



ENSEIGNER LE LANGAGE DU CŒUR POUR LA PAIX

*" La paix est inscrite au coeur des hommes,
c'est du coeur des hommes que la paix doit jaillir "*

1- La paix est dans le coeur

Vouloir atteindre la paix sur Terre, c'est imaginer que tous les êtres humains dans l'absolu puissent cohabiter harmonieusement ou, tout au moins, renoncent une bonne fois pour toute à avoir recours à la violence et à s'entretuer au nom d'une sagesse immanente. Entre ces deux frontières, la paix reste une notion abstraite, une pause des fusils entre deux guerres dans un cycle sans fin.

On constate ainsi que les hommes sont capables de vivre en paix. C'est inscrit dans leur nature profonde. Cette paix est un état de bien-être qui est ressenti dans le cœur, le siège des émotions spontanées ; bien loin des circonvolutions du cerveau, de ses pièges, de ses complications. La paix est là, bien chaud, elle s'étale et elle prend toute la place. Elle ne tolère aucun corps étranger perturbateur, aucun compromis. Elle vient d'ailleurs, intacte et pure. Elle vibre au rythme des battements du cœur. Elle ne se fabrique pas, ne se démonte pas. Elle est un renoncement, un rejet de toute violence. Douceur extrême, joie et jouissance, elle est tout cela à la fois. Elle attend de jaillir et ne comprend que le langage du cœur qui est un langage spontané, un outil de communication prodigieux.

2- Vocabulaire du cœur

On va parler au cœur doucement parce qu'on recherche la paix à partir d'expressions (près d'une centaine) qui constituent son langage qui est ressenti bien avant d'être pensé. C'est ainsi qu'on découvre des **valeurs suprêmes** qui dialoguent avec le cœur et que le cœur comprend ; c'est-à-dire un panel de **vertus**

éternelles comme du cristal qui font jaillir la paix intérieure lorsqu'elles sont appliquées.

Car le cœur parle à travers son ressenti et de ses émotions qu'il ne peut masquer.:

- **A cœur ouvert** : en toute franchise, sans retenu, avec courage. On dit notre vérité mais on garde le silence si cette vérité est trop dure à entendre. Un cœur ouvert est un cœur sincère sans artifice, manifestant le profond de l'être.
- **Avoir le cœur sur la main** : la main vue comme le prolongement du cœur. vouloir partager, entraider les autres, Etre généreux, bienveillant. et donner, se donner sans intention de recevoir.
- **Etre doux et humble de cœur**, renoncer à la violence et adopter la douceur dans son comportement. Ne pas juger les autres car on n'est pas juge et on risque de se tromper. Savoir rester à sa place, même la dernière.
- **Avoir du cœur** : regard de tolérance, capacité de s'émouvoir devant la souffrance, éprouver de la compassion, de l'amour fraternel inconditionnel et savoir pardonner.

Ces vertus sont millénaires et inscrites dans la conscience collective des peuples. Elles ne demandent qu'à être réactivées.

3- Méthode

Il faut grouper les vertus par thèmes progressifs, des lignes force en commençant par les plus faciles à enseigner en imaginant son contraire :

Ex. la franchise, la sincérité, la vérité/ le mensonge et la dissimulation

EX, la générosité, l'entraide., le partage, le don/l'égoïsme, l'indifférence

Ex. la douceur, l'humilité/ la violence

Ex. la tolérance, la compassion, le pardon, l'amour/intolérance, insensibilité

Ce langage du cœur doit être réactivé dans les réseaux d'éducation dès le plus jeune âge en se basant sur la culture propre à chaque pays (référence aux contes, légendes, croyances etc...) et dans chaque famille grâce aux téléphones portables et les réseaux sociaux.

