

Des détenues du centre de détention Metro West à Miami parlent du PEP



Photo : Cintra Hardy

Cintra Hardy est une animatrice bénévole du [Programme d'éducation pour la paix \(PEP\)](#) à Miami, en Floride. Au cours des deux dernières années, elle a mené, avec Jeff Camp et John Hampton, 80 ateliers du PEP pour les détenues du centre de détention Metro West, le plus grand établissement correctionnel du comté de Miami-Dade, qui compte 2 000 détenus, dont 10 % de femmes. Elle nous fait part des réactions de ces femmes qui expérimentent la recherche de la paix intérieure en prison.

J'ai entendu parler du Programme d'éducation pour la paix lors d'une conférence, il y a quelques années. Ce projet m'a tout de suite intéressée, en particulier dans le milieu pénitentiaire. On nous a présenté le documentaire plusieurs fois primé, [Inside Peace](#), et un ancien détenu a parlé des transformations positives que l'éducation pour la paix avait opérées en lui. Son enthousiasme m'a tout de suite donné envie de devenir bénévole du PEP.

En février 2016, nous avons commencé des ateliers hebdomadaires pour les détenues de Metro West. Chaque semaine, elles attendaient avec impatience le prochain atelier et auraient aimé que

ces cours aient lieu plus souvent. Les détenues ont un parler franc et sincère. Elles sentent que quelque chose est authentique. Sinon, ça ne les intéresse pas. « Cet homme-là est tellement brillant », s'exclamaient-elles souvent pendant les vidéos de Prem Rawat sur la paix intérieure.

La plupart des détenues sont des mamans. Certaines sont séparées de leur bébé et c'est très difficile pour elles. Après avoir suivi le PEP – même un seul atelier – beaucoup ont décidé : « Quand je serai dehors, j'en parlerai à mes enfants. »

Les femmes expriment souvent le plaisir qu'elles éprouvent à écouter les conférences de Prem. « J'essaie de méditer sur ses paroles, raconte une détenue, et de les mettre en pratique dans ma vie. ».

Voici d'autres témoignages de détenues :

« C'est incroyable qu'une seule personne puisse vous aider à trouver la paix en vous, et pourtant c'est ce qu'il fait. »

« Je me sens revivre. »

« La paix se pratique. Vous devez vous en servir. Plus vous le faites, mieux vous vous portez. C'est un processus continu. La paix et l'humilité vont de pair – la paix fonctionne mieux quand on est humble. »

« Ça me fait plaisir de voir qu'il a de la compassion pour les détenues. Il nous redonne espoir. »

« Aujourd'hui, j'ai entendu beaucoup de choses pour la première fois. Je vous prie (l'équipe PEP) de revenir encore et encore. Je pense que Prem est incroyable. J'étais en colère lorsque j'ai commencé à venir ici. Maintenant, je suis détendue, je suis en paix. »

« Je vis dans un dortoir avec 60 femmes où il se passe toujours quelque chose. Ça peut engendrer des frustrations. Tu dois apprendre à te relaxer, à t'apaiser. C'est ce qu'il dit : la paix est déjà en vous. »

La paix est en vous, un concept totalement nouveau pour celles qui suivent le PEP. Ces détenues se transforment, elles réalisent qu'elles ont le choix de vivre dans la conscience. C'est réconfortant de les voir appliquer dans leur vie quotidienne les outils qu'elles ont appris.

L'une des femmes qui a assisté aux dix séances du PEP parle d'une compréhension profonde qu'elle a acquise et elle s'est inscrite pour un deuxième cycle. Après avoir obtenu la permission du conseiller et du gardien, qui ont bien compris les avantages du programme, je lui ai demandé si elle voulait nous aider pour la mise en place du matériel audiovisuel. Elle nous a répondu : « Non,

je préférerais animer les temps de réflexion durant les ateliers. »

Ces “temps de réflexion” permettent d’échanger avec les autres participants sur les thèmes abordés au cours des séances. C’est très fort quand quelqu’un de l’intérieur de l’institution, qui a compris le message de ces ateliers, encourage les réflexions. Cette détenue a écouté chaque participante avec beaucoup de respect, puis a dit : « Dans chaque cours, Prem Rawat parle de la vie et du souffle. Nous ne comprenons pas que tout est déjà là. Si on ne ressent pas le bonheur et la joie, quel est l’intérêt d’être en vie ? »

Une très grande sagesse se dégage des participants aux ateliers. Les bénévoles apprennent beaucoup d’eux. Ce Programme d’éducation pour la paix est universel. C’est extraordinaire d’être le témoin de ce qu’il apporte aux gens.