

# La médiation est-elle un Art martial?

*Approche réflexive et mise en regard de  
l'esprit de la médiation avec celui de  
l'Aïkido*



# La médiation est-elle un Art martial?

- Choix du sujet
- Processus de la recherche
- Apports de cette étude
- Limites et difficultés de cette recherche
- Perspectives

# Choix du sujet

- Recherche ontologique et personnelle et non scientifique
- Développer les qualités et la posture du médiateur
- Développer l'assise du médiateur grâce à l'aïkido qui est une force d'action (connexion, intériorité)





# Processus de la recherche Avant



=



- Grande naïveté: non prise en compte de leurs aspects spécifiques;
- Liens faciles entre ces deux disciplines;
- Raccourcis dans la comparaison.

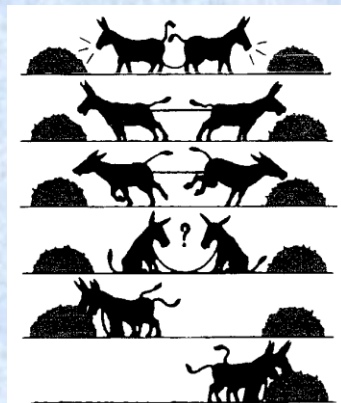
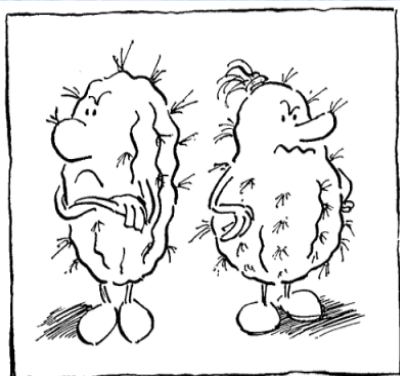
# Processus de recherche

## Tout au long de l'étude

- Confrontation avec mon approche naïve de faire des liens faciles;
- Résultat plus nuancé: parallèles possibles tout en tenant compte des dissemblances;
- Utilisation d'un même vocabulaire qui a un sens propre (soma) et figuré (psyché);
- Divergence claire sur la forme.

# Divergences sur la forme

Médiation	Aïkido
Débat qui exclut la violence physique	Combat qui résout le conflit par le corps
Véritable conflit: opposition d'opinions	Combat pour de faux: jeu
Pas de rôle prédéfini entre les médiés	Rôle prédéfini ( <i>Uke</i> et <i>Nage</i> )
Les médiés « victimes » de leur conflit médiation travail forcé (normes non acquises)	Pratique contemplative pour les aïkidokas aïkido voie clairement choisie

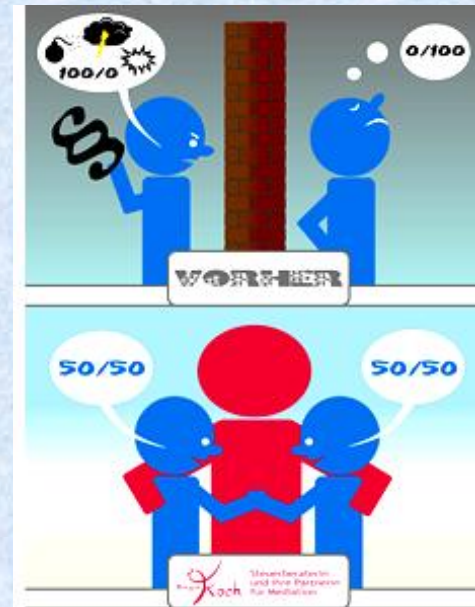




# Processus de la recherche

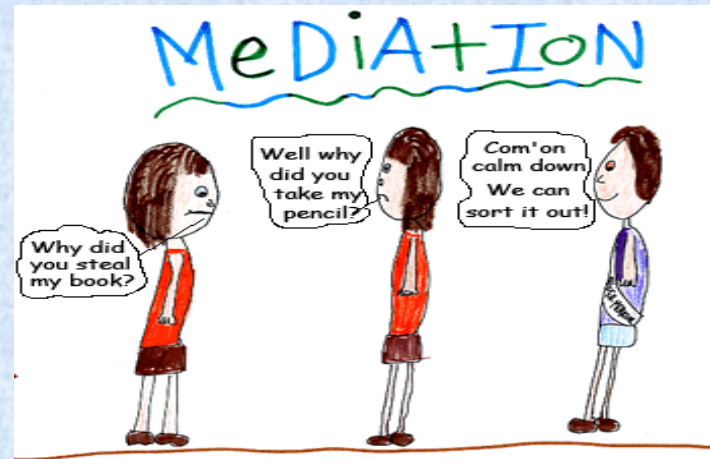
- Spécificité de chaque pratique qui peut se nourrir l'une l'autre;
- Certaines normes partagées (respect mutuel, bienveillance, climat de confiance, authenticité);
- Certaines valeurs partagées (esprit de coopération, intercompréhension, tolérance, confiance).

# Quelques valeurs partagées





# Apports de cette recherche



- Acquisition d'une puissance dans l'action au travers d'une connaissance philosophique (ancrer la présence, bousculer mes idées toutes faites, remise en question);
- La philosophie orientale peut apporter une meilleure compréhension à l'esprit de la médiation et l'enrichir.

# Apports de la philosophie chinoise

Concepts	Médiation
<b>Processus</b> avec interactions du yin et du yang: dynamique de l'alternance (Tout fluctue, changement n'est pas une rupture)	Importance d'exprimer dissensus pour arriver au consensus (accueil du conflit en percevant son aspect positif)
<b>Potentiel de la situation:</b> laisser l'effet impliqué se développer	Instauration du climat de confiance et d'un lieu sécurisant
<b>Épouser la propension:</b> savoir s'appuyer sur les facteurs de la situation (déceler les tendances en cours)	Conduire le processus en suivant le rythme du processus -> écoute active, reformulation
<b>Transformation</b> : développement interne du processus fluide et naturel en cours	Confrontation mène à la reconnaissance mutuelle et à l'écoute réciproque -> empathie
<b>Non agir</b> : aller avec, réceptivité, suivre le cours des choses	Présence, catalyseur, garant du cadre
<b>Efficacité</b> par fluidité et variabilité; se conformer et être ouvert au changement (eau)	Vécu dynamique, s'adapter aux médians, au processus lui-même

# Apports du zen

<b>Concepts</b>	<b>Médiation</b>
<b>Pleine conscience</b> : « Ici est maintenant » -> Esprit: calme et clairvoyant	Création du vide, présence, écoute active
<b>Interdépendance</b> : toute entité est en relation et non séparée	Reconnaissance mutuelle, besoins communs, altérité -> empathie
<b>Préparation à mourir</b> : accepter d'être blessé, lâcher prise avec l'ego	Se questionner, reconnaître ses erreurs, se libérer de la violence
<b>Créativité</b> : inspiration du moment, lâcher prise de l'ego	Brainstorming, imaginer de nouvelles réalités



# Limites et difficultés

- Recherche est un débroussaillage littéraire compliqué mêlant plusieurs niveaux (sémantique, épistémologique, philosophique);
- Recherche reste théorique, pas de confrontation avec la réalité (recherche subjective et non scientifique);
- Méthodologie basée sur les livres et non sur la pratique (pas d'étude sociologique);
- Philosophie orientale: l'auteure pas experte; risque de ne pas comprendre certains concepts.

# Perspectives

- Développer et intégrer d'autres philosophies orientales dont l'aïkido s'est inspiré;
- Refaire une recherche du même type d'ici 5 ans lorsque ma pratique sera renforcée.