

Unis pour Eliminer le Racisme

Unis pour Eliminer le Racisme (UER) est un groupe de gens de tous âges et de toutes origines provenant de divers pays qui se sont consacrés à l'élimination du racisme dans le monde. Nous comprenons que l'élimination du racisme est nécessaire à l'humanité pour progresser. Nous nous sommes engagés à éliminer le racisme, et nous soutenons les efforts d'autres groupes pour atteindre ce but.

Le principal travail d'UER est de rendre visible les dégâts causés aux individus par le racisme et de réparer ces dégâts sur une base individuelle, en utilisant les ressources et le processus de la Réévaluation par la Co-écoute. Le résultat de ce travail est un renforcement des capacités des gens à interrompre le racisme dans leur vie quotidienne, à se libérer de ses effets, à prendre la responsabilité d'actions contre le racisme, à former des rapports profonds au-delà des barrières raciales, à extirper le racisme des institutions de nos sociétés, et à soutenir le travail d'autres individus et d'autres organisations dans l'élimination du racisme. UER examine aussi le racisme présent au sein de nombreuses institutions de nos sociétés et encourage ses membres à en devenir activement conscients et à trouver de nouveaux moyens de le combattre. UER offre à la fois un système de soutien continu qui aide les gens à maintenir leurs efforts d'élimination du racisme, et des outils efficaces pour l'élimination du racisme pouvant être enseignés et utilisés dans des relations de personne à personne.

A travers son travail, UER a développé une compréhension nouvelle et importante du racisme et des rapports entre le racisme et d'autres oppressions, et notamment la façon dont le racisme et les autres oppressions sont infligées aux gens, comment elles abîment les gens, comment ces dégâts sont transmis de génération en génération, comment on peut résister à de tels dégâts, et comment on peut s'en libérer. Le travail pour se libérer des dégâts du racisme est mené, de façon différente, à la fois par des personnes membres de groupes qui sont la cible du racisme et par des personnes membres de groupes qui jouent des rôles oppressifs et racistes. UER a aussi élaboré une compréhension de la façon dont le racisme est intériorisé par ceux qui en sont la cible ; de la façon dont ce racisme intériorisé opère au sein du groupe ciblé, rendant plus difficile le travail de ce groupe pour éliminer le racisme; et de la façon dont les gens peuvent se libérer de ce racisme intériorisé.

UER sera représenté par une délégation de membres de ses Communautés Internationales à la Conférence Mondiale Contre le Racisme (CMCR). La délégation d'UER bénéficiera de l'expérience d'autres organisations qui travaillent pour éliminer le racisme, formera des accords et des alliances avec ces organisations, et construira des relations individuelles. Pour offrir à d'autres la possibilité de découvrir le travail d'UER, la délégation animera des ateliers, dirigera des groupes de parole pour que les participants de la CMCR puisse parler du racisme dans leur vie, proposera des groupes de soutien quotidiens aux participants de la CMCR, et partagera le savoir, l'expérience, et la pratique d'UER avec les individus et les groupes.

719 Second Avenue North • Seattle, Washington 98109 • USA
Téléphone +1-206-284-0311 • Fax +1-206-284-8429 • Email: ircc@rc.org
Internet: <http://www.rc.org/uer>

La Théorie de base de la Réévaluation par la Co-écoute

sur laquelle se fonde le travail de « Unis pour Eliminer le Racisme »

La Réévaluation par la Co-écoute (aussi connue sous le nom de RC ou Co-écoute) considère tous les êtres humains comme fondamentalement intelligents, coopératifs, et bons. Nous supposons qu'il est naturel pour un être humain d'avoir de bonnes relations avec les autres êtres humains, de bien penser, d'agir avec sagesse et succès, et d'aimer la vie.

Dans cette hypothèse, chaque être humain agit et coopère correctement sauf quand des automatismes de détresse émotionnelle interfèrent. Alors les comportements irrationnels, les sentiments négatifs, et l'incapacité à coopérer ou à communiquer remplacent le comportement humain naturel. Ces « automatismes » sont les conséquences de détresses physiques ou émotionnelles, beaucoup d'entre elles remontant à l'enfance, et dont nous n'avons jamais complètement guéri. Elles refont surface et agissent quand quelque chose dans notre environnement présent nous rappelle un moment antérieur de détresse.

Les effets résiduels d'expériences passées de détresse auraient pu être éliminés rapidement et définitivement, au moment où nous avons été blessés, en utilisant les processus naturels de décharge émotionnelle (par exemple, pleurer, rire, et trembler). Après une décharge émotionnelle, le cerveau d'une personne est capable de penser plus clairement et de réévaluer ce qui s'est passé pendant l'incident qui a causé la détresse initiale.

Au lieu de cela, certains conditionnements sociaux contre la décharge émotionnelle portés par nos cultures, et qui nous ont été infligés de façon rigide quand nous étions enfants (par exemple, "Ne pleure pas", "Sois un grand garçon", ...) ont perturbé et empêché la guérison de nos souffrances et mené à une accumulation croissante de détresses et de tensions. Tout cela fait qu'arrivé à l'âge adulte, nos capacités initiales à avoir de bons rapports avec les autres, à réussir, et à aimer la vie, se trouvent sérieusement limitées. Cela perturbe aussi notre progrès vers une société qui encourage tous les êtres humains à s'épanouir dans des relations coopératives et respectueuses.

Dans la Réévaluation par la Co-écoute, la capacité naturelle de guérir de ses détresses est recouvrée. Pour cela, la condition principale est un écoutant sincèrement intéressé, détendu face à nos tensions, et comprenant le fonctionnement du processus de décharge émotionnelle.

Beaucoup de nos détresses résultent de blessures infligées par la société que nous regroupons sous le terme d'oppression (le racisme en est un exemple). Chaque adulte dans chaque société actuelle a été conditionné, à travers l'imposition d'automatismes de détresse, à fonctionner dans les deux rôles d'opprimé et d'opresseur. (Par exemple, la même personne

peut être opprimée par le racisme et peut être dans le rôle de l'opresseur par rapport au sexisme.)

L'oppression n'est pas inévitable, elle n'est pas inhérente aux êtres humains. Elle survient et opère seulement en s'appuyant sur des automatismes de détresse. Aucun être humain ne consentirait à se soumettre à l'oppression si un automatisme de détresse d'une telle soumission n'avait été installé précédemment à un moment où cette personne était en situation de souffrance. Aucun être humain ne consentirait jamais à participer à l'oppression d'un autre être humain si un automatisme de détresse n'avait été installé précédemment. Une fois ces automatismes en place, nous sommes susceptibles d'agir envers les autres de façon irrationnelle et oppressive, y compris envers les gens de notre propre groupe et même vis à vis de nous-mêmes. (Les gens ne se rabaissent eux-mêmes ou leurs propres groupes que si le racisme les a blessés au point qu'ils l'ont intériorisé inconsciemment.)

Les individus peuvent se libérer des dégâts causés par le racisme, et les autres oppressions, à travers les processus de décharge émotionnelle. Cette guérison donne aux individus la capacité de s'organiser et de lutter pour l'élimination du racisme dans les institutions et la société.

La Réévaluation par la Co-écoute est un processus pour libérer les êtres humains et la société dans son ensemble des automatismes de détresse, afin qu'ils puissent reprendre un fonctionnement

complètement intelligent. La Réévaluation par la Co-écoute est pratiquée par paires, par des gens qui s'écoutent chacun leur tour et s'entraident pour libérer les émotions douloureuses. Parce qu'aucun argent n'est échangé entre ces personnes qui s'écoutent, la Réévaluation par la Co-écoute peut être utilisée par tout individu, quelle que soit sa situation économique.

Les membres des Communautés de Réévaluation par la Co-écoute ont travaillé à l'élimination du racisme depuis les années 1970. En 1999, les Communautés Internationales de la Réévaluation par la Co-écoute ont désigné l'élimination du racisme comme leur objectif prioritaire, accélérant le travail d'élimination de cette oppression. Dans les Communautés de RC, des personnes participent à des groupes de travail et des ateliers où ils échangent de l'écoute pour se libérer des effets du racisme. Certains de ces groupes et ateliers sont constitués de personnes provenant de différentes origines. D'autres sont constitués sur la base d'une origine unique (descendants d'ancêtres Africains, peuples Indigènes, et autres).

La Réévaluation par la Co-écoute est pratiquée dans quarante-deux pays à l'heure actuelle. Vous pouvez obtenir davantage d'informations au sujet de la Réévaluation par la Co-écoute sur le site web de « Unis pour Eliminer le Racisme »: < <http://www.rc.org/uer> >.

