#2 /12 **Sommes-nous entravés par un monde du trop d'ego ?**

L'admiration rend-elle aveugle ? L'admiration pour les personnes riches, pour celles qui ont du pouvoir et celles qui sont connues.

Bonjour et bienvenue dans ce 2e épisode de *Un avenir désirable – Le potentiel des humains,* le podcast qui permet de comprendre comment nous pouvons aller bien dans un monde qui va mal. Nous vivons dans un monde qui nous fait souffrir et c'est en prenant conscience précisément de ce qui nous met en difficulté que nous pouvons nous en protéger. En écoutant nos exigences fondamentales de sens, de justice, de paix et d'amour nous prenons soin de nous et des autres… et ça pourrait même changer le monde.

Mini-virgule

Nous sommes Gilles et Anne « Bonjour », nous avons mené une réflexion sur la Société parce que nous étions inquiets de l'augmentation de l'agressivité dans les relations. Nous avons voulu en comprendre les raisons et aussi chercher comment nous pourrions contribuer à la faire diminuer.

Ce deuxième épisode sera plus facile à suivre si vous avez écouté le premier. Nous y avons présenté quatre concepts psychologiques qui servent à décrypter ce qui se passe dans les relations, et qui permettent aussi de comprendre le monde. Pour rappel ces quatre concepts vont par paires : il y a d'un côté le *trop d'ego* et la *Posture Relationnelle (PR) de rivalité* (qui nous serviront beaucoup dans cet épisode) et aussi les *Quatre Exigences Fondamentales* humaines (4EF) de sens, justice, paix amour et la *PR d'apparentement*. Nous avons expliqué dans le 1er épisode pourquoi le trop d'ego et la PR de rivalité sous-tendent des comportements qui peuvent être agressifs et violents. Et maintenant, dans ce 2e épisode, nous allons nous interroger sur les désordres du monde pour savoir s'ils ne viendraient pas de la prédominance du trop d'ego.

Jingle

Comment en sommes-nous arrivés à parler de l'état du monde alors que notre sujet de réflexion relevait au départ de la psychologie ? Tout simplement parce que la notion d'injustice s'est imposée à nous comme étant une des causes de l'augmentation de l'agressivité et de la violence. Nous en avons pris conscience à partir de l'injustice relationnelle que subit un enfant qui n'est pas suffisamment écouté par ses parents. Nous avons expliqué dans le 1er épisode qu'un parent qui est dans le trop d'ego se considère comme étant supérieur à son enfant du fait qu'il a plus de compétences. Il pense souvent qu'il sait mieux que lui ce qui est bon pour lui, ce qui justifie le fait d'imposer ses décisions sans tenir compte de son point de vue. L'enfant doit donc obéir avant toutes choses. Peut-être que vous même, enfant, vous avez eu le sentiment de ne pas être suffisamment écouté ? Un enfant qui est dans cette situation peut ressentir un sentiment d'injustice, être débordé par ce sentiment et devenir violent verbalement ou physiquement. Son parent le sanctionne alors sans se remettre en cause, en ignorant la violence qu'il lui inflige en ne l'écoutant pas suffisamment. Le sentiment d'injustice de l'enfant ne peut que grandir et donner lieu à une autre violence, sanctionnée plus sévèrement et ainsi de suite. C'est l'entrée dans un cercle vicieux de violences intra-familiales.

Mini-virgule

Ce cercle vicieux de la violence nous l'avons retrouvé à l'échelle des organisations sociales.

Prenons l'exemple d'une entreprise dont le but est de maximiser les profits à tout prix, y compris au détriment des salariés. Ces derniers ont beau exprimer leur mécontentement, faire remonter des difficultés de fonctionnement, ça ne change rien. Leur mal-être grandit et peut se traduire par des conflits sociaux qui peuvent déraper dans la violence. La violence des salariés est unanimement condamnée en ignorant la violence systémique qu'ils subissent en amont (l'enrichissement des dirigeants ou des actionnaires à leur détriment). Ça peut donner lieu à de nouvelles violences, sanctionnées plus sévèrement du fait de la récidive, et ainsi de suite.
Souvenez-vous de ce qu'il s'est passé à Air France en 2015. Une réunion avec le DRH avait dégénérée et 2 cadres avaient fini par s'échapper. L'un d'eux avait eu sa chemise arrachée et les images de la chemise déchirée avaient fait le tour du monde. Bien sur la violence des employés avait été condamnée unanimement, mais le contexte du surgissement de cette violence n'avait pas été médiatisé. Le DRH venait annoncer près de 3 000 licenciements alors que l'entreprise faisait des bénéfices. Quand les victimes se rebellent elles sont condamnées pour leur violence réactive, alors que la violence systémique qu'elles subissent est invisibilisée. Des salariés d'Air France ont été condamnés par la Justice.
Air France est une grande entreprise, mais la même chose peut tout à fait se produire dans une entreprise de petite taille. Vouloir s'enrichir en exploitant ses employés est fondamentalement injuste. Si vous regardez autour de vous, vous vous apercevrez peut-être que vous avez des proches qui travaillent dans des conditions pour le moins discutables, ou peut-être même vous-même d'ailleurs !
Mini-virgule
Nous venons de voir que le cercle vicieux de la violence est présent potentiellement dans les relations et au sein des organisations sociales. Nous allons voir maintenant qu'il est présent au niveau sociétal. Victor Hugo l'a parfaitement dépeint dans son livre Claude Gueux. Cet homme, Claude Gueux, est mis en prison pour avoir volé de quoi nourrir sa famille. Il y est maltraité par un directeur d'atelier tyrannique qu'il finit par tuer. Il est alors condamné à mort . Nous pourrions trouver d'autres exemples de cercles vicieux de la violence sociétale.
Alors précisons tout de suite que quand nous parlons de Société, il s'agit de la communauté humaine, car nous, les humains, faisons société depuis que nous avons développé les transports et les communications à l'échelle planétaire. Le film Titanic l'illustre par un dialogue entre M. Ismay, le concepteur du bateau, et le commandant. Monsieur Ismay ne se satisfait pas d'avoir construit le plus grand paquebot de l'époque, il en veut plus. Il rêve de faire la une des journaux américains en arrivant avant la date prévue alors que le bateau quittait à peine l'Angleterre. Un tel désir montre que la mondialisation était déjà là au début du 20e siècle. Je vous laisse écouter l'intégralité de leur dialogue, parce qu'il montre aussi ce qu'est le trop d'ego. La scène se passe dans le brouhaha du salon [extrait]. Le commandant est congratulé d'un « brave homme » très condescendant parce qu'il a fini par opiner de la tête visiblement à contre cœur. Vous comprenez avec cette scène que le trop d'ego peut conduire à s'imposer, en faisant fi de l'expertise de l'interlocuteur, et éventuellement à provoquer des catastrophes.

Jingle

Le film illustre aussi parfaitement l'injustice sociale de notre société pyramidale. Les riches sont en haut et ont des privilèges. Sur le bateau ils sont sur le pont supérieur et les serviteurs descendent promener leurs animaux de compagnie sur le pont inférieur pour qu'il y fassent leurs besoins.
Tout le monde sait ça, et pourtant cette injustice ne semble pas déranger tant que ça. Les

riches sont le plus souvent admirés, ils incarnent le fait d'avoir « réussi dans la vie ». Dans la Société comme dans toutes les organisations sociales pyramidales, plus on monte dans les échelons, plus le trop d'ego est fréquent. Il est renforcé par la jouissance ressentie quand on se pense supérieur. Une autre scène du Titanic l'illustre. Celle dans laquelle Cal, le fiancé que Rose n'arrive pas à aimer, lui offre un bijoux d'une grande valeur pécuniaire et symbolique, pensant qu'ainsi elle lui ouvrirait son cœur. Écoutez [extrait]. Les puissants qui sont dans le trop d'ego, comme Cal, jouissent de leur sentiment de supériorité et de leur pouvoir, et aussi du luxe qu'ils affichent aux yeux de tous, forçant l'admiration et la servitude.

Mini-virgule

Quittons le Titanic mais restons au niveau des puissants. L'histoire de l'humanité n'est qu'une succession de rivalité entre puissants. Que ce soit pour accéder au pouvoir ou pour étendre leur pouvoir. En France des combats on fait rage pour s'approprier la couronne de France pendant la guerre de 100 ans. Finalement c'est Charles VII qui a gagné avec le concours de Jeanne d'Arc. De grands Empereurs ont augmenté leur pouvoir en conquérant de nouveaux territoires. Les populations quant à elle subissaient les guerres. C'est encore comme ça et c'est partout pareil. De plus pour faire la guerre il faut des combattants, et la population est mise à contribution. Rien n'est pire que la guerre ; et le trop d'ego des puissants peut entraîner leurs populations dans des guerres sans limites. Parallèlement à ça, les humains ont écrit des conventions internationales (celles de Genève et de La Haye) qui posent un cadre pour la conduite de la guerre. Elles ont pour but de limiter les souffrances causées par les conflits armés. Pourquoi ne pas agir en amont pour éviter les guerres ? Qui déclare la guerre ? Les humains. Nous avons expliqué dans le 1er épisode que le trop d'ego peut provoquer des violences sans limite, c'est la même chose au niveau collectif avec les guerres.

Jingle

Quittons maintenant le niveau des puissants et de la guerre pour décrypter comment le trop d'ego impacte la vie ordinaire. Tout le monde sait que la vie est beaucoup plus facile pour ceux qui ont de l'argent. Se loger, se nourrir, se soigner, faire des études. Et dans une Société pyramidale, les places enviables sont en nombre limité, la compétition sociale est donc rude pour se faire une place au soleil. À tel point que des parents, soucieux de l'avenir de leurs enfants, pensent devoir les « armer » pour la vie… Évidemment, plus on arme les enfants pour la vie, plus la compétition sociale se durit. Cette expression « armer les enfants pour la vie » montre que nous avons pu être conditionnés à la PR de rivalité à notre insu.

Mini virgule

Non seulement l'argent rend la vie plus facile, mais aussi il suscite de l'admiration chez les autres. C'est un gain narcissique qui peut facilement faire basculer une personne dans le trop d'ego. Elle s'enrichit et devient hautaine alors qu'elle ne l'était pas avant. Le gain narcissique lié à l'argent peut aussi être recherché par une personne qui est déjà dans le trop d'ego (par conditionnement). Elle cherche à s'enrichir, c'est son but et peu importe comment. Les moyens pour y arriver peuvent être très variés : conduire un business agressif, jouer des coudes pour monter dans l'ascenseur social, chercher le pouvoir ou la notoriété, participer à des arnaques, des vols et des trafics illicites.

Jingle

L'organisation pyramidale de la société et la survalorisation des riches sont présentes

depuis tellement longtemps que ça peut paraître inévitable. On entend dire parfois « il y a toujours eu des riches et des pauvres », donc ça paraît normal. Des personnes qui défendent cette organisation sociale injuste prétendent qu'elle est naturelle, et elles s'appuient sur le fait que chez les animaux il y a des dominants et des dominés. Certes c'est incontestable, mais la grande différence est que chez les animaux il n'existe pas d'organisations pyramidales qui reconduisent à leur sommet des héritiers. Pourtant les dessins animés du type *Le Roi Lion* le laissent entendre, mais ce ne sont que des projections humaines sur le règne animal. Dans les classes dominantes, on se transmet le pouvoir et l'argent de génération en génération.

Mini-virgule

Pendant longtemps le portrait des puissants a été fait par des peintres. Puis il y a eu l'invention du miroir. En France, avec la construction de la Galerie des glaces du château de Versailles, un nouveau mode d'expression du trop d'ego a vu le jour. La fabrication industrielle des miroirs a permis aux bourgeois de s'en procurer et certains d'entre-eux ont voulu être comme des rois-Soleil. Il y a toujours eu des personnes pour le voir et pour s'en moquer, à commencer par Molière. Puis le miroir est devenu un objet anodin et présent dans tous les foyers. La démocratisation de l'accès à l'image de soi, a permis aux personnes qui étaient déjà dans le trop d'ego de cultiver une image flatteuse d'elles-mêmes pour soutenir leur sentiment de supériorité. Souvenez-vous qu'une personne qui est dans le trop d'ego vit les relations comme un rapport de supériorité/infériorité. Elle ne peut évidemment pas être supérieure à tout le monde, mais elle trouve toujours le moyen de se penser supérieure à quelqu'un pour se rassurer narcissiquement. Et elle a besoin de regards admiratifs. Ce rapport à l'image de soi, problématique il faut le dire, a ensuite été renforcé par l'arrivée de la photo, du cinéma, de la télévision et des smartphones qui permettent de faire selfies et des mises en scènes. Les personnes qui investissent le fait de se mettre en valeur, qui peaufinent leur image pour en imposer aux autres, réussissent mieux *dans la vie*. Elles acquièrent plus facilement des postes de pouvoir et s'enrichissent aussi plus vite.

Jingle

Résumons ce qu'il en est du trop d'ego. La personne vit ses relations comme des rapports de supériorité/infériorité, se nourrit du regard admiratif des autres et entretient le sentiment de sa supériorité pour préserver sa bonne estime de soi… celle-ci chute à chaque fois qu'elle se trouve en position d'infériorité. Le sentiment de supériorité peut se nourrir de tout : la richesse bien sur, le pouvoir (même le plus petit qui soit), le statut social, le fait d'avoir une compétence particulière, le fait de détenir un savoir, et même le simple fait de penser quelque chose. Dans ce cas là, ceux qui ne partagent pas cette pensée sont considérés comme étant idiots, inférieurs.

mini-virgule

Nous insistons sur le fait que ce n'est pas l'ego qui pose problème, c'est le trop d'ego. L'ego quant à lui participe à notre bien-être, il est une source de motivation, laquelle est entretenue par des compliments. Nous sommes des êtres sociaux, donc le regard des autres nous impacte, c'est pourquoi nous sommes contents de recevoir des retours positifs. Complimenter quelqu'un pour ce qu'il dit, ou ce qu'il fait, ce n'est pas l'admirer en bloc. L'admiration tend à rendre aveugle car elle est fondée sur une idéalisation. Quand une personne en admire une autre, elle accepte d'être en position d'infériorité et nourrit sa bonne estime de soi du fait de la côtoyer. Elle ne peut pas interroger par exemple la façon dont cette personne s'est enrichie, ou la façon dont elle se comporte. Elle a plutôt tendance à l'imiter. C'est avec d'autres personnes qu'elle se place en supériorité.

Du point de vue psychologique, cette personne n'est plus en capacité d'écouter ses 4EF de sens, justice, paix et amour.C'est souvent sous l'effet d'un conditionnement éducatif et social, c'est donc souvent inconscient. Quoi qu'il en soit, dans le monde tel qu'il fonctionne actuellement, les personnes qui sont dans le trop d'ego, qui en imposent et qui s'imposent, sont valorisées et elles grimpent socialement plus facilement.

Mini virgule

Pour autant la compétition sociale est rude. Il ne faut pas faiblir, à tel point que des personnes qui veulent absolument tenir le coup ont recours à des stupéfiants. Il n'y aura jamais assez de places en haut d'une organisation pyramidale pour tous les prétendants à y monter. Dans notre société, les personnalités et les stars, sont en nombre limité. Pour les autres, de nombreux concours leur offrent la possibilité d'accéder à une réussite qui les nourrit narcissiquement tout en gagnant un peu d'argent. Il est possible aussi d'entretenir le trop d'ego en imitant une personnalité. En s'habillant comme elle ou en parlant comme elle… y compris si celle-ci s'autorise des comportements irrespectueux voire violents verbalement. Et pour finir, posséder des biens de consommation, particulièrement ceux qui sont « tendances », permet aussi de nourrir le trop d'ego. La publicité utilise largement ce ressort narcissique pour pousser les gens à sur-consommer. Une grande marque de produits de beauté est emblématique. Si je vous dis « parce que vous le valez bien ! » ou « parce que je le vaux bien ! » est-ce que vous voyez de quelle marque il s'agit ? Surconsommer n'est pas tenable écologiquement, nous avons depuis longtemps un 6e continent, fait de déchets plastiques. Là encore nous pensons qu'il serait pertinent d'agir en amont en remettant en cause ce qui perpétue la sur-consommation : le trop d'ego pour certains mais aussi l'habitude pour beaucoup d'entre-nous.

Mini-virgule

L'humanité est face à deux risques majeurs qui sont tous deux sous-tendus par le trop d'ego : l'autodestruction par la guerre et la dégradation des conditions de vie sur Terre au point que ça pourrait compromettre la survie de l'espèce humaine. Face à cela Mark Zuckerberg investit des sommes colossales dans des bunkers de luxe pour se préparer à toutes les éventualités. Il sera imité par ceux qui en ont les moyens, quant au reste de la population tant pis pour elle. Elon Musk de son côté prépare une migration sur Mars. Peu lui importe d'essayer de ne sauver qu'une infime partie de la population, tout en aggravant la crise écologique avec le développement de l'industrie spatiale… et si le jour vient d'une telle migration la rivalité battra son plein pour faire partie du voyage et aller reproduire ailleurs les mêmes erreurs que sur la Terre. Nous sommes tous embarqués dans l'aventure comme sur le Titanic, nous savons qu'il n'y a pas assez de places dans les canots de sauvetage. La différence est que nous pourrions tous ensemble essayer d'éviter que le bateau-planète coule ! Nous pourrions décider de mettre toute notre intelligence et toute notre énergie dans le projet de sauver la planète et d'y vivre en paix.

Jingle

Nous approchons de la fin du 2e épisode. Dans un monde où c'est le trop d'ego, l'apparence et les faux-semblants qui priment, les personnes qui ne joue pas le jeu de la compétition sociale sont défavorisées, entravées. Nous pouvons avoir l'impression que le trop d'ego est majoritaire (et être découragés), mais en fait ce n'est pas le cas. C'est simplement que les personnes qui sont dans le trop d'ego occupent le devant de la scène et les postes de pouvoir. Il faut dire que nous leur laissons ces postes de pouvoir, il ne faut donc pas s'étonner de vivre dans un monde qui nous fait souffrir. À tel point que certaines personnes se sentent inadaptées au monde. Est-ce que cette idée vous a déjà traversé l'esprit ? Et est-ce que vous faites partie des personnes qui préfèrent le contact avec les

animaux à celui des humains ? Cette préférence est tout à compréhensible. La relation avec les animaux est plus simple parce qu'ils n'ont pas d'ego (dans le sens où ils ne se représentent pas eux mêmes). Ils sont donc toujours dans leur Être. Concrètement ça veut dire qu'ils sont authentiques. Le chien est content de revoir son maître, il ne fait pas semblant, et quand il n'aime pas quelqu'un ça se voit et il n'y a pas à s'y tromper. L'enjeu pour chacun de nous est de *réussir notre vie* plutôt que de *réussir dans la vie*. De pouvoir être fièr(e) de réussir sans que ça soit au détriment de quiconque. De pouvoir aussi se protéger d'une éventuelle déprime à laquelle les sentiments de fatalité et d'impuissance peuvent conduire. Comment trouver son chemin ? C'est le sujet que nous aborderons dans le prochain épisode et nous aurons le plaisir d'en parler avec Valérie qui témoignera de son expérience.

Merci d'avoir écouté ce deuxième épisode. N'hésitez pas à nous laisser un petit commentaire pour nous dire ce que vous pensez de cette petite description rapide du monde, ou pour parler d'autre chose ! Ça nous fera plaisir et ça contribuera aussi à la diffusion du podcast ! Merci encore, portez-vous bien et rendez-vous pour le prochain épisode qui sortira le 10 mars.

Chanson *Le jardin des espérances* – Aure Felden