© Magazine L'appel – Gérald HAYOIS

Fondatrice de Convivial, importante association bruxelloise d'aide aux réfugiés, Marie-Noëlle de Schoutheete connait d'expérience le deuil. Elle accompagne aujourd'hui des personnes en quête d'accomplissement personnel, d'écoute bienveillante et de recherche spirituelle.

Propos recueillis par Gérald HAYOIS

Marie-Noëlle de SCHOUTHEETE

« L'ÉCOUTE EST LA BASE DE TOUTE *RELATION HUMAINE* »

— L'association Convivial fête cette année ses vingt-trois ans d'existence. Pourquoi l'avoir créée ?

— Elle cherche à aider l'insertion en Belgique des personnes qui ont obtenu le statut de réfugié, qui ont une autorisation de séjour ou obtenu une protection subsidiaire après être passés par les centres Fedasil ou de la Croix-Rouge. Nous essayons d'être là pour les aider à trouver un logement, se meubler, tisser des liens, prendre racine dans un quartier. Et aussi faciliter leur insertion socioprofessionnelle et les épauler dans les procédures de regroupement familial. Nous sommes là aussi pour un accompagnement psychologique, via notamment des groupes de parole.Nous nous sommes pas mal développés ces dernières années grâce à la forme de gestion participative que nous avons mise sur pied avec les réfugiés ou ceux qui sont passés par là. C'est avec eux qu'on a construit l'association. Ils y sont présents à tous les niveaux. Nous fonctionnons grâce à des subsides publics, et des dons.

— Et tout cela a démarré comment ?

— L'association est liée à mon histoire personnelle. Mon mari a été coopérant en Afrique et y est mort d'un cancer foudroyant en 1982. J'avais quatre enfants de six, cinq, trois ans, la dernière était âgée de quelques mois. Nous sommes alors revenus en Belgique. Douze ans plus tard a eu lieu le génocide au Rwanda, où nous avions vécu quatre ans et avions gardé beaucoup d'amis rwandais. Nous avons été informés de manière directe de ce qui se passait. Un ami m'a demandé si je pouvais accueillir une Rwandaise, Florida Mukeshimana, et ses quatre enfants. Florida est arrivée chez nous. Elle avait tout perdu, son mari, son pays. Je l'ai beaucoup écoutée et une profonde amitié est née entre nous. Finalement, après un gros mois, elle a trouvé un logement, et nous avons ensuite accueilli trois autres familles de réfugiés, cette fois burundais, avec toujours cette expérience de l'amitié et d'une collaboration. J'ai compris ce que c'est qu'être réfugié : ne rien avoir, chercher un logement, une école, aller dans les CPAS où l'accueil n'est pas toujours bienveillant.

> **« Je pense que l'accueil est une question d'humanité et de santé publique. »**

— L'association est née de là…

— De plus en plus de gens nous ont contactés pour de l'aide, et on a essayé de répondre d'abord à leurs besoins matériels. Être présents, avoir une écoute bienveillante de ce qu'ils vivaient et avaient vécu. En 1996, Florida et moi avons réuni quelques amis et anciens réfugiés, et nous avons fondé Convivial. Des Belges d'origine et des ex-réfugiés ou nouveaux Belges qui ensemble mettent en place une structure d'accueil. Il a fallu ensuite inscrire les projets dans la durée, trouver des subsides, des appuis des partis, contacter les administrations, faire connaître nos projets à l'extérieur. Aujourd'hui, Convivial compte une trentaine de salariés, une vingtaine de volontaires à temps partiel et une trentaine de gens en formation via les CPAS. Trente-cinq nationalités y sont représentées.

— Depuis lors, à Convivial. vous avez cédé le relais à d'autres. Avec le recul, que vous inspire la réussite de ce projet ?

— Un sentiment de gratitude. Je suis heureuse de ce qui est arrivé, d'avoir pu vivre cette expérience. Les réfugiés m'ont apporté beaucoup. Cela a demandé de l'énergie. Quelques-uns, au début, ont profité ou abusé de notre naïveté, mais tant pis. Je regarde cela sereinement. J'ai pu apporter ma contribution, et c'est tant mieux.

— En cette période d'élections, les migrations sont de plus en plus à l'agenda politique en Belgique. Avec votre expérience, comment voyez-vous cette question ?

— Je suis triste des réactions de rejet des étrangers. Je pense que l'accueil est une question d'humanité et de santé publique. Comment peut-on refuser de vivre à un autre humain? Mais le problème est complexe et la solution n'est pas facile. Dans un certain monde militant, il y a parfois beaucoup de colère, que je comprends, tout en ne partageant pas ce sentiment. Pour moi, d'expérience, ce n'est pas ainsi qu'on fait avancer les choses. Mais en trouvant au fond de soi la paix du cœur qui permet d'accueillir les autres.

— Si vous vous êtes ainsi engagée, c'est peut-être dû à votre parcours de vie ?

— J'ai été élevée dans une famille très traditionnelle, extrêmement catholique. De cette éducation, j'ai appris l'amour des autres. Mon père avait une grande écoute, et je crois que j'ai reçu cela de lui. J'ai étudié la philologie classique à Louvain. Pendant un an, je me suis occupée à Bruxelles d'une maison de jeunes venant de familles nord-africaines, et aussi de personnes âgées dans le quartier de la gare du Nord. C'est durant cette année-là que j'ai rencontré mon futur mari. Avec lui, les horizons se sont pour moi largement déployés. Ivan m'a ouvert à l'étranger. Il a travaillé un an comme économiste pour un projet des Nations Unies aux îles Fidji en 1975. Ensuite, au Rwanda, dans des pro-

jets de la coopération belge, de 1977 à 1981, treize ans avant les évènements qui ont amené le génocide. Et enfin, dans des projets de coopération en Zambie où est née notre quatrième enfant.

— Et là, le drame survient…

— Quatorze mois après être arrivés là, mon mari est mort d'un cancer rachidien foudroyant en trois semaines. Je me suis retrouvée dans un profond désarroi. Cela a été une terrible épreuve et, en même temps, je peux dire aujourd'hui sincèrement que, ce qui est arrivé, a été finalement une grâce pour moi depuis une dizaine d'années. J'avais l'impression d'avoir tout perdu. J'étais révoltée, avec un sentiment d'injustice de devoir élever toute seule mes quatre jeunes enfants. À la question « *Pourquoi cela m'arrive* ? », il n'y avait aucune réponse. La seule question à se poser, c'est : « *Comment vais-je faire pour la suite ?* » Autrement dit *: « Qu'est-ce qui reste, quand il ne reste rien ? »*

— Et vous avez trouvé des réponses…

— La première : la solidarité. C'est vrai qu'à ce moment-là s'est déclenché un filet de solidarité de la famille, des amis. Un qui sonne à la porte, un autre qui apporte du potage, qui prend chez lui un de mes enfants pour lui changer les idées. J'ai eu l'immense chance d'avoir toutes ces personnes, là, présentes, tout simplement. Et puis, après le drame, j'ai dit un jour à ma sœur : « *Si je dois m'en sortir, c'est à partir d'un petit coin de paix que je sens quand même en moi. Je ne sais pas de quoi il s'agit, ni ce que c'est, mais c'est à partir de là que je vais m'en sortir.* » C'est cela qui a grandi en moi. Le souffle est là, et en même temps, il y a cette ouverture avec les autres. C'est la deuxième réponse.

« L'empathie est une qualité de présence pour rejoindre l'autre dans l'émotion qu'il vit. »

— Vous avez aujourd'hui d'autres engagements ?

— Je collabore à l'association *Duo for a Job.* Il s'agit d'un superbe projet lancé par des jeunes avec intelligence et dynamisme. Il vise à ce qu'un autochtone qui a de l'expérience, un mentor, accompagne un jeune issu de l'immigration dans ses démarches de recherche de projet de vie, d'emploi et de formation. J'y participe en donnant aux futurs mentors une formation à l'écoute attentive et bienveillante. L'écoute est, pour moi, la base de toute relation humaine.

— Comment bien écouter ?

— Pour écouter l'autre, il s'agit de faire le vide en soi. Il faut repérer tout ce qui s'élève comme pensées et émotions, et les mettre entre parenthèses pour être disponible à l'autre et le rejoindre là où il est. L'empathie est précieuse. C'est une qualité de présence pour rejoindre l'autre dans l'émotion qu'il vit, en étant à ses côtés, mais pas dans la contagion émotionnelle.

— Vous avez vous-même suivi des formations à l'écoute ?

— J'ai participé, puis accompagné des gens qui ont suivi des sessions de connaissance de soi et de développement personnel appelées PRH « Personnalité et relations humaines ». J'ai suivi aussi des formations à la gestion de conflits à l'Université de Paix à Namur et des sessions de formation à la communication non violente.

— Et le cheminement spirituel ?

— Je viens d'un milieu chrétien catholique. J'ai cheminé spirituellement dans cet univers, avec notamment la rencontre décisive et personnelle de Maurice Bellet, prêtre, écrivain et thérapeute. Il a été un mentor pour moi. Il était attentif à revenir à l'essence de l'Évangile, l'Amour universel, la divine tendresse, l'*agapè* en grec. J'ai retenu de lui cette phrase de Saint-Jean qu'il aimait beaucoup : « *Celui qui aime est né de Dieu et connait Dieu.* » Il m'a beaucoup apporté. Il y a plus de vingt ans, toutes mes croyances religieuses ont implosé. Il m'a dit alors : « *Ce que tu vis, c'est comme le silence du samedi saint ou le vide d'avant la création, et cela peut durer longtemps, mais il faut le vivre avec joie.* » J'ai béni cette rencontre et cela a été le silence pendant vingt ans, mais avec une quête spirituelle continue. J'ai découvert le bouddhisme et des enseignements qui me font ouvrir à la compréhension du monde tout autrement. Et je pratique beaucoup la méditation.

— Qu'avez-vous découvert d'essentiel dans le bouddhisme ?

— Écouter-réfléchir-méditer. Écouter un enseignement basé sur l'expérience d'autres humains « éveillés ». Voir si on adhère à ce qu'on a entendu. Et méditer, accueillir la réalité, et voir ce qu'on peut en faire.

— Jésus, qui est-il pour vous aujourd'hui ?

— Un homme, un grand éveillé, pas un Dieu. Un sage dont je suis encore nourrie des paroles et des actes. Encore faut-il faire l'exégèse des textes et être prudent sur l'interprétation. Oui, nourrie de certains textes des Évangiles, comme : « *Faites du bien à vos ennemis* » ou « *Faites aux autres ce que vous voulez qu'ils vous fassent* ». Voilà ce que je garde notamment. Mais depuis plus de vingt ans, un certain langage chrétien ne me parle plus. Je ne participe plus, sauf exception, à des célébrations chrétiennes. Je suis en communion plus profonde avec d'autres personnes avec qui je peux continuer mon chemin psycho-spirituel, en dehors du cadre catholique ou chrétien.

— Vous êtes devenue adepte et formatrice en Reiki PEA, présence empathique attentive. De quoi s'agit-il ?

— En quelques mots, c'est une méthode de soin holistique qui guide chacun vers une meilleure santé émotionnelle, physique et relationnelle, vers une qualité de présence claire et bienveillante. Avec des techniques simples, on apprend à prendre en main sa santé globale, à entrer en amitié réelle et consciente avec soi-même, et à devenir ainsi un bon compagnon pour tous. Ce sont des soins énergétiques qui aident à s'accueillir avec bonté et à se libérer peu à peu des douleurs ou blocages qui se sont installés dans notre être, et donc dans notre corps.

— D'autres choses vous donnent-elles de l'énergie ?

— Sûrement la nature. Si j'ai tenu le coup à Convivial, c'est en pouvant le week-end retrouver un coin de nature en Ardenne, en marchant parmi les arbres. C'est grâce aussi à l'énergie dégagée par les réfugiés. L'amitié est importante. J'ai beaucoup d'amis, mais j'ai également besoin de silence et de solitude. Je ne commence ma journée à l'extérieur qu'après deux heures le matin de silence et de méditation.

— Une pensée qui vous tient à cœur ?

— Celle d'un sage chinois, Tchouang Tseu : « *Cesse de vouloir à tout vent. Laisse l'infini te remuer.* » ■