews with Trappist monks as a contribution to research methodology in the investigation of compassionate love. *Journal for the Theory of Social Behavior*. 35, p. 285-302.
- Underwood, L. G. (2002). "The human experience of compassionate love: Conceptual mapping and data from selected studies." In Post, S. G., Underwood, L. G., Schloss, J. P., Hurlbut, W. B. (Eds). (2002). *Altruism and altruistic love: Science, philosophy, and religion in dialogue*. New York, NY: Oxford University Press. p. 72–88.
- Underwood, L. G. (1999). "Daily Spiritual Experiences". In *Multidimensional Measurement of Religiousness/Spirituality for Use in Health Research*, John E. Fetzer Institute, 1999: 11-18.
- United Nations. (2005). *Millennium Ecosystem Assessment*. Rapport commandé par le secrétaire général de l'ONU Kofi Annan. Projet géré en collaboration avec multiples partenaires, disponible à l'adresse : [www.millenniumassessment.org](http://www.millenniumassessment.org). Consulté à l'adresse : <https://www.millenniumassessment.org/en/Synthesis.html>
- UNESCO (non daté). *Unesco s'engage à promouvoir une culture de la paix*. Consulté à l'adresse : <http://unesdoc.unesco.org/images/0012/001263/126398f.pdf>
- Vasquez, E. (2010). On therapeutic action: from emotional availability to psychoanalytic compassion. *Contemporary psychoanalytic Musings*. Tampa Bay Institute for Psychoanalytic Studies, February 19, 2010. Consulté à l'adresse : <http://tbips.blogspot.ca/2010/02/on-therapeutic-action-from-emotional.html>.
- Vaughan, J., Eisenberg, N., Frenc, D.C., Purwono, U., Suryanti, T.A. & Pidada, S. (2009). "Testing Aspects of Compassionate Love in a Sample of Indonesian Adolescents". (ch. 14). Dans B. Fehr, S. Sprecher & L. G. Underwood, *The Science of Compassionate Love: Theroy, Research, and applications*. West Sussex: Blackwell Publishing Ltd., (2009), p. 405-431.
- Wertz, F. J., Charmaz, K., McMullen, L. M., Josselson, R., Anderson, R. & Mc Spadden, E. (2011). *Five Ways of Doing Qualitative Analysis: Phenomenological Psychology, Grounded Theory, Discourse Analysis, Narrative Research, And Intuitive Inquiry*. New York: The Guilford Press.
- Wolvin, Andrew D. (Ed.). 2010. *Listening and Human Communication in the 21<sup>st</sup> Century*. West Sussex: Blackwell Publishing Ltd.
- Yankelovich, D. (1999). *The Magic of Dialogue: Transforming Conflict into Cooperation*. New York: Simon & Schuster.
- Yardley, L., (2000). Dilemmas in Qualitative Health Research. *Psychology and Health*. Vol. 15, p. 215-228.
- Yauch, C. A., Steudel, H. J. (2003). Complementary Use of Qualitative and Quantitative Cultural Assessment Methods. *Organizational Research Methods*. Vol. 6, no. 4, Octobre 2003, p: 465-481.

Agata Zielinski, A. (2009). « La compassion, de l'affection à l'action », *Études*, 2009/1 (Tome 410), p. 55-65.

## **Annexes**

### **Liste des annexes**

- Annexe A : Questions exploratoires pour les entrevues
- Annexe B : Certificat éthique de la recherche de l'Université de Montréal
- Annexe C : Lettre de recrutement et formulaire de consentement aux entrevues
- Annexe D : Questions-guides facilitant la réflexivité à titre de chercheur
- Annexe E : Liste des thèmes récurrents découlant de l'analyse initiale des entrevues
- Annexe F : Description des indicateurs-concepts de la Matrice selon la littérature sur l'ÉC
- Annexe G (G-1 à G-9) : Étapes itératives d'analyse des dites réponses du coeur au sein des indicateurs-concepts de la Matrice : l'exemple du contenant sécuritaire
- Annexe H : Indicateurs-concepts du Dialogue Intervision du Monde pour la Matrice
- Annexe I : Description des polarités selon les travaux de Myss (2009)
- Annexe J : Ébauche d'introduction et objectifs pour le Guide lié au modèle théorique et appliqué
- Annexe K : Analyse de variations des trois stades de la connexion sociale : ex. contenant sécuritaire
- Annexe L : Questions-guide pour le pré-test du questionnaire en ligne
- Annexe M : Courriels d'invitation et de rappel à remplir le questionnaire en ligne
- Annexe N : Questionnaire en ligne
- Annexe O (O-1 à O-3) : Compilation statistique sur le profil des répondants questionnaire (N-1) ; participation à la formation/délégations de TCLP (N-2) ; au domaine de la construction de la paix (N-3)
- Annexe P : Passage d'une difficulté à connecter à une connexion profonde : Classification des commentaires des répondants au questionnaire
- Annexe Q : Ouverture et fermeture du cœur selon diverses dimensions de l'être : Classification des commentaires des répondants au questionnaire
- Annexe R : Effets physiologiques constatés chez soi pendant les sessions d'écoute : Classification des commentaires des répondants au questionnaire
- Annexe S : Effets physiologiques constatés chez les invités des sessions d'écoute : Classification des commentaires des répondants au questionnaire
- Annexe T : Classification des commentaires des répondants au questionnaires (questions 20-22) selon des thèmes centraux pour le modèle émergent
- Annexe U : Moment le plus profond : Compilation des commentaires des répondants au questionnaire
- Annexe V : Tableau sur l'influence des aspects administratifs de TCLP sur l'expérience des répondants au questionnaire en ligne



## **Annexe A : Questions exploratoires pour les entrevues**

1. Can you describe to me in as many details as you can, your experience with (receiving/giving) compassion with the compassionate listening method?

Sub-questions as per research in phenomenological psychology: Next questions will be limited to precisions, more details or elaborations on what the subject reported.

2. Have you noticed physiological effects or impact from the action of giving compassion to guest speakers during listening sessions? (on you and/or guest speakers)?

3. What predisposed you to do this work in terms of heart and spirit? What predisposed you do this work and what motivated the action?

4. Have you experienced a moment, impression or experience per se of your human identity (from our common human identity) becoming more important than other dimensions of your identity (ex. religious, political, economic) during receiving/giving compassion (or listening sessions)?

Sub-questions of positive: If yes, was there a trigger for that? Explain. How does this happen? How does it feel like? And this process. What's the process? When does the trigger happened? How? Why?

5. What has been the impact of the compassionate listening method on you (until now)? (can be followed by): "Did it transform you or heal you?"

6. How do you see the compassionate listening method fitting in the spectrum of initiatives for peace building and reconciliation? What is its role? Does it have a place?

**Annexe B : Certificat éthique pour la recherche de l'Université de Montréal**

**Pour les entrevues (première page suivante)**

**Pour le questionnaire en ligne (deuxième page suivante)**

## CERTIFICAT D'ÉTHIQUE

*Le Comité plurifacultaire d'éthique de la recherche (CPÉR), selon les procédures en vigueur et en vertu des documents qui lui ont été fournis, a examiné le projet de recherche suivant et conclu qu'il respecte les règles d'éthique énoncées dans la Politique sur la recherche avec des êtres humains de l'Université de Montréal.*

**TITRE DU PROJET : The Compassionate Listening Project: Analyse de l'impact de la méthode de l'écoute compassionnelle pour la construction de la paix entre Israéliens et Palestiniens entre 1996 et 2010**

**REQUÉRANT : Brigitte GAGNON**, candidate au doctorat,  
Faculté de théologie et de sciences des religions, Université de Montréal,  
[REDACTED]

**DIRECTION DE RECHERCHE : Patrice BRODEUR**, professeur agrégé,  
Faculté de théologie et de sciences des religions, Université  
de Montréal

### MODALITÉS D'APPLICATION

Tout changement anticipé au protocole de recherche doit être communiqué au CPÉR qui en évaluera l'impact au chapitre de l'éthique.

Toute interruption prématurée du projet ou tout incident grave doit être immédiatement signalé au CPÉR.

Selon les règles universitaires en vigueur, un **suivi annuel** est minimalement exigé pour maintenir la validité de la présente approbation éthique, et ce, jusqu'à la fin du projet. Le questionnaire de suivi est disponible sur la page web du CPÉR.

[REDACTED]  
\_\_\_\_\_  
François Bowen, président  
Comité plurifacultaire d'éthique de la recherche  
Université de Montréal

21 / 05 / 2010

Date de délivrance

01 / 06 / 2011

Date de fin de validité

**adresse postale**  
C.P. 6128, succ. Centre-ville  
Montréal QC H3C 3J7

Faculté des sciences de l'éducation  
Pavillon Marie-Victorin  
90, av. Vincent-d'Indy, bur. B-516  
Montréal QC H2V 2S9

Téléphone : 514-343-6111 poste 4579  
Télécopieur : 514-343-2283  
cper@umontreal.ca  
[www.scedu.umontreal.ca/recherche/ethique.html](http://www.scedu.umontreal.ca/recherche/ethique.html)

**CERTIFICAT D'ÉTHIQUE**  
**- RENOUELEMENT -**

*Le Comité plurifacultaire d'éthique de la recherche (CPÉR), selon les procédures en vigueur et en vertu du formulaire de suivi qui lui a été fourni conclut qu'il respecte les règles d'éthique énoncées dans la Politique sur la recherche avec des êtres humains de l'Université de Montréal.*

<b>Titre du projet</b>	<b>Transformation et guérison par l'écoute compassionnelle : Analyse d'une méthode psychospirituelle de résolution de conflit entre Israéliens et Palestiniens, de 1998 à 2010</b>
<b>Étudiant requérant</b>	<b>Brigitte GAGNON</b> ██████████ Candidate au doctorat Faculté de théologie et de sciences des religions Université de Montréal
<b>Direction</b>	Patrice BRODEUR Professeur agrégé Faculté de théologie et de sciences des religions Université de Montréal
<b>Financement</b>	Non financé

**MODALITÉS D'APPLICATION**

Tout changement anticipé au protocole de recherche doit être communiqué au CPÉR qui en évaluera l'impact au chapitre de l'éthique.

Toute interruption prématurée du projet ou tout incident grave doit être immédiatement signalé au CPÉR.

Selon les règles universitaires en vigueur, un **suivi annuel** est minimalement exigé pour maintenir la validité de la présente approbation éthique, et ce, jusqu'à la fin du projet. Le questionnaire de suivi est disponible sur la page web du CPÉR.

██████████  
Raphaëlle Stenne, conseillère en éthique  
Comité plurifacultaire d'éthique de la recherche  
Université de Montréal

12 / 09 / 2014

Date de délivrance\*

01 / 10 / 2015

Date de fin de validité

\* Le présent renouvellement est en continuité avec le précédent

## **Annexe C : Lettre de recrutement et formulaire de consentement aux entrevues**

**Cette lettre fut envoyée par courriel aux participants de la délégation TCLP en mai 2010 et revue en personne en Israël-Palestine pour procéder au consentement écrit.**

### **Lettre de présentation personnelle et de la recherche**

Hello,

My name is Brigitte Gagnon and I am a doctoral student in the Faculty of Theology and Religious Sciences of the *Université de Montréal* in Canada. My research topic deals with The Compassionate Listening Project (TCLP) initiative and, more specifically, the compassionate listening method used in conflict resolution and peace-building contexts. The research is designed to analyse the transformative experiences related to this method. I wish to determine how those who practise this method and the beneficiaries thereof are impacted at the personal level and in their environment. I am especially interested in seeing the spiritual dimension at work in the peace-building efforts at the heart of this approach. I will thus be a researcher within the delegation to Israel and Palestine from May 25 to June 5, 2010 and will perform what is referred to as participant observation.

The directors of TCLP have agreed to welcome me as a researcher within the delegation. I will proceed in accordance with research ethical rules, which will be formally approved beforehand by the *Université de Montréal*. By participating in this research, you will be able to help advance knowledge of the compassionate listening method and its contribution to peace building, including the spiritual dimension at work within this approach. Your participation in the research will also give you the opportunity to review the transformational impact that this method has had—or failed to have—on your life, at the personal level and in your environment, as well as on the issue of reconciliation and peace building.

I will ask your permission to make audio recordings of the listening sessions that will take place with the Israelis and Palestinians, as well as of the daily check-in sessions among the members of the delegation. In addition, I will be looking to conduct interviews with several of you—lasting 15 to 90 minutes—at a time and place of your choice, sometimes in a group format. These interviews will centre on your personal experience with the compassionate listening method and as a participant within the delegation. They will be recorded and then transcribed.

If you agree to participate in an interview, I will ask you to provide written or verbal consent. This will entitle you to decide whether your name is used directly, partially, indirectly or not at all in the final publication, which will take the form of a doctoral thesis.

You will also be able to tell me if you want the information you provide to remain confidential. The interview will then be transcribed and the recording erased. You will be assigned a number that only I, as principal investigator, and/or a person mandated for this purpose will know. The list of participants who want to remain anonymous or who want part of their interview to remain confidential will thus be assigned numbers, with this information being stored in a locked filing cabinet in a locked office. No information with the potential to identify you in any way will be published, and this personal information will be destroyed seven years after the end of the project (in accordance with the *Université de Montréal's* standards). Only the data preventing you from being identified will be retained after this date, for the time required for this data to be used.

Your participation in interviews is voluntary and you will be free to withdraw at any time with a simple verbal notice, without prejudice and without having to justify your decision. If you withdraw

from the research, the information gathered up to the time of your withdrawal will be destroyed. Should the recounting of your experience trigger emotional or unpleasant reflections or memories, please inform me and, if appropriate, I will be able to refer you to a resource person.

The data collected will be included in my doctoral thesis and may subsequently be included in scientific publications. I do not plan to make public any personal information related to the participants who desire anonymity and confidentiality (complete or partial). No information with the potential to identify these participants will be disclosed.

Finally, I am attaching to this explanatory letter the consent form that I will use as part of the delegation and that I will have the pleasure of presenting upon our arrival in Israel/Palestine. At that time, you will be able to ask me all necessary questions for you to be able to give informed consent. In the meantime, if you would like to receive more information or to discuss this research and related ethical issues in greater detail, please contact me at (phone number and e-mail adresse).

Any complaint related to your participation in this research may be lodged either with

- 1) The Compassionate Listening Project's facilitators, Leah Green or Yael Petretti or;
- 2) The ombudsman of the *Université de Montréal*, at (phone number and e-mail adress). **The ombudsman accepts collect calls).**

I thank you in advance for your collaboration and look forward to meeting you as part of the delegation in May 2010.

## **Formulaire de consentement pour les participants aux entrevues**

**Faculty of Theology and Religious Sciences, *Université de Montréal***

### **WRITTEN CONSENT FORM**

**Title of the research:** The Compassionate Listening Project: Analysis of the impact of the compassionate listening method on peace building between Israelis and Palestinians between 1996 and 2010.

**Researcher:** Brigitte Gagnon, doctoral student, Faculty of Theology and Religious Sciences, *Université de Montréal*.

**Research director:** Patrice Brodeur, full professor and associate of the CRC-IPG, Faculty of Theology and Religious Sciences, *Université de Montréal*.

### **A) INFORMATION TO PARTICIPANTS**

#### **1. Objectives of the research**

This project is designed to analyse the transformative experiences related to the compassionate listening method used in the context of reconciliation between Jews and Palestinians, in Israel, the Gaza Strip and the West Bank. I wish to determine how those who practise it and the beneficiaries thereof are impacted at the personal level and in their environment. I am especially interested in seeing the spiritual dimension at work in the peace-building efforts at the heart of this approach.

## **2. Participation in the research**

Participation in this research consists of: 1) giving the researcher permission to make audio recordings of the listening sessions involving Israelis and Palestinians and of the daily check-in sessions of the group, set up by the organization The Compassionate Listening Project (TCLP), during the trip by the delegation to Israel and Palestine from May 25 to June 5, 2010; and 2) giving the researcher permission to conduct a possible interview lasting between 15 and 90 minutes in length at a time and place of your choice or a similar group interview. This interview will centre on your personal experience with the compassionate listening method and as a participant or guest within the delegation. The interview will be recorded, then transcribed.

## **3. Confidentiality**

The written or verbal consent entitles you to decide whether your name will be used directly, partially, indirectly or not at all in the final publication, which will take the form of a doctoral thesis. Please advise the researcher if you want the information you give to remain confidential. In that case, the interview will be transcribed and the recording erased. You will be assigned a number and only the principal researcher and/or a person mandated for this purpose will have the list of participants who want to remain anonymous or want part of their interview to remain confidential and the numbers that have been assigned to them. As well, this information will be stored in a locked filing cabinet in a locked office. No information with the potential to identify you will be published. This personal information will be destroyed seven years after the end of the project. Only the data preventing you from being identified will be retained after this date, for the time required for this data to be used.

## **4. Benefits and drawbacks**

By participating in this research, you will be able to help advance knowledge of the compassionate listening method and its contribution to peace building, including the spiritual dimension at work within this approach. Your participation in the research may also give you the opportunity to review the transformative impact that this method has had—or failed to have—on your life, at the personal level and in your environment.

On the other hand, it is possible that recounting your experience may trigger emotional or unpleasant reflections or memories. If this occurs, do not hesitate to speak to the researcher about it. If appropriate, she will refer you to a resource person, and will be supported in doing so by TCLP's facilitators.

## **5. Right to withdraw**

Your participation is entirely voluntary. You are free to withdraw at any time with a simple verbal notice, without prejudice and without having to justify your decision. If you decide to withdraw from the

research, you may contact the researcher at (phone number, city, country) or speak to her during the trip by the delegation to Israel-Palestine from May 25 to June 5, 2010. If you withdraw from the research, the information gathered up to the time of your withdrawal will be destroyed.

## 6. Compensation

The participants will receive no compensation.

## 7. Dissemination of the findings

The collected data will be included in the researcher's doctoral thesis and may be included in scientific publications. The researcher does not plan to make public any personal information related to the participants who desire anonymity and confidentiality (complete or partial). No information with the potential to identify these participants will be disclosed.

## 8. Rights and privileges

You will be given a signed copy of the information and consent form.

## B) CONSENT

I declare having become familiar with the above information, having obtained answers to my questions on my participation in the research, and having understood the nature, benefits, risks and drawbacks of this research.

After having a reasonable time to reflect, I consent to participate in this study. I know that I may withdraw at any time, with a simple verbal notice, and without prejudice.

*I consent to the data having been gathered in the course of this study, in de-identified format (or identified format, depending on my wishes), being used for subsequent research projects of the same nature, conditional to their ethics approval and in accordance with the same principles of confidentiality and information protection.*

Yes                      No

Signature: \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_\_

Surname: \_\_\_\_\_ Given name: \_\_\_\_\_

I declare having explained the purpose, nature, benefits, risks and drawbacks of the study and having answered the questions asked to the best of my knowledge.

Signature of the researcher  
(or her representative): \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_ Given name: \_\_\_\_\_



For any question related to the study, or to withdraw from the research, you may contact Brigitte Gagnon at (phone number and e-mail adress).

Any complaint related to your participation in this research may be lodged either with

- 3) The Compassionate Listening Project's facilitators, Leah Green or Yael Pettreti or;
- 4) The ombudsman of the *Université de Montréal*, at (phone number and e-mail address). **(The ombudsman accepts collect calls).**

## **Annexe D : Questions-guides facilitant la réflexivité à titre de chercheur**

*(Source : Langdridge, 2007, p. 59, traduction libre)*

Pourquoi je mène cette étude ?

Qu'est-ce que je veux accomplir avec cette recherche ?

Quel est ma relation avec les participants à l'étude ?

Suis-je de l'intérieur ou de l'extérieur du champ d'étude ?

Est-ce que j'ai de l'empathie pour les participants et leur expérience ?

Qui suis-je, et comment puis-je influencer la recherche que je conduis en termes d'âge, genre, classe, ethnicité, sexualité, handicap ou autre facteurs pertinents culturels, politiques ou sociaux

Comment est-ce que je me sens à propos du travail à faire pour cette recherche ?

Est-ce qu'il y a des pressions externes qui influencent cette recherche ?

Comment ma position de sujet va influencer la présentation des résultats ?

Comment est-ce que le monde extérieur va influencer la présentation des résultats ?

Comment les découvertes auront-elles un impact sur les participants ?

Peuvent-elles mener à un tort et si oui, comment puis-je justifier que cela arrive ?

Comment les résultats vont influencer ma carrière et la discipline ?

Peut-il y résulter des problèmes personnels, et comment suis-je préparée pour y faire s'ils surviennent ?

Comment les résultats vont avoir un impact sur des compréhensions plus larges sur le sujet ? Comment mes collègues vont réagir ?

Qu'est-ce que les journaux diraient de ma recherche ?

Comment la recherche a-t-elle des implications sur le financement futur (de recherches similaires et ou à des organisations reliées) ?

Quelles implications politiques peuvent survenir comme résultat de la recherche ?

## **Annexe E : Liste des thèmes récurrents découlant de l'analyse initiale des entrevues**

L'analyse des entrevues a fourni les 14 thèmes récurrents suivants à titre de première étape d'analyse des entrevues. De ces derniers, a découlé l'identification de quatre thèmes centraux avec une catégorie associée tel qu'elle apparaît dans le chapitre 4.

1. L'impact au niveau personnel d'entendre l'histoire de l'autre
2. L'identité commune clé pour connecter (mère, père, grands-parents, homme, femme, etc.)
3. L'impact de la rencontre avec l'autre en termes de diminution des préjugés
4. Une dimension du cœur à l'œuvre très importante : en soi et son impact physiologique
5. Une humanité commune présente lors de l'écoute compassionnelle
6. Des éléments liés à la prédisposition et à la motivation dans l'action
7. L'expérience personnelle d'autoréflexivité
8. Les techniques en lien avec la méthode de l'écoute compassionnelle
9. La connexion
10. Aller en profondeur (transcendance, etc.)
11. Les défis
12. Une dimension de justice, de sagesse et morale
13. La transformation
14. La sagesse et le discernement

## **Annexe F : Description des indicateurs-concepts de la Matrice selon la littérature sur l'ÉC**

Ces descriptions proviennent en majorité du curriculum de TCLP (Cohen, 2011). Un indicateur comprend des éléments de description venant de Dossey et collaborateurs (2005)

### **FORMAT:**

Safe container: A physical space filled with loving and compassionate people creates an extremely safe container for holding the pain of personal stories and is a healing experience for both the speakers and listeners. Participants feel the power of the energetic field that is created by the listeners.

Non polarizing: The primary methodology of compassionate listening is the belief that activities which emphasises the humanity of each party are key to transforming adversarial relationships, and that transforming adversarial relationships is key to building peace. Everyone has their part of truth and listening to many perspectives is important.

Narratives/Personal Stories: Allows the listeners to glimpse into the wholeness and uniqueness of each person and the particular way in which he or she sees and experience the different dimensions of the conflict: social, political, economic, religious, etc. Through the vehicle of story:

- people learn to know each other from many perspectives
- are revealed experiences of relationships, emotions, conflicts, struggles, and responses that are at once personal and universal
- is provided a language and form for conveying the richness of one's spirituality
- people are taught to solve problems, help form identities and understand the world better
- spiritual concerns are heard such as: supportive and disruptive relationships, questions of meaning, values and purpose, issues of forgiveness, hope and hopelessness, and experiences of grace (Dossey et al., 2005).

### **KEY MESSAGES:**

See the core essence in the other, healthy and whole: Everyone, in a deep place inside, is completely healthy and whole. By accessing the most authentic self and encourage the expression of the other's deepest essence and honest expression. Connection with the heart goes from separation to communication; and from communication to communion (with the divine element within).

Be open, open to possibilities: Consideration for different versions of reality heals. When meeting the "other" behind the stereotype with perspective, vulnerabilities and strength, a state of calm and deeper awareness for better choices and for healthier decisions. Open heart breathes life into exploration and beyond the limitations of the mind.

Listen with the spiritual ear: It demands good communication skills to facilitate the exploration of spiritual issues to get a deeper understanding and greater clarity about the conflict.

### **MESSENGERS:**

Healing Intention: The goal is to be of service in bringing a healing presence and healing ways to listen.

Deep connection: The goal is to transform the energy of conflict or disengagement into an opportunity for further understanding and deeper connection.

Compassionate Listening: The concept of compassionate listening is simple and accessible to all but yet, not always easy. The process requires an open heart and a focused mind. One's heart is open to find what connects and to accept and even love every speaker, regardless of one's position. The mind is focussed on looking for new possibilities. This way, listeners focus on creating a safe environment, on compassion, empathy and love, and the field is determined by those intentions.

*(Dans cet esprit, j'ai ajouté les détails suivants pour les écouteurs et écoutés) :*

Speakers: One of the gifts of intentional CL listening is that the person listened, in sharing with an open-hearted and fully present listener, often hears herself or himself with greater clarity and understanding. They are provided with a safe space for expression of negative as well as positive feelings and experiences. The speakers often hear their own stories with new insights and appreciations.

Listeners: Need to have clarity about their own perspective with conflicts (and the conflict they are listening to), to focus on the relationship with a particular person at a particular time, in the face of distractions from within and without. This is an important aspect of being a healing presence.

## **Annexe G (G1-G9) : Étapes itératives d'analyse menant à la formulation des dites réponses du cœur associées aux neuf indicateurs-concepts de la Matrice : l'exemple du contenant sécuritaire**

Cette annexe présente neuf exemples d'étapes d'analyse itérative progressive (induction, déduction) menant à la formulation finale des dites 'réponses du cœur' (Fehr et al., 2009) au sein des neuf indicateurs de la matrice structurelle conséquentielle. Ce qui suit est un aperçu des neuf sous-annexes qui suivent pour l'exemple du contenant sécuritaire selon mon système de classification et notes.

1. Compilation d'extraits des écrits des pionnières de l'ÉC selon les indicateurs de la Matrice (annexe G-1 : l'exemple du contenant sécuritaire).
2. Notes personnelles (mémos théoriques) sur le regroupement de thèmes principaux à partir de cette recension pour chacun des neuf indicateurs-concepts et quelques liens avec la littérature scientifique (annexe G-2 : l'exemple du contenant sécuritaire).
3. Notes personnelles (mémos théoriques) répondant à la question : « Qu'est-ce qui se passe au niveau fondamental » au sein de chacun des neuf indicateurs-concepts (annexe G-3 : l'exemple du contenant sécuritaire).
4. Identification de cinq éléments clé rattachés aux indicateurs-concepts et regroupement des écrits des pionnières sous ces catégories (annexe G-4 : l'exemple du contenant sécuritaire).
5. Identification de l'essence rattachées aux cinq catégories de chaque indicateur-concept et regroupement sous quatre dimensions centrales les plus récurrentes : habiletés (l'écoute étant centrale) ; notion d'énergie (rattachée au champ crée et transformation) ; différentes versions de la réalité et ; connexion (annexe G-5).
6. Mémo théorique regroupant les éléments pouvant commencer à décrire les indicateur-concept selon les dimensions centrales menant à une formulation pour lesdites réponses du cœur : l'exemple du contenant sécuritaire) (annexe G-6).
7. Regroupement de l'information au sein des neuf indicateurs-concept sous les dimensions dialogiques suivantes : prédisposition, habiletés, espace et type de présence. Lesdites réponses du cœur potentielles apparaissent sous la dimension de la prédisposition sous forme de facteurs d'intention, de motivation et d'action et d'effet et impact lorsqu'actualisées : Indicateur du contenant sécuritaire (annexe G-7 : l'exemple du contenant sécuritaire).
8. Choix d'une formulation menant aux dites réponses du cœur finales : l'indicateur-concept du contenant sécuritaire (en anglais : safe container) (annexe G-8).
9. Formulations finales des dites réponses du cœur pour chacun des neuf indicateurs-concept pour les fins du questionnaire en ligne (annexe G-9).

**Annexe G-1 : Compilation d’extraits des écrits des pionnières de l’ÉC selon les indicateurs de la Matrice : indicateur-concept du contenant sécuritaire.**

ANALYSE DOCUMENTAIRE : VARIABLES et INDICATEURS en lien avec <i>L’AGENDA DU CŒUR</i> – NOTES venant des écrits des pionnières de l’ÉC	
Variables indicateurs	et Analyse de texte en vue d’identifier : « RÉPONSE DU CŒUR » (Fehr et al., 2009)
<b>1. FORMAT : Contenant sécuritaire (safe container)</b>	
<p>Manounos p. 46: (Leah Green) We’ve listened to thousands of Israelis and Palestinians with the intention of discovering the human being behind the stereotype. No one has declined a listening session with us. We’ve sat with people in homes, offices, streets, refugee camps, the Israeli prime minister’s office, the Palestinian president’s office, and on military bases. We’ve listened to settlers, sheikhs, mayors, rabbis, students, Bedouins, peace activist, and terrorist.</p> <p>p. 152 (Gene): I’ve come to think what we call chaos is just our efforts to sort out our undifferentiated distress. I think it’s an important condition on the way to healing. Expressing undifferentiated distress is part of the process and has a lovely order behind it. Because, after we get that undifferentiated distress out in the open, in the secure and loving presence of a group or of another caring, listening person, we can begin to be selective about those areas which need particular attention.</p> <p>Suite p. 152 (plus bas): I believe more and more that the process of deconditioning ourselves, of breaking out of old patterns only appears chaotic. I think we each know precisely what we need to do to heal ourselves – and what we need most is encouragement to do it, and sometimes, some precise directions about how to stay with what we know.</p> <p>p. 277: ex. kibbutz années 1960 = I was there in the sixties; I found that little country a rare and refreshing spiritual, political, and social experiment. It had taken, I felt, the best from a variety of governing systems and had blended them in a remarkable way. When I returned in 1980, I found a very different ambiance. Israel was heavily armed, frightened, defensive, and persecuting the Palestinians.</p> <p>p. 278: I looked at the histories of these two adversaries, the Israelis and the Palestinians. I saw them as two traumatized people who have suffered from and committed acts of terrorism and violence against one another. Today the Israeli government is in a position of power and is oppressor to the Palestinians. There is, of course, retaliation. While there is a strong and active peace movement against the Israeli gvt’s policies (at least 50% of Israeli citizens are said to disagree with their government), the people have not been able to change its policy to one of just and peaceable coexistence.</p> <p>Suite p. 278 plus bas: I don’t believe we’ve made an effort to listen to them compassionately, to explore their history and their fears (plus haut: not easy to see the suffering of the Israelis, many of us have taken sides against them and consider them brutal, relentless and unapproachable).</p> <p>p. 279 (explications du fait que les Israéliens n’étaient pas dans une société de sécurité affective ou de reconnaissance ou adressant de façon à rendre le climat sécurisant, en un sens) : There is a new awareness that no healing processes were available at the time people were released from concentration camps, and a disturbing lack of care since then. Some people are beginning to refer to the violent actions of their gvt, and the refusal to grant the Palestinians a home of their own, as PTSD. The survivors experience a deep fear, both from surfacing memories and that it will happen again. Many Israelis appear to be affected by a siege mentality, and there is no way of their not believing they are in a dangerous “war zone” .... The Holocaust left many Jews so scarred that they believe powerlessness is a sin. They feel the whole world is hostile to us.</p>	

p. 280: Rabbi Gershom also addresses the question of abuse in its application to nations: “What is true of individuals can also be true of nations. This is relatively easy to overthrow a gvt, but far more difficult to oust the internalized oppression which causes us to demonize others. The abuse cycle is not logical. It is a set of totally irrational behaviours based on pain, fear, shame, guilt and anger. Rather than forgive and forget, we need to forgive and move forward.

p. 285: (fausse sécurité) I did not know that the Jews, who had suffered so much and who had been rejected in their homelands, came there seeking sanctuary and acceptance and met still another painful rejection by the Palestinians. Only later did I understand that Palestinians felt the Holocaust was a Western problem that should be solved by Western countries, by re-absorption of the Jews into the Western world.

p. 287: And I wondered: How could it happen that those who suffered so grievously from oppression had turned oppressor? How could it happen that this land, so I longed for, knows no peace?

p. 288: For those who received help when they came out – a warm, caring environment where they could do their grief work, remember and talk about the horrifying experiences, purge themselves of memories and guilt – life held new promise and they were able to fulfill themselves as human beings.

p. 293 Neve Shalom! That mystic mountain. Neve Shalom, “Oasis of Peace”, where Jews and Moslems and Christians have begun their experiment of living together on the harsh, unyielding land.... where the vision of Father Bruno Hussar, a Dominican priest, had come into being.... there; burial of hatred (ritual, bruler ce qu'ils voulaient bruler...).

p. 295 (le rituel): Slowly, we put arms around each other and began the customary rhythmic swaying, singing verse after verse, believing in that moment of truth of what we were singing, making it true by the singing; somehow, opening some crevice in that stony desert of hatred and despair to let some love flow through – feeling, in that moment, that our Shaloms and Salaams and hopes for peace could flower in all the worlds we came from.

p. 300 There are voices on both sides saying the conflict will never end until forgiveness takes place. Yheskel Landau, former head of the religious peace organization “Oz ve Shalom”, is one. He urges both Palestinians and Israelis to acknowledge the harm they have done on another, to forswear any such future behaviour, and to ask one another for forgiveness. He maintains that only form mutual forgiveness can come reconciliation and true peace and security everyone longs for. He’s not alone.... Nafez Assailey, creative and vital Director of the Palestinian Center for the Study of Nonviolence, echoes these words: How do we encourage such behaviour? I think, by modeling it.

p. 301: Might we not plant seeds for an evolution of human beings into a world where we would turn our swords into ploughshares and our spears into pruning hooks? Might not such actions lead to the transformation of humanity some of us feel is necessary if life is to continue on earth?

Plus, loin: If the Vietnam vets are any example, true reconciliation, mutual healing, mutual understanding and mutual love might spring up between strangers who were once thought of as enemies. It might mean the continuation of a healthier planet and a nobler human race.

p. 306: The Israeli gvt, Ghazi Ahmed told us, exacts severe punishment form Palestinians in its effort to keep them under control. We may not export to anyone but Israel. There has been a four-month curfew, and Palestinians may not go anywhere outside their own cities.

(Thèse de Marie Pace)



p. 5 The primary methodology of CL: the belief that activities which emphasises the humanity of each party are key to transforming adversarial relationships, and that transforming adversarial relationships is key to building peace. So it is a transformational listening process.

Et p. 10

Listening heals and supports reconciliation: the simplicity of the methodology of CL.

(Andrea's Book, p. 37)

"Those of us who conduct listening sessions in conflict and post-conflict zones feel the power of the energetic field we create. A physical space filled with loving and compassionate people creates an extremely safe container for holding the pain of personal stories our "witnesses" share. This is a healing experience for both the speakers and listeners, with a potential ripple effect beyond measure."

(Suite si je veux et lien avec Messer 3 et 2-1 en un sens)

"The heart is the seat and lifeblood of our collective humanity. States of heart that reflect love, compassion, joy and appreciation literally help us to thrive – as individuals and as a species. What science is confirming is that our state of "being" has a profound impact on the world around us."

(Andrea's book, p. 82, avec une citation de Rachel Naomi Remen, MD)

"Listening creates a holy silence. When you listen generously to people, they can hear truth in themselves, often for the first time. And in the silence of listening, you can know yourself in everyone. Eventually, you may be able to hear, in everyone and beyond everyone, the unseen singing softly to itself and to you."

(A p. 7)

*(skills that will be acquired with exercises in the book):* Creating a safe and respectful environment in which people can express their thoughts and feelings honestly.

(A p.8)

Developing a structure to support you as you take this journey will be critical in helping you integrate these skills into your life. Many ways (p.8), for instance : group practice (qui est l'image du groupe lors de la délégation mais plus intensif car sur le terrain, même principe : formation au début, et ensuite on est « dans le feu »).

(A p10)

CL is a practice that integrates cognitive awareness with the wisdom of the heart. This fosters a quality of listening that helps create a safe setting for people to express themselves honestly and fully in search of their deepest truth.

(A p. 14)

When you are able to face your own internal landscape with this quality of being, you will provide a strong ballast for holding someone else's feelings and experiences – their pain, fears, and judgments – with equal care and respect (ici, LIEN AVEC MESS 1 ET AVEC REGLE D'OR: EQUAL CARE AND RESPECT... THAT WE WOULD LIKE TO RECEIVE...).

Suite

Because the nature of the mind is to think, analyse, and evaluate, accessing the place of center can provide a great relief from this storm of internal activity. In this age of multi-tasking and overstimulation, we all faced the challenge of slowing down enough to access a state of calm and deeper awareness.

To the extent that we can tap into a solid, centered place, we will make better choices and healthier decisions. Perhaps the exponential ripple of these choices and decisions will help tip the balance toward greater peace and sustainability for our planet. Let's hope so!

Suite

In this book, we offer a number of activities that can heal you find the place of *center* (LIEN AVEC MESS 1, ÊTRE CENTRÉ TRANSFORME... ET GUÉRIT?).

A p.21 ET LIENS AVEC F2 (polarization)

While “hearing” is something humans do naturally due to our biology, good listening is a far more skilful process. Most of us have experienced the frustration of not feeling fully listened to – without the interference of another’s judgment, personal story, or interruption. And we have all witnessed that when people talk about hot topics, good listening skills can totally evaporate. Often, the attempted dialogue devolves into heated debate and hardened polarization of perspectives. NOUS AVONS TOUS UNE PERSPECTIVE (PERCEPTION, OPINION, ETC.) SUR QUICQUELQUE, IL S’AGIT DE S’INFORMER POUR MIEUX COMPRENDRE ET DIALOGUER, ET NÉGOCIER AU BESOIN.

(A p. 22) et LIEN AVEC MESS 3

The quality of your presence impacts others. How comfortable are you when you’re face to face with another person? Do you look at people when you speak – or do you find it difficult to maintain eye contact? Are you distracted with thoughts or judgments? Are you comfortable with silence? Do you tend to fill empty spaces with the sound of your own voice?

Plus bas et p. 23

Good listening is a gift of great proportion. It nourishes both parties by providing the time and space to speak and be listened to without another person’s agenda steering the course. And what it requires is something simple – the intention to be and remain fully present.

A p. 25

Participants in our workshops are often surprised at what arises when another person listens deeply, with a loving presence that allows a speaker to go in whatever direction is needed.

A p. 27

Sur la question de la façon dont les écouteurs posent des questions au speaker - il y a de cela tout le long du livre, que je mets surtout sous Messenger (1-2-3) car c’est eux qui se retrouvent à les poser. Mais il s’agit d’un élément important qui garde la sécurité de la session (container) et évite de se retrouver dans la polarisation. Voici ce qui est dit ici: It’s important to be deeply respectful in the reflection process. Ask the speaker if what you think you heard is accurate. Avoid analysis, interpretation, and advice giving. Projecting your meaning onto your speakers’ story can be a great disservice to the unique individual to whom you’re listening.

p. 28 – sur la meme veine

Reflecting back what you think you’ve heard offers a wonderful opportunity for the speaker to refine his/her understanding of why this situation is disturbing. Often, solutions or “next steps” naturally emerge from this process.

A p. 78

Holding the space for respectful dialogue is very much an individual challenge as well as a process challenge. People skilled in the practices of CL can influence the group field in a remarkable and powerful way (see chapter on how the heart matters).

A p. 35

The heart is powerful: the heart contains approx. 40,000 neural cells – the kind we used to think existed only in the brain. It’s estimated that 60-65% of the heart’s cells are neural cells. In fact, the heart sends many more messages to the brain than the brain sends to the heart. And through a process called *Entrainment*, our brains’ rhythms naturally synchronize to our heart’s rhythms, rather than the other way around. (p. 35 explanation of entrainment), in résumé: well recognize in sciences; room full of pendulum-type grandfather clocks. At first, swing all differently, return a few days later, all the pendulum movement cycles will have come into synchrony. Same with blinking frequency of fireflies, influenced by others of

the same species. And personal experience: same menses - time of the month for office full of women. But what's important here: In the human environment, a similar phenomenon occurs (as the animal and clocks). Often without noticing what's happened, we begin to resonate with each other's emotional states. A negative consequence of this phenomenon occurs when we witness mob behaviour as it's "caught" by others – almost like a virulent virus. On the positive side, the converse is also true. A person in an agitated state can often be calmed down by the presence of someone who is in a palpable state of equanimity.

A p. 36

Exemple recherche Harvard: A Harvard study divided subjects into two groups; one watched an emotionally neutral movie and the other observed Mother Teresa helping poor people in Calcutta. Those who saw Mother Teresa's altruism on-screen turned out to have "markedly higher levels" of immunoglobulin. A in their saliva. The Harvard researchers coined the term "Mother Teresa effect" to describe how merely watching an act of altruism can be good for you. LES ÉCOUTEURS DANS LE SAFE CONTAINER ET TOUT LORS DES SESSIONS, SONT TÉMOINS DE FAÇONS D'ÊTRE ET DE POSER DES QUESTIONS REMPLIES DE COMPASSION ET RESPECT (DONC GENRE D'ALTRUISME) ET PEUVENT VIVRE CES EFFETS PHYSIOLOGIQUES À MON AVIS. LIEN AVEC LES COMMENTAIRES POSITIFS À MON ÉGARD : APPRENDRE BCP SUITE À MES QUESTIONS ET INTERACTION, UNE ME DISAIT QUE JE DÉMONTRAIS A BIG HEART... voir suite citation qui suit.

p. 37

The heart's electromagnetic field is several thousand times more powerful than the brain's electromagnetic field, and it expands at least six to eight feet beyond our body. When we shift our own physiology, we literally shift the physiology and brain waves of others in our sphere. One study found that Tibetan Buddhist monks who practice holding compassionate thoughts on a daily basis radiate a stronger electromagnetic field than monks who simply practice holding relaxed meditative states.

p. 37 citation d'un participant dans le projet Juif-Allemand de telp

« For me it was the crucial experience of the last years to encounter Jewish people who met me, the child of Nazi German, without hatred, with peaceful hearts, simply as a human being. I would never have dared to hope for that! This experience brought about for me that I could release a huge part of the burden of guilt that I had taken over from my parents unconsciously. This was a great relief for me. Thanks for helping me with it!

p. 38

The challenge then is: How do we use the power of our hearts to bring greater peace to our world – to ourselves, our families, our workplaces and our communities?

p. 39

Listening with and speaking from the heart as an act of courage. (In fact, the word courage comes from Coeur – which, in French, means heart). It takes courage to speak about your personal experiences, feelings, and even your fears. And it takes courage to listen so openly to someone else's experience that the possibility exists for you to be changed by what you hear. (À la suite, les deux exemples avec Jow et Hisham).

p.48 (ici LIEN AVEC MESSER 3 tout comme ce que le messenger (écouteur) fait aura une influence sur le safe container. Donc il y a bcp de cela ds livre. Take your cue from the speaker (for Inquiry after his testimony). By carefully observing his or her verbal and nonverbal response, you'll know how you're doing that is, whether you're being of service or not. CECI : ÊTRE DE SERVICE EST CLÉ DANS LA MOTIVATION INTRINSEQUE DE CETTE MÉTHODE

P. 50

Bringing the skill of Bridging to Connect can be important in transforming the energy of conflict or disengagement into an opportunity for further understanding and deeper connection. CES DEUX CHOSES : PLUS GRANDE COMPRÉHENSION (de l'autre, l'humain – voir l'ennemi) ET PROFONDÉMENT CONNECTER (avec l'autre, l'humain – voir l'ennemi) SONT PROBABLEMENT LES DEUX CHOSES LES PLUS CENTRALES COMME OBJ ET RÉSULTANTES CL ET TCLP

p. 55

It helps not to be wedded to the outcome (of the conflict). The process of managing conflict well – and with integrity – holds many gifts for you, no matter what ends up happening between you and the other person. As with climbing, however, you must listen to the cues that tell you when conditions have become too treacherous and you may need to wait or turn back. In the case of conflict, always protect yourself from physical harm. When you're faced with a specific conflict, ask yourself the following question: Is this the right person, the right place and the right time to step deeper into the experience?

p. 71

(règle de respect en groupe) make sure your partner has equal time to explore his or her own story and inhabit the shoes of his/her conflict partner.

p. 78

When entering the field of public or group dialogue, it's a good idea to prepare yourself first by reviewing CL Core practices (and pointers p. 78).

Citation venant du livre de Carol Howschinski

p. xiv (MOI : CULTURE DE LA PAIX)

It was hard to experience these hospitable people as our « enemy ». How did this happen? It happened because we opened our hearts to each other. We told our stories and we listened respectfully. I strongly believe, though it can never be proven, citizen diplomacy contributed significantly to the fall of the Iron Curtain. Quite simply, these activities helped to break stereotypes on all sides. Citizen interchange is a very powerful tool for peace and is based on the premise that peace comes through the hard work of meeting one's enemy – the human being behind the stereotype – and acknowledging one another's suffering. LIEN ICI AVEC MESS 2.

Plus loin

Idea of field theory and how the build-up of critical mass can tip the scales... when each of us takes responsibility to live our lives with integrity, aligning with and supporting others who are doing the same, ultimately, if enough people join in, the whole picture will shift. I continue to believe this is a basic principle of life. This belief has fed my faith in life and challenges me to continue to push the limits of my humanity.

p. xvi

When listeners focus on creating a safe environment, on compassion, empathy, and love, the field is determined by those intentions. The process of CL requires an open heart and a focussed mind. One's heart is open to find what connects and to accept and even love the other person, regardless of one's position. The mind is focussed on looking for new possibilities. LIENS ICI AVEC Messer 2

p. xvii

The book was written with the belief that this work should expand and become the basis of all dialogue, whether a CL project, or any other communication. It serves as an invitation to enlarge the community of people worldwide, who know the importance of respect and compassion in all human interactions. It is meant to be both inspirational and practical.

p. 4 citant Thomas Merton: “The deepest level of communication is not communication but communion. This is wordless. It is beyond words and beyond speech, and it is beyond concept. Not that we discover a new unity. We discover an older unity. We are already one, but we imagine that we are not. And what we have to recover is our original unity. What we have to be is what we are.”

p. 5 Culture de la paix avec 1er elements : le tout de mon modèle j’imagine

A major principle of Quantum physics is: the whole is greater than the sum of its parts. One can dismantle a clock and have an impressive array of pieces. However, only until they are assembled in a way that they connect and interact with each other, will they function as a clock. This principle has social implications, as well. People going their separate ways cannot even provide for their basic needs effectively without group effort. Everything we do is interrelated. When we collaborate with a common goal, we can overcome obstacles we could never surmount alone. CL is key to this collaboration. Meaning is embedded in the message. IL Y A LIEN ICI AVEC F2 et MESS 3

P. 6

The power struggle is part of a dysfunctional paradigm. We see signs it is being replaced, slowly as it may seem, by a new way of interaction. Cela suit: One need to look at the political systems as they now function in many countries. ... (à cette époque: 2002).

p. 9

“Sulha” is the traditional Arabic form of reconciliation which brings conflicting parties together to address the wrong while saving face, and to create relationship, since conflict is a part of life, every culture has had a traditional way of mitigating it. They are based on CL. (Suit ex. Babemba Justice qui est un exemple de F1 remarquable en soi... au niveau d’une communauté/village).

p. 10 citant Desmond Tutu sur l’apport de la question de pardon

It isn’t easy, as we all know, to ask for forgiveness and it’s also not easy to forgive, but we are people who know that when someone cannot be forgiven there is no future.

p. 11

The re-establishment of relationship – reconciliation - is the ideal outcome of forgiveness.

p.20

(deepening questions) Gene Knudsen Hoffman presents quotes with questions designed to deepen our understanding of our own responses to compassion, denial, forgiveness, and reconciliation. This is an example of her introduction to her section entitled Compassion (coopcomm.org). Citant Thomas Aquinas: “We must love them both, those whose opinions we share, and those whose opinions we reject, for both have laboured in the search for truth, and both have helped in the finding of it”. Et les questions qu’elle pose (et qui ont mené à cette approche de CL): How can we feel compassion for those whose opinions we reject, particularly if their opinions propose violence against people? What are the steps we can take to show them we “love” them? How have they both laboured in the search for truth? How has our opposition helped us in the finding of it? What is so important about searching for truth? What do we think truth is? Have you ever loved someone with whom you totally disagreed? How was it? Ho did you handle it?

p. 21 (dans section Centering)

Listening to people in conflict, in pain, or who hold different positions from ours, can create stress and distract us from full attention. Sometimes we experience strong emotions ourselves. The body is the indicator of our emotions. Locating where we feel a sensation in the body helps us to identify what the emotion is and helps in its release. Tightness in the chest, a knot in the stomach, sweaty palms and feet, tension in the head and around the eyes, are some of the common indicators of emotional stress. Many people find it difficult to attune to these physical indicators. Most everyone can find some way which can be helpful in releasing stress and coming to a centered state by focusing on the body. Attention to the

breath is often used to center the whole being. VOICI UN TRÈS BON EXEMPLE DE CITATION POUR MONTRER TOUT LE TRAVAIL QUE LES ÉCOUTEURS SONT EN TRAIN DE FAIRE. POUR LA CONFÉRENCE, REFLÉTER CELA, PLUS TOUTES LES AUTRES TECHNIQUES À APPRENDRE POUR « BIEN FAIRE LES CHOSES » : ÉCOUTER AVEC COMPASSION...

(C p. 22) LIEN AVEC F3

In CL, inquiry can either make or break the safe containment of the process. As listeners, we are asking people to share personal experiences, sometimes of a very vulnerable nature. Knowing how to ask questions is pivotal as to whether a person will shut down or not. The learning is how to ask from the heart in a way that helps understanding and empathy and keeps the ball in the speaker's field.

p. 23

Questions are to facilitate the process. Often, they are not needed at all. The big caution is not to ask questions to satisfy your own curiosity, but use them to facilitate the process. Put out a question with purpose and then stay out of the way.

p. 25 (expérience délégation, liens avec F2 et Messer1 collectif)

Our group members responded with dignity and composure, acknowledging the perception of the accusers and standing strongly in their own experience. Delegation members spoke simply of what they personally had seen and learned on this trip. They were eloquent, informative, and totally non-defensive. The mood of the audience began to calm and they began to acknowledge us and the process. People, who had at first been silent began to comment on the similarities of their perceptions to what they had seen in the film. They thanked us for presenting a part of life which they observed they, themselves, do not have an opportunity to witness. They spoke of the balance of the content of the film and how hard it was to see "the other side". A woman stood up half way through and said, "You know, we Israelis have to admit that listening is a very radical concept in Israel, but I think these people (our delegates) are onto something." That evening will always stay indelibly in my mind. I was keenly aware of how my centering practice made me more available to be present to the criticism and not to take it personally, but to learn from it. And secondly, I was impressed with how our delegation of people had all responded with such integrity. The listeners' lives clearly had been changed by this work. There was actually a great deal of transformation that evening.

(C p. 28) EN LIEN AVEC MESSER 1

Speakers: What they need most of all to know you are there. Holding the space is the greatest intervention you can make. It validates a person's strength and ability to cope. Ceci suit: Sadness and pain are emotions which are difficult to experience and often make people uncomfortable. Too often, we want to jump in and, in some way, cut people off from their painful experience. A common way is to offer suggestions for solving the problem. Sometimes people worry that the emotions will never stop and that an intervention is needed. This is possible, yet quite unlikely. Sometimes, but most often not. It is appropriate to touch the person. The most contact I feel is appropriate is to move closer and to lean forward in the chair, and allow him/her the freedom and space to express. Embracing, even though that may feel like a natural response, often cuts people off from the feelings. They need most of all to know you are there. Holding the space is the greatest intervention you can make. It validates a person's strength and ability to cope.

**Annexe G-2 : Compilation de notes personnelles sur le regroupement des thèmes principaux issus de la recension des écrits des pionnières pour chacun des indicateurs-concepts et quelques liens avec la littérature : indicateur-concept du contenant sécuritaire.**

<b>VARIABLES et INDICATEURS ET VARIABLES en lien avec L'AGENDA DU CŒUR – NOTES BIBLIOGRAPHIQUES</b>	
<b>Variables et indicateurs</b>	<b>Ladite « RÉPONSE DU CŒUR » (Fehr et al., 2009)</b>
<p><b>1. FORMAT : Indicateur du contenant sécuritaire (safe container)</b> Légende (chercheur) : Noir (texte) Rouge (résumé) Vert (citations) Mauve (en vue du questionnaire)</p>	<p>Pour contrecarrer la culture de la peur, pour Gene K. Hoffman il importait de travailler sur les projets permettant de développer et d'augmenter la confiance et la compréhension. Les gens en Israël-Palestine vivent de la souffrance et ont un grand désir de paix (stats).</p> <p>En termes de format, TCLP organise des visites sur place dans les différentes régions pour montrer la réalité vécue autant du côté Israélien que palestinien (ex. kibboutz, colonies, camp de réfugiés, différentes zones A-B-C au niveau du contrôle de la sécurité, mur, autoroutes différentes, divers quartiers montrant les conditions de vie socio-économiques des palestiniens par exemple (manque d'eau, infrastructure à cause de difficultés d'obtenir des permis de construction, démolition de leurs maison, objectifs de population visant l'équité pour les israéliens selon leur point de vue, etc.).</p> <p>L'autre élément clé pour le format ou contexte pour cette méthode consiste en les sessions d'écoute compassionnelle. Celles-ci consistent en avoir un ou quelques invités par sessions, dont on demande de raconter leur histoire, expérience et vécu en lien avec le conflit. Les délégués les écoutent attentivement en pratiquant l'écoute compassionnelle.</p> <p>Établir un « contenant sécuritaire » (a safe container) est très important avec cette méthode. DÉCRIRE EXACTEMENT CE QUI SE PASSE (format, ambiance, déroulement).</p> <p>Les éléments en jeu pour ce faire à mon avis sont, réunis :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) l'intention de découvrir l'être humain derrière le stéréotype (ex. colon, terroriste, soldat, etc.) ;</li> <li>2) la présence au niveau du cœur (et projection électromagnétique) qui crée un climat de confiance (voir livre Andrea) ;</li> <li>3) les techniques en lien avec la pratiques de l'ÉC (ne pas interrompre l'invité ou les invités, pratiquer l'écoute avec le cœur, l'écoute compassionnelle selon les 5 pratiques de base : développer le témoin juste, parler avec le cœur, se respecter et respecter l'autre, cultiver la compassion) ;</li> <li>4) pratiquer une écoute profonde, spirituelle : en lien avec les messages clé et ce que doivent incarner les messages (deux autres catégories - voir le divin, la lumière, le sacré chez tout individu ; enlever les masques d'hostilité et de peur, avec une intention d'aider la personne avec ses souffrances en lien avec le conflit (dont vise une aide, une certaine transformation voire guérison vers un mieux-être).</li> <li>5) Les deux autres éléments du format. VOIR LES LIENS CORRÉLATIONNELS OU D'IMPORTANCE QUI PEUVENT ÊTRE ÉTABLIS VIA LE QUESTIONNAIRE.</li> </ol> <p>Selon son expérience comme activiste pour la paix, Gene dira en (année) des israéliens (alors que la tendance était d'être pro-palestinien, pro « victime » : Je ne crois pas que nous avons fait l'effort de les écouter avec compassion, d'explorer leur histoire et leurs peurs. Ce n'était pas facile de voir les israéliens souffrir, plusieurs d'entre nous avaient pris partis contre eux et les considéraient brutaux, sans merci et difficile à approcher.</p>

Alors, dira-t-elle, que les sessions d'écoute ont permis de comprendre qu'il n'y avait pas eu de processus de guérison qui avait vraiment pris place chez ceux et celles qui avaient été libérés des camps de concentration. On se rend même compte maintenant qu'il y avait eu en fait négligence en termes de soins à leur égard, à son avis. On a réalisé par la suite que plusieurs vivaient le syndrome du choc post-traumatique, autant les israéliens que palestiniens, dans toute cette histoire. Les survivants de ce type de trouble font l'expérience d'une peur profonde, lorsque les souvenirs des événements traumatisants refont surface et la peur qu'ils se reproduisent à nouveau.

L'holocauste a laissé tellement de blessures que plusieurs juifs croient que d'être sans pouvoir ou se sentir impuissant (*powerlessness*) est un péché. Ils sentent que le monde entier est hostile à leur égard. Il est connu que ceux qui vont vivre de l'oppression peuvent devenir oppresseurs.

Ce pourquoi il est important de briser le cycle de la violence. Certains auteurs parleront du cycle de la vengeance (auteur dans Kurianski). En décortiquant ces types de cycles pour mieux les comprendre au niveau psychologique devient très important. C'est la façon d'aller à la source de la violence selon plusieurs auteurs. Mais justement comment ceci se réalise dans le format des sessions d'écoute ?

Gene dira que de pouvoir exprimer une détresse « non différenciée » fait partie du processus de guérison, est une des conditions et qu'il y a en fait : a lovely order behind it. Because, after we get that undifferentiated distress out in the open, in the secure and loving presence of a group of another caring, listening person, we can begin to be selective about those areas which need particular attention » (p. 152). Ceci selon elle permet de briser de vieux patrons qui semblent chaotiques, mais recèlent leur part de vérité pour la personne. D'autant plus qu'à ce sujet, elle dira qu'à son avis chacun connaît précisément ce qu'il a besoin de faire pour se guérir de ses blessures, et ce dont il a le plus besoin est l'encouragement pour le faire et parfois, quelques endroits précis sur comment rester intègre avec ce que la personne sait bien.

Les israéliens n'ont pas pu tous avoir (après l'expérience de l'holocauste et en arrivant en Israël): « warm, caring environment where they could do their grief work, remember and talk about the horrifying experiences, purge themselves of memories and guilt – life held new promise and they were able to fulfill themselves as human beings. »

Quelque soient les particularités et niveaux de profondeurs des blessures et expérience au niveau du conflit, témoignés par les invités aux sessions d'écoute, à mon avis c'est cette dimension humaine, d'être humains ensemble, humanisant l'expérience de l'autre dans l'espace qui lui est accordé, en sécurité soit rempli d'amour ambiant – de compassion – qui lui donne la chance premièrement d'en parler, souvent pour la première fois ; d'être écouté sans être interrompue ; d'avoir jusqu'à 25 personnes qui l'entourent et l'écoute profondément. Ce que les personnes peuvent ressentir est reconnaissance, compréhension et légitimation de leur expérience.

Selon mon hypothèse de base : on assiste à l'actualisation d'un des plus grands besoins de l'être humain : l'amour inconditionnel. Car en effet, la deuxième caractéristique du format apporte cette texture d'inconditionnalité : la non polarisation, par le non-jugement et non prise de position adversariale devant l'invité. Regardons cela de plus près après un regard sur la question d'ambiance qui porte à la contemplation, au « ralentissement au rythme de la sagesse » : expression caractérisant cette méthode.

Les cinq pratiques de base pour l'écoute compassionnelle demandent de se centrer au niveau du cœur, pour l'écoute, la parole, etc., ainsi que de développer la capacité d'être témoin de soi-même, donc demande un certain détachement de l'égo. Quand on regarde de près la prédisposition d'esprit et de cœur qui est à l'œuvre et qui motive pour l'action, pour ceux qui pratiquent cette méthode, se créer une ambiance feutrée, de présence au niveau du cœur et de l'âme qui changent l'ambiance, le contexte. Le cœur de la pratique est de conserver ce positionnement au niveau du cœur, avec tous les trucs et techniques rattachées, dont on verra plus à fond dans la catégorie du messenger (troisième catégorie clé).



VOIR À FAIRE DES LIENS À CE NIVEAU, PRÉSENCE AU NIVEAU DU CŒUR, COMMENT CELA A AIDÉ OU A ÉTÉ VÉCU. SORTIR MES CITATIONS À CE NIVEAU.

Version anglaise: To counter the culture of fear, we need to work on projects to develop and increase trust and understanding. People in this region (I-P) have deep pain and desire for peace (stats). SUITE À FAIRE SELON LES BESOINS.

**Annexe G-3 : Compilation de notes personnelles répondant à la question : « Qu'est-ce qui se passe au niveau fondamental au sein des indicateurs selon mes observations et expérience ? : Indicateur-concept du contenant sécuritaire.**

<b>VARIABLES et INDICATEURS ET VARIABLES en lien avec L'AGENDA DU CŒUR – NOTES BIBLIOGRAPHIQUES</b>	
<b>Variables et indicateurs</b>	<b>La dite « RÉPONSE DU CŒUR » (Fehr et al., 2009)</b>
<b>FORMAT : Indicateur du contenant sécuritaire (safe container)</b>	
<p>Format ou <i>framework</i> où on amène de la sécurité, qui devient sécuritaire. Dimension humaine, présence humaine, êtres humains ensemble, partager (dont en lien avec histoire personnelle aussi). Contexte où on est humain, où la personne qui raconte son vécu en lien avec le conflit fait en sorte que son expérience est personnelle mais elle est aussi universelle, car on se reconnaît dans les choix, limites, circonstances, comportements, attitudes de la personne et autres.</p> <p>En comprenant les détails au niveau situationnel, etc. on saisit plus ses valeurs et convictions. C'est en partageant, en écoutant avec le cœur qui fait en sorte qu'on se reconnaît en elle (personne) ; son histoire lui est propre, mais on se reconnaît, on est tous pareils. On voit l'humain derrière son titre, son statut et identités diverses (Hamas, settler, etc.). C'est en la voyant, avec ses limites. Aider la personne à atteindre la dimension de souffrance en elle.</p> <p>Contenant sécuritaire : c'est la présence compassionnelle qui fait cela. Et dans ce contenant sécuritaire, pour se connecter, être au niveau du cœur, il y a la dimension contemplative qui est en jeu ; dans le sens de : connexion dans l'ici et maintenant en lien avec l'autre. Donc, pas dans une vitesse rationnelle, rapide, etc. Dans cette méthode, avec la dimension du cœur impliquée, on va le mettre en parallèle ou en exigu avec le mental, pour comparer et non pour séparer la personne. C'est plutôt qu'en voyant comment le cœur ; en le remettant un peu plus à l'avant, le ramenant, il peut passer par l'esprit et aider...</p> <p>Prendre le temps de se centrer, se connecter avec son cœur avec méditation, respiration, poème, exercice qui fait contact avec le corps comme marcher lentement (comme la pratique). Où on ralentit à la vitesse de la sagesse : Slow down to the pace (and place) of wisdom. Le contenant sécuritaire, la dimension, réponse du cœur impliquée : compassion, l'énergie du cœur, qui est envoyée à la personne par tous ceux qui écoutent, l'énergie, les ondes magnétiques. Une réponse, il y a quelque chose qui se passe à ce niveau-là. Ça c'est peut-être la dimension la plus importante, une qu'on va étudier de près. Une autre dimension dans les trois facteurs identifiés.</p>	

## **Annexe G-4 : Identification de cinq éléments clé rattachés aux indicateurs-concepts et regroupement des écrits des pionnières sous ces catégories : Indicateur-concept du contenant sécuritaire**

### **Cinq éléments clé rattachés à l'indicateur-concept du contenant sécuritaire**

1. **CL basic philosophy:** transformational listening process; listening heals and support reconciliation
2. **CL basic goal:** create a safe container, non judgmental and non adversarial, where people from all sides of the conflict can share their personal story
3. **CL listening skills:** create a safe and respectful environment for expressing thoughts and feelings honestly and open doors to transformation and healing
4. **Pace and quality of presence:** Slow us down to the “speed of wisdom”, bring a state of calm and deeper awareness for better choices and healthier decisions and seek honest expression and search of speaker’s deepest truth
5. **Power of the energetic field created during a listening session:** heart matters and compassionate people create safe container for holding the pain and witness the story

1. **CL Basic philosophy:** transformational listening process as listening heals and support reconciliation

(p. 5 Pace)

The primary methodology of CL is the belief that activities which emphasises the humanity of each party are key to transforming adversarial relationships, and that transforming adversarial relationships is key to building peace. So it is a transformational listening process. “Listening heals and supports reconciliation”: the simplicity of the methodology of CL.

(C p.20)

(Section deepening questions) Gene Knudsen Hoffman presents quotes with questions designed to deepen our understanding of our own responses to compassion, denial, forgiveness, and reconciliation. Elle cite Thomas Aquinas: “We must love them both, those whose opinions we share, and those whose opinions we reject, for both have laboured in the search for truth, and both have helped in the finding of it”. Et les questions qu’elle pose (et qui ont mené à cette approche de CL): How can we feel compassion for those whose opinions we reject, particularly if their opinions propose violence against people? What are the steps we can take to show them we “love” them? How have they both laboured in the search for truth? How has our opposition helped us in the finding of it? What is so important about searching for truth? What do we think truth is? Have you ever loved someone with whom you totally disagreed? How was it? Ho did you handle it?

(A p. 38)

The challenge is: How do we use the power of our hearts to bring greater peace to our world – to ourselves, our families, our workplaces and our communities? In that sense:

(C p. Xvi)

When listeners focus on creating a safe environment, on compassion, empathy, and love, the field is determined by those intentions. The process of CL requires an open heart and a focused mind. One’s heart is open to find what connects and to accept and even love the other person, regardless of one’s position. The mind is focussed on looking for new possibilities. LIENS ICI AVEC Messer 2

(A p. 39)

Listening with and speaking from the heart are acts of courage. (In fact, the word courage comes from Coeur – which, in French, means heart). It takes courage to speak about your personal experiences, feelings, and even your fears. And it takes courage to listen so openly to someone else’s experience that the possibility exists for you to be changed by what you hear.

(A p. 55)

It helps not to be wedded to the outcome (of the conflict). The process of managing conflict well, and with integrity, holds many gifts for you, no matter what ends up happening between you and the other person.

(C p. 5)

Culture de la paix avec 1er éléments : le tout de mon modèle !

A major principle of Quantum physics is: the whole is greater than the sum of its parts. One can dismantle a clock and have an impressive array of pieces. However, only until they are assembled in a way that they connect and interact with each other, will they function as a clock. This principle has social implications, as well. People going their separate ways cannot even provide for their basic needs effectively without group effort. Everything we do is interrelated. When we collaborate with a common goal, we can overcome obstacles we could never surmount alone. CL is key to this collaboration. Meaning is embedded in the message. IL Y A LIEN ICI AVEC F2 et MESS 3

(C p. 9)

“Sulha” is the traditional Arabic form of reconciliation which brings conflicting parties together to address the wrong while saving face, and to create relationship. Since conflict is a part of life, every culture has had a traditional way of mitigating it. They are based on CL. (suite ex. Babemba Justice qui est un exemple de F1 remarquable en soi... au niveau d’une communauté/village).

(C p. 10)

Citant Desmond Tutu sur l’apport de la question de pardon

It isn’t easy, as we all know, to ask for forgiveness and it’s also not easy to forgive, but we are people who know that when someone cannot be forgiven there is no future.

(C p. 11)

The re-establishment of relationship – reconciliation - is the ideal outcome of forgiveness.

M p. 277: ex. kibbutz années 1960 = I was there in the sixties; I found that little country a rare and refreshing spiritual, political, and social experiment. It had taken, I felt, the best from a variety of governing systems and had blended them in a remarkable way. When I returned in 1980, I found a very different ambiance. Israel was heavily armed, frightened, defensive, and persecuting the Palestinians.

M p. 278: I looked at the histories of these two adversaries, the Israelis and the Palestinians. I saw them as two traumatized people who have suffered from and committed acts of terrorism and violence against one another. Today the Israeli gvt is in a position of power and is oppressor to the Palestinians. There is, of course, retaliation. While there is a strong and active peace movement against the Israeli gvt’s policies (at least 50% of Israeli citizens are said to disagree with their government), the people have not been able to change its policy to one of just and peaceable coexistence.

M Suite p. 278 plus bas: I don’t believe we’ve made an effort to listen to them compassionately, to explore their history and their fears (plus haut: not easy to see the suffering of the Israelis, many of us have taken sides against them and consider them brutal, relentless and unapproachable).

p. 279 (explications du fait que les Israéliens n’étaient pas dans une société de sécurité affective ou de reconnaissance ou adressant de façon à rendre le climat sécurisant, en un sens) : There is a new awareness that no healing processes were available at the time people were released from concentration camps, and a disturbing lack of care since then. Some people are beginning to refer to the violent actions of their gvt, and the refusal to grant the Palestinians a home of their own, as PTSD. The survivors experience a deep fear, both from surfacing memories and that it will happen again. Many Israelis appear to be affected by a siege mentality, and there is no way of their not believing they are in a dangerous “war zone” .... The Holocaust left many Jews so scarred that they believe powerlessness is a sin. They feel the whole world is hostile to us.

M p. 280: Rabbi Gershom also addresses the question of abuse in its application to nations: “What is true of individuals can also be true of nations. This is relatively easy to overthrow a gvt, but far more difficult to oust the internalized oppression which causes us to demonize others. The abuse cycle is not logical. It is a set of totally irrational behaviours based on pain, fear, shame, guilt and anger. Rather than forgive and forget, we need to forgive and move forward.

M p. 285: (fausse sécurité) I did not know that the Jews, who had suffered so much and who had been rejected in their homelands, came there seeking sanctuary and acceptance and met still another painful rejection by the Palestinians. Only later did I understand that Palestinians felt the Holocaust was a Western problem that should be solved by Western countries, by re-absorption of the Jews into the Western world.

M p. 287: And I wondered: How could it happen that those who suffered so grievously from oppression had turned oppressor? How could it happen that this land, so I longed for, knows no peace?

M p. 288: For those who received help when they came out – a warm, caring environment where they could do their grief work, remember and talk about the horrifying experiences, purge themselves of memories and guilt – life held new promise and they were able to fulfill themselves as human beings.

M p. 293 Neve Shalom! That mystic mountain. Neve Shalom, “Oasis of Peace”, where Jews and Moslems and Christians have begun their experiment of living together on the harsh, unyielding land.... where the vision of Father Bruno Hussar, a Dominican priest, had come into being.... there; burial of hatred (ritual, bruler ce qu'ils voulaient bruler...).

M p. 300 There are voices on both sides saying the conflict will never end until forgiveness takes place. Yheskel Landau, former head of the religious peace organization “Oz ve Shalom”, is one. He urges both Palestinians and Israelis to acknowledge the harm they have done on another, to forswear any such future behaviour, and to ask one another for forgiveness. He maintains that only form mutual forgiveness can come reconciliation and true peace and security everyone longs for. He’s not alone.... Nafez Assailey, creative and vital Director of the Palestinian Center for the Study of Nonviolence, echoes these words: How do we encourage such behaviour? I think, by modeling it.

M p. 301: Might we not plant seeds for an evolution of human beings into a world where we would turn our swords into ploughshares and our spears into pruning hooks? Might not such actions lead to the transformation of humanity some of us feel is necessary if life is to continue on earth?

M Plus loin: If the Vietnam vets are any example, true reconciliation, mutual healing, mutual understanding and mutual love might spring up between strangers who were once thought of as enemies. It might mean the continuation of a healthier planet and a nobler human race.

M p. 306: The Israeli gvt, Ghazi Ahmed told us, exacts severe punishment form Palestinians in its effort to keep them under control. We may not export to anyone but Israel. There has been a four-month curfew, and Palestinians may not go anywhere outside their own cities.

2. **CL basic goal:** create a safe container, non judgmental and non adversarial, where people from all sides of the conflict can share their personal story

(A p. 50)

Transforming the energy of conflict or disengagement, into an opportunity for further understanding and deeper connection. *CES DEUX CHOSES : PLUS GRANDE COMPRÉHENSION (de l'autre, l'humain – voir l'ennemi)*

*ET PROFONDÉMENT CONNECTER (avec l'autre, l'humain – voir l'ennemi) SONT PROBABLEMENT LES DEUX CHOSES LES PLUS CENTRALES COMME OBJ ET RÉSULTANTES CL ET TCLP*

(C p. xiv) (MOI : CULTURE DE LA PAIX)

It was hard to experience these hospitable people as our « enemy ». How did this happen? It happened because we opened our hearts to each other. We told our stories and we listened respectfully. I strongly believe, though it can never be proven, citizen diplomacy contributed significantly to the fall of the Iron Curtain. Quite simply, these activities helped to break stereotypes on all sides. Citizen interchange is a very powerful tool for peace and is based on the premise that peace comes through the hard work of meeting one's enemy – the human being behind the stereotype – and acknowledging one another's suffering. LIEN ICI AVEC MESS 2.

(Plus loin)

Idea of field theory and how the build-up of critical mass can tip the scales... when each of us takes responsibility to live our lives with integrity, aligning with and supporting others who are doing the same, ultimately, if enough people join in, the whole picture will shift. I continue to believe this is a basic principle of life. This belief has fed my faith in life and challenges me to continue to push the limits of my humanity.

(C p. xvii)

The book was written with the belief that this work should expand and become the basis of all dialogue, whether a CL project, or any other communication. It serves as an invitation to enlarge the community of people worldwide, who know the importance of respect and compassion in all human interactions. It is meant to be both inspirational and practical.

(C p. 6)

The power struggle is part of a dysfunctional paradigm. We see signs it is being replaced, slowly as it may seem, by a new way of interaction. Cela suit: One need to look at the political systems as they now function in many countries. ... (à cette époque: 2002).

(A p. 37) exemple de transformation visé : participant dans le projet Juif-Allemand de tclp

« For me it was the crucial experience of the last years to encounter Jewish people who met me, the child of Nazi German, without hatred, with peaceful hearts, simply as a human being. I would never have dared to hope for that! This experience brought about for me that I could release a huge part of the burden of guilt that I had taken over from my parents unconsciously. This was a great relief for me. Thanks for helping me with it!

Manounos p. 46: (Leah Green) We've listened to thousands of Israelis and Palestinians with the intention of discovering the human being behind the stereotype. No one has declined a listening session with us. We've sat with people in homes, offices, streets, refugee camps, the Israeli prime minister's office, the Palestinian president's office, and on military bases. We've listened to settlers, sheikhs, mayors, rabbis, students, Bedouins, peace activist, and terrorist.

- 3. CL listening skills:** create a safe and respectful environment for expressing thoughts and feelings honestly and open doors to transformation and healing

(A p. 7)

(skills that will be acquired with exercises in the book): Creating a safe and respectful environment in which people can express their thoughts and feelings honestly.

(C p. 22) LIEN AVEC F3

In CL, inquiry can either make or break the safe containment of the process. As listeners, we are asking people to share personal experiences, sometimes of a very vulnerable nature. Knowing how to ask questions is pivotal as to whether a person will shut down or not. The learning is how to ask from the heart in a way that helps understanding and empathy and keeps the ball in the speaker's field.

(A p.8)

Developing a structure to support you as you take this journey will be critical in helping you integrate these skills into your life. Many ways (p.8), for instance : group practice (qui est l'image du groupe lors de la délégation mais plus intensif car sur le terrain, même principe : formation au début, et ensuite on est « dans le feu »).

(A p.21) ET LIENS AVEC F2 (polarisation)

While “hearing” is something humans do naturally due to our biology, good listening is a far more skilful process. Most of us have experienced the frustration of not feeling fully listened to – without the interference of another’s judgment, personal story, or interruption. And we have all witnessed that when people talk about hot topics, good listening skills can totally evaporate. Often, the attempted dialogue devolves into heated debate and hardened polarization of perspectives. NOUS AVONS TOUS UNE PERSPECTIVE (PERCEPTION, OPINION, ETC.) SUR QQCHOSE, IL S’AGIT DE S’INFORMER POUR MIEUX COMPRENDRE ET DIALOGUER, ET NÉGOCIER AU BESOIN.

Suite - In this book, we offer a number of activities that can heal (or help) you find the place of *center* (LIEN AVEC MESS 1, ÊTRE CENTRÉ TRANSFORME... ET GUÉRIT?).

(A p. 27)

Sur la question de la façon dont les écouteurs posent des questions au speaker - il y a de cela tout le long du livre, que je mets surtout sous Messenger (1-2-3) car c’est eux qui se retrouvent à les poser. Mais il s’agit d’un élément important qui garde la sécurité de la session (container) et évite de se retrouver dans la polarisation. Voici ce qui est dit ici: It’s important to be deeply respectful in the reflection process. Ask the speaker if what you think you heard is accurate. Avoid analysis, interpretation, and advice giving. Projecting your meaning onto your speakers’ story can be a great disservice to the unique individual to whom you’re listening.

(A p. 28) – sur la même veine

Reflecting back what you think you’ve heard offers a wonderful opportunity for the speaker to refine his/her understanding of why this situation is disturbing. Often, solutions or “next steps” naturally emerge from this process.

p.48 (ici LIEN AVEC MESSER 3 tout comme ce que le messenger/écouteur aura une influence sur le safe container. Donc il y a bcp de cela ds livre)

Take your cue from the speaker (for Inquiry after his testimony). By carefully observing his or her verbal and nonverbal response, you’ll know how you’re doing that is, whether you’re being of service or not. CECI: ÊTRE DE SERVICE EST CLÉ DANS LA MOTIVATION INTRINSEQUE DE CETTE MÉTHODE

P. 50

Bringing the skill of Bridging to Connect can be important in transforming the energy of conflict or disengagement into an opportunity for further understanding and deeper connection. CES DEUX CHOSES : PLUS GRANDE COMPRÉHENSION (de l’autre, l’humain – voir l’ennemi) ET PROFONDÉMENT CONNECTER (avec l’autre, l’humain – voir l’ennemi) SONT PROBABLEMENT LES DEUX CHOSES LES PLUS CENTRALES COMME OBJ ET RÉSULTANTES CL ET TCLP

P. 55 As with climbing, however, you must listen to the cues that tell you when conditions have become too treacherous and you may need to wait or turn back. In the case of conflict, always protect yourself from physical harm.

When you’re faced with a specific conflict, ask yourself the following question: Is this the right person, the right place and the right time to step deeper into the experience?

p. 71

(règle de respect en groupe) make sure your partner has equal time to explore his or her own story and inhabit the shoes of his/her conflict partner.

p. 78

When entering the field of public or group dialogue, it's a good idea to prepare yourself first by reviewing CL Core practices (and pointers p. 78).

(C p. 21 dans section Centering)

Listening to people in conflict, in pain, or who hold different positions from ours, can create stress and distract us from full attention. Sometimes we experience strong emotions ourselves. The body is the indicator of our emotions. Locating where we feel a sensation in the body helps us to identify what the emotion is and helps in its release. Tightness in the chest, a knot in the stomach, sweaty palms and feet, tension in the head and around the eyes, are some of the common indicators of emotional stress. Many people find it difficult to attune to these physical indicators. Most everyone can find some way which can be helpful in releasing stress and coming to a centered state by focusing on the body. Attention to the breath is often used to center the whole being. VOICI UN TRÈS BON EXEMPLE DE CITATION POUR MONTRER TOUT LE TRAVAIL QUE LES ÉCOUTEURS SONT EN TRAIN DE FAIRE. POUR LA CONFÉRENCE, REFLÉTER CELA, PLUS TOUTES LES AUTRES TECHNIQUES À APPRENDRE POUR « BIEN FAIRE LES CHOSES » : ÉCOUTER AVEC COMPASSION...

(C p. 23)

Questions are to facilitate the process. Often, they are not needed at all. The big caution is not to ask questions to satisfy your own curiosity, but use them to facilitate the process. Put out a question with purpose and then stay out of the way.

(C p. 27) Citant John Paul Lederach et dans une section sur la sensibilité aux différences culturelles. JP Lederach who compared predictive and prescriptive approaches: Even when we know something works well, ie. Compassionate Listening, it does not serve to push it on others. Engaging people, asking for their input and inviting their participation, is the best way to teach anything. A truly predictive (ou elicitive?) approach is a very complex study because it is easy to assume so much. It is a fertile place for our blind spots to show up. It is an important subject to consider.

(C p. 28) EN LIEN AVEC MESSER 1

Speakers: What they need most of all to know you are there. Holding the space is the greatest intervention you can make. It validates a person's strength and ability to cope. Ceci suit: Sadness and pain are emotions which are difficult to experience and often make people uncomfortable. Too often, we want to jump in and, in some way, cut people off from their painful experience. A common way is to offer suggestions for solving the problem. Sometimes people worry that the emotions will never stop and that an intervention is needed. This is possible, yet quite unlikely. Sometimes, but most often not. It is appropriate to touch the person. The most contact I feel is appropriate is to move closer and to lean forward in the chair, and allow him/her the freedom and space to express. Embracing, even though that may feel like a natural response, often cuts people off from the feelings. They need most of all to know you are there. Holding the space is the greatest intervention you can make. It validates a person's strength and ability to cope.

M p. 152 (Gene): I've come to think what we call chaos is just our efforts to sort out our undifferentiated distress. I think it's an important condition on the way to healing. Expressing undifferentiated distress is part of the process and has a lovely order behind it. Because, after we get that undifferentiated distress out in the open, in the secure and loving presence of a group or of another caring, listening person, we can begin to be selective about those areas which need particular attention.

M Suite p. 152 (plus bas): I believe more and more that the process of deconditioning ourselves, of breaking out of old patterns only appears chaotic. I think we each know precisely what we need to do to heal ourselves – and what we need most is encouragement to do it, and sometimes, some precise directions about how to stay with what we know.



M p. 295 (le rituel): Slowly, we put arms around each other and began the customary rhythmic swaying, singing verse after verse, believing in that moment of truth of what we were singing, making it true by the singing; somehow, opening some crevice in that stony desert of hatred and despair to let some love flow through – feeling, in that moment, that our Shaloms and Salaams and hopes for peace could flower in all the worlds we came from.

4. **Pace and quality of presence:** Slowing us down to the “speed of wisdom” brings a state of calm and deeper awareness for better choices and healthier decisions and honest expression and search of speaker’s deepest truth

(A ou C?) Because the nature of the mind is to think, analyse, and evaluate, accessing the place of center can provide a great relief from this storm of internal activity. In this age of multi-tasking and overstimulation, we all faced the challenge of slowing down enough to access a state of calm and deeper awareness. To the extent that we can tap into a solid, centered place, we will make better choices and healthier decisions. Perhaps the exponential ripple of these choices and decisions will help tip the balance toward greater peace and sustainability for our planet. Let’s hope so!

(A p. 78)

Holding the space for respectful dialogue is very much an individual challenge as well as a process challenge. People skilled in the practices of CL can influence the group field in a remarkable and powerful way (see chapter on how the heart matters).

(C p. 25) Un exemple « dans le feu » (expérience délégation, liens avec F2 et Messer1)

« Our group members responded with dignity and composure, acknowledging the perception of the accusers and standing strongly in their own experience. Delegation members spoke simply of what they personally had seen and learned on this trip. They were eloquent, informative, and totally non-defensive. The mood of the audience began to calm and they began to acknowledge us and the process. People, who had at first been silent, began to comment on the similarities of their perceptions to what they had seen in the film. They thanked us for presenting a part of life which they observed they, themselves, do not have an opportunity to witness. They spoke of the balance of the content of the film and how hard it was to see “the other side”. A woman stood up half way through and said: “You know, we Israelis have to admit that listening is a very radical concept in Israel, but I think these people (our delegates) are onto something.” That evening will always stay indelibly in my mind. I was keenly aware of how my centering practice made me more available to be present to the criticism and not to take it personally, but to learn from it. And secondly, I was impressed with how our delegation of people had all responded with such integrity. The listeners’ lives clearly had been changed by this work. There was actually a great deal of transformation that evening.

(ICI les 6 suivants: SOUS-CATÉGORIE SUR: CL practice fosters a quality of listening and presence that create a safe setting for people to express themselves honestly and fully in search of their deepest truth)

(A p10)

CL is a practice that integrates cognitive awareness with the wisdom of the heart. This fosters a quality of listening that helps create a safe setting for people to express themselves honestly and fully in search of their deepest truth.

(A p. 14)

When you are able to face your own internal landscape with this quality of being, you will provide a strong ballast for holding someone else’s feelings and experiences – their pain, fears, and judgments – with equal care and respect (ici, LIEN AVEC MESS 1 ET AVEC REGLE D’OR: EQUAL CARE AND RESPECT... THAT WE WOULD LIKE TO RECEIVE...).

(A p. 22) et LIEN AVEC MESS 3

The quality of your presence impacts others. How comfortable are you when you're face to face with another person? Do you look at people when you speak – or do you find it difficult to maintain eye contact? Are you distracted with thoughts or judgments? Are you comfortable with silence? Do you tend to fill empty spaces with the sound of your own voice?

(A p. 22 en bas et p. 23)

Good listening is a gift of great proportion. It nourishes both parties by providing the time and space to speak and be listened to without another person's agenda steering the course. And what it requires is something simple – the intention to be and remain fully present.

(A p. 25)

Participants in our workshops are often surprised at what arises when another person listens deeply, with a loving presence that allows a speaker to go in whatever direction is needed.

(C p. 4) citing Thomas Merton

“The deepest level of communication is not communication but communion. This is wordless. It is beyond words and beyond speech, and it is beyond concept. Not that we discover a new unity. We discover an older unity. We are already one, but we imagine that we are not. And what we have to recover is our original unity. What we have to be is what we are.”

**5. Power of the energetic field created during a listening session:** heart matters and compassionate people create safe container for holding the pain and witness the story

(p. 37)

“Those of us who conduct listening sessions in conflict and post-conflict zones feel the power of the energetic field we create. A physical space filled with loving and compassionate people creates an extremely safe container for holding the pain of personal stories our “witnesses” share. This is a healing experience for both the speakers and listeners, with a potential ripple effect beyond measure.”

*The heart is the seat and lifeblood of our collective humanity. States of heart that reflect love, compassion, joy and appreciation literally help us to thrive – as individuals and as a species. What science is confirming is that our state of “being” has a profound impact on the world around us.*

(p. 82)

Listening creates holy silence: avec une citation de Rachel Naomi Remen, MD “Listening creates a holy silence. When you listen generously to people, they can hear truth in themselves, often for the first time. And in the silence of listening, you can know yourself in everyone. Eventually, you may be able to hear, in everyone and beyond everyone, the unseen singing softly to itself and to you.”

(A p. 35)

The heart is powerful: the heart contains approx. 40,000 neural cells – the kind we used to think existed only in the brain. It's estimated that 60-65% of the heart's cells are neural cells. In fact, the heart sends many more messages to the brain than the brain sends to the heart. And through a process called *Entrainment*, our brains' rhythms naturally synchronize to our heart's rhythms, rather than the other way around. (p. 35 explanation of entrainment), in résumé: well recognize in sciences; room full of pendulum-type grandfather clocks. At first, swing all differently, return a few days later, all the pendulum movement cycles will have come into synchrony.

Same with blinking frequency of fireflies: influenced by others of the same species. And personal experience: same menses - time of the month for office full of women. But what's important here: In the human environment, a similar phenomenon occurs (as the animal and clocks). Often without noticing what's happened, we begin to resonate with each other's emotional states. A negative consequence of this phenomenon occurs when we witness

mob behaviour as it's "caught" by others – almost like a virulent virus. On the positive side, the converse is also true. A person in an agitated state can often be calmed down by the presence of someone who is in a palpable state of equanimity.

(A p. 36)

Example: A Harvard study divided subjects into two groups; one watched an emotionally neutral movie and the other observed Mother Teresa helping poor people in Calcutta. Those who saw Mother Teresa's altruism on-screen turned out to have "markedly higher levels" of immunoglobulin A in their saliva. The Harvard researchers coined the term "Mother Teresa effect" to describe how merely watching an act of altruism can be good for you. LES ÉCOUTEURS DANS LE SAFE CONTAINER ET TOUT LORS DES SESSIONS, SONT TÉMOINS DE FAÇONS D'ÊTRE ET DE POSER DES QUESTIONS REMPLIES DE COMPASSION ET RESPECT (DONC GENRE D'ALTRUISME) ET PEUVENT VIVRE CES EFFETS PHYSIOLOGIQUES À MON AVIS. LIEN AVEC LES COMMENTAIRES POSITIFS À MON ÉGARD : APPRENDRE BCP SUITE À MES QUESTIONS ET INTERACTION, UNE ME DISAIT QUE JE DÉMONTRAIS A BIG HEART... voir suite citation qui suit.

(A p. 37)

The heart's electromagnetic field is several thousand times more powerful than the brain's electromagnetic field, and it expands at least six to eight feet beyond our body. When we shift our own physiology, we literally shift the physiology and brain waves of others in our sphere. One study found that Tibetan Buddhist monks who practice holding compassionate thoughts on a daily basis radiate a stronger electromagnetic field than monks who simply practice holding relaxed meditative states.

## **Annexe G-5 : Identification de l'essence rattachées aux cinq catégories de chaque indicateur-concept et regroupement des dimensions centrales les plus récurrentes.**

À partir de la liste de cinq éléments clé pour chaque indicateur, par intuition et discernement global, j'ai soutiré ce qui leur est spécifique et ensuite examiné ce qui était commun pour en venir à l'identification de 4 constats sur la récurrence des thèmes les plus fréquents au sein des indicateurs. La compilation fut la suivante (mémo intact) et les constats suivent

### **Compilation de l'essence des cinq éléments clé au sein des neuf indicateurs**

#### **RÉCURRENCE OU INTERCONNECTION THÈMES**

**F : format Mess : Messages-clé Messer : Messagers (1 à 3 pour leurs indicateurs)**

F1- (Philosophie CL) : écoute est importante	
F1 -Ambiance non-jugementale, non-adversariale (vari)	<b>Habiletés</b> est dans les 9 indic (et 3°)
F-1 (Intention) : écouter toutes les parties	(écoute : ds 3 ind mais central habileté)
F-1 Habiletés ÉC : présence, état calme	
F1- Champs énergétique	<b>Énergie</b> (champ, transf.) ds ch. variable
F2- Ouvertures	<b>Diff versions réalité</b> : ds deux indic, 2 var
F2- Différentes Versions réalité	(et non-jug/adv. Ds 2 variables)
F2- Alternatives réactions biologiques	
F2- Impact non-polarisation	<b>Connexion</b> : dans 2 var et 4 indi
F2- Habiletés : non-polarisation et présence	
F3- Dimension spirituelle	
F3- Habiletés : voir différentes couches à une histoire	
F3- Histoire : conteur sait quoi import	
F3- Histoires : cycle victime...	
F3- Écoute avec le cœur	
Mess1- Essence propre, saine, complète	
Mess 1- Séparation à connexion/communion	
Mess 1- Essence propre : barrières séparation, intention	
Mess1- Humaniser	
Mess1- Habiletés : accès intérieur (et extérieur)	
Mess2- Transformation énergie douleur	
Mess2- Exploration et dépassement limites	
Mess2- Habiletés : espace, habit., assouplissement (expansion conscience)	
Mess2- Différentes versions réalité : guérit	
Mess3- Écoute...	

Mess3- Habileté : habitabilité, espace ouvrir cœur  
Mess3- Habileté : vitesse sagesse, calme  
Mess 3- Écoute profonde, souffrance  
Mess3- Discernement, connexion

Messer - TOUT ici : HABILITÉ  
(ex. intention-motivation-action)  
Messer1- Assouplir cœur, connecter  
Messer1- Intention guérison  
Messer1- Habileté : en soi,  
Messer1- Habiletés : fondation pratique  
paix int, sagesse cœur ; transf. Rel. soi et autres  
Messer1- Histoires

Messer2 : MOTIVATION  
Messer2- Transformation énergie du conflit  
Messer2- Habiletés  
Messer2- Habiletés : face à soi (reconnaître)  
Messer2- Outils ÉC  
Messer2- Outils ÉC, connexion

Messer3- 5 habiletés clés  
Messer3- Habileté : face à soi, calme,  
Messer3- Habiletés : compassion, perspective  
Messer3- Énergie envoyée au niveau du cœur  
Messer3- Pratique spirituelle, humanisant

**Constats :**

La notion d' « habiletés » est dans les 9 indicateurs (donc les trois variables) ;  
La notion de d' « énergie » (champs énergétique, transformation) est dans chaque variable ;  
La notion de « connexion » est dans deux variables et quatre indicateurs ;  
La notion de « diverses versions de la réalité » est dans deux variables et deux indicateurs.

Ainsi, les catégories les plus présentes étaient la question des « habiletés » (dans les 3 variables et 9 indicateurs sur 9). La notion que j'appelle « d'énergie », c'est-à-dire associée à un effet transformateur quelconque était présente dans chaque variable. On retrouve la notion de « versions différentes de la réalité » dans deux variables et deux indicateurs. Finalement, la notion de « connexion » est dans deux variables et 4 indicateurs.

**Annexe G-6 : Mémo théorique regroupant les éléments pouvant commencer à décrire les indicateurs-concept selon les dimensions centrales (annexe G-5) menant à une formulation pour lesdites réponses du cœur : Indicateur-concept du contenant sécuritaire.**

**Format's indicator no.1: SAFE CONTAINER**

**Description**

For TCLP, a safe container is a place where the listening sessions takes place that is safe for speakers to share their experience about the conflict and for listener to listen. It is a space filled with loving and compassionate people that are holding the pain of personal stories. It can make it a healing experience for both the speakers and listeners (Cohen).

**Skills (competencies, abilities)**

The response of the heart starts here starts with the **intention** to create a safe container and the **motivation** is to (**action**) extend a presence that conveys to others that they are in a safe and respectful environment to express thoughts and feelings honestly, negative as well as positive. Each participant takes responsibility for the group's safety (one of the ground rule for the activity, explained and agreed at the beginning of the activity).

**Synergy and energy at work (type of spirituality)**

When participants focus on creating a safe environment, on compassion, empathy and love, the field is determined by those intentions. The power of the energetic field when a quality of listening is present creates a safe container for holding the pain of all sides and witnessing the stories. This type of healing presence enhances spiritual care and creates a space where spirituality can be expressed and it opens doors to understanding and wisdom about every side's perspectives.

**Predisposition of heart and spirit (through training, self-reflection and preparation)**

1. The priority chosen is to create safe spaces of resilience, connection and collaboration through which resolution can come about.
2. Participants need to have clarity about their own perspective with conflicts to focus on relationship with particular people and situations at a particular time. To bridge differences respectfully and durably, they need: 1. To address how the individuals and parties make meaning of their lives in light of conflicts and how they are influenced by culture, personality, context and a whole system of knowing: their worldview (part of awareness). 2. To learn to work on themselves in interpersonal relationships, especially when challenged on in conflicts. *This is a big part of the practice that will make them work on: An important part of CL practice is put into the attitude toward conflict, recognizing triggers and developing self-calming plans, noticing judgments toward oneself and others and finding the dynamics that keep people stuck in conflicts: how truth doesn't exist but only perspectives; the victim-perpetrator-savior drama triangle that perpetuates the conflicts and how to "notice, unpack and contain" these roles to transcend them into choices of creator-challenger-coach dynamics instead. Mindfulness is then an important part of the practice and participants need to become self-aware of their attitudes, thoughts, prejudices and actions that are not respectful of different perspectives.*

3. This quality of presence is easier to access from the place of being centered and fully present, both to oneself and to another person: where one feels anchored in the core of one's being, in synchrony with the calm, clarity and compassion that lives there (Cohen). Participants then need to be aware of distractions from within and without and practices like centering, awareness, meditation and rituals can be pivotal to be fully present and available to oneself and the other (Koerner, 2011?). Centered in that place, this quality of being can hold someone else's feelings and experiences, their pains, fears, and judgments, with equal care and respect (Koerner).

One participant in the 2010 TCLP delegation shares his experience with this type of environment during listening sessions: *"In sitting in one of those sessions it struck me that everybody in the room, in that circle, was having a perfect opportunity to express himself or herself exactly as they were and to have their own layers of resistance exposed to themselves if they were conscious and able to learn the steps that we've been looking at here. Everybody there had an opportunity to be exactly as they were and those who were learning the compassionate listening way, were being given a gift by the person who was expressing himself in a way that raised the existence in the person that was listening"*. En cours d'analyse et en arrimant avec des éléments liés aux propositions théoriques, les deux catégories plus larges suivantes furent établies pour englober ces éléments : « habiletés dialogiques » et « environnement ou espace dialogiques ».

## Annexe G-7

Tableaux : Regroupement de l'information au sein des neuf indicateurs-concept sous les dimensions dialogiques suivantes : prédisposition, habiletés, espace et type de présence. Lesdites réponses du cœur potentielles apparaissent sous la dimension de la prédisposition sous forme de facteurs d'intention, de motivation et d'action et d'effet et impact lorsqu'actualisées : Indicateur du contenant sécuritaire.

<b>Premier indicateur du FORMAT : CONTENANT SÉCURITAIRE (safe container)</b>		
<b><u>Prédisposition dialogique :</u></b> <b>Facteur d'intention</b>	<b>Facteur de motivation dans l'action</b>	<b>Facteur d'effet et d'impact</b>
L'intention est de créer un contenant sécuritaire propice à l'expression honnête des pensées et des émotions, autant celles négatives que positives.	La motivation dans le moment de l'action est de projeter une qualité de présence qui indique aux autres qu'ils sont dans un tel environnement.	Une qualité de présence du cœur aide les autres à se sentir en sécurité pour partager leur pensées et émotions de façon honnête (positive comme négatives).
<p><b><u>Habiletés dialogiques</u></b> en vue de créer des espaces et présence dialogiques :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prioriser et créer des espaces de résilience, de connexion et de collaboration</li> <li>Prioriser et créer des espaces où règne l'interdépendance qui unit les participants</li> <li>Apprendre à entendre et contenir la souffrance et blessures liées au vécu personnel</li> </ul>		
<p><b><u>Espace dialogique sécurisant et inclusif :</u></b></p> <p>Un espace où sont accueillis, entendues et partagées diverses perspectives en respect des différences et des similarités. Tout espace que l'on rend inclusif à tous, quel que soit leur appartenance culturelle, sociale, économique, religieuse ou autre, permet de renforcer le tissu social et la tolérance. Des rituels tels la lecture d'un poème, la méditation et centration sur soi aident à apporter une profondeur d'être et de centration dans le moment présent, conductrice d'une présence sécurisante et inclusive, sans laquelle la confiance peut être difficile à atteindre, pour transformer le conflit.</p>		
<p><b><u>Présence dialogique sécurisante et inclusive :</u></b></p> <p>Lorsque les gens focus sur la création d'un environnement sécuritaire, de compassion, d'empathie et d'amour, le champ est déterminé par ces intentions (Cohen 2011). Une qualité d'écoute aide à contenir la douleur venant de chaque côté du conflit. Cette qualité de présence demande des habiletés de se centrer à l'intérieur de soi, dans son essence profonde, en synchronicité avec le calme, la clarté et la compassion qui s'y retrouvent (Cohen, 2011). On doit par contre être conscient des distractions venant de l'extérieur et d'en soi et retourner à cette qualité de présence du cœur face à l'autre. Tous prennent responsabilité de ce type de présence et espace sécuritaire et inclusif.</p>		



## Annexe G-8

### **Choix d'une formulation menant aux dites réponses du cœur finales : l'indicateur-concept du contenant sécuritaire (en anglais dans cet exemple : safe container)**

#### **Safe Container**

**Description:** For TCLP, a safe container is a place where the listening sessions takes place that is safe for speakers to share their experience about the conflict and for listener to listen. It is a space filled with loving and compassionate people that are holding the pain of personal stories. It can make it a healing experience for both the speakers and listeners (Cohen).

**Skills (competencies, abilities):** The response of the heart starts here with the **intention** to create a safe container and the **motivation** is to (**action**) extend a presence that conveys to others that they are in a safe and respectful environment to express thoughts and feelings honestly, negative as well as positive. Each participant takes responsibility for the group's safety (one of the ground rule for the activity, explained and agreed at the beginning of the activity).

**Actualized 'response of the heart' for this indicator (in the questionnaire):** A quality of presence from the heart by myself (ourselves), helps the other feel safe to share his/her thoughts and emotions honestly.

## Annexe G-9

### Formulations finales des dites réponses du cœur pour chacun des neuf indicateurs-concept pour les fins du questionnaire en ligne.

- F1: (*contenant sécuritaire*) A quality of presence from the heart by listeners, helps the guest speaker feel safe to share his/her thoughts and emotions honestly.
- F2: (*non judgemental, non adversarial*) A nonjudgmental and nonadversarial environment open to perspectives from all sides of the conflict, helps the listeners soften their own version of “truth” and hear other perspectives.
- F3: (*histoires personnelles, narrative*) Listening and reflecting with an open heart to personal stories/experiences told by the guest speakers, helps listeners gain clarity and understanding.
- Mess 1: (*voir ce qu’il y a de plus précieux et unique en l’autre*) In looking for the guest speaker’s core essence (what is the most precious and unique in him/her) and encouraging its expression, listeners humanize rather than demonize him/her.
- Mess 2: (*avoir l’esprit ouvert; ouvert à des possibilités*) In keeping an open spirit during listening sessions, listeners witness new possibilities (e.g. to learn something new; to be surprised).
- Mess 3: (*écouter avec l’oreille spirituelle*) In calming the mental activity (thoughts) in order to be fully present to the guest speaker with the heart, listeners are better able to get to know the experiences that motivate his/her perspective.
- Messer 1: (*intention de guérison*) In connecting with the part that is suffering in the guest speaker, listeners give voice to what has truth and meaning for him/her.
- Messer 2: (*connexion profonde*) In connecting deeply with the guest speaker, listeners get to know better his/her underlying needs, feelings and values.
- Messer 3: (*écoute compassionnelle*) The type of listening involved in compassionate listening aims to transform the energy of conflict in giving voice to authenticity and common humanity.

## Annexe H : Indicateurs-concepts du Dialogue Intervision du Monde pour la Matrice

Équivalence des indicateurs de l'ÉC et DIVM dans la Matrice

<b>Écoute compassionnelle</b>	<b>Dialogue Intervision du Monde</b>
Le contenant sécuritaire	Interdépendance
Non adversarial, non jugemental	Diversité
Narratif/Histoires personnelles	Multiples identités et dynamiques de pouvoir
Voir l'essence profonde	Compassion
Ouvert d'esprit ; à des possibilités	Pluralisme
Écoute profonde	Discernement
Intention de guérison	Respect radical
Connexion profonde	Entraide mutuelle
Écoute compassionnelle	Leadership DIVM

## Annexe I : Description des polarités selon les travaux de Myss (2009, 2010)

Le tableau pour les polarités entre ombres et lumières montre une traduction libre de l'essentiel de la description soutirée d'une revue des écrits de Myss. En caractère gras sont des notions en résonnance avec la recherche et sous ces descriptions se trouvent des notes personnelles sur ces éléments. Finalement, on retrouve une description venant de Myss des vertus ou grâces.

OMBRE - Arrogance	LUMIÈRE - Révérence
<p>Une <b>attitude</b> de supériorité stimule (fosters) l'arrogance et mène à des actions de <b>séparation</b>, qui en retour ont pour résultat des <b>tensions</b> psychique, émotionnelle et mentale, résultant en des <b>troubles</b> (turmoil) physiques.</p> <p>Note : on voit la référence avec l'attitude à l'intention et motivation ; et les types de tensions et troubles, à la notion de mieux-être.</p>	<p>La révérence nous <b>connecte</b> avec un sens <b>d'unité</b> et <b>d'entièreté</b> (wholeness), <b>d'interconnectivité</b> et prend origine dans la <b>conscience divine</b>. Elle facilite la capacité de percevoir <b>l'entièreté</b> (whole) d'une situation, plutôt que de focaliser sur un ou deux aspects dont l'importance devient alors <b>exagérée</b>.</p> <p>Note : notion de connexion avec le verbe et nom d'interconnectivité (et qui rappelle la notion de synergie). La conscience divine réfère au divin, au cœur de la façon de voir l'autre pour Hoffman, mais aussi lié à mon modèle présenté plus loin. L'entièreté encore une fois réfère au healing : le tout (whole) en anglais. La notion d'exagération et emphase sur un point ou deux n'est pas sans rappeler ce qui est source de réactivité souvent. Avant de prendre la distance nécessaire pour mettre les choses en perspective et discerner.</p>

**Reverence:** *“Respect is the ego's expression of the grace of Reverence. The grace of Reverence grants a perception of unity in which the suffering of one tribe is understood to be interwoven with the suffering of all tribes. Reverence is the grace that enables us to see that all of life in and interconnected field of cosmic activity that has its origins and ending in divine consciousness. Reverence also leads one ever more deeply into a sense of awe. The presence of the sacred is perceived as the source of life, and your soul is deeply connected to that source. To be filled with awe is the response of the humble before the Divine, and a response that acknowledges that the power governing life is not contained or defined by intellectual parameters. Life is defined by a force much greater than can be measured by human intellect.”*

OMBRE - Orgueil	LUMIÈRE - Piété
<p><b>Séparer</b> l'autre du <b>Tout</b> (whole), du <b>divin</b>, afin de se servir soi-même (serve oneself). La perception qu'il y a quelque chose qui ne fonctionne pas est le <b>choix</b> de prendre quelque chose du Réseau de la <b>divinité</b> dans la Vie et de décider que cela n'a pas de raison <b>divine</b> (parce que la personne ne peut le voir, <b>judge</b> que cela doit</p>	<p>La définition classique est une révérence envers Dieu. C'est une Grâce qui cherche à voir ce qui est <b>divin</b>, la <b>présence</b> de la nature du <b>Divin</b> dans toutes choses. Cela aide à voir l'autre d'une <b>lumière illuminant</b> et alors, voir cette lumière en soi.</p>

<p>être ainsi, parce que cela le sert à lui-même et il ne peut voir la raison (<i>purpose</i>).</p> <p>Note : Notion de séparation, qui devient d'un tout (avec la définition de <i>healing</i> qui est de restaurer quelque chose dans un Tout, remettre Un). Ce tout faisant partie d'une dimension liée au divin : ce qu'on doit tenter de voir en l'autre pour Gene K.H.</p>	<p>Note : Encore une fois, la notion du divin est liée à voir en l'autre la lumière (divine) comme le suggère la méthode de l'ÉC. Associée au concept de présence, lequel est aussi central, avec la qualité de la présence. Cette qualité, dans le moment du choix, associé au divin de quelque façon, apporte-t-il le « type d'énergie », en tout ou en partie, et qui fut récurrente comme dimension venant des données d'entrevues ?</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Piety:** *“The classic meaning of piety is devotion to God. Piety seeks that which is divine in others. Piety is a grace that brings out our spiritual instincts, such as sensing that someone is in need of kindness or nurturing. It is a grace that draws us to interact with those in need and to give generously to those who in an earlier time would have been viewed as competitors. Another expression of the grace of Piety is to want to give the best of your inner resources to help "illuminate" another who turns to you for guidance. You call on Piety when you feel yourself slipping into a dark power play with another person, or when you fear that you are becoming contaminated by negative thoughts about others. The grace of Piety immediately shifts how you view another, enabling you to see with a softer heart.”*

<b>OMBRE - Self-entitlement (ayant droit, dû)</b>	<b>LUMIÈRE - Compréhension</b>
<p>Se sentir « self-entitled », par exemple de savoir pourquoi les choses lui arrivent, pourquoi cette douleur, cette <b>souffrance</b>, être blessé, etc. Alors que la grâce de la <b>compréhension</b> soulève la personne <b>au-delà</b> d'elle-même. Une force de création peut être derrière les événements mais la personne « self-entitled » va vouloir avoir les raisons expliquant ceci, va vouloir savoir et être comprise.</p> <p>Note : La souffrance est au cœur des préoccupations avec cette approche avec la compassion qui vise à la comprendre du point de vue de la personne (se mettre dans ses souliers) et vouloir l'en alléger. La dimension du « au-delà » suppose une transcendance quelconque.</p>	<p>Ouvre la capacité de voir <b>au-delà</b> de l'illusion entourant une circonstance et comprendre la <b>vérité plus profonde</b> sur ce qui se passe réellement. C'est la capacité de <b>transcender</b> la matière et une force <b>transcendante</b> qui dirige notre <b>attention</b> sur ce qui est nécessaire et utile. Aide à articuler pour les autres ce qu'ils peuvent avoir besoin de <b>comprendre</b> sur eux-mêmes.</p> <p>Note : Dimension de profondeur (écho de la catégorie centrale) dont de vérité (racines des blessures). Transcendance encore une fois et l'attention est un concept important concernant la présence et l'intention et motivation pour l'action, dont pour le moment du choix (ce sur quoi porte notre attention).</p>

**Understanding:** *“The ego views "understanding" on the personal level, as the ability to listen clearly to what someone is saying, or, conversely, as the need to be heard clearly by others. The grace of Understanding, in contrast, grants us the capacity to transcend matters transpiring at the personal level. This grace opens our capacity to see beyond the illusion of a circumstance and understand the deeper truth of what is really taking place. Like all graces, Understanding and its fruit, common sense, are not self-serving, but elicit your capacity to serve others. They are forces that rebuild your life so that you can help others heal. There is no end to the influence a grace can have on your life, but no grace can be commanded. You invoke its power through prayer, and it is released into your life to penetrate your situation, not to make the situation go away but to heighten your spiritual senses in response.”*

OMBRE - Wrath	LUMIÈRE - Fortitude
<p>Le type de colère qui trouve une façon de tout justifier. Le <b>cœur</b> « wrathful » colérique est une force puissante car elle peut toujours tourner la pitié de soi et des pensées similaires en soi. Un <b>cœur</b> « wrathful » colérique va diriger son « wrath » vers les autres, l'utiliser pour <b>blessier</b>. Les gens l'utiliseront notamment quand ils croient que quelque chose leur est dû (<i>entitlement</i>): « parce qu'ils ressentent qu'ils ont <b>souffert</b>, les autres vont <b>souffrir</b> ».</p> <p>Note : Notions du cœur, blessure et souffrance au cœur de cette dimension.</p>	<p>La force de « bear up » calmement, d'endurer, de <b>croire</b> ce en quoi les autres ne peuvent pas croire. Quelque chose que nous savons être <b>bien</b>, que nous savons être <b>vrai</b>.</p> <p>Note : Croyances, le bien, le vrai. Des propriétés rattachées à la spiritualité.</p>

**Fortitude:** *“The grace of Fortitude refers to a quality of courage that goes well beyond the kind associated with standing up for ourselves, or even, as the dictionary defines fortitude, the strength to bear misfortunes or pain calmly and patiently. The grace of Fortitude is essential for those who have awakened, for example, to the challenges of their highest spiritual potential. When you are working within the field of Fortitude, you may end up in a situation in which you have no choice but to help out. Some form of humiliation is often part of the picture, so you face obstacles that will humiliate you while you are trying to ground your vision in everyday reality. The reason for the humiliation is mystical in that you are forced to relinquish your personal vision of how something should be accomplished, allowing for the divine plan to be set in motion. Through some unforeseen turn of events that usually marks the beginning of divine intervention, something or someone will help you succeed in ways that you could never have anticipated. The success may not be huge by earthly standards, but following the humiliation, if you continue with Fortitude in the face of adversity, inevitably the most appropriate expression of success will unfold.”*

OMBRE - Gluttony	LUMIÈRE - Counsel
<p>La glotonnerie est : « Qu'est-ce que je peux avoir ? » Les <b>choix</b> que nous faisons qui sont « foolish » sur nous-mêmes et qui nous bloquent de la possibilité <b>d'entendre</b>, recevoir. Le manque de <b>vérité</b>, de tendresse et de précision envers les <b>autres</b>. Savoir que quelque chose est <b>vrai</b> mais ne pas vivre selon cela apporte un unela non <b>congruence</b>.</p> <p>Note : Notions de choix ; entendre (écouter) ; vérité et congruence, thème apporté dans la mappé conceptuelle II.</p>	<p>La <b>capacité</b> de prendre une <b>vérité élevée</b> (high), une <b>vérité mystique</b>, et de trouver une façon de l'actualiser en termes <b>pratiques</b> (ex. l'enseigner, porter conseils avec elle, l'incarner à travers l'esprit, le cœur, les mains). Cette Grâce aide à se voir et les autres avec plus de clarté et de faire des <b>choix</b> qui suivent une <b>vérité plus élevée</b>.</p> <p>Note : La capacité est en lien avec les habiletés – catégorie importante de l'étude. Encore une fois la notion de vérité élevée, mystique, etc. et de choix.</p>

**Counsel:** *“At its highest level, the grace of Counsel grounds mystical truths with human reason. The grace of Counsel seeks truth, so we must ask what precisely we mean by truth. Truths are constant and*

*universal, never changing, applying equally to everyone. Mathematics is a universal science with fundamentals that are constant and universal. The laws of physics and nature, such as gravity, cause and effect, magnetism, and the rhythm of tides, are constant. Included in this category are mystical truths that are also constant and universal, such as the energetic principles of yin and yang, as well as these: 1. What is in One is in the Whole; 2. As above, so below. Within every physical event is hidden a symbolic counterpart that represents the higher or cosmic purpose for the event; 3. What goes around comes around, a truth also known as the law of karma; 4. Forgiveness is the great healer of the soul; 5. The truth will set you free; 6. Energy precedes the creation of matter. 7. Thought precedes form.”*

<b>OMBRE - Envie</b>	<b>LUMIÈRE - Connaissance</b>
<p>Penser que quelque chose dans sa vie n'est pas assez bon. Envier le pouvoir des autres. Une mauvaise utilisation de la <b>connaissance</b>, de <b>l'intelligence</b>, la raison et qui peut faire en sorte que les personnes vont mentir. Peut leur faire prendre la <b>connaissance</b> et la déformer (twist). L'envie dirige les gens vers des endroits <b>sombres</b>, pas seulement par rapport à eux-mêmes mais ce qu'ils vont faire aux autres. C'est l'endroit des actions <b>sombres</b> (dark) ou des stratégies <b>sombres</b> (dark) sont créées.</p> <p>Note : La notion de connaissance et d'intelligence, qui peuvent être liées aux habiletés, aux choix, à la compréhension. Toute la dimension de « sombre » (<i>dark</i>) est ce pôle d'ombre dans la gestion des polarités pour le moment du choix (entre l'ombre et la lumière).</p>	<p>Une <b>connaissance</b> « gracieuse » (avec <b>grâce</b>). Le meilleur de l'esprit et le meilleur de la grâce. La <b>connaissance sacrée</b>, Knowis : va <b>au-delà</b> de la connaissance et nous est <b>révélé</b>. La <b>grâce</b> de voir ce qui ne peut être vu à travers des <b>yeux</b> ordinaires : ce que je peux savoir pour <b>aider</b> ; ce qui peut être donnée ; ce qui peut être <b>révélé</b>. La <b>connaissance</b> sur <b>moi-même</b>, ce dont je suis capable en termes de <b>blessure à l'autre</b> ; qui je suis <b>capable de blesser</b>.</p> <p>Note : Tout comme l'ombre : connaissance et habileté, dont de blesser (autant que de ne pas le faire), fait partie de la connaissance éclairée. La grâce et voir au-delà de ce sens, comme écouter, au-delà de l'oreille seule, mais celle spirituelle. Dévoiler des vérités plus profondes, comme peuvent être révélées – lié au mysticisme, quelque chose « au-delà ».</p>

**Knowledge:** *“The grace of Knowledge in its purest form manifests through us as a revelation about the nature of the Divine. In rare instances, one can have a revelation of knowledge directly from God. Revealed knowledge does not just come through saints and mystics. Revealed knowledge is given to those who are vessels of service to humanity in ways great and small. This is the grace that draws us inward toward the pursuit of the knowledge of God as it expresses itself through our inner yearnings and personal mysteries that cannot be solved or satisfied by the riches of the world. The three categories of knowledge are information, active knowledge, and gnosis, or knowledge revealed through grace. Your spiritual senses develop through these three levels, moving from organic survival gut instincts to an awareness of inner guidance motivated by personal need and, at last, to a devotion to mystical illumination.”*

<b>OMBRE</b> <b>Raison</b>	<b>LUMIÈRE</b> <b>Sagesse</b>
<p>(Comme ombre de cette grâce) Cherche une <b>justice</b> personnelle, comme si avait été flouée d'une certaine façon (alors que la <b>sagesse</b> assume qu'aucune action n'est prévue par le <b>Divin</b> pour blesser).</p> <p>Note : La notion de justice apparaît, mais c'est celle personnelle. La sagesse comme valeur et vertu entre aussi en jeu, dont liée à un Divin qui ici est en lien avec la notion de blesser (donc blessures). Réfère à une « vérité » plus grande que celle apparente.</p>	<p>La <b>vérité</b> acquise à travers <b>l'expérience</b>. La <b>capacité</b> de considérer des conséquences à nos <b>actions</b> (ex. les sept générations dans le futur pour les Premières Nations). Nous donne la force de <b>reconnaître</b> que la vie ne peut être vécue sans <b>douleur</b>, mais que nous pouvons minimiser notre <b>souffrance</b> en apprenant à faire des <b>choix sages</b>. Révèle la guidance sur qui nous sommes, comment nous vivons, et comment nous utilisons le pouvoir de notre âme créative, qui est une perspective différente de celle de la raison humaine.</p> <p>Note : Notions de vérité, mais ici mise en lien avec l'expérience. Comme si c'est de l'expérientiel qu'une sagesse jaillira ici. Il y a reconnaissance, lien avec la souffrance et choix qui doivent être fait pour être sages.</p>

**Wisdom:** *“With the grace of Wisdom, we return to that commonly used phrase, “God must have a reason for why this happened to me”. That reason cannot be found in logic of human rationality, but it can be found by seeking the grace of Wisdom. This grace, in its purest form, reveals guidance about who you are, how you are living, and how you are using the power of your creative soul, which is a much different perspective from that of human reason. Reason seeks personal justice, as if we have been wronged in some way. Wisdom assumes that no action is intended by the Divine to harm us; yet all actions must include the active ingredients of human consciousness in the constant balancing of yin and yang, the positive and the negative.”*



## **Annexe J : Ébauche d'introduction et objectifs du Guide lié au modèle théorique et appliqué**

### **MÉMO - Première itération de l'objectif et raison d'être d'un guide pour le modèle émergent**

**Objectif du manuel-guide :** Ce manuel présente un modèle et des outils facilitant la mise en œuvre d'une culture de la paix véritable dans tout environnement. La paix sera véritable dans la mesure où elle adresse les racines des difficultés et des conflits dans un environnement et en présence de conditions et facteurs que nous considérons nécessaires pour la création d'une telle culture. Nos travaux académiques et d'intervenants sur le terrain de la résolution de conflit et de la construction de la paix nous ont amené à identifier ces éléments que nous voulons partager avec le plus grand nombre de personnes et de milieux possibles. Ceci, car nous constatons l'urgent besoin de milliers de gens de s'outiller pour créer des environnements de paix qui prennent en compte à la fois les facteurs intérieurs et extérieurs qui pour nous sont indissociables. Ce manuel est donc présenté avec le souci de rendre l'information disponible à un grand public, ce qui n'empêche pas le modèle présenté d'être soutenu par des évidences scientifiques dont les références sont réunies à la fin de l'ouvrage. Le manuel comprend l'exposition d'un modèle à la fois dans ses dimensions théoriques que ses dimensions appliquées d'où le titre de modèle théorique et appliqué. Il comprend des instructions et outils guides permettant d'identifier les forces et les obstacles dans quelque milieu que ce soit, et à toute échelle, afin d'évaluer jusqu'à quel point une culture de paix véritable est présente et des moyens pour la réaliser. Le modèle est présenté sous forme d'un outil que nous nommons : le *Tic Tac Toe de la paix* qui peut être compris et utilisé par un grand nombre de personnes, basé sur le jeu d'enlèvement de trois x ou de trois o à la verticale, l'horizontale ou la transversale ; dans une matrice comprenant les 9 éléments qui nous apparaissent essentiels pour un bien-être et paix intérieure et extérieure, à la lumière des écueils actuels pour la paix. C'est notre souhait que cet outil soit connu, utilisé et intégré à divers efforts de construction positive des relations interpersonnelles dans tout milieu.

**Comment utiliser ce manuel-guide :** La première partie porte sur le cadre conceptuel et appliqué soutenant le modèle. Nous verrons qu'il repose sur les approches intervisionnelle et de l'écoute compassionnelle. Combinées, ces approches ont mené à la création d'un modèle intégral tenant compte les facteurs à la fois intra personnels (à l'intérieur de l'individu) qu'interpersonnels (en lien avec les autres) ; ainsi qu'intra et inter groupes à divers niveaux. On y présente les principes centraux sur lequel repose le modèle, ainsi que la matrice relationnelle de trois variables et de neuf indicateurs clé. Des explications et conseils quant à leur intégration dans tout milieu pour cheminer vers une culture de la paix véritable suivent. La deuxième partie présente des outils clé pour créer une culture de la paix intérieure et extérieure véritable et des conseils pour leur application dans des milieux tels la famille, l'école, le travail, ainsi qu'au sein de la communauté, d'environnements politiques, économiques et religieux. La troisième partie compile les exercices et instructions utilisés dans les approches intervisionnelle et de l'écoute compassionnelle, ainsi que ceux plus directement lié à l'utilisation du modèle intégral présenté dans ce manuel. Les annexes sont riches de renseignements connexes et comprend notamment une webographie et bibliographie permettant au lecteur d'approfondir plus à fond des composantes et écrits soutenant le modèle.

## **Annexe K : Analyse de variations entre les trois stades de la connexion sociale : l'exemple du contenant sécuritaire**

Cette annexe présente un mémo théorique rédigé en stage avancé d'analyse.

### **Mémo 1 : Analyse de la variation entre les stades en général selon quatre dimensions dialogiques**

Ce mémo présente une réflexion sur des éléments de variation dans les trois stades que l'on peut trouver avec la pratique de l'ÉC, à la lumière de quatre dimensions dialogiques qui se sont révélées importantes dans le stage avancé de l'étude : prédispositions, habiletés, espaces et type de présence. Les données de recherche jumelées à des observations et expériences à titre de chercheur, participante et facilitatrice soutenaient cette réflexion penchée sur l'essence même de la pratique du point de vue de l'écouteur en sessions d'écoute. Comme il s'agit d'un mémo théorique, il apparaît sous la forme d'une réflexion continues et non 'arrêtées' en termes de vérité absolues. Il participe à 'l'action de théoriser' vers le modèle final dans lequel on retrouvera certaines traces ici. (Présenté tel que rédigé sans corrections)

### **STADE DE LA SÉPARATION**

**Prédispositions dialogiques.** Un écouteur peut ne pas montrer de désir de connecter véritablement avec l'autre. Il peut projeter (ou non) une apparence de distance ou de séparation envers cette personne. Soit en l'exprimant comme tel ou en envoyant des signes non-verbaux à cet égard. On pense par exemple à une position de fermeture face à l'autre avec la tête baissée et aucun regard direct : ce que j'ai observé lors d'une session d'écoute venant d'une déléguée. Il va s'en dire que le contact avec les yeux est un élément important de la connexion tel que constaté dans cette étude. Une personne pourrait aussi ne pas dégager vers la personne un intérêt ou une attention : ce qui peut supposer une position de fermeture, mais il sera difficile de le confirmer sans un aveu de sa part ou avec de réelles preuves à l'appui. Certains peuvent paraître 'froids' ou indifférents et ne pas l'être ? Divers types de personnalités entrent en jeu, voir des différences culturelles ou un malaise devant un étranger ou étrangère malgré les apparences.

L'écoute compassionnelle prédispose certes à mettre de côté ces barrières et se concentrer sur une écoute profonde de l'autre - menant habituellement à une connexion minimale, voir profonde potentiellement. Et si la personne était intéressée à connecter, mais à son rythme et à sa façon ? D'où l'importance d'abord de se doter de paramètres sous forme d'outils et de guides permettant de se responsabiliser dans la relation avec les autres. Ensuite d'acquérir des habiletés permettant qu'une communication interpersonnelle minimale (et profonde au niveau optimal) prenne place en lien avec l'autre. La notion de prédisposition est donc importante pour faciliter et favoriser le cheminement vers la résolution de conflit et la construction de la paix. En comprenant mieux ce qui est en jeu dans le continuum entre la séparation et la communion et en ayant les moyens de développer des prédispositions, habiletés, environnement et type de présence dialogiques favorisant la connexion, nous augmentons la probabilité de succès à ce niveau.

**Habiletés dialogiques.** En état de séparation au niveau des habiletés dialogiques, on peut penser à une difficulté à comprendre les pièges du mental (pensées) dont le jugement est liée à la capacité de les gérer pour laisser place à une ouverture permettant de connecter (en état de fermeture). Lors des sessions d'écoute, tout en entendant l'autre parler, la personne a un dialogue intérieur se centrant sur ce qu'elle perçoit comme des faiblesses (chez l'autre) et choisit (consciemment ou non) de ne pas écouter ou

connecter avec l'autre. La personne se bloque de la capacité de rester curieuse pour entendre un point de vue différent du sien. Peut-être, parce qu'elle se sent menacée face à la position de l'autre et/ou de son groupe d'appartenance identitaire. Ce qui en fait peut être perçu à ce niveau mais pas nécessairement ou entièrement conforme à la réalité. On pense ici à des préjugés, à de l'intolérance, etc. Ou alors, la personne peut ne pas vouloir connecter. Que ce ne soit pas manque d'intérêt à certains points de vue, où sachant (consciemment ou inconsciemment) qu'elle devra faire des efforts pour réviser sa position, ses pensées, croyances, sentiments, comportements et autres envers l'autre, et/ou son groupe d'appartenance. C'est ici que des capacités à entendre des perspectives différentes des siennes, tout en restant capable de connecter avec l'autre (ne serait-ce que minimalement), deviennent importantes. Ceci demande une certaine autoréflexivité et autorégulation des émotions et comportements. Donc on pourrait penser dans ce pôle, que c'est à ce niveau que cela se joue : la personne ne veut ou ne peut faire d'effort ou des pas vers un lien ou contact véritable avec l'autre. Dans ce pôle, il n'est pas question de profondeur alors que l'on en est à aucune ou très peu de connexion.

**Environnement dialogique.** Un environnement où la séparation règne plutôt que la connexion en sera un qui ne favorise pas le rapprochement. Que ce soit par la disposition de la salle, de l'endroit au niveau des meubles, chaises, proximité des gens physiquement, etc. Et même si ces éléments sont parfaitement disposés, l'ambiance et le format peuvent ne pas prêter à la connexion, et en ce concerne l'ÉC : à l'écoute de l'autre et à la possibilité de lui procurer une compassion dans cette écoute. Donc l'espace pour entendre, d'ouverture minimum pour que l'autre puisse exprimer ses sentiments, opinions, expériences ou autre n'est (potentiellement) pas présent ou les gens présents ne créent pas le type d'ambiance propice à la connexion. Un environnement sans sécurité par exemple va nuire : que la menace soit physique, psychologique, économique, spirituelle, religieuse, politique ou autre, les gens en général ne seront pas à l'aise dans un tel endroit et peuvent avoir peur ou ne pas pouvoir connecter avec l'autre.

**Présence dialogique.** C'est probablement cet indicateur qui est le plus intéressant 'énergétiquement' à explorer pour savoir s'il y a connexion ou non. C'est ici que la dimension du « cœur » entre le plus en ligne de compte à mon avis. On pense aux qualités exposées dans la littérature pour le dialogue et qui comprennent en grande partie la façon d'être, le comment, donc l'art au-delà des techniques, ces dernières demeurant importantes évidemment. Si la personne ne montre pas de réciprocité dialogique, ce sera le discours avec la langue de bois (expression utilisée en politique). Il peut y avoir une apparence de connexion mais d'autres indices au niveau de la prédisposition et des habiletés peuvent trahir la personne comme n'étant pas directement intéressée (ex. à la vérité clairement énoncée, à l'autre, la situation, etc.). Lors des sessions d'écoute, elle ne veut ou va pas montrer ou propulser une visée qui va vers l'autre, pour entrer en contact communicatif, savoir qui l'autre est, ce qui la motive, son histoire, etc.

## STADE DE LA COMMUNICATION

**Prédispositions dialogiques.** Dans cet espace entre la séparation et la communion se trouve divers degrés de communication en termes de qualité relationnelle envers l'autre. Être prédisposé à communiquer, donc à avoir une certaine connexion avec l'autre, est visible quand une personne s'approche de l'autre, se positionne est positionnée pour l'écoute, lui parler, entrer en contact, même si minimalement. La connexion sera plus profonde avec des signes, verbaux ou non-verbaux d'élan vers l'autre, de contact réciproque, d'échange. La personne est ouverte à communiquer et par le fait même à connecter. La connexion sera remarquée par un ton de voix chaleureux minimalement, des paroles indiquant une certaine joie d'être là, un désir et intention de communiquer, selon le contexte.

**Habiletés dialogiques.** On voit ici que la personne possède le minimum d'habiletés à la communication, c'est-à-dire : (mettre littérature). La personne accepte d'écouter avec une certaine ouverture, mais il y aura certaines limites quant à la profondeur de cette connexion au niveau de la qualité (de l'écoute et de la connexion) qui prend place. C'est ici que des habiletés de connecter, dont profondément, peuvent entrer en ligne de compte. Les gens sauront le faire avec les gens près d'eux, qu'ils connaissent (ex. membres de leur famille, amis, membres d'un même groupe d'appartenance). C'est quand il s'agit de le faire avec des gens qui ne pensent pas comme eux ou appartiennent à des groupes d'appartenance dont ils ne se sentent pas d'affinité et sont même en désaccord, que des habiletés dialogiques de communication en situation d'adversité entrent en ligne de compte.

Les raisons pour une ouverture et connexion qui n'atteint pas le point de communion peuvent être diverses. Par exemple, la personne ne sait pas comment faire et peut ne jamais avoir réfléchi à la question (d'où l'importance de la prédisposition). Ou elle peut se dire : « Je suis prête à écouter jusqu'à un certain point, s'il ou elle parle de telle ou telle chose, je cesserai de le faire ». Donc l'habileté sera tempérée avec un « bouton » de fermeture et ouverture à divers degrés de l'expansion de soi-même vers l'autre pour entrer en contact. Il s'agira d'une écoute et connexion conditionnelle (à certains paramètres, croyances, seuil de tolérance, etc.). L'écoute en communication.... (Littérature).

**Environnement dialogique.** Les facteurs cités ci-haut n'étant pas propices à la connexion peuvent être redressés dans la communication : format et ambiance au niveau des meubles, des activités qui prennent place et qui sont propices à la communication et connexion, les gens et le déroulement créant une ambiance propice à l'échange et la communication ou non. Déjà d'établir des objectifs ou messages clé en faveur de la communication crée une différence.

**Présence dialogique.** L'écouteur peut se placer en position plus d'attention vers l'autre (face à face, regard porté sur l'autre, certain élan). Ce qui lui démontre un intérêt et une attention. Par contre, ce non-verbal ou attention sera moins grande au moment où l'autre témoigne de quelque chose qui apporte une fermeture.

## **STADE DE LA COMMUNION**

**Prédisposition dialogique.** La prédisposition de cœur et d'esprit pour une communion avec l'autre en est une foncièrement consciente, choisie, du moins avoir choisi de connecter profondément avec l'autre, peut-être quiconque comme valeur de vie. Mais en temps normal, le besoin de se protéger minimalement des personnes autour de soi étrangères du moins, fait en sorte que cette propension à procurer une compassion connective de la sorte peut venir de valeur humanistes, éthique et morale possiblement, mais certainement spirituelles, voir religieuses. Car dans ce pôle il y a ce choix proactif. Tout comme un état complet de séparation avec l'autre est un choix. Ceci, car on va naturellement se distancier ou se rapprocher des autres. La crainte et l'amour de l'autre font partie de notre nature et selon les circonstances, perceptions, etc. il y aura un choix conscient, semi-conscient ou inconscient de plus ou moins connecter profondément avec l'autre.

**Habiletés dialogiques.**

La personne connaît les éléments importants à prendre en compte dans l'écoute compassionnelle et les met en application. Elle réussit une autorégulation (autoréflexivité) qui fait en sorte qu'elle demeure connectée à ce que dit l'invité. Elle se met dans ses souliers et se laisse transformer par la situation. Elle peut s'autoréguler en termes d'obstacles à la connexion et choisir les habiletés pour connecter profondément avec l'autre. C'est en partie naturel et en partie appris. Vivre de façon compassionnelle comme style de vie certainement renforcé les expertises et expérience de ce niveau de connexion. C'est plus facile d'aimer profondément ses parents, ses enfants, par exemple. Au près d'étrangers, cela demande de traverser des frontières de méfiance minimum que les êtres ont pour assurer leur protection.

**Environnement dialogique.** Un environnement comprenant les indicateurs de l'écoute compassionnelle comme le modèle les a identifiés fait une énorme différence pour inclure des conditions et facteurs propices à la connexion profonde, celle avec le cœur et où l'agenda est très clairement celui-ci : la raison d'être de l'activité. Tout devient synergétique par la suite et certainement l'exemple apportée par des facilitateurs y ait pour beaucoup. En plus du fait que spécialiste de ce type de connexion et des pièges et facilitateurs qui vient avec, ils verront à gérer ces conditions dans l'environnement, pour le mieux : propice à la connexion profonde avec le cœur, selon les éléments d'intention, motivation et action dévoilé avec l'analyse axiale.

**Type de présence dialogique.** La qualité de l'écoute et de la compassion se traduit par une présence de qualité. Favorablement, l'invité ressent cette connexion et cela l'amène à se sentir en sécurité et s'ouvrir. Les deux se sentent transformés par la situation et constatent le bien-être que cette ambiance procure. Il s'agit d'une atmosphère de confiance et d'ouverture dans une humanité partagée. C'est ici que certains éléments de la littérature et expérience, ex. avec psychothérapeute James Finlay entre en ligne de compte sur l'effet de compassion/connexion et ce qui peut se passer dans un état de connexion très grand en termes de transformation et guérison.

## **Mémo 2 : Analyse de la variation entre les stades selon les témoignages des participants aux entrevues et des observations : Processus social de base intégrant les deux premiers processus**

La variation porte sur les trois stades (séparation, communication et connexion profonde) et ce qui caractérise les participants aux entrevues à divers niveaux (tous y apparaissent deux fois pour les intégrer tous). Ceci, selon le tableau intégrateur vu dans le chapitre 4 qui explore jusqu'à quel point il peut y avoir des 'conséquences' ou effets/impact liées aux vices et vertus selon la quatrième dimension de la Matrice dans le chapitre 4. Il s'agit ici du mémo théorique portant sur le premier indicateur-concept : le contenant sécuritaire.

### **VARIABLE DU FORMAT**

#### **Zones d'ombre et de lumière : Arrogance versus révérence**

La façon d'examiner les forces polarisantes pour le modèle est inspiré des travaux de Myss (année), soit selon l'angle d'impact en termes de transformation, voire de guérison pouvant se produire dans le passage entre des états de séparation, vers une communication et même une communion avec l'autre.

Ceci, en fonction d'un mieux-être et paix intérieure et extérieure avec les zones d'ombre et de lumière exploratoires pour les indicateurs liés à la variable du format étant :

### **L'arrogance versus la révérence**

**Définitions.** On retrouve comme définitions dans le dictionnaire (Petite Robert) : L'arrogance est définie comme une « insolence méprisante ou agressive – fierté, hauteur, insolence, présomption, suffisante. Mépris ». On dira que l'orgueil « ne déplaît tant que parce qu'il se donne, s'attribue et s'arrogé tout : d'où est venu le mot arrogance » (Rivarol). Ses contraires sont l'aménité, déférence, humilité et modestie. La révérence est définie comme un grand respect mêlé de retenue et même de crainte, considération, égard, déférence, respect, vénération ; s'adresser à quelqu'un avec révérence.

**Selon Myss** (source, traduction libre) : Une attitude de supériorité stimule l'arrogance et mène à des **actes de séparation**, lesquels en retour apportent des **tensions psychiques, émotionnelles et mentales** qui mènent à un **trouble (turmoil) physique**. À l'opposé, la révérence nous connecte avec un **sens d'unité**, de complétude et d'**interconnectivité** et a pour origine la **conscience divine**. Elle nous permet de voir **l'entièreté de la situation** plutôt que de se centrer sur un ou deux aspects dont l'importance devient exagérée, laissant place à la **manifestation d'une grâce particulière** qu'elle explique de la façon suivante (Reverence selon courriel reçu) :

*“Respect is the **ego's expression** of the grace of Reverence. The **grace** of Reverence grants **a perception of unity** in which the **suffering** of one **tribe** is understood to be interwoven with the **suffering of all tribes**. Reverence is the **grace** that enables us to see all of life in an **interconnected field** of cosmic activity that has its origins and ending in **divine consciousness**. Reverence also leads one ever **more deeply** into a sense of awe. The **presence of the sacred** is perceived as the source of life, and your **soul is deeply connected to that source**. To be filled with awe is the **response of the humble before the Divine**, and a response that acknowledges that the power governing life is **not contained or defined by intellectual parameters**. Life is defined by a **force much greater than can be measured by human intellect**.”*

**Mémo.** Ce qui peut faciliter l'ancrage dans le pôle de la séparation est le jugement envers l'autre : un des obstacles majeurs durant la pratique de l'écoute compassionnelle tel qu'identifié par les participants aux entrevues. Travailler sur les jugements sur soi et l'autre fait aussi partie du curriculum de TCLP. Le jugement fixe l'emphase sur un ou deux aspects de la personne au détriment d'un regard global sur cette dernière, dont des éléments méritant révérence à titre d'être humain. L'aspect auquel nous nous accrochons et qui porte jugement devient un élément d'enseignement sur soi-même. Il dévoile un ou des angles explicatifs sur notre fermeture ou réactivité, voir pourquoi et comment nous en sommes venus au jugement sur ce qui fut dit, fait ou projeté. Se souvenir des facilitateurs à la connexion, dont profonde, notamment la seule compassion comme choix et habileté, permet de demeurer respectueux malgré ce qui nous sépare de cette personne. Cela fait souvent partie de ce qui nous différencie au niveau identitaire. C'est en permettant à la blessure, chez-soi et chez l'autre, de nous atteindre tout en sachant comment s'en distancier – donc faire preuve de perspective et de discernement – que l'écouteur saura capter de nouvelles dimensions chez celui ou celle qui parle et qui viendront nuancer ces deux ou trois éléments sur lesquels ils avaient mis une emphase exagérée. Cette distanciation demande de se retirer de son propre point de référence et accueillir d'autres plus larges et par le fait même différent. Une extension de la conscience, cœur, esprit, est en jeu.

La force liée à dire et entendre son histoire personnelle, son vécu et expérience, comprend une richesse importante. Notamment, elle comprend un certain aspect spirituel intégrateur des différentes dimensions de l'être où la personne peut parler de ce qui fait sens pour elle, sa raison d'être, une compréhension sur ses façons de penser et d'agir, rectification de faits sur le conflit selon son vécu, connecter au niveau des sentiments devant la tristesse (ou autre émotion) provoquée par l'écoute de l'histoire. Et qui peut être le déclencheur pour l'écouteur, à comprendre ce qu'il en retourne de son point de vue et vécu face au conflit. Bref, les divers bénéfices sont énoncés dans le chapitre 5 avec la présentation du modèle.

L'arrogance porte sur l'exagération d'un détail ou deux au détriment d'un regard plus large sur le tout, la personne, avec révérence, qui plus est, peut figer des blessures (en lien avec ce focus exagéré sur des détails) vers diverses conduites dont ne pas entendre l'autre, mais qui peut aller jusqu'à un désir de vengeance si on est en situation de conflit. De plus, on peut penser que de ne pas s'accrocher ou exagérer des détails racontés par l'invité, même s'ils sont jugés déplaisants, permet potentiellement d'éviter de tomber dans le piège de l'arrogance. Notamment, en évitant de se sentir supérieur, plus important, « meilleur » que l'autre. Il en va du jugement et de l'interprétation de la valeur de l'autre, selon ce qu'il ou elle partage comme témoignage.

La révérence signifie un respect fondamental et profond pour l'autre (dictionnaire Petit Robert, 2004) et à cet égard, connaître les aléas de cette réalité où diverses vérités/perspectives se côtoient, permet de rester en distance suffisante pour ne pas rigidifier et fixer les blessures liées aux perceptions et souffrances. Cela diminue de plus une réactivité devant ce qu'on perçoit comme vrai ou faux, bien ou mal, et autres polarités nous établissant dans le pôle des bons et les autres des mauvais. Il y aura communion quand il n'y a pas besoin de division et où la connexion est profonde en termes de reconnaissance, c'est-à-dire « connaître à nouveau » et cela peut être dans des dimensions humaines communes. Ou via des insights tel une des délégués mentionnant dans un de ces moments de communion avec une invitée qu'elle a atteint un niveau où même si en désaccord elle « était avec elle ».

L'arrogance qui vise à 's'arroger' à soi-même (et les autres vices en général) montre une prépondérance vers soi, ses intérêts (au détriment de ceux de l'autre potentiellement). À partir de soi, pour revenir à soi, un rétrécissement de la conscience avec la fermeture à l'autre (ce qui est apte à recevoir une révérence). Ou partir de l'extérieur (quelque chose que l'on veut, que l'on veut s'approprier, s'arroger) vers soi. L'amour par contre est une visée, un élan du cœur vers l'autre. Le blocage à considérer l'entièreté de la personne, de la situation, du conflit, là où le focus porte sur un aspect ou deux, au détriment du portrait complet est problématique dans le sens que de capter ce 'portrait complet' justement ne peut se faire sans écoute, compassion et fournissant l'espace pour apprendre à connaître l'étendue des enjeux liés à la situation, à la personne. C'est la raison pourquoi l'information apportée par les médias doit comprendre le plus de points de vue ou d'angles possibles, sans jugements immédiats et laissant un espace sécuritaire pour que ce qui a besoin d'être dit, le soi, de façon diversifiée et non-polarisante. Il en va pour tous les secteurs de la vie civile, d'où l'importance de la création de cultures de la paix qui incluent l'exposition et l'intégration de diverses façons de connaître (ways of knowing), tel que le suggère le modèle.

La révérence comme 'grâce qui nous permet de voir que toute la vie est un champ cosmique interconnecté d'activités cosmiques', augmente certes notre connexion à ce type de conscience. D'où l'élément de transcendance présentée dans le pilier précédent dans l'interface entre la conscience humaine et divine. Ainsi, un état de révérence pour Myss permet de mieux savoir quels sont les bons et mauvais choix que l'on peut faire pour nous. Cela prédispose à voir ce qui ne connecte pas avec l'autre pour y travailler plus de patience, d'écoute, d'effort de compréhension au-delà de ce qui est *at face value*, vs *at heart value*.

En ce sens, dans l'analyse de la variation, mon attention porte beaucoup sur ce qui se passe en termes d'autoréflexivité et d'autorégulation en lien avec les trois stades de la connexion sociale. Car voilà que l'approche de l'ÉC vise à contrer les pièges de la séparation et faire cheminer vers la connexion profonde. Voyons des exemples en lien avec les trois indicateurs du format.

***Variations entre participants aux entrevues en lien avec les trois indicateurs de la variable du format***

**Indicateur 1 : Contenant sécuritaire**

1-----2-----3-----4-----5	Aucun	Un peu	Moyen	Élevé	Profond
	SÉPARATION (pas de connexion)		COMMUNICATION (une certaine connexion)		COMMUNION (une connexion profonde)
	<u>Réponse du cœur non actualisée</u> : Il n'y a pas d'intention de créer un contenant ou environnement « sécuritaire », ou de motivation de projeter quelque indice que ce soit aux autres qu'ils sont dans ce type d'environnement. C'est-à-dire, un contexte leur permettant d'exprimer leurs pensées et émotions de façon honnête, autant celles négatives que positives. Il n'y a pas de prise de responsabilité de la sécurité du groupe à ce niveau-là.		<u>Réponse du cœur exploratoire en partie actualisée</u>  Les éléments de gauche et de droite sont présents à des degrés différents.		<u>Réponse du cœur actualisée</u> : L'intention de créer un contenant sécuritaire et la motivation est (action) de projeter une présence qui indique aux autres qu'ils sont dans un environnement sécuritaire, pour exprimer leurs pensées et émotions de façon honnête, négatives autant que positives est pleinement réalisée. Chaque participant prend entièrement responsabilité pour la sécurité du groupe.

Les causes menant à un positionnement dans le pôle de la séparation - notamment qu'il n'y a pas d'intention et de motivation dans l'action de créer un contenant sécuritaire peuvent être diverses. Un délégué peut par exemple croire qu'il n'est pas nécessaire pour lui de participer à la création d'un environnement où l'invité peut exprimer ses pensées et émotions, quelles qu'elles soient, positives et négatives et montrer des signes verbaux et non-verbaux à cet effet. Il peut ne pas se sentir responsable de cette dite sécurité à apporter à l'autre, au groupe, selon le contexte et l'environnement dans lesquels prend place la session d'écoute. S'il y a un sentiment, attitude, prédisposition, pensée, action ou autre qui démontre un sentiment de supériorité à quelque niveau que ce soit (ex. 'mon peuple, culture ou autre, est plus important ou meilleur que le tien, la tienne, etc.), nous sommes plus dans une zone d'arrogance que de révérence selon cette polarité. Laquelle demande justement de voir ce qu'il y a de plus précieux et unique en l'autre, de reconnaître le divin en l'autre : ce qui est demandé en bout de ligne avec l'ÉC. À titre d'exemple de variations entre les délégués - quelles que soient les intentions et motivations conscientes, semi-conscientes ou inconscientes, mais aussi le degré de capacité tel que nous avons vu plus haut entre le « vouloir » et le « pouvoir » - j'ai observé lors d'une session d'écoute au sein de la délégation de 2010 en Israël-Palestine les variations suivantes.

***Pôle de gauche avec la séparation.*** Une déléguée, Suzie, montrait une posture non verbale pouvant être interprétée comme le fait qu'il voulait pas ou ne pouvait pas connecter avec l'invitée de la session d'écoute, du moins directement. Peut-être était-il figé par la peur, le dégoût ou l'aversion envers l'invitée qui était un militant très actif dans un groupe de colons juifs occupant des logements ayant



auparavant appartenu à des palestiniens et qui en furent chassés. Visuellement, on voyait ce délégué porter un chapeau bien calé sur la tête et garder son regard fixé au sol pendant la session d'écoute. Plutôt que de regarder l'invité alors que le regard peut être facilitateur de connexion comme vu plus tôt. Sa tête et ses épaules étaient détournés de l'invité : vers la gauche, l'invité étant à sa droite. Du moins, je ne l'ai pas observé tout au long de la session, il peut y avoir eu quelques regards, mais sa tête baissée détournant un regard direct vers cette invitée fut la posture dominante durant la session d'écoute. Il semblait visiblement mal à l'aise me suis-je dit et les propos qu'il a tenus concernant cet invité par la suite étaient très vindicatifs. Ces deux personnes font partie de groupes d'appartenance à priori opposés dans ce conflit, sont activistes et sensibles sur les questions de justice. Ce délégué a montré ces patrons de comportements auprès d'autres invités du même groupe d'appartenance. Le point ici, avec cet indicateur, est que l'invité peut ne pas avoir ressenti qu'il était dans un espace sécuritaire ou accueilli en ce sens à la vue du non verbal de ce délégué. Cela demeure sa prérogative et peut être matière à interprétation. Par contre, lors de discussions pouvant mener à des perspectives fortement opposées, le fait que la personne opposée à notre perspective nous écoute avec un non verbal montrant le désir et l'effort d'une écoute (profonde favorablement) et avec considération, cela peut modifier le cours de l'interaction. L'invité peut même se découvrir dans l'expérience de dire et raconter son histoire quand on connaît la force du narratif pour plusieurs.

**Centre du continuum avec la communication.** Une variation dans ce passage entre un état pouvant paraître de séparation vers un de communication auprès de ce même invité vient d'une autre déléguée, Alicia, de la même affiliation culturelle et religieuse que Suzie. Elle a admis en entrevue qu'elle trouvait que les propos de cet invité dépassaient la raison mais qu'elle est demeurée curieuse et respectueuse de son point de vue. Elle le disait, n'indiquant pas qu'il y avait un attachement ou connexion importante, qu'une présence en cette session d'écoute demeurant à l'écoute. Elle disait connaître ce type de narratif et priorisait contribuer à élever des consciences sur le conflit dans des actions porteuses au niveau interreligieux dans son pays en vue d'augmenter la tolérance et aider à diminuer les préjugés envers les musulmans lors de son retour au pays (dans ce cas-ci étant les États-Unis). Cette forme de distance ou de détachement face à ce qui apparaissait *at face value* dans la session d'écoute, était transformé *at heart value* pour elle dans l'affirmation de vouloir œuvrer à l'expansion des consciences. Son verbal et non verbal apparaissait plus ouvert malgré la tension sur les propos soulevés par l'invitée et elle témoignait de son expérience de façon calme. Une connexion n'était pas profonde à son égard par contre. Ainsi, le passage entre la simple tâche d'écouter et le faire avec le cœur en vue d'une connexion profonde sur ce qui est unique et précieux en cette invitée, fut le défi de plusieurs participants aux entrevues avec cet invité. Voyons une résultante avec la prochaine déléguée.

**Pôle de droite avec la connexion profonde.** Lors de la période de question et commentaires à la fin du témoignage de cette invités, une déléguée, Lucy, a indiqué par la suite s'être énormément forcée à « trouver », ou saisir, voir déceler cette essence profonde et précieuse en l'invitée. Ceci fut reconnu par les autres délégués, témoins de la façon dont elle s'est adressée à l'invité suivant son témoignage : le partage de ses impressions et questionnement ont atteint un niveau de profondeur et d'humanité commune très grands, tout en étant honnête sur des enjeux importants en termes de souffrance (donc ne camouflant pas les défis en jeu). Elle a su reconnaître ce qui animait au plus profond d'elle cette invitée et qui touche ses valeurs, tout en apportant la problématique au sein de ses actions (colonialisme fondamentaliste en Israël-Palestine) mais sans la juger. L'invitée a partagé comment certains aspects et blessures de sa jeunesse l'ont porté vers ces activités. La déléguée demandant à son avis comment Dieu verrait ce qui se passe, l'invitée a répondu que seul lui le sait et qu'en bout

de ligne, les colons tentent de suivre ce qu'ils leur semblent appropriés. L'échange permettait de prendre une certaine distance vers ce que chacun pouvait voir comme la 'vérité' et une distance de cette tension pour revenir à un ancrage de plus grande perspective. Le tout dans le respect malgré la tension palpable. Le contenant sécuritaire permettait à chacun, dont l'invitée, de ne pas rester sur des positions de 'possession de la vérité' sans ambages. Des fissures de réflexion et remise en question s'installaient pendant que tous demeuraient témoins et solidaire de la réflexion prenant place dans cet espace qui se voulait foncièrement dialogique : l'invitée et cette dernière déléguée laissant place à l'autre et non que tourné sur soi (comme l'invitée laissait transparaître à plusieurs égards depuis le début de la session d'écoute). Des co-délégués ont communiqué à cette déléguée les commentaires suivants après la session d'écoute : « You must have very good parents ! », témoignant d'habiletés d'empathie transmis par ses parents il semble bien. Une autre a dit : "I learned a lot from you in this listening session !", témoignant de la difficulté commune vécu face à cette invitée et comment atteindre un niveau important de connexion malgré cela et tout en adressant les enjeux réels. L'expérience de cette déléguée est aussi le fait qu'une fois cette connexion établie, il lui est venu naturellement à la fin de la session lors d'une conversation individuelle avec l'invitée de lui communiquer un besoin fondamental qu'elle ressentait chez cette invitée et qui était en bout de ligne de vivre une certaine paix intérieure et c'est ce qu'elle lui a souhaité. Cette invitée a écrit un courriel à Leah le lendemain de la session d'écoute indiquant comment appréciative elle était de cette rencontre, laquelle disait-elle était d'une grande qualité.

On voit ici le non jugement dans le pôle de droite, malgré bien des évidences pour ce faire venant du discours et position de l'invitée, et le choix conscient et proactif de tenter de connecter de façon profonde pour atteindre un niveau de compréhension plus grand, ainsi qu'une fortitude et autres vertus faisant partie de la Matrice (car elles aussi sont en synergie et interdépendante). C'est un art autant qu'une science que d'y parvenir. Il faut par contre souligner que cette déléguée pour l'exemple du pôle de la connexion profonde n'est pas d'origine arabe et ne fait pas partie de la culture arabe. Cela peut faciliter un certain détachement lié à diverses dimensions du vécu (historique, psychologique, social, etc.). Comme quoi dans les diverses perspectives se situent une multitude de nuances et éléments à comprendre tel qu'en fait foi l'adage suivant : « Celui qui juge ne comprend pas ». L'important étant d'indiquer que plusieurs des participants aux entrevues ont mentionné avoir fait cet effort d'une connexion avec cette invitée malgré toute la difficulté en jeu, ont pu identifier un élément de positif en lien avec elle, qui pouvait somme toute constituer une passerelle pour un échange favorablement transformationnel pour tous au niveau humain et de prise de conscience pour la paix intérieure et extérieure. Des blessures profondes, autant chez les écouteurs que les écoutés peuvent être en lien avec un vécu politique, socio-culturel, religieux, économique, historique ou autre. C'est ici que les enseignements de l'ÉC sont importants à mon avis : chacun peut faire le choix, voir prendre la responsabilité personnelle, d'ouvrir son cœur malgré tout. Et alors que ce passe-t-il dans cet espace et dimension de mystère lorsqu'il est question de transformation et guérison ? Cet espace est celui de la communication et le minimum d'ouverture et de désir (vouloir et pouvoir) de le laisser s'installer cette possibilité et action il semble bien. Ensuite, au-delà des positions différentes, une place est faite pour la communication dialogique (et non monologique car laissant une place à l'autre et non à son seul égo et ses blessures) pour discuter.

Ces exemples de variation résonnent aussi en lien avec les deux autres indicateurs du format comme on peut en voir dans les descriptions exploratoires dans ce qui suit. Et même avec plusieurs indicateurs des autres variables. Comme quoi ici aussi les frontières entre ces éléments existent pour des fins d'explication et regard plus pointu sur des éléments déconstruits pour mieux comprendre le Tout.

## **Annexe L : Questions-guide pour le pré-test du questionnaire en ligne**

**Instructions pour le pré-test du questionnaire envoyé à deux collègues par courriel et réponses au téléphone, ainsi que pour les dix anciens délégués de TCLP.**

**Instructions :** Ci-joint tu trouveras une ébauche de mon questionnaire et j'aimerais que tu fasses ceci :

1. **D'abord le remplir comme une ex-participante pratiquant l'écoute compassionnelle** dans une session d'écoute (par exemple, celles que nous avons fait à la Chaire de recherche auprès d'Éloi et Morisho, ou au centre œcuménique auprès d'Aoua et autres ; mais tu connais le format, c'était celui utilisé lors des délégations, car mes participants à l'étude sont les participants aux délégations TCLP).
2. **Compter le temps que cela te prend en général.** Dans ton cas, tu peux photocopier le document et le remplir par écrit. Tu peux ne pas mettre trop de temps sur le qualitatif. Ce n'est qu'un test.
3. **Ensuite, answer these questions:**
  - a. Did you understand the questions - Was there some difficult to comprehend?
  - b. Was wording an issue?
  - c. Was the English ok, some corrections?
  - d. Were instructions adequate?
  - e. Is the format clear ? (online).
4. **Autres questions sur la validité :**
  - a. Face validity: Do the measure seem to be getting the desired results? or Doe the measure does what it's supposed to do? Or Do the items on... are accurate ways to indicate...?
  - b. Content Validity: Does the content of the items cover all the dimensions of the idea?
  - c. Construct validity: Sometimes achieved after the test is done. Based on actual results.
  - d. Criterion validity : si je testais mes items. Qu : exhaustive ?
5. **Autres questions sur la fiabilité**
  - a. consistency: expectations that there won't be different findings each time the measures are used, ensuring that nothing has changed in what is being measured
  - b. parallel form: compare à d'autres set d'items
  - c. Interrater reliability : D'autres chercheurs sont d'accord (terrain, comme Sharon, Leah, Patrice, etc.).
6. **Tout autre commentaire, recommandations, etc.**

## **Annexe M : Courriels d'invitation et de rappel à remplir le questionnaire en ligne**

### **Courriel envoyé le 26 avril 2015 aux répondant du questionnaire : Reminder**

Dear participants to past TCLP delegations,

This is a kind reminder of the invitation to fill out a Survey on Compassionate Listening for my PhD research. You will find the instructions on how to proceed and the Survey in the following link: (link).

If you have completed it, please ignore this reminder and make sure to answer the sociodemographic questions at the end of the Survey. Thank you for your support!

Your responses are highly important and will contribute important knowledge on this approach for peacebuilding. The deadline for completion is in 10 days: **May 5th, 2015**.

If you need more information on this research, don't hesitate to contact me via e-mail or at (phone number). Your collaboration is greatly appreciated!

Best regards,  
Brigitte Gagnon  
University of Montreal

### **Courriel envoyé le 4 mai 2015 aux répondants du questionnaire : Last Reminder**

Dear participants to past TCLP delegations, if you have completed the survey, please ignore this reminder and make sure to fill out the whole survey and/or last section on sociodemographics.

This is the **LAST REMINDER** of the invitation to fill out a Survey on Compassionate Listening at: (e-mail address).

The deadline is extended to **May 11th, 2015**. Your participation will contribute important information for research and field work in peacebuilding.

Don't hesitate to contact me via e-mail or at (phone number) for more information and thank you for your collaboration!

Best regards,  
Brigitte Gagnon  
University of Montreal

## **Annexe N : Questionnaire en ligne**

### **Lette d'introduction au début du questionnaire et consentement :**

Purpose of the Survey: This online survey is administered by Brigitte Gagnon, Ph.D. student in Religious Studies at the University of Montreal, Canada. The research aims to study the experiences and transformations related to the practice of compassionate listening for past participants in delegations organized by The Compassionate Listening Project (TCLP). It also aims to understand the process and spirituality at the heart of the compassionate listening method. Your name and e-mail address were provided by Leah Green, Yael Pettreti or Andrea Cohen-Kiener from TCLP. The data collected will be included in the researcher's doctoral thesis and may be included in scientific publications. By participating in this research, you will be able to help advance knowledge of the compassionate listening approach and its contribution to peacebuilding.

Confidentiality and risk: This project has been approved by the Ethics Board of the University of Montreal. Your participation is voluntary and anonymous. Your answers will be compiled with the ones provided by other participants and be used for scientific research purposes only. You will remain anonymous and no information with the potential to identify you will be published. Your survey answers will be stored in a password protected electronic format as Survey Monkey does not collect identifying information such as your name, email address or IP address. The information collected will be stored in a locked filing cabinet in a locked office and it will be destroyed seven years after the end of this study. Once you have completed and sent this survey, it will be impossible to remove yourself from participating to the study as it is anonymous. At the end of the survey you will be asked if you are interested in participating in an additional interview if needed. If you choose to provide contact information your survey responses may no longer be anonymous to the researcher. However, no names or identifying information would be included in publications or presentations and your responses will be confidential. There are no foreseeable risks involved in participating in this study than those encountered in day-to-day life. If you find some questions distressing and need some support, please contact the researcher (Brigitte Gagnon).

Instructions: To fulfill the research objectives, it is important that participants answer all the questions as much as possible. The Survey takes approximately 30-60 minutes to fill out. If you decide to stop answering questions without completing it, the questions already saved might be used for research unless you advise the researcher that you don't want the questions already answered to be used. Your answers to the survey save automatically as you complete each page with the NEXT button (bottom). If you start filling out the survey and wish to complete it at a later time, re-open the survey using the same computer and the link provided in the original invitation email. At the end of the survey, click SEND to submit. You have 3 weeks to fill it, from April 14 to May 5, 2015.

Contact for information: Contact Brigitte Gagnon at (email address and phone number) if you have questions regarding this study or the survey. You can also write to her PhD Thesis Supervisor, Prof. Patrice Brodeur at (e-mail address). For concerns about your rights or the researcher's responsibilities related to this study, you can contact the University of Montreal's Ethical Advisor at (email address and phone number). A complaint may be lodged with the ombudsman of the University of Montreal (phone number).

I have read and understood the above information and I voluntarily consent to participate in this study.  
(yes) (no)

**Questionnaire en ligne (personnes ayant consenti à la question précédente) :**

**Q1: I have read and understood the above information and I voluntarily consent to participate in this study.**

**Q2: Did you complete the following training offered by The Compassionate Listening Project (TCLP) (aside from the training received during the delegation)?**

1. Introduction to Compassionate Listening
2. Advanced I
3. Advanced II
4. Certification as a Compassionate Listening Facilitator
5. Other training offered by TCLP

**Q3: In what year did you participate in your first or only TCLP delegation?**

**Q4: In what year did you participate in your second TCLP delegation? (If applicable)**

**Q5: In what year did you participate in your third TCLP delegation? (If applicable)**

**Respondent skipped this question**

**Q6: Where did your TCLP delegation(s) take place?**

1. Israel-Palestine
2. Germany
3. USA
4. Guatemala
5. N/A

**Q7: Are you currently involved in peacebuilding activities (with TCLP or other initiatives)?**

**Q8: What type of function do you exercise in your peacebuilding activities?**

1. Staff
2. Consultant/Self-employed
3. Volunteer
4. Researcher
5. Other (please specify)

**Q9: For how many years have you been involved in peacebuilding activities?**

**Q10: What MOTIVATED you to participate in one or more TCLP delegation(s)? SELECT ALL THAT APPLY**

1. I wanted to improve my knowledge and/or skills (e.g. about the conflict; peacebuilding; listening)
2. I wanted to meet people who are directly involved with the conflict in the region visited by the delegation
3. The truth of the compassionate listening approach had strong resonance within me
4. I wanted to visit the region where the delegation took place
5. I wanted to bring back some knowledge/skills to my country for peacebuilding/interreligious dialogue
6. I wanted to be useful and help people in the region visited, in listening to them
7. I have a religious affiliation with the region visited by the delegation
8. I had signs or a calling to participate in a delegation
9. My previous experience with compassionate listening made me want to know more about it
10. I have a family affiliation in the region visited by the delegation
11. (optional) Comments or other motivating factors

**Q11: How IMPORTANT are the following factors in the Compassionate Listening practice, in general?**

*(Likert scale from Very important to Not that important and Don't know or don't remember)*

1. Valuing the other at a fundamental level
2. Openness and receptivity
3. A "response of the heart"
4. An emotional engagement and understanding
5. An accurate cognitive understanding of the situation, the other and oneself
6. Choosing freely to love the other
7. A healing intention to see what is the most precious and unique in the other, in a safe environment
8. Connecting deeply with an open spirit, in a non-judgmental and non-adversarial environment  
Deep listening with the heart to personal stories and experiences
9. Deep listening with the heart to personal stories and experiences

**Q12: Are the following factors common CHALLENGES for the listener during compassionate listening sessions, in general?**

*(Likert scale from Very common challenge to Not a common challenge and Don't know or don't remember)*

1. Judgments made about the guest speaker
2. Wondering if the guest speaker is honest
3. Feeling and extending compassion, even when not agreeing with the guest speaker

4. Continuing to feel compassionate when the guest speaker is in a defensive mode Not a common challenge
5. Controlling personal automatic reactions when triggered by the guest speaker
6. Keeping things in perspective when strongly challenged by the guest speaker
7. Balancing personal interests with that of the guest speaker

**Q13: Are the following factors HELPFUL for the listener during compassionate listening sessions, in general?**

*(Likert scale from Very helpful to Not that helpful and Don't know or don't remember)*

1. Finding ways to let go of judgments made about the guest speaker
2. Staying away from too much mental activity
3. Identifying the guest speaker's feelings and values
4. Staying open and curious towards the guest speaker, when having difficulty to connect with him/her
5. Respecting the guest speaker's own reality and perspective, whether agreeing with him/her
6. Looking into the eyes of the guest speaker
7. Getting to a point within oneself, where one can connect deeply with the guest speaker

**Q14: Can you recall a situation during a listening session where you shifted or moved from a difficulty to connect with the guest speaker to a sense of deep connection with him or her?**

*(Choice between Yes, No, I don't remember)*

**Q15: Please DESCRIBE the situation. EXPLAIN how or why this shift took place (from a difficulty to connect with the guest speaker to a sense of deep connection).**

*(Open question)*

**Q16: In the situation you just recalled, were the following factors HELPFUL in moving to a sense of deep connection with the guest speaker? GIVE DETAILS (optional)**

*(Likert scale from Very helpful to Not that helpful and Don't know or don't remember)*

1. A safe container (safe space; safe environment)
2. A nonjudgmental and nonadversarial environment
3. The guest speaker sharing his/her story and experience
4. Looking for the guest speaker's core essence (what is the most precious and unique in him/her)
5. Keeping an open spirit, open to possibilities (e.g. to learn something new; to be surprised)
6. Deep listening from the heart
7. A healing intention
8. The motivation to connect deeply
9. Compassionate listening as an overall method



**Q17: In the situation you just recalled, did you experience the following PERSONAL SHIFTS (within you), in moving from a difficulty to connect with the guest speaker to a sense of deep connection with him or her? GIVE DETAILS (optional)**

*(Likert scale from Very much to Not at all and Don't know or don't remember)*

1. Shift from a sense of superiority to a sense of unity or interconnectivity
2. Shift from a focus on my own needs or interests to a sense of the nature of the Divine
3. Shift from feeling entitled to something (e.g. have one's opinion considered; suffering acknowledged), to setting one's attention on what was the most important to listen to with compassion
4. Shift from feeling angry to a sense of strength or courage to bear up calmly, to endure
5. Shift from blocking the listening to choosing to follow a higher form of Truth or knowledge
6. Shift from a sense of envy (e.g. at the power of others; something they have) to a deeper understanding
7. Shift from seeking a form of personal justice (e.g. feeling wronged) to realizing that pain and suffering are part of life
8. Shift from wanting to have reasons (e.g. why things happen as they do) to more wisdom
9. Shift from having a difficulty to understand (e.g. something; someone) to a deeper empathy

**Q18: During listening sessions, were the following factors HELPFUL to move from a difficulty to connect with the guest speaker to a sense of deep connection with him or her? GIVE DETAILS (optional)**

*(Likert scale from Very helpful to Not that helpful and Don't know or don't remember)*

1. A safe container (safe space; safe environment)
2. A nonjudgmental and nonadversarial environment
3. The guest speaker sharing his/her story and experience
4. Looking for the guest speaker's core essence (what is the most precious and unique in him/her)
5. Keeping an open spirit, open to possibilities (e.g. to learn something new; to be surprised)
6. Deep listening from the heart
7. A healing intention
8. The motivation to connect deeply
9. Compassionate listening as an overall method

**Q19: During listening sessions, did you experience the following PERSONAL SHIFTS (within you), in moving from a difficulty to connect with some guest speakers to a sense of deep connection with them? GIVE DETAILS (optional)**

*(Likert scale from Often to Never and Don't know or don't remember)*

1. Shift from a sense of superiority to a sense of unity or interconnectivity
2. Shift from a focus on my own needs or interests to a sense of the nature of the Divine

3. Shift from feeling entitled to something (e.g. have one's opinion considered; suffering acknowledged), to setting one's attention on what was the most important to listen to with compassion
4. Shift from feeling angry to a sense of strength or courage to bear up calmly, to endure
5. Shift from blocking the listening to choosing to follow a higher form of Truth or knowledge
6. Shift from a sense of envy (e.g. at the power of others; something they have) to a deeper understanding
7. Shift from seeking a form of personal justice (e.g. feeling wronged) to realizing that pain and suffering are part of life
8. Shift from wanting to have reasons (e.g. why things happen as they do) to more wisdom
9. Shift from having a difficulty to understand (e.g. something; someone) to a deeper empathy

**Q20: During listening sessions, were you aware when your heart was closing (or "hardening"), and when it was opening (or "expanding") to be compassionate? If so, please DESCRIBE.**

*(Open question)*

**Q21: Do you remember PHYSICAL or PHYSIOLOGICAL changes happening within you, in moving to a deep sense of connection with a guest speaker? If so, please DESCRIBE.**

*(Open question)*

**Q22: Do you remember witnessing physical change(s) or shift (of any sort) happening in a guest speaker during a particular listening sessions? If so, please DESCRIBE.**

*(Open question)*

**Q23: In your experience, do the following statements reflect what the practice of compassionate listening is trying to achieve, in general?**

*(Likert scale from Very much to Not at all and Don't know or don't remember)*

1. A quality of presence from the heart by listeners, helps the guest speaker feel safe to share his/her thoughts and emotions honestly.
2. A nonjudgmental and nonadversarial environment open to perspectives from all sides of the conflict, helps the listeners soften their own version of "truth" and hear other perspectives.
3. Listening and reflecting with an open heart to personal stories/experiences told by the guest speakers, helps listeners gain clarity and understanding.
4. In looking for the guest speaker's core essence (what is the most precious and unique in him/her) and encouraging its expression, listeners humanize rather than demonize him/her.
5. In keeping an open spirit during listening sessions, listeners witness new possibilities (e.g. to learn something new; to be surprised).
6. In calming the mental activity (thoughts) in order to be fully present to the guest speaker with the heart, listeners are better able to get to know the experiences that motivate his/her perspective.

7. In connecting with the part that is suffering in the guest speaker, listeners give voice to what has truth and meaning for him/her.
8. In connecting deeply with the guest speaker, listeners get to know better his/her underlying needs, feelings and values.
9. The type of listening involved in compassionate listening aims to transform the energy of conflict in giving voice to authenticity and common humanity.

**Q24: I was transformed in the following ways by my experience with compassionate listening, related to the CONFLICT (in the region visited):**

*(Likert scale from Very much to Not at all and Don't know or don't remember)*

1. I am less reactive about the conflict
2. I am better at setting aside my perspective about the conflict
3. I have less prejudice about other side(s) of the conflict
4. I developed abilities to deal with the conflict

**Q25: I was transformed in the following ways by my experience with compassionate listening, related to LISTENING FROM THE HEART:**

*(Likert scale from Very much to Not at all and Don't know or don't remember)*

1. I feel like a better listener
2. I can make my heart feel open more easily
3. I am more able to connect with the heart
4. I am more aware of my mental activity while listening

**Q26: I was transformed in the following ways by my experience with compassionate listening, related to CONNECTION:**

*(Likert scale from Very much to Not at all and Don't know or don't remember)*

1. I gained tools to connect deeply with people
2. It is easier for me to connect with some people than before the delegation
3. I am better at connecting with the humanity in the other
4. I am more aware of changes within me when connecting with the heart
5. I am more aware of personal challenges in connecting with others

**Q27: I was transformed in the following ways by my experience with compassionate listening, related to SPIRITUALITY:**

*(Likert scale from Very much to Not at all and Don't know or don't remember)*

1. A profound change in my core values and/or priorities
2. A connection to something greater than the human realm
3. A greater alignment with my life purpose or path
4. A sense of self with profound humility and regard for all human life

5. A greater sense of unity

**Q28: I was transformed in the following ways by my experience with compassionate listening:**

*(Select all that apply)*

1. Broadening of worldview
2. More forgiveness of others
3. More dedication toward creating a peaceful world
4. Enhanced ability to connect deeply with others
5. Improved relationship with others
6. Increased coping strengths
7. Some healing (e.g. wounds, past experience, etc.)
8. Improved relationship with self
9. More forgiveness of self
10. Greater pain or suffering (of any sort)
11. Increased sense of security (of any sort)
12. Increased ability to care for myself
13. Redefinition of identity
14. Decreased pain or suffering (of any sort)
15. Decreased sense of vulnerability
16. Mystical experience
17. (optional) Details or other transformations

**Q29: (optional) What was the most profound TRANSFORMATION or HEALING you experienced during the delegation(s)?**

*(Open question)*

**Q30: Select the three to five (3-5) most important contributions the compassionate listening approach brings to peacebuilding:**

1. Listening to the other is the first step to peacebuilding
2. The safe space to meet others that otherwise we might never meet
3. The group responsibility to not blame the other
4. The sense of hope in the companionship of people who struggle with similar issues The common humanity fostered when listening deeply to each other
5. The intelligence of the heart that lead towards connecting, in a different way than the intelligence of the head
6. The sense of communion experienced by a group of compassionate people
7. The humanity of the other being central in this approach
8. The form of interconnectedness that is fostered by this approach
9. The grassroots nature of the compassionate listening approach to peacebuilding
10. A powerful process that can heal and transform

**Q31: (optional) What was the most profound MOMENT you experienced during the delegation(s)? (If not already answered in previous questions).**

*(Open question)*

**Q32: Did the following factors, related to the MANAGEMENT of the delegation(s), affect your experience? (Likert scale from Very positively to very negatively and Don't know or don't remember)**

1. Administration
2. Facilitators

**Q33 : Gender :**

*(Women, Man)*

**Q34: What age group do you belong to?**

*(Choices from Less than 14 years old to 65 or older)*

**Q35: What is your marital status?**

*(Choices from Single, never married to Divorced, separated, widow and Prefer not to say)*

**Q36: What is the highest level of school that you have completed?**

*(Choices from Less than high school to Post graduate: Doctoral/post doctoral and None of the above)*

**Q37: What is the total annual income of the HOUSEHOLD in which you live?**

*(Choices from Less than \$30,000 to 120,000 or more and Prefer not to answer)*

**Q38: Which of the following categories best describes your employment status?**

*(Choices from Employed, working full-time to Retired and Prefer not to say and Other, please specify)*

**Q39: What is your nationality (or nationalities)?**

*(Choices of different countries to select)*

**Q40: To what ethnic or cultural group do you belong? SELECT ALL THAT APPLY and/or SPECIFY in open space**

*(Choices of different ethnic or cultural group to select)*

**Q41: Do you identify with any of the following religions? SELECT ALL THAT APPLY**

*(Choices of different religions to select)*

**Q42: How active do you consider yourself in the practice of your religious preference(s)?**

*(Choices from Very active to Not active and Does not apply and Prefer not to answer)*

**Q43: To what extent do your religious or spiritual beliefs give you the strength to face everyday difficulties?**

*(Choices from Very important to Not important and Prefer not to answer)*

**Q44: What language do you mainly speak at home?**

*(Choices between English and Other language, please specify)*

**Q45: How comfortable are you with your ability to read English?**

*(Likert scale from Very comfortable to Very uncomfortable and Prefer not to answer/Don't know)*

**Q46: My comments about this survey are:**

*(Open question)*

**Q47: OPTIONAL: Please give your name, email address or phone number if you accept to be contacted by the researcher by phone or email. The reason would be to get additional information on one or more than one answer(s) you provided, if needed. Your contact information will remain confidential to the researcher (see details in the introduction section of this survey). *(Open question)***

## Annexe O : Compilation statistique sur le profil des répondants du questionnaire et leur participation à la formation et délégations de TCLP et dans le domaine de la construction de la paix

**Tableau 16 : Données sociodémographiques et autres caractéristiques liées au profil des répondants**

Caractéristiques	n	%
<b>Sexe</b>		
Woman	29	65.9%
Man	15	34.1%
<b>Âge (années)</b>		
Less than 14 years old	0	0.0%
14 to 35 years old	1	2.2%
36 to 50 years old	3	6.7%
51 to 64 years old	18	40.0%
65 or older	23	51.1%
<b>État matrimonial</b>		
Single, never married	3	6.7%
Married or domestic partnership	26	57.8%
Divorced, separated, widow	15	33.3%
Prefer not to say	1	2.2%
<b>Niveau d'éducation</b>		
Less than high school	0	0.0%
High school or equivalent	0	0.0%
Post-secondary (trade school/college/university)	6	13.3%
Post graduate: Master's degree	29	64.4%
Post graduate: Doctoral/post-doctoral	10	22.2%
None of the above	0	0.0%
<b>Revenu total du ménage</b>		
Less than \$30,000	6	13.6%
\$30,000 to \$59,999	4	9.1%
\$60,000 to \$89,999	11	25.0%
\$90,000 to \$119,999	3	6.8%
\$120,000 or more	15	34.1%
Prefer not to answer	5	11.4%
<b>Occupation</b>		
Employed, working full-time	8	17.8%

Employed, working part-time	4	8.9%
Self-employed	8	17.8%
Not employed, looking for work	0	0.0%
Not employed, not looking for work	1	2.2%
Retired	21	46.7%
Prefer not to say	0	0.0%
Other (please specify)	3	6.7%
 Langue la plus souvent parlée à la maison		
English	45	100.0%
<hr/>		
<b>Autres Caractéristiques</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<hr/>		
Pays de nationalité		
Canada only	4	10.3%
United States only	31	79.5%
Canada and United States	2	5.1%
Brazil	1	2.6%
Germany	1	2.6%
 Groupe ethnique ou culturel*		
Arab	0	0.0%
Asian/Pacific Islander	1	2.4%
Black	0	0.0%
Indigenous/Aboriginal	0	0.0%
Jewish	19	45.2%
Latin American	1	2.4%
White	28	66.7%
Multiracial and/or multicultural	1	2.4%
Prefer not to answer	0	0.0%
Other	3	7.1%
 Religion d'appartenance*		
Budhism	22	48.9%
Christianity	16	35.6%
Hinduism	1	2.2%
Islam	0	0.0%
Judaism	20	44.4%
Native American spirituality	4	8.9%
Inter/Non-denominational	6	13.3%



Paganism	3	6.7%
Atheism/Agnostism	7	15.6%
No religion	2	4.4%
Other	11	24.4%
Niveau de pratique de sa religion		
Very active	16	35.6%
Somewhat active	17	37.8%
Not very active	6	13.3%
Not active	4	8.9%
Does not apply	2	4.4%
Prefer not to answer	0	0.0%

\* Plus d'un choix de réponse pouvait être sélectionnée par répondant

**Tableau 17 : Importance des croyances religieuses et spirituelles pour donner une force à faire face aux difficultés de tous les jours**

*Question 43. To what extent do your religious or spiritual beliefs give you the strength to face everyday difficulties?*

Importance	n	%
Very important	25	55.6%
Somewhat important	12	26.7%
Neither important nor unimportant	4	8.9%
Not very important	2	4.4%
Not important	2	4.4%
Prefer not to answer	0	0.0%

**Tableau 18 : Niveau de confort avec l'anglais écrit**

Niveau de confort	n	%
Very comfortable	43	97.7%
Comfortable	0	0.0%
Neither comfortable nor uncomfortable	0	0.0%
Uncomfortable	0	0.0%
Very uncomfortable	1	2.3%
Prefer not to answer/Don't know	0	0.0%
Total	44	

**Tableau 19 : Niveau de formation offerte par TCLP complétée**

**Question 2. Did you complete the following training offered by The Compassionate Listening Project (TCLP) (aside from the training received during the delegation)?**

Formations	N	Yes, before my (first) delegation	Yes, after my (first) delegation	No	Don't remember
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
Introduction to CL	56	17 (30%)	8 (14%)	26 (46%)	5 (9%)
Advanced I	45	5 (11%)	8 (18%)	29 (64%)	3 (7%)
Advanced II	42	2 (5%)	7 (17%)	31 (74%)	2 (5%)
Certification as a CL Facilitator	43	0 (%)	4 (9%)	38 (88%)	1 (2%)
Other training offered by TCLP	43	4 (9%)	8 (19%)	30 (70%)	1 (2%)

**Tableau 20 : Année de participation à la première ou seule délégation de TCLP**

**Question 3. In what year did you participate in your first or only TCLP delegation?**

Année	n	%
1998	3	5.5%
1999	1	1.8%
2000	1	1.8%
2001	1	1.8%
2002	2	3.6%
2003	7	12.7%
2004	4	7.3%
2005	3	5.5%
2006	5	9.1%
2007	1	1.8%
2008	6	10.9%
2009	0	0.0%
2010	1	1.8%
2011	8	14.5%
2012	7	12.7%
2013	0	0.0%
2014	5	9.1%
Total	55	100.0%

**Tableau 21 : Année de participation à la deuxième délégation de TCLP**

*Question 4. In what year did you participate in your second TCLP delegation? (If applicable)*

Année	n	%
1998	0	0.0%
1999	0	0.0%
2000	0	0.0%
2001	0	0.0%
2002	1	10.0%
2003	3	30.0%
2004	3	30.0%
2005	0	0.0%
2006	1	10.0%
2007	0	0.0%
2008	1	10.0%
2009	0	0.0%
2010	0	0.0%
2011	0	0.0%
2012	0	0.0%
2013	0	0.0%
2014	1	10.0%
Total	10	100.0%

**Tableau 22 : Année de participation à la troisième délégation de TCLP**

*Question 5. In what year did you participate in your third TCLP delegation? (If applicable)*

Année	n	%
1998	0	0.0%
1999	0	0.0%
2000	0	0.0%
2001	0	0.0%
2002	0	0.0%
2003	1	33.3%
2004	2	66.7%
2005	0	0.0%
2006	0	0.0%
2007	0	0.0%
2008	0	0.0%
2009	0	0.0%
2010	0	0.0%
2011	0	0.0%
2012	0	0.0%
2013	0	0.0%

2014	0	0.0%
Total	3	100.0%

**Tableau 23 : Lieu de participation de la délégation organisée par TCLP**

*Question 6. Where did your TCLP delegation(s) take place?*

Pays/région	First or only delegation	Second delegation	Third delegation
Israel-Palestine	52	6	2
Germany	5	2	2
USA	0	4	0
Guatemala	2	0	0
N/A	0	3	3
Total	59	15	7

**Tableau 24 : Implication dans le domaine de la construction de la paix**

*Question 7. Are you currently involved in peacebuilding activities (with TCLP or other initiatives)?*

	n	%
No	27	45.0%
Yes	33	55.0%
Total	60	100%

**Tableau 25 : Fonctions exercées dans le domaine de la construction de la paix**

*Question 8. What type of function do you exercise in your peacebuilding activities?*

Rôle*	n
Staff	8
Consultant/Self-employed	7
Volunteer	21
Researcher	1
Other (please specify)	3

\* Plus d'un rôle pouvait être sélectionné par répondant

**Tableau 26 : Nombre d'années d'implication dans le domaine de la construction de la paix**

*Question 9. For how many years have you been involved in peacebuilding activities?*

Nombre d'année(s)	n	%
Less than 1 year	2	6.7%
1 to 5 years	2	6.7%
6 to 10 years	10	33.3%
More than 10 years	16	53.3%
Total	30	100.0%

## Annexe P : Passage d'une difficulté à connecter à une connexion profonde : Classification des commentaires des répondants au questionnaire

### Éléments de contexte et type de changement vécu dans le passage d'une difficulté à connecter vers une connexion profonde avec un invité des sessions d'écoute

Éléments de contexte pour chaque répondant	Passage d'un état ou sentiment pour ce répondant	à un autre état ou sentiment menant à une connexion profonde
Shabat at a home in a huge settlement that divides the West Bank. Like being in Southern California or Florida, after being in the West Bank; very lush and green.	Listening to his story,	his hospitality and good spirit opened me to her.
An American orthodox Jew on a kibbutz who expressed strong feelings of rightful ownership of the "Holy Land".	While initially I felt threatened by her viewpoint,	in listening more deeply, I heard her pain and fear and longing
An Israeli Jew was describing how he was forced to leave Gaza after the agreement Sharon made with the Palestinians.	I didn't understand his commitment to the land and his sense of being victimized by the decision and the Palestinians.	It took time and a deep-listening practice for a shift to occur.
	learning to live in the moment rather than past or future	noticing common needs, reactions and experiences
		discovering a shared hope, desire, need
We were listening to a man who was a settler		what shifted me/us was his appreciation of how deeply we had listened to him.
	I had strong impulses to correct what I knew to be incorrect information. I gave in twice,	then reminded myself I was there to listen, not to judge. I put myself in her place, as if I was an actress pretending I thought it was true.
I can't recall the details so well	but I went from a place of skepticism, being somewhat unreceptive to where this person was coming from,	to a place of some understanding and sympathy
I don't remember the specifics	but I do remember transitioning from listening to the Palestinians to the Israeli's.	The perspective I heard first seemed so crystal clear to me. It seemed impossible to see the conflict any other way... until I listened to the other side.
	Speaker's position was not one I generally agree with,	but I was able to better understand his position after listening to him

		Being able to identify with the helplessness although what was expressed was primarily rage and anger
The speaker was from a Zionist organization which felt that it was important to "rout out traitors" who were teaching at the University level.	This idea is anathema to me since freedom of speech at the University is a strong value for me.	I could empathize with his fervor and his worry about Israel. I felt that his efforts were misguided but I can understand his concerns. In a debate, I would be offering alternatives to his thinking, but I left instead impressed by his concerns and felt that in an on-going situation there would a way to work together
A Palestinian speaker was speaking with sadness of the situation into which his baby son had just been born.	It was difficult to stay in the space of powerlessness and despair - I wanted to be hopeful and encouraging.	Instead I just accepted his deep ambivalence.
	Listening to someone who I did not agree with at all,	and eventually seeing other sides of the person that I connected with and understood their point of view.
An Israeli settler in Hebron was speaking with disgust about Palestinians.		When she described how her father was killed by a Palestinian, I thought how deeply it would wound me if my father were killed by a Palestinian and I had to live surrounded by all the violence. I don't condone her hatred of Palestinians, but I then understood it.
The mayor of a town in the West Bank.	I found him abrasive and cocky,	and was able to connect when he told his story of being and having his brother taken away in the middle of the night
The speaker seemed deeply anti-Semitic and accusatory as well as arrogant and opinionated.		When we saw him with his family, his daughter and later his mother, my opinion changed. And when we saw him accept that we really listened to him, and modify his racist generalizations, his transformation was very moving and opened my heart and mind to accept his point of view.
In a lull after the speaker had been arguing a position	I strongly disagreed with,	I asked her about some toys in the corner (we were in her home) and she shifted to talking about her grandchildren and how much she wanted, for them, the conflict to end. I probably had been asking the question just to change the topic, but it did allow a real human connection between us.
This happened on an early visit to a settler's home and family.	I disagree with settlements,	and yet found the couple to be warm, caring people
Deep connection is probably too strong. In one situation we had an unplanned session with an IDF soldier, whose job was basically targeted assassinations. The atmosphere was highly charged.	I could not connect deeply with him,	but I could recognize that he believed he was doing a valuable service for his country, perhaps saving the lives of Israeli Jews. I felt compassion for him (the only member of the IDF we listened to).

Listening to a man who suspected his father was active in WWII,	hearing and seeing his pain,	and realizing that I couldn't take it away, but could make space to witness it
		Realizing how much more difficult it was for the perpetrator (or relative of one) than to be the victim (or relative of one).
We were listening to a speaker from Hamas and he talked about his business and his family,		it made it easier to listen and take in the rest of his presentation which was difficult for me as a Jew even though I suggested to Leah that she include a representative from Hamas on our schedule.



## Annexe Q : Ouverture et fermeture du cœur selon diverses dimensions de l'être : Classification des commentaires des répondants au questionnaire

(Question no. 20 dans le questionnaire) : Classification des réponses du questionnaire en ligne quant à la fermeture et l'ouverture du cœur pour les délégués, selon des dimensions de l'être

Dimensions de l'être	Commentaires individuels
Physique	<ul style="list-style-type: none"> <li>The body language is probably the obvious tell tale signs. Closed = folded arms, furrowed brow, hunched over, pursed lips... Open = wide open eyes, open mouth, open arms, leaning in...</li> </ul>
Mental	<ul style="list-style-type: none"> <li>The hardening process includes a shift to my own story and response. Expanding relates to a deeper focus on what the speaker is saying.</li> <li>In trying to remain open, there were moments when judgment crept in.</li> <li>I tried as much as I could to change gears when I felt myself becoming critical.</li> <li>Many times, I felt something in the mind (ideas, judgements) which shifted into hearing.</li> <li>I became more aware of and could notice my own judgements. I could decide to observe that and not act on it, but didn't have much success in changing it.</li> </ul>
Relationnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>(avec soi-même) I can listen to my heart</li> <li>(avec soi-même) When I was not at peace, I was closed.</li> <li>(envers l'autre) Felt able to listen non-judgmentally.</li> </ul>
Physique Émotionnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>Yes. Tightening of chest. Getting annoyed or bored.</li> </ul>
Mental Émotionnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>The hardening was a process of focusing on my own story. Expanding was being deeply taken in by the other's story.</li> <li>Opening- when speakers shared their vulnerability and confusion. Closing- when speakers were «certain" their reality was the only reality.</li> </ul>
Mental Relationnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>I was aware of heart closing when hearing someone objectify the other. If the speaker was "soft" so was I.</li> <li>I have been aware of when my heart was closing and I did not want to hear what the speaker was saying and aware of those times when my heart was opening up to what the speaker was sharing.</li> <li>I felt my heart remaining closed to those I felt were ignorant of the injustice they were part of, though my training helped me respond appropriately: not with anger or accusations.</li> <li>As the generalizing statements about "the other" were made I hardened, when the speaking was personal, I softened.</li> <li>I hardened when the speaker came from a place of "I'm right" and all those others are wrong.</li> </ul>
Physique Relationnel Émotionnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>I think so, sometimes. It was as though the person said something that seemed to come from a reflexive rather than thoughtful place, and I could sense my mind or heart closing.</li> <li>At times when I was able to keep very present and mindful - I could feel a softening at times when I was touched or moved by the speaker vs. when my mind went into judgement or resistance.</li> </ul>

## Annexe R : Effets physiologiques constatés chez soi pendant les sessions d'écoute : Classification des commentaires des répondants au questionnaire

(Question no. 21 dans le questionnaire)

Changements physiques et physiologiques associés à un sens de connexion profonde avec les invités des sessions d'écoute (question 21)

Dimensions de l'être	Commentaires individuels
Physique	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Felt softer, my face, my facial expression.</li> <li>• With a deep breath, came a calming and a clearing of the mind.</li> <li>• A soft heart, less tension.</li> <li>• Heart rate slowing, sweating stopping, nausea dissipating.</li> <li>• Shifts in heart rate.</li> <li>• I can feel my heart expand or contract.</li> <li>• Tightening of the chest, muscle contraction, increase of heart rate.</li> </ul>
Physique Mental	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A calmness as I draw a deeper breath. My vision seems to clear or soften.</li> <li>• I became more attentive, more visibly focused.</li> <li>• Sigh, more body awareness, soften muscles.</li> <li>• Moving from a conscious "forced" relaxation (breathe, relax, breathe) to a deep, "real" relaxation.</li> </ul>
Physique Émotionnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frequent tears.</li> <li>• I remember getting very sleepy when I felt overwhelmed.</li> <li>• Crying and laughing obviously. Feeling light.</li> <li>• Wanting to comfort them when upset/crying.</li> </ul>
Mental Relationnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Feeling the energy and embodiment of the silent and respectful listening in the entire room - fully wrapped in attention.</li> </ul>
Émotionnel Relationnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• I realized a deep connection with her happened when I returned from the trip and heard she had had a heart attack and was deceased. I felt a deep loss.</li> </ul>
Physique Émotionnel Relationnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Shaking after the session and sleeplessness when I absorbed some hatred toward my country, a lightness of mind and heart when appreciation was shown by the speaker for the reflection and connection</li> </ul>
Physique Mental Relationnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• I tried to assume a meditative stance totally in my body with all of my senses on the speaker.</li> </ul>
Mental Émotionnel Relationnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• My memory is a deepening of empathy and understanding for those I already perceived as experiencing injustice.</li> </ul>

## Annexe S : Effets physiologiques constatés chez les invités des sessions d'écoute : Classification des commentaires des répondants au questionnaire

Changements physiques et physiologiques chez les invités aux sessions d'écoute, observés par les écouteurs/délégués (question 22)

Dimensions	Commentaires individuels
Physique	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Less tension.</li> <li>• A sense of attunement – heart-breath in synch.</li> <li>• A sense of the person relaxing, loosening up, becoming more at ease.</li> </ul>
Relationnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• There were moments when we both recognized there was more in common than different.</li> <li>• Almost a mirror image of myself.</li> </ul>
Physique Relationnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relaxing – softening when heard and supported – as well as greater energy</li> <li>• The settler became more relaxed as we listened and smiled several times.</li> <li>• I remember a Palestinian woman presenter being very nervous presenting until she realized we weren't there to judge or criticize, but to listen. She was a different presenter by the end of their talk.</li> <li>• A mirror image of relaxation.</li> </ul>
Mental Relationnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seeing a Jewish settler in Hebron soften his initial hardline views as he was listened to, non judgmentally by our delegation.</li> <li>• There were “lightbulb” moments that were apparent on the speaker’s face when it appeared they got something new.</li> </ul>
Émotionnel Relationnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• I can remember witnessing a speaker who was able to really listen to someone who was speaking of their own experience of loss and seeing the humanity in the person even though they were on opposite sides of a conflict.</li> <li>• Sometimes a resignation to their suffering, other times a joy at being heard.</li> </ul>
Physique Mental Relationnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sigh, softer posture, more eye contact, and also you can sometimes see and hear when the person moves into a new perspective, tone of voice shifts. Sometimes people stop mid-sentence and say something quite new.</li> </ul>
Émotionnel Mental Relationnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Very high rank politician was asked who influenced him most. He spoke of his father and showed the wrist watch that his father gave him. From the politics that we were talking about he became more vulnerable, it was clear he was sharing something from the heart.</li> <li>• From more automatic re-telling of a life experience to a more heart-felt rendering and opening when the speaker felt fully understood.</li> </ul>
Physique Émotionnel Relationnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• One guest speaker was quite reserved at first but slowly opened up, was more talkative.</li> <li>• When I asked about the toys, the speaker became visibly more relaxed, and her voice broke talking about her children and grandchildren, not wanting them to have to fight.</li> </ul>
Physique Émotionnel Mental Relationnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Change in tone of voice (sarcasm to warmth), glow to the cheeks, seeking out continued eye contact, gush of more information-sharing and new insights, fist to heart in sign of respect, increased nodding.</li> <li>• One woman who had told her story many times seemed very caught in her own drama. The listening and love of the group seemed to truly move her. She was more relaxed and present with less of a sense of performance.</li> <li>• Guests often cried when telling their story. Often felt obvious relief at being listened to, softened and even shifted attitude.</li> <li>• He went from giving a polished speech, not making much eye contact, speaking fast, clipped diction, to slower, eye contact, softer, emotion showing.</li> </ul>

## Annexe T : Classification des commentaires des répondants au questionnaires (questions 20-22) selon des thèmes centraux pour le modèle émergent

Compilation combinant les réponses des questions no. 20 à 22 selon des thèmes centraux en jeu

Dimensions de l'être	Fermeture	Prise de conscience	Action	Ouverture
<b>CHEZ L'INVITÉ À UNE SESSION D'ÉCOUTE (Commentaires écouteurs face à eux)</b>				
<b>Physique/ Physiologique</b>	<p>Folded arms</p> <p>Furrowed brow</p> <p>Hunched over</p> <p>Pursed lips</p> <p>Not making much eye contact</p> <p>Speaking fast</p> <p>Clipped diction</p>	<p>You can sometimes see and hear when the person moves into a new perspective, tone of voice shifts.</p> <p>Lots of body language changes. Some indicated his own feelings about what he described; other times it felt like a plea for understanding.</p>	<p>Change in tone of voice (sarcasm to warmth).</p> <p>Went from giving a polished speech not making eye contact to slower, eye contact, emotion showing.</p> <p>Very high rank politician was asked who influenced him most. He spoke of his father and showed the wrist watch that his father gave him. From the politics that we were talking about he became more vulnerable, it was clear he was sharing something from the heart.</p>	<p>Wide open eyes, open mouth, open arms, leaning in.</p> <p>Eye contact</p> <p>Glow to the cheeks.</p> <p>Seeking out continued eye contact.</p> <p>Fist to heart in sign of respect, increased nodding.</p> <p>Less tension.</p> <p>Sense of attunement – heart-breath in synch.</p> <p>The person relaxing, loosening up, becoming more at ease.</p> <p>Slower (speech)</p> <p>Softer</p> <p>Relaxing</p> <p>Greater energy</p>
<b>Mental</b>	<p>When speakers were «certain" their reality</p>	<p>Sometimes people stop mid-sentence and say something quite new.</p>		

	was the only reality.			
<b>Émotionnel</b>	Deep pain and sense of impotence.	<p>Guests often cried when telling their story.</p> <p>Sometimes a resignation to their suffering.</p> <p>A great deal of feelings. We could see it and hear it in their voices, their gestures, tears, etc.</p>	<p>From more automatic re-telling of a life experience to a more heart-felt rendering and opening when the speaker felt fully understood.</p> <p>When I asked about the toys, the speaker became visibly more relaxed, and her voice broke talking about her children and grandchildren, not wanting them to have to fight.</p>	<p>Joy at being heard.</p> <p>Emotion showing.</p> <p>Often felt obvious relief at being listened to, softened and even shifted attitude.</p> <p>Speakers were so open-hearted. When they were telling their stories they allowed their grief and sadness to show. With tears steaming down their faces they would continue sharing their stories. Not one of them expressed anger at any human or situation. Each one expressed gratitude for listening to them. <i>(from listener's point of view: I was deeply humbled by the authenticity and compassion with which they expressed themselves).</i></p>
<b>Relationnel</b>			<p>One guest speaker was quite reserved at first but slowly opened up, was more talkative.</p> <p>Gush of more information-sharing and new insights.</p> <p>A speaker who was able to really listen to someone who was speaking of their own experience of loss and seeing the humanity in the person even though</p>	<p>Opening: when speakers shared their vulnerability and confusion.</p> <p>The settler became more relaxed as we listened and smiled several times.</p> <p>Relaxing – softening when heard and supported – as well as greater energy</p> <p>I remember a Palestinian woman</p>

			<p>they were on opposite sides of a conflict.</p> <p>One woman who had told her story many times seemed very caught in her own drama. The listening and love of the group seemed to truly move her. She was more relaxed and present with less of a sense of performance.</p>	<p>presenter being very nervous presenting until she realized we weren't there to judge or criticize, but to listen. She was a different presenter by the end of their talk.</p> <p>A mirror image of relaxation</p> <p>Seeing a Jewish settler in Hebron soften his initial hardline views as he was listened to, non judgmentally by our delegation.</p> <p>There were "lightbulb" moments that were apparent on the speaker's face when it appeared they got something new.</p> <p>Softening when heard and supported.</p>
--	--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**CHEZ L'ÉCOUTEUR (COMMENTAIRES FACE À SOI-MÊME)**

<b>Physique/physiologie</b>	<p>Tightening of chest.</p> <p>Muscle contraction</p> <p>Increase of heart rate</p> <p>Frequent tears</p> <p>Getting very sleepy when I felt overwhelmed</p> <p>Sigh, softer posture,</p>	<p>More body awareness,</p> <p>I can feel my heart expand or contract</p> <p>I had no sense of heart activity</p> <p>The guest speakers (IDF soldiers) were not speaking from their hearts. Their talks were more ideological statements, which made it difficult for me to open to them.</p>	<p>Moved from a conscious "forced" relaxation (breathe, relax, breathe) to a deep, "real" relaxation.</p> <p>Tried to assume a meditative stance totally in my body with all of my senses on the speaker.</p>	<p>Felt softer, my face, my facial expression.</p> <p>A soft heart, less tension.</p> <p>Heart rate slowing,</p> <p>Sweating stopping</p> <p>Nausea dissipating.</p> <p>Shifts in heart rate</p> <p>Feeling light</p> <p>Sigh</p> <p>Soften muscles</p>
-----------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>more eye contact</p> <p>My vision seems to clear of soften</p> <p>Adrenaline rush (when guest speaking)</p>			<p>Sometimes it was in the heart area, other times in my throat or abdomen.</p>
<b>Mental</b>	<p>As the generalizing statements about "the other" were made I hardened.</p> <p>I hardened when the speaker came from a place of "I'm right" and all those others are wrong.</p>	<p>In trying to remain open, there were moments when judgment crept in.</p> <p>Many times, I felt something in the mind (ideas, judgements) which shifted into hearing.</p> <p>The hardening was a process of focusing on my own story.</p> <p>The hardening process includes a shift to my own story and response.</p> <p>When we listened to the settler who was so adamant about her position it was hard not to be judgemental. I was able to open a little bit.</p>	<p>With a deep breath, came a calming and a clearing of the mind.</p> <p>I became more attentive, more visibly focused.</p> <p>Tried as much as I could to change gears when I felt myself becoming critical.</p> <p>Became more aware of and could notice my own judgements. I could decide to observe that and not act on it, but didn't have much success in changing it</p> <p>A calmness as I draw a deeper breath.</p> <p>One person who was most like me expressed an entitlement that evoked some judgment in me. That is 'hardening'. It was just one time in the conversation and I was aware of it. I worked to open, and there were so many things one could open to, that I did. But there was still a reserve there (and I think I carried it with me and may still do).</p>	<p>Expanding relates to a deeper focus on what the speaker is saying.</p> <p>Expanding was being deeply taken in by the other's story.</p> <p>A lightness of mind and heart when appreciation was shown by the speaker for the reflection and connection.</p> <p>It was more a mental shift for me. I meditate so I have a fair degree of control over my physical reactions to stressful situations. Breathing continuously and consciously while listening, was very helpful. Because I did weekend training before my trip. I learned that my emotional reactions could hurt the speaker and the goal is to help the speaker. Many of our trip participants had training only during the trip and that was</p>

				apparent in their struggles as listeners.
<b>Emotionnel</b>	<p>Getting annoyed or bored</p> <p>Shaking after the session and sleeplessness . when I absorbed some hatred toward my country.</p>	<p>Wanting to comfort them when upset/crying.</p> <p>(avec soi-même) When I was not at peace, I was closed.</p> <p>I found my heart closing listening to a Rabbis's wife in one of the earliest settlements and listening to the founder of a right-wing Zionist organization who exhibited disrespectful for the rights of 'Arabs'. My heart opened listening to a Palestinian love grower who could only tend his trees once every few weeks; also listening to Israeli and Palestinian leaders of the non-violent resistance talk about current injustices.</p> <p>My heart hardened when listening, on different occasions, to two right-wing Israelis – one living in Hebron. It was difficult to overcome this, and I think I failed.</p>	<p>I wasn't aware of how close I was until I wrote an article about it after the trip. What started as a short paragraph turned into 5 pages.</p> <p>I was aware of the deepening. At times I felt so much empathy for what they (Mayans) as citizens of Guatemala had endured that I cry from the deepest place within myself. I was so humbled by the whole experience. My life was changed in terms of awareness of what human beings can endure and remain compassionate.</p>	<p>Crying and laughing obviously</p> <p>I can use the language of emotions: admiration, compassion, curiosity, inspiration. Sometimes it was in the heart area, sometimes in my throat or abdomen.</p>
<b>Relationnel</b>		<p>Feeling the energy and embodiment of the silent and respectful listening in the entire room - fully wrapped in attention.</p> <p>I realized a deep connection with her happened when I returned from the trip and heard she had had a heart attack and was deceased. I felt a deep loss.</p>	<p>At times when I was able to keep very present and mindful - I could feel a softening at times when I was touched or moved by the speaker vs. when my mind went into judgement or resistance.</p> <p>(avec soi-même) I can listen to my heart</p> <p>(envers l'autre) Felt able to listen non-judgmentally</p>	<p>When the speaking was personal, I softened.</p> <p>When he (guest speaker) began to speak about himself my heart began to open. We both recognized there was more in common than different.</p>



		<p>My memory is a deepening of empathy and understanding for those I already perceived as experiencing injustice.</p> <p>There were moments when we both recognized there was more in common than different. Almost a mirror image of myself.</p> <p>I was aware of heart closing when hearing someone objectify the other. If the speaker was "soft" so was I.</p>	<p>I have been aware of when my heart was closing and I did not want to hear what the speaker was saying and aware of those times when my heart was opening up to what the speaker was sharing.</p> <p>I felt my heart remaining closed to those I felt were ignorant of the injustice they were part of, though my training helped me respond appropriately: not with anger or accusations.</p>	
--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

## **Annexe U : Moment le plus profond : Compilation des commentaires des répondants au questionnaire**

**(Question no. 31 dans le questionnaire)**

Le moment le plus profond selon l'expérience des répondants (délégués TCLP) :

- a. **À la vue de quelque chose:** « One was standing on the roof of a house in the refugee camp where we stayed, and realizing that the innovative farm project I could view was going to be eliminated by a settler road, and feeling the pain but also the acceptance of the man in the refugee camp ».
- b. **À une parole prononcée à son endroit:** « *When a Jew said to me (I am not a Jew), "In your formal life, I think you were a Jew."* »
- c. **Au fait d'être témoin d'une situation particulière:** « *The detaining of our guide at the Hebron check point when we were not allowed to stand with him. We could only watch from the sidelines.* »

*"I remember leaving the home of our Palestinian hosts in Hebron in the morning and encountering two armed (of course) Israeli soldiers at the foot of the path. It gave me a first-hand if brief impression of what it is like to be a Palestinian living in this situation. The soldiers demanded to know what we were doing there, etc. They were, of course, very young, so another part of this moment was witnessing the youth of these young men with guns who were placed as guards near this Palestinian home. Later, when our hosts escorted us to the central area of Hebron, I witnessed an Israel soldier ordering our hosts to leave (achshav! Now!) --another distressing witnessing of life in Hebron. This was first hand--not just hearing stories, as powerful as those are. And clearly all parties are imprisoned by this conflict, forced into roles that circumstances dictate (with exceptions--those that refuse military service, for example). This moment clearly revealed the tragedy for all involved.*

- d. **Un choc face à une situation qui peut sembler banal mais ne l'est pas pour l'autre :** « *The most profound because the simplest. At the end of the story by Mazen, he was asked if he would like a glass of water. "Yes," he said, "if it was allowed." All of us listening showed a start of disbelief at his comment. When he noticed our reaction, Mazen realized what he had said. Then he talked of what it is like to grow up in an occupation where so much is not allowed. Even the simplest requests cannot be taken for granted but must be checked to be sure they are allowed.* »
- e. **À la solidarité du groupe:** « *I was having SO much trouble listening to politicians. The "group" messaged me to keep it to myself - breathe - stay compassionate, etc. I trusted them and relied on them. They asked awesome questions. Trusting the group became real for me.* »

**f. Au démantèlement de préjugés:** *“Meeting a person villainized in my country's media, and finding him civil, caring, and a strong leader for his family and town.”*

**g. À des efforts concertés pour la paix :**

*« Seeing a Palestinian father who lost a child build a partnership with an Israeli father who lost a child combining forces to encourage everybody to stop fighting for the sake of all children.»*

**h. À l'écoute du vécu des invités :** *“Listening to a hardened Palestinian Mayor bare his soul.”*

*“Listening to a psychologist researching/working on trauma and hearing her talk about her life, why she chose to live where she does, the effects of conflict on her life, etc.”*

*“When I realized we are all connected at the deepest level. It was in Hebron listening to the female Israeli settler who was so bitter and angry and racist towards Palestinians. I tried very hard to judge her but found I couldn't. Because we were sisters and her pain would be mine if only we were born to different fathers on different sides of the globe.”*

*« Watching a cynical person transform when he was deeply heard and respected even when not being very nice ».*

**i. Au constat de l'étendue et la difficulté d'une expansion de conscience:** *“When a Palestinian who'd been jailed for 5years and a Jewish-American-Israeli immigrant (Hasidic) who were partners in a peace project each answered a question I asked in exactly the same way. The question was "If you were made emperor of this part of the world, what would you do?" EACH said "His people (pointing at the other) wouldn't be here. This is OUR land! But I don't have that option. They are here and are not going away. I only have the option of trying”.*

**j. À la prise de conscience et à des pleurs:** *“To live out my own religious values, which are the SAME as HIS religious values, in the place and time where we find ourselves.”; “Can't recall much but I cried and cried both during the two trips and after I got home.”*

**Annexe V : Tableau sur l'influence des aspects administratifs de TCLP sur l'expérience des répondants au questionnaire**

**Tableau 27 : Facteurs d'influence au niveau administratif**

Facteurs	<i>N</i>	Very positively			Very negatively		Don't know or don't remember
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	
Administration	42	19 (45%)	13 (31%)	7 (17%)	0 (%)	3 (7%)	
Facilitators	44	29 (66%)	10 (23%)	4 (9%)	0 (%)	1 (2%)	