

## Réflexions libres (réunion du 30/12/15)

« *Le bonheur vient de l'intérieur et non de l'extérieur, il ne dépend pas de ce que tu possèdes mais de ce que tu es* » (Ch. Péguy)

« *Il ne faut jamais négliger les petites choses sous prétexte qu'on voudrait en faire des grandes* » (Alexandra David-Neel, philosophe bouddhiste)

« *Le profane trouve son bonheur dans le clinquant et la nouveauté. Le sage se réjouit de l'ordinaire* ». Sagesse zen

« *Il y a des fleurs partout pour qui veut bien les voir* ». Henri Matisse

« *Il n'y a point de chemin vers le bonheur, le bonheur, c'est le chemin* ». Lao-Tseu

« *Les grands bonheurs viennent du ciel, les petits bonheurs viennent de l'effort* » Proverbe chinois

« *Le bonheur, c'est de continuer à désirer ce qu'on possède* » Saint Augustin

« *Si tu veux comprendre le mot bonheur, il faut l'entendre comme récompense, et non comme but* ». Antoine de Saint-Exupéry

« *L'essentiel est sans cesse menacé par l'insignifiant* » (René Char)

« *C'est à force d'essayer qu'on finit par réussir.. et s'il n'y a pas de solution, c'est qu'il n'y avait pas de problème* » (maxime Shadok)

« *Impose ta chance, serre ton bonheur et va vers ton risque. A te regarder, ils s'habitueront* » (René Char)

Oser sortir de ses habitudes, savoir profiter de son bonheur présent sans craindre de le perdre en osant faire des choix. Audace. Il faut du temps pour cerner notre propre bonheur et non celui que les autres définissent pour nous.

« *Vivre c'est s'obstiner à achever un souvenir* » (René Char)

« *Ce que l'on te reproche, cultive-le car c'est toi* » (Jean Cocteau)

Il faut bien se connaître, rester soi-même, ne pas s'excuser de ce que l'on est, on peut réussir avec sa différence. On peut modifier ce que l'on fait, pas ce que l'on est.

« *Dans vos goûts résident votre talent* » (Stella Adler, prof de danse américaine)

On est toujours meilleur dans les choses qui nous plaisent que dans les corvées. Ecouter son ressenti, ne pas se mentir à soi-même. La vie est faite de contraintes mais il faut savoir distinguer ce que l'on aime faire de ce que nous devons faire. Faire en priorité ce qui nous plaît permet d'effectuer plus facilement les corvées.

« *Celui qui ne progresse pas chaque jour recule chaque jour* » (Confucius)

Agir sa vie, ne pas la subir

« *Il ne faut pas dire toute la vérité mais il ne faut dire que la vérité* » (Jules Renard)

Mentir c'est incarner le faux et s'interdire d'être authentique, de se connaître et d'être connu des autres .

« *Il ne faut pas comprendre, il faut perdre connaissance* » (Paul Claudel)

Oublier ce que l'on sait pour jouir de ce que l'on ressent. Savoir vivre des moments sans contrôle.

« *Ce n'est pas parce que les choses sont difficiles que nous n'osons pas mais parce que nous n'osons pas qu'elles sont difficiles* » (Sénèque, stoïcien, Lettre à Lucilius)

« *Dans le port le bateau est à l'abri mais il n'est pas fait pour cela* » (John Shedd, auteur américain XIXème siècle)

Quand on sait ce que l'on veut, oser le risque, accepter l'idée de l'échec

« *Le temps d'apprendre à vivre, il est déjà trop tard* » (Aragon)

-----

« *Ce qui nous arrive n'est pas ce que l'on mérite mais ce qui nous ressemble* », (Eschyle, Les Perses)

« *C'est à force d'essayer qu'on finit par réussir.. et s'il n'y a pas de solution, c'est qu'il n'y avait pas de problème* » (maxime Shadok)

« *FAIRE avec ce que l'on EST et non ÊTRE ce que l'on FAIT* »

## **Les stades de développement du jugement moral**

*de Lawrence Kohlberg*

Principal théoricien de la psychologie morale, à la suite de Piaget, collègue de S.Milgram à l'université Yale. Un postulat central de sa théorie est que les gens passent par des stades de plus en plus sophistiqués de développement moral, au fil de leur maturation ; du **stade 1** (obéissance par crainte de la punition) au **stade 6** (adoption de principes éthiques universels). Ce stade 6 n'est atteint que par une infime minorité d'individus. Le stade 7 rejoint la spiritualité, le bien absolu, inaccessible aux humains car synonyme de perfection.

### **Stade 1 : Soumission - Punition/Récompense.**

L'enfant ou l'individu est soumis à l'autorité. La loi du plus fort, loi de la jungle. Obéissance et punition : il s'incline devant la position hiérarchique et le pouvoir. Faire le bien ou le mal se rapporte ici aux conséquences physiques d'une action, sans égard à la signification ou à la valeur humaine de ses conséquences. « *Si je dénonce mon collègue, il va me frapper car il est très costaud* ». « *Si je ne range pas ma chambre, mes parents vont me punir* ».

### **Stade 2 : Egocentrisme - Donnant/Donnant.**

Égocentrisme. Moi, moi et moi ("I, Me and Myself). Effort pour un résultat : l'enfant ou l'individu s'incline devant une loi ou rend un service seulement s'il a l'impression qu'il en retirera un bénéfice en retour. La motivation est de satisfaire ses besoins personnels, et, occasionnellement, les besoins des autres. C'est la stricte loi de l'échange commercial (donner pour recevoir). « *Si je dénonce mon collègue, le directeur appréciera mon geste et m'augmentera* » ; « *si je range ma chambre, j'aurai le droit de regarder la télé* ».

### **Stade 3 : Etre conforme à l'attente des autres, appartenance à la majorité.**

Stade du gentil sujet, début de l'empathie. Fort désir de conformité, de bien faire, plaire aux autres, satisfaire leurs attentes, se comporter comme la majorité ou comme le groupe d'appartenance. L'individu recherche l'approbation d'autrui. « *Bien faire* », c'est faire ce que les autres attendent de nous. « *Dénoncer un collègue, cela ne se fait pas, les autres vont me rejeter* ». « *Je range ma chambre pour faire plaisir à ma mère, à la maison tout le monde s'efforce d'être ordonné* ».

## Stade 4 : Loi et ordre.

Prédominance du sens du devoir et de la loi ; "Law and Order". Adhésion à des règles pour maintenir l'ordre social de sa communauté. On retrouve ici une disposition à soutenir l'autorité, les règles définies et l'ordre social. L'action bonne est celle qui consiste à accomplir son devoir, à être déférent envers l'autorité, et à maintenir l'ordre établi. « *Je dois dénoncer mon collègue car il ne respecte pas le règlement qu'il a pourtant signé lors de son embauche* ». « *Je range ma chambre car à la maison il y a des règles que tout le monde doit appliquer* ». **La plupart des personnes ne dépassent pas ce stade.**

## Stade 5 – Agir selon ses valeurs et son jugement personnels

Stade de l'empathie et de la prise de recul par rapport au règlement et à ses propres opinions ou son propre intérêt. Agir en fonction de critères examinés de façon critique ; savoir ce qui, dans la situation, est le plus favorable à la collectivité ou à soi, même si cela n'est pas conforme à la loi. Le "bien" relève du jugement personnel face à une situation. « *Mon collègue a enfreint le règlement mais c'était pour aider une personne qui en avait bien besoin* ». « *Ce matin, ranger ma chambre m'est pénible mais, si je ne le fais pas, cela donnera le mauvais exemple à ma petite sœur qui en fera autant* » ; « *Pour ne pas bloquer le carrefour Je laisse passer cet automobiliste qui n'a pas la priorité* ».

## Stade 6 - Justice et principes éthiques.

Stade de l'empathie parfaite fondée sur des valeurs universelles et les principes de la dignité humaine. L'individu se comporte selon des principes éthiques qui lui paraissent devoir s'appliquer quelle que soit sa situation personnelle dans la société. « *Malgré les conséquences désastreuses pour ma carrière, je vais dénoncer mon patron qui exploite des ouvriers sans papiers* ». « *Je consacre ma vie à militer contre le réchauffement de la planète* »

## Stade 7 - Mystique.

Pourquoi être moral ? Chacun ayant un comportement social parfait, la confrontation n'existe plus et toutes les règles deviennent inutiles.

*Pour ceux qui souhaiteraient avoir un recueil complet des thèmes abordés lors des réunions, un manuel broché est désormais disponible sur Amazon ( taper « amazon naudet estime » dans Google ou bien aller sur mon site)*

