

# INTRODUCTION

## État d'urgence !

Il devient de plus en plus urgent d'apprendre à communiquer au quotidien de la vie.

Ce que j'appelle la communication intime au jour le jour circule telle une sève fertile à travers les multiples réseaux des relations amoureuses, ou de couple, parentales ou filiales, amicales et professionnelles ou encore sociales proches.



Bien souvent, ces circuits sont entravés par des blocages, appauvris par d'impressionnantes déperditions d'énergie et une dévitalisation contagieuse, tout en étant surchargés ou encombrés par des peurs, des souffrances et une détresse profonde.

Détresse masquée par une fuite dans le « faire » et les compensations professionnelles ou encore dans les engagements politiques, les luttes syndicales, le dévouement associatif... et parfois même dans le repli sur un individualisme rétréci et amer.

Détresse cachée derrière le culte du paraître, la pratique intensive de sports « défouloires », le besoin effréné de loisirs toujours plus codifiés, toujours plus organisés ou de voyages toujours plus lointains ou inaccessibles...

Détresse domptée par le contrôle mental, les élucubrations intellectuelles ou les grandes théories sur le bien-vivre.

Détresse comblée par la surenchère de l'avoir, le rêve du pactole offert en « grattant » des illusions.

Détresse qui tente de se protéger avec des assurances multirisques en tout genre, une surconsommation de gadgets électroniques, informatiques ou télévisuels... et la dévoration « sans faim » de médicaments ou de produits miracles.

Mais, la plupart du temps, il ne reste plus à cette détresse pour se dire ou se crier, que la mise en maux, les somatisations, les passages à l'acte somatique, les accidents, les violences et les maltraitances diverses.

Chacun, de sa place, quelle que soit sa position sociale, quels que soient ses choix de vie, ses attachements, ses valeurs ou ses fidélités, finit par découvrir un jour avec plus ou moins de brutalité, de stupeur, de résistances, de lucidité ou d'ouverture *qu'il est un infirme relationnel, un inadapté dans le partage intime, un handicapé de la communication proche.*



SALOMÉ, IL DIT:  
ENTRE CREVER ET CRÉER  
IL N'Y A QU'UNE SEULE LETTRE  
DE DIFFÉRENCE !

ALORS, J'AI PAS D'AUTRES  
CHOIX QUÉ D'ÊTRE INFANTILISÉE  
OU CRÉATIVE ...

MOI, ENTRE  
CREVER ET CRÉER,  
JE PRÉFÈRE RÊVER...

