

FREEDOM

Le chemin vers SA liberté intérieure
Cohorte 1 - 2^e Année



Programme FREEDOM avec Robert Savoie

Le juge et le coupable

Centre du mieux-être Robert Savoie

CP 2311, Succ Angers
Gatineau QC J8M 1W1
(819) 617-0664
www.robertsavoie.com

Tous droits réservés

Aucune partie du présent document ne peut être adaptée ou reproduite par quelque moyen mécanique, photographique ou électronique que ce soit, ni être enregistrée ou introduite dans un système document électronique, diffusée ou copiée à des fins d'utilisation publique ou privée sans l'autorisation écrite du Centre du mieux-être Robert Savoie.

Le juge et le coupable

Il y a, entre les fonctionnements de juge et de coupable, une complémentarité évidente en ce sens que le juge est aussi un coupable et un coupable et vice versa.

Le juge est précisément celui qui, pour échapper à son vécu affectif et à sa culpabilité, projette sur les autres, par des jugements son propre vécu et les rend responsable de tout ce qui lui arrive de désagréable.

Le juge se libère de ses problèmes, de ses difficultés, de ses frustrations, de ses déceptions, de ses souffrances en les projetant sur les autres. Il ne prend pas la responsabilité de son vécu parce qu'il a peur de son émotion et ce sent lui-même coupable de ce qu'il vit.

La formation de ce fonctionnement débute très tôt dans l'enfance de l'individu et se présente de la façon suivante.

Étant d'abord fréquemment juger et de culpabiliser par des éducateurs non responsables de leur vécu, l'enfant apprend à se juger sévèrement lui-même. Il devient très dur envers lui-même. Il manifeste alors une peur obsessionnelle d'être jugé de laquelle il se défend en jugeant les autres.

Comme la plupart des fonctionnements psychique, celui du juge prend sa source dans le besoin d'amour non satisfaits. En effet, l'enfant se juge et modèle c'est comportement en fonction du désir de ces éducateurs pour éviter d'être jugé, rejeté, non aimé. Ainsi, il ne sait pas qu'il est, ce qu'il veut parce qu'il est branché sur le besoin de plaire et d'être aimé. Aussi se sent-il non seulement incorrect et coupable lorsqu'il est jugé, mais il se sent aussi rejeté. En ce sens, le juge et souvent aussi un coupable et un abandonnique.

Toute la vie de la personne marquée par ce fonctionnement est centrée sur la peur de ne pas être ce qu'elle doit être, de ne pas dire ce qu'elle doit dire, de ne pas faire ce qu'elle doit faire. Elle est donc souvent très inhibée, très retenue et très renfermée. Le jugement qu'elle porte sur elle-même, de même que la peur qui la hante d'être jugée, limite considérablement son pouvoir d'action et de création. Elle se protège donc par des jugements qui lui attirent le rejet qu'elle fuit. Autrement dit, le juge fait exactement aux autres ce qui le fait souffrir parce qu'il n'est généralement pas conscient de son processus sécher. Il juge pour ne pas être jugé. Il juge pour se protéger.

Le juge est au fond un être d'une sensibilité à fleur de peau, un être qui a besoin d'être écouté et accepter sans jugement. **FREEDOM** est très efficace avec les gens qui ont construit ce système. Par les coudes non directive créatrice, ils apprennent à s'accepter et à s'aimer sans se condamner.

On ne peut se défaire de fonctionnement de jugement défensive sans s'entourer de gens qui nous font vivre une expérience de l'autorité différente de l'expérience culpabilisante de l'enfance.

Travailler avec un guide, un enseignant qui nous accepte telle que nous sommes sans nous juger, de façon à développer l'amour de soi et à déloger progressivement la culpabilité, c'est se libérer d'un carcan qui empêche de vivre : la peur du jugement et le jugement.

C'est précisément ce rapport commun avec la culpabilité qui lie le juge au coupable. Hiperprotégé par le mécanisme du jugement, il se défend contre sa propre culpabilité en culpabilisant. C'est pourquoi il s'attire toujours un être marqué, comme lui, pour un personnage de culpabilité, un être qui a développé un fonctionnement de coupable.

Le coupable est un individu qui, lorsqu'il est habité par la culpabilité, a tendance à prendre la responsabilité de tous les problèmes des autres et à s'en défendre par l'autopunition.

Ayant été lui-même culpabiliser par ses éducateurs, le coupable a acquis le sentiment, comme au juge, de n'être pas correct et, pour se défendre contre sa souffrance qu'il refoule, il se fait tout petit et se punit dans le but inconscient ou non avouer de punir l'autre et de le culpabiliser à son tour.

On retrouve ici le même processus psychique que chez le juge à la différence près de la réaction défensive. Le premier se défend par le jugement, l'autre par l'autopunition; mais dans les deux cas, il y a un grand **besoin d'amour**, une peur du rejet et du jugement ainsi qu'un personnage de culpabilité très prononcé. On observe aussi un lien étroit entre ces fonctionnements psychique complémentaires et ceux du bourreau et de la victime. Le juge condamne comme un bourreau et le coupable c'est face et se punit comme une victime.

C'est le phénomène d'autopunition qui prend de l'importance dans le cas du fonctionnement du coupable. Par cette réaction défensive, ce dernier entretient les jugements du juge, qu'il confirme, mais il devient aussi, d'une façon indirecte, le juge qui, en se punissant, punit l'autre. Cette subtilité entretient par le fait même la culpabilité chez le partenaire, qui continue à se défendre par le jugement, ce qui nourrit la culpabilité du coupable. Et nous assistons à l'établissement d'un cycle indéterminable qui maintient la dépendance réciproque et l'insatisfaction.

Ce cycle se brise lorsque les satisfactions de l'un des partenaires deviennent insupportables.

Découvrir une réaction défensive n'est pas toujours facile puisse qu'il intervienne spontanément et inconsciemment dans le processus psychique pour le protéger contre la souffrance.

Cesser de l'autopunition,

Exemple : pour faire face à sa culpabilité et à sa peur du rejet et du jugement. Remplacer l'autopunition défensive par l'expression du vécu émotif n'est pas une chose évidente. Il existe dans cette démarche un risque de ne pas être accepté dans l'expression des émotions. De plus cela suppose d'être à l'écoute de soi-même qu'elle soit attentive à ce qui se passe en elle. Cette capacité ne s'acquiert pas du jour au lendemain puisque, par son attitude défensive, elle s'était coupée de ses émotions, qui lui faisaient peur et dont l'expression positive lui faisait honte.

Il y a, dans cette démarche de libération, tout un travail de prise de conscience et surtout l'acceptation et l'amour de soi. C'est par ce processus que l'être humain finit par faire face à son fonctionnement psychique et par trouver des moyens pour améliorer son bien-être personnel rationnel. Et c'est aussi par ce processus que se dénouent les fonctionnements complémentaires du missionnaire et du coupable.

Aide-mémoire pour chemin de vérité :

MONDE EXTÉRIEUR

Élément déclencheur

Jugement des autres

MONDE INTÉRIEUR

Réaction défensive

-Projection

-jugement

-Peur de perdre

-Peur du jugement

- (Amplifiée par un personnage de culpabilité)

-fonctionnement du juge

Besoin d'être aimé non satisfaits