



**Lettre de la FÈVE n° 3  
novembre 2010**

Après une année intense de préparatifs, la formation FÈVE a enfin commencé le 4 octobre dernier à notre grande joie! Nous attendions au minimum huit participants et quinze au maximum. Les candidatures, démarrées en février dernier, sont arrivées au compte-goutte les premiers mois, puis en nombre plus conséquent à partir de l'été, ce qui a été assez difficile à gérer avec l'activité d'accueil de la communauté. Finalement, nous avons clôturé ces inscriptions la première semaine de la formation, avec quinze participants bien motivés, quinze pionniers pour expérimenter cette nouvelle aventure.

C'est déjà un beau succès, car jusqu'à présent le projet avait suscité beaucoup d'enthousiasme parmi nos amis, nos partenaires, lors de nos contacts avec les intervenants sollicités pour la formation et même auprès de nos financeurs (*l'Association la Nef, Non-Violence XXI* et la fondation *un Monde par tous*). Mais la grande inconnue était l'intérêt que cela susciterait chez les jeunes. Les candidatures pour l'année prochaine commencent même déjà à pointer leur nez!

Qui sont ces quinze « fêveurs » et « fêveuses » ?

Parmi eux, quatorze Français et un Belge. Nous espérons pour d'autres années pouvoir organiser des cours de français intensifs avant le démarrage de la formation, et trouver une solution administrative pour pouvoir accueillir des personnes hors-Union Européenne.

Parmi eux, neuf filles et six garçons entre vingt et un et trente-quatre ans (la moyenne d'âge étant de vingt-sept ans), quelques uns étaient en situation professionnelle stable et prennent une pause (et ont plutôt autour de la trentaine), d'autres étaient en voyage ou occupant des petits travaux (plutôt autour de vingt-cinq ans), tous rêvent de participer à la création d'un « autre monde possible »...

Nous n'avons volontairement pas décidé du nom que nous donnerions aux participants de la FÈVE, et après réflexion eux-mêmes se sont surnommés les « fêveuses » et « fêveurs », ce sont nos porteurs de rêves pour semer des graines d'avenir! Le grand mystère qui nous rend bien curieux est de savoir ce qu'ils en feront. Affaire à suivre!

### **Les interventions**

Nous avons déjà eu la joie de vivre les temps suivants :

- \* Présentation de l'Arche et de la communauté;
- \* Ecoute de soi, de l'autre et de l'Autre, avec Chantal Loichemol;
- \* La violence personnelle, avec Margalida Reus;
- \* Une première étape du parcours « Gestion des conflits interpersonnels » avec Hervé Ott;
- \* La visite du foyer de vie du Béal, dans la Drôme;

- \* Une première étape du parcours « Communication non-violente » avec Thomas d'Ansembourg;
- \* La traditionnelle « fête des femmes » de la communauté, sur le thème du « centenaire de l'indépendance mexicaine ».

Les retours des fêveurs et des fêveuses sont plutôt très bons, même si l'alternance entre des temps de formation denses et la vie quotidienne de la communauté leur procure un rythme assez soutenu qui leur demande beaucoup d'efforts d'adaptation. Nous espérons pouvoir mettre en place prochainement un blog où vous pourrez lire chaque semaine un résumé des interventions vécues.

**Voici les témoignages de Laurence et Marine qui participent à la FÈVE cette année :**

### **1) Laurence : comment je vis la FÈVE...**

Depuis trois mois, je vis à l'Arche de Saint Antoine dans le cadre de la FÈVE (Formation Expérimentale (sic) au Vivre Ensemble)... Riche, intense, profonde... définissent pour moi cette expérience ... Paix, Force et Joie... définissent l'Arche... et ces valeurs m'imprègnent de jours en jours... Valeurs auxquelles j'ajouterai sConfiance et Amour... afin de compléter l'état général dans lequel je me sens...

Un peu bousculée aussi... mais en douceur... dans un cadre rassurant, en confiance...

Quelques mots en vrac : Partage, Rencontres, Découvertes, Projets, Envie(s), Spiritualité... et Foi... parfois !

Des points « négatifs » ? Aucun pour l'instant -... en fait, si... bien sûr que je vis quelques difficultés... Mais je ne les vois pas comme des difficultés proprement dites, ce sont pour moi des « étapes », des marches à franchir, pour gravir ma propre montagne... Je ne peux que remercier la Vie de me les présenter, elles m'aident à grandir !

Par exemple, je me sens souvent « débordée » et envahie par les rencontres, les partages, les projets, les propositions d'activités... Et j'apprends ainsi à m'écouter, faire des choix, définir mes envies... et ainsi me connaître!!!!... Pas si simple comme chemin, mais si beau, à la rencontre de moi-même !

« La vérité c'est l'être, et être, c'est être un, uni, accordé et que le dehors exprime le dedans » disait Shantidas... et « La Vérité est Dieu » disait Gandhi...

Je suis en quête de ces moments intenses de Joie où je suis en accord, en vérité avec moi-même, lorsque je me sens « être », être en vie, être là, ici et

maintenant, présente au présent... C'est pas totalement gagné, y a encore beaucoup de boulot! Mais je rends grâce à la Vie de m'offrir chaque jour des instants magiques, où l'instant est un présent... Plus je suis en vérité avec moi-même, plus je suis en vérité avec les autres... Et plus je me sens bien avec les autres... Et c'est grâce à ces relations avec les autres que j'apprends à me connaître, chacun me reflète une partie de moi-même... Et pour apprendre à se connaître, la vie communautaire, y a pas mieux! Faut juste être prêt à se retrouver face à soi-même, à travers les autres!...

Et ce n'est pas toujours simple!

Je souhaitais aussi vous partager mon ressenti sur la Foi... Depuis plusieurs mois, je la ressens en moi, pas toujours, mais souvent elle est là... c'est une sensation très intime... Depuis que je suis à l'Arche, cette conception un peu floue s'affine en moi, je peux maintenant en parler... c'est une sorte de confiance en la Vie quoi qu'il se passe, une acceptation totale et inconditionnelle des «épreuves», c'est un sentiment qui me soulage malgré les difficultés, une Paix intérieure profonde, intense et inébranlable, qui enlève toute peur... C'est ces moments de Joie intense... Où tout pourrait s'écrouler et rien n'aurait d'importance... Tout est Joie, quoiqu'il advienne! Et plus je suis connectée, et consciente de l'être, à cette Joie, plus elle est présente à chaque instant au quotidien...

Pour terminer, je voulais parler de l'hiver... En novembre, j'ai planté des bulbes de tulipes... bien au chaud, dans du terreau... J'attends le printemps pour les voir fleurir... Mais l'hiver est indispensable... La métaphore est parlante: j'en suis là... Envie de laisser le temps de l'hiver passer en moi, profiter de ce temps de dormance... afin de renaître au printemps... La FÈVE plante des graines en moi... Patience... Le printemps sera vite là... En l'attendant, j'essaie de profiter de chaque instant que m'offre la Vie...

«There is no way to happiness, happiness is the way»

Gracias a la Vida!!

Laurence, novembre 2010

## **2) Marine: témoignage sur mon vécu de la FÈVE**

Je m'appelle Marine, j'ai vingt-trois ans, et je participe à la FÈVE depuis le 4 octobre 2010. Comment en suis-je arrivée là?

J'ai fait des études à Sciences Po Grenoble, en terminant par une spécialité «économie sociale et solidaire», ce qui m'a beaucoup intéressé. J'ai passé mes deux dernières années d'étude en Allemagne, en alternant cours et stages dans des associations.

Plus le temps passait, plus je ressentais le besoin de prendre du temps pour moi à la fin de ces études. J'avais besoin d'explorer, d'expérimenter

des choses qui me tenaient vraiment à cœur, de mûrir la suite (je ne me sentais pas du tout de me lancer dans la vie professionnelle). Je ressentais de plus en plus le besoin très fort de vivre en accord avec mes valeurs; mes études me le permettaient déjà un peu, mais ce n'était pas assez. J'avais envie d'expérimenter le collectif, d'apprendre à gérer les petites dominations ordinaires (hommes/femmes, charismatiques/timides, etc.), à prendre des décisions qui respectent l'individu et le groupe. La communication non-violente m'attirait beaucoup et j'y voyais un super outil d'émancipation de la personne, un moyen de gagner en liberté intérieure. J'avais aussi des besoins spirituels importants. Cela faisait plusieurs années que je m'intéressais beaucoup au bouddhisme, au « moment présent », à la paix et à l'éducation à la paix, etc. J'avais envie de vivre tout cela.

En découvrant dans la revue *Silence* un petit encart sur le projet FÈVE, je me suis dit que c'était ça que je voulais faire. Et en même temps j'étais surprise qu'il existe sur Terre un projet qui ait l'air de tellement correspondre à mes attentes.

Mes peurs avant de démarrer: peur de l'inconnu, peur que la formation ne soit pas si solide que cela (avec dix heures de cours par semaine), peur de la suite.

Un peu inquiète aussi par rapport au fait que la communauté de l'Arche de Saint-Antoine soit chrétienne. Même si j'ai été baptisée catholique, je me suis peu à peu éloignée de cette religion, vers une dimension plus « spirituelle laïque », et j'avoue que j'avais quelques mauvais souvenirs du catéchisme et des messes de mon enfance. J'avais donc un peu peur d'une certaine ambiance religieuse dans laquelle je ne me retrouverais pas. Mais en fait, j'ai vraiment été très agréablement surprise par ce que j'ai trouvé ici. Une très grande ouverture de la part des engagés (ceux qui vivent en permanence à la communauté depuis plusieurs années), une incitation à approfondir sa propre voie spirituelle; une prière œcuménique (et facultative) chaque soir, des temps de méditation le matin. Franchement génial.

Et puis, une conception du travail et de la vie qui me plait: ici, on travaille l'intérieur de soi autant que l'extérieur. Je me sens très libre d'être moi, d'être à l'écoute de mes besoins, de mes limites. Si je suis très fatiguée, je peux me reposer. Si j'ai besoin d'un temps de méditation supplémentaire, je peux le prendre. Si j'ai besoin de dialoguer, je me sens non seulement comprise dans mon choix de le faire pendant le temps de travail, mais encouragée. Le travail communautaire en lui-même (à mi-temps) me convient bien. Le travail est expliqué comme étant un don pour l'autre. On le fait sans précipitation, avec amour (enfin, si on veut). Ça me plaît bien.

Et j'adore l'ambiance collective. Beaucoup de personnes que j'ai croisées m'ont dit qu'elles trouvaient qu'en comparaison avec d'autres com-

munautés, celle de Saint-Antoine a vraiment des atouts en termes de vivre ensemble. Et je m'en rends compte.

Je suis émerveillée de la réflexion collective qu'il y a derrière le fonctionnement de la communauté. J'ai l'impression d'une remise en question permanente, d'une grande attention apportée aux questions quotidiennes comme philosophiques : méthode de prises de décision, « interculturalité », règles de vie...

Je suis assez touchée, d'ailleurs, que la communauté ait fait le choix d'accueillir quinze jeunes par an à partir de cette année, pour leur transmettre des outils de « vie ensemble », de non-violence, de réflexions, etc. Je trouve que cela témoigne d'une grande ouverture et d'un grand courage, car il y a presque autant de jeunes de la FÈVE que d'engagés. Cela crée de nouvelles énergies, de nouvelles idées, de nouvelles remises en question. Je trouve cela passionnant.

La vie communautaire n'est pas toujours facile pour moi : envie de changer des choses, envie de plus de temps pour moi. De nombreuses soirées sont proposées, j'essaie de me ménager et de garder aussi des temps de vide ou de silence. Dans l'ensemble, j'adore, il y a aussi de la danse (folk, traditionnelle), du chant, des fêtes. J'aime les pluches le matin, où c'est un joyeux foutoir et souvent de franches rigolades.

Passez-y votre anniversaire, et on vous le souhaitera au moins quarante-trois fois dans la journée, au petit-dèj, à midi, en chanson, en dessin, en anglais, allemand, québécois, occitan, hindi, arabe... ! C'est autre chose que j'aime beaucoup : la diversité des personnes : beaucoup de nationalités différentes, des familles, des célibataires, des couples, des jeunes et des moins jeunes, des gens de passage et des éternels permanents.

Si j'ai commencé par cette longue description de la vie communautaire, c'est que la formation s'inscrit pleinement dedans et qu'elle s'y appuie. Vu la densité et la qualité des ateliers de formation, je trouve finalement très pertinent d'avoir dix heures de cours par semaine. Cela me permet de « digérer », de travailler sur moi, d'alterner avec du travail manuel, que j'avais assez délaissé ces dernières années.

En ce qui concerne les intervenants, je suis impressionnée par les « peintures » qui interviennent : Thomas d'Ansembourg, Hervé Ott, Jean-Marie Müller... ; je suis aussi très heureuse de bénéficier des compétences et de l'expérience des intervenants de la communauté. Je suis aussi très touchée par l'attention qui est portée au projet.

J'ai vraiment l'impression que la FÈVE est très importante pour la communauté. Par rapport à la fac, il y a un sérieux dans le contenu de la formation

et dans son organisation dont je suis vraiment très heureuse.

Par exemple: tous les mardis après-midi, on se retrouve en groupe de « fêveurs », avec Jorge, qui est le coordinateur du projet et aussi notre animateur pendant ces temps-là. Jorge est formé en Approche et Transformation Constructive des Conflits. Quand il anime le groupe, je me sens en confiance, car j'ai l'impression qu'il prend en compte mes besoins comme ceux de chaque autre participant, ainsi que ceux du groupe. Je me sens bien car il veille à garantir une ambiance de bienveillance. Je trouve cela vraiment important (quand je compare avec la fac...) et très cohérent par rapport au projet.

Nous avons tous un accompagnant personnel, qui nous propose un espace d'écoute et de confidentialité, sur ce qui nous tient à cœur, sur la vie communautaire, la formation. Cette personne peut être extérieure ou interne à la communauté.

Quant au contenu des ateliers de formation, j'en suis pour l'instant ravie. J'ai l'impression d'avancer plus vite actuellement que jamais auparavant, dans l'écoute de moi, des autres, dans la communication. Je me sens enrichie de tout cela. J'ai pu approfondir l'écoute empathique, le lien entre mes sentiments et mes besoins, la résolution de conflits en conscience... Tout cela me fait gagner en conscience, du moins, j'ai l'impression !

En me relisant, j'ai l'impression de faire l'apologie de la FÈVE. Mais c'est que je m'y sens vraiment bien, hé ! J'espère que mon témoignage, que j'ai essayé de baser sur mes ressentis, mon vécu, aidera des personnes à faire un choix.

Au plaisir,

Marine