

## Nécessité de la parole

par Jacques Salomé – psychosociologue et écrivain.

Les enfants utilisent la voix, c'est à dire les mots pour se dire et surtout les maux pour tenter de se faire entendre. A travers des cris, des pleurs, des gestes, des colères ou des bobos multiples ils disent leurs besoins primaires de survie mais aussi leurs besoins relationnels et proclament, avec une certaine efficacité, leur existence face aux parents ou face à l'entourage proche et plus tard face au monde.

Puis la parole se structure, s'enrichit, s'affine, se déploie au travers d'échanges, de confrontations, d'oppositions ou de retour sur soi. Je rejoins celui qui a écrit « *la parole est la voie royale pour l'affirmation de soi* ». La parole en effet permet de se positionner, de se situer face à l'autre, non pas à travers un discours sur soi, mais en parlant de soi, en témoignant, en osant se définir (*pour éviter d'être défini par l'autre*).

C'est par la parole aussi que nous pouvons restituer à l'autre ce qui vient de lui et qui n'est pas bon ou acceptable par nous. En remettant chez l'autre avec des mots, les messages toxiques reçus, tels des commentaires négatifs, des jugements de valeurs, des paroles disqualifiantes ou blessantes, des attitudes toxiques qui risquent de nous polluer si nous les gardons dans nos pensées ou notre imaginaire.

La parole devient alors le support essentiel à la fois pour une émancipation personnelle (*face à la famille et au milieu d'origine*) et d'une émancipation sociale pour s'affranchir de l'emprise de tabous, de certaines prescriptions culturelles, religieuses ou sociales plus ou moins oppressantes ou obscurantistes.

Pour certains la naissance à une parole libre et indépendante sera plus difficile, car parfois jalonnée d'obstacles liées à l'image de soi, à la non confiance, à la rétention et à la répression imaginaire qui nous fait penser par avance à la réaction de l'entourage (*réaction anticipée comme négative ou malveillante*) si nous disons ce qui circule en nous, ce qui nous traverse ou nous agite.

Aujourd'hui la parole est peut être trop domestiquée par une technologie envahissante, étouffée par des impératifs de rendement et de performance, violentée par l'urgence d'un temps qui s'accélère sans cesse. Les partages sont devenus plus superficiels, les rencontres plus fugaces et éphémères, les liens plus distendus, les questionnements plus approximatifs, sans résonances profondes et durables et les engagements moins fiables.

Et pourtant quel beau cadeau à se faire que de pouvoir se réconcilier avec les mots, afin de mieux traduire un ressenti difficile, pour éviter ainsi un passage à l'acte qui peut violenter l'autre et entretenir ainsi incompréhensions et conflits.

Au delà d'une communication infra verbale toujours présente, la parole est indispensable pour exprimer des sentiments ou des émotions, que ce soit dans les tâtonnements et les apprivoisements des premiers temps d'une rencontre amoureuse ou dans l'éclat lumineux du bonheur d'être ensemble à partager un projet de vie.

La parole sert aussi à la transmission. Dans certaines cultures la transmission verbale est la trame du tissu social. En Occident, depuis quelques années, il y a un retour à la transmission par l'oralité. Transmission de valeurs, une plus grande sensibilité à la recherche du sens, une exploration plus ouverte aux métaphores et aux contes qui comme chacun le sait sont porteurs de connaissances immémoriales.

Osons donc notre parole et sachons non seulement la dire mais l'entendre quand celle parole d'autrui arrive jusqu'à nous.

Jacques Salomé est l'auteur de

**"Paroles à guérir"**. (Albin Michel).

**"Paroles de rêve"**. (Albin Michel).

**"Paroles d'amour"**. (Albin Michel).