

# Tant que les freins sont bloqués...

## GROUPE DE RÉFLEXION CEFOC À MARTELANGE AGIR ENSEMBLE : CADEAU OU FARDEAU ?

### Edito - Le retour aux cavernes

Feuille de liaison n°6

29 mars 2021

Se confiner dans une grotte ariégeoise durant 40 jours, quelle drôle d'idée ! Dans l'obscurité totale, sans montre, sans téléphone, sans voir le soleil, par une température de 12 degrés et un taux d'humidité de 95 %, en pédalant pour produire de l'électricité... C'est une idée encore plus saugrenue ! C'est pourtant ce que font 14 volontaires (sept femmes et sept hommes, âgés de 29 à 50 ans) depuis le 14 mars dernier, accompagnés d'un scientifique-explorateur. Celui-ci, habitué aux missions extrêmes, a imaginé cet enfermement à la suite des confinements successifs, en partant des constats suivants : 40 % des personnes confinées ont perdu la notion du temps et la capacité de se projeter à long terme ; en tant que groupe, nous ne savons pas très bien comment faire face à cette crise et comment répondre à ses impacts.



Ce projet scientifique a donc pour objectifs de mesurer les capacités d'adaptation à des changements profonds et à des conditions extrêmes. Individuellement : comment les corps, les cerveaux et les émotions se modifient et s'adaptent lorsqu'on leur enlève tous leurs repères. Collectivement : comment un groupe humain parvient à se synchroniser et à fonctionner ensemble dans des conditions de vie totalement nouvelles. Car « il leur faudra bien retrouver des manières de vivre, de dormir, de se lever, de manger, d'interagir, de s'organiser en groupe », malgré le fait que les autres participant.es sont de parfaits inconnus...

Vivement la mi-avril lorsque ces hommes et ces femmes sortiront de leur caverne pour nous en apprendre plus sur leur vivre-ensemble et leur agir-ensemble, là-bas, six pieds sous terre ! En espérant qu'ils.elles tiennent jusque-là...

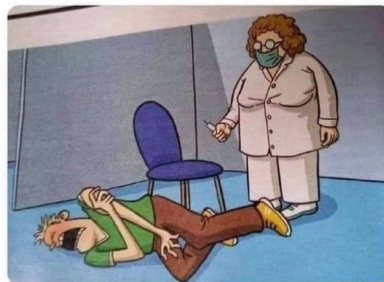
Isabelle

### Souriez ! Vous êtes confinés :)



**Les gens qui disent tout le temps, il faut remettre les pendules à l'heure, c'est votre week-end, profitez-en !**

### Premier footballeur vacciné !!!



**À la fin du mois, heure d'été. À 18h, il sera 19h... Si personne n'avertit le virus, le couvre feu sera à 19h. Chuuuuuut, on ne dit rien !!!**

## Un regard décalé – A chaque crise sa résilience

Pour se préserver ou pour rechigner, le Covid-19 est dans toutes les têtes. Au fil des hauts (souvent) et des bas des courbes, les médias le suivent pas à pas. À lui seul, il fait l'essentiel de l'actualité. Il faut dire qu'il décide de nos projets de vacances, de notre mode de travail, de nos relations sociales, de nos contacts même proches. Tous nous aspirons à la fin de ce mauvais rêve, pour un retour à la vie « normale ».

22 mars 2021.



Il y a 5 ans, nous vivions, horrifiés, ce que nous n'avions pas vu venir : la menace terroriste et les attentats. Ceux de Bruxelles et de Paris nous ont particulièrement marqués, mais bien d'autres violences ont ébranlé l'idée que nous avions de la sécurité nécessaire à une vie « normale ». Les chars dans les rues de Bruxelles, on en parlait partout en Europe.

Chaque fois, nous vivons une menace comme si elle était la pire et l'unique : toute la vie est ébranlée et il faut revenir au plus vite à des conditions de vie normale. Avec un peu de recul, n'avons-nous pas à reconnaître que l'histoire personnelle, comme la grande histoire humaine, est un enchaînement de situations cruciales qui nous mettent en crise et auxquelles nous trouvons finalement la force de riposter pour en sortir ? Il suffit de voir l'histoire du 20<sup>e</sup> siècle et son enfilade de guerres et de drames divers pour se rendre compte que l'humanité, confrontée à des défis qui semblent indépassables au premier abord, les dépasse malgré tout. C'est une ressource que beaucoup nomment résilience, que l'on va chercher au fond de soi, mais aussi dans la force d'un groupe qui fait face, pour exister et vivre, au mieux. Cette réaction est plus facile si nous pouvons avoir un minimum de prise sur ce qui se passe, comme le font celles et ceux qui posent des gestes de solidarité en cette période de covid... et en toute période. Ils/elles semblent mieux traverser la crise que celles et ceux qui râlent, trépigment, se replient sur eux-mêmes... Espérons que nous serons de taille face à la crise climatique !

Jean-Claude

## Et pourtant, ça bouge !

### De belles personnes, les pompes funèbres ...

Aujourd'hui, j'ai bien envie de vous raconter une petite histoire, sans prétention mais qui m'a beaucoup touchée et de laquelle, tout récemment, j'ai été le témoin. Dans la narration de celle-ci, je m'autorise à modifier le prénom des personnes concernées.

Albert, la septantaine, vient de perdre son épouse, Nicole, qui l'a quitté après avoir enduré cinq longues années de maladie, cinq ans durant lesquels Albert, tel un ange gardien, a toujours été aux petits soins pour elle. Nicole a choisi de confier son corps à la science. Celui-ci, dès lors, n'est pas exposé dans un salon funéraire. Il repose dans une chambre froide du funérarium et attend qu'on l'emmène à destination de l'une ou l'autre uni-

versité. Durant les quelques jours qui précèdent les funérailles, Albert ne va pas bien, il est inquiet. Et pour cause ! Il aimerait tant saluer encore une fois Nicole, avant qu'elle ne s'éloigne définitivement de lui. Il décide de téléphoner au responsable des pompes funèbres, pour qu'il puisse éventuellement répondre à sa requête. Malheureusement, le corbillard est déjà bien engagé sur l'autoroute E 411. Qu'à cela ne tienne! Tout de suite, le chauffeur est contacté et prié de faire demi-tour. On installe Nicole, avec beaucoup de délicatesse, dans un des locaux de la maison funéraire ; sa tête est même déposée sur un joli coussin. Accompagné de son beau-frère, Albert s'attarde auprès de celle qui a partagé sa vie durant un demi-siècle et lui fait un dernier adieu.

Le lendemain matin, serein, il

s'avance au lutrin de l'église, pour lire, en guise de première lecture, un beau poème de Jean Debruynne, car, vous l'ignorez peut-être, mais avant de prendre sa retraite, Albert était professeur de français!

Voilà, j'ai terminé et pris beaucoup de plaisir à vous partager ce petit morceau de bienveillance qui anime tant d'hommes et de femmes autour de nous, dans notre quotidien.

Michèle Toussaint

**Si, comme Michèle, vous souhaitez partager un moment, une expérience, une émotion avec nos lecteurs, n'hésitez pas à nous contacter !**

Isabelle Paquay  
isabelle.paquay@cefoc.be  
0479/39 34 98

Jean-Claude Brau  
jean-claude.brau@skynet.be  
0478/55 37 76

 [www.cefoc.be](http://www.cefoc.be)

 [www.facebook.com /  
CentredformationCardijn](http://www.facebook.com/CentredformationCardijn)

**cefoc**  
CENTRE DE FORMATION CARDIJN