



# Apporter la Paix

SHERRY WEINSTEIN

(traduction d'un article paru dans le magazine américain *American Jails*)

« Dans cette prison, beaucoup de femmes ont été victimes d'abus sexuels. Elles ont des histoires personnelles douloureuses, ce qui ne les empêche pas de percevoir qu'il y a quelque chose de spécial en elles », explique Linda Fox-Novak au sujet des femmes incarcérées dans la prison du comté de Montgomery à Clarksburg, dans le Maryland.

Linda est une bénévole du Programme d'éducation pour la paix (PEP). Ce programme, développé par la Fondation Prem Rawat, consiste en une série d'ateliers interactifs et gratuits, basés sur des extraits de conférences données par Prem Rawat à travers le monde. Depuis quarante ans, cet homme parle de la paix intérieure comme fondement de la paix dans le monde et est considéré comme l'un de ses ambassadeurs.

Le PEP est généralement conçu pour une durée de 10 semaines mais, à la prison MCCF, ce programme a lieu en continu. Certaines détenues sont incarcérées pour trois ou quatre mois et d'autres purgent des peines allant jusqu'à deux ans.

Dans cette prison, les femmes ne représentent que 10 % de la population carcérale (30 à 40 femmes pour

300 à 400 détenus). Les ateliers étaient précédemment réservés aux hommes et avaient lieu dans des salles de classe en anglais et en espagnol. Le seul espace disponible pour les femmes était une salle de conférence hautement sécurisée, destinée aux conseillers et aux avocats. C'est là que Linda anime le PEP depuis deux ans. La salle peut accueillir 12 à 13 femmes, mais il est arrivé qu'elles soient 16.

Après avoir traversé deux zones sécurisées fermées à triple tour, les femmes entrent dans la pièce qui sert de salle de cours. La porte s'ouvre et se referme selon le bon vouloir du gardien. Après avoir pénétré dans toutes ces zones sécurisées, Linda raconte :

« Avant d'entrer dans la salle, nous prenons quelques respirations pour se "nettoyer" et je dis aux femmes

## Expressions à la prison MCCF

« Ces cours me touchent énormément. J'ai beaucoup appris sur moi-même. La paix individuelle est quelque chose de précieux que tout le monde devrait connaître. J'ai appris à être heureuse car c'est ce que mon esprit, mon cœur et mon âme désirent. »

KADIJA T.

d'oublier le côté négatif de leur vie. C'est le moment de se focaliser sur la clarté. »

Pour les nombreuses femmes qui, depuis deux ans, participent à ces ateliers, c'est une nouvelle porte qui s'ouvre dans leur vie.

### Particularités des femmes

« Ces femmes ont des besoins et des difficultés spécifiques », explique Linda. Chris Taney, un bénévole qui a animé les ateliers d'hommes en anglais ces trois dernières années, l'avait prévenue mais Linda ne s'attendait pas à ce que les participantes bavardent autant au début des cours. De toute évidence et contrairement aux hommes, les femmes sont plus compatissantes, et les laisser prendre des nouvelles des unes et des autres pendant quelques minutes semblait tout naturel. Elles se sentaient acceptées et en paix dans cet endroit.

Les relations avec les gardiens et le personnel ont, elles aussi, évolué naturellement. « Il y a une très belle relation de travail entre nous ; nous formons une vraie équipe, explique-t-elle, comme si nous étions partie intégrante de l'institution. »

La direction de l'établissement a constaté les bons résultats du PEP, et l'ancienne sous-directrice de MCCF, Suzy Malagari, a demandé à Chris Taney d'atteindre plus de gens dans la prison à travers leur programme "Faire des choix pour changer".

Dans un courrier à Prem Rawat, Suzy Malagari écrit : « Le Programme d'éducation pour la paix a eu un grand retentissement sur les hommes et les femmes de notre établissement. Ceux qui ont fait l'effort d'assister aux ateliers en ont retiré un grand bénéfice.

« Après avoir constaté l'impact de ce programme, j'ai facilité, avec toute mon équipe, la rencontre entre les détenus et les bénévoles de TPRF. Il y a un grand nombre d'individus, membres du personnel et prisonniers, qui ne savent pas encore qu'ils ont des

« J'ai beaucoup appris en très peu de temps, regarder en soi par exemple. J'ai plus de patience et de maîtrise de moi-même. J'ai appris à ne pas me mettre en colère au quart de tour comme je le faisais avant. »

CRYSTAL L.

dons et des aptitudes qui sommeillent en eux et qu'ils peuvent canaliser de manière positive. Votre travail nous aide à leur permettre de découvrir en eux-mêmes la force et les dons qu'ils possèdent. »

Monir Khanjani, psychothérapeute auprès des services sociaux de santé comportementale et des situations de crises pour les cas d'addictions en prison, tient ce programme en haute estime et confie :

« L'année dernière, Linda m'a invitée à une conférence de Prem Rawat à Washington DC, à la salle Warner. J'avais regardé une vidéo où il encourageait des détenus à se prendre en main. J'étais donc ravie de pouvoir l'écouter en personne.

« Son message sur la paix intérieure, indépendamment des circonstances extérieures, était fantastique, et son sens de l'humour a fait le bonheur de l'auditoire. C'est réconfortant et ça fait chaud au cœur de savoir que des êtres magnifiques comme lui peuvent être une telle source d'inspiration pour nous mener à la paix intérieure puis à la paix sur terre. »

Pour Linda Fox-Novak, faire connaître ce message de paix est une source constante de joie : « J'ai vu maintes et maintes fois la transformation qu'apporte la conscience de soi, dit-elle. En tant qu'auxiliaire de justice et journaliste à la retraite, avec 25 ans d'expérience, je connais bien le système judiciaire et je me suis sentie obligée de tendre la main à ceux qui en ont besoin. »

C'est après avoir vu une vidéo avec le capitaine de la prison Dominguez de San Antonio il y a deux ans, dans laquelle il parle de la transformation apportée par le PEP, que Linda a commencé à s'investir et qu'elle a proposé le PEP à MCCF : « Je comprends ces femmes car j'ai vécu beaucoup de bouleversements dans ma vie et je me suis rendu compte que le bonheur doit prendre racine en soi.

« J'apprécie beaucoup ces femmes. Malgré les événements douloureux qui surviennent dans la vie, ce message de paix les touche. »

### La reconnaissance d'être en vie

Le PEP est également proposé dans huit autres établissements pénitentiaires des États-Unis, dont le Lowel Correctional Institute pour femmes à Gainesville, en Floride. Patricia D. Kromer y anime un PEP, elle

“ J’aime tellement les cours sur la paix que je suis triste quand ils se terminent. Je pose des questions après chaque cours et je me sens comblée. J’ai décidé de me porter volontaire pour faire connaître le PEP à d’autres. Ces cours sur la paix m’ont rendue paisible et bienveillante. ”

MEG C.

“ Pendant le PEP, j’ai appris que la plupart des gens ne vivent que 25 550 jours. Ce qui veut dire qu’il faut profiter de la vie tant qu’on est sur terre. Depuis que je suis ce cours, j’ai trouvé la paix. J’écoute mon cœur plutôt que ma tête. C’est le seul endroit où j’ai réussi à trouver la paix. ”

TIFFANY B.

raconte comment le premier jour, les intervenants ont vu arriver ces jeunes femmes, de 18 à 25 ans, qui avaient parcouru pendant des heures l’enceinte de la prison dans le cadre d’un “Boot Camp”, camp de redressement par le sport et l’effort physique.

En tant que responsable du projet, je m’attendais à ce qu’elles soient épuisées et qu’elles ne s’impliquent pas trop pendant l’atelier. C’est pourquoi l’un des premiers commentaires nous a agréablement surprises : « J’ai pris conscience que si je n’étais pas vivante, je n’aurais pas le privilège d’être aussi fatiguée. »

Patricia L. Kromer ajoute que de nombreux commentaires sont très pertinents et prouvent que les jeunes femmes ne sont pas seulement attentives mais

vraiment impliquées pendant toute la durée de l’atelier.

« En avril 2013, on a eu une réunion avec six grands responsables de la prison, explique-t-elle. Nous leur avons montré une vidéo présentant le PEP. »

Il n’y avait rien à ajouter, ils ont juste réfléchi à la logistique à mettre en place pour démarrer le PEP début juin. Et ensuite les responsables en ont informé les gardiens par une note de service. C’était impressionnant de se sentir adopté aussi facilement. Ils ont envisagé de lancer simultanément trois PEP dans trois lieux différents, mais nous avons décidé de commencer par cet établissement.

« J’ai été très heureuse d’avoir intégré une équipe aussi formidable et de pouvoir partager tout ça avec des

## You know us for our durability.

Get to know our products that can protect your health and safety.



SUICIDE PREVENTION



CONTRABAND CONTROL



ANTIMICROBIALS



FUEL EFFICIENCY



**Ferguson Safety Products**

800-515-0223 • [www.PreventSuicide.com](http://www.PreventSuicide.com)

jeunes femmes qui prennent cet atelier tellement à cœur. C'est un vrai bonheur. »

### L'avis des directeurs de prisons

Plusieurs directeurs de prisons ont adressé des lettres pour recommander le PEP.

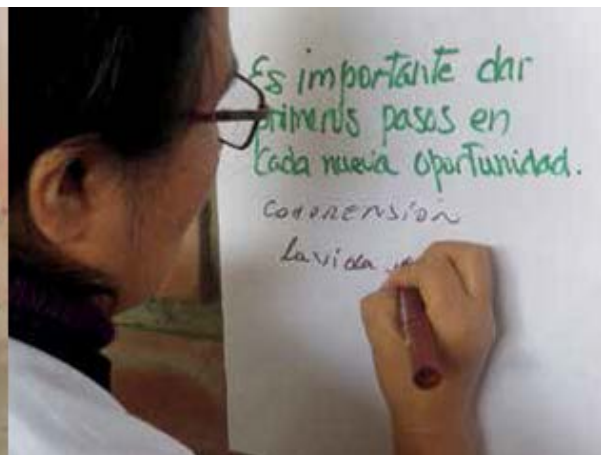
Stephen J. Steurer, directeur administratif de la "Correctional Education Association" : « J'ai commencé à travailler avec des membres de la Prem Rawat Foundation (TPRF) en 2007. Depuis, j'ai eu le grand plaisir de voir leur PEP se mettre en place dans de nombreux établissements pénitentiaires aux États-Unis et dans d'autres pays.

établissements pénitentiaires qui vont bientôt en démarrer. Quelques détenues ont décrit ce qu'elles ont appris et compris :

« Un être humain a la capacité de penser, mais en tant qu'être humain, nous devenons victime de nous-même. Aujourd'hui, je comprends que je n'ai jamais fait de choix. J'ai toujours agi par impulsion. Merci de me l'avoir fait comprendre. Je ne l'oublierai pas. »

« Merci, merci, merci pour tous ces choix et pour ces nouvelles options qui s'offrent à moi intérieurement. »

« Je vais quitter la prison. Toutes les nuits, je rêve d'une vie meilleure. Parfois un peu de sollicitude compte bien plus que des mots. »



### Le PEP dans le monde

Le PEP existe dans 28 pays. Chaque mois, plus de 155 ateliers touchent 9 000 détenus. Entre autres, les femmes de la prison d'Ezeiza en Argentine, ceux de la prison de La Paz en Bolivie, São Paulo au Brésil, Bogota en Colombie, Lima au Pérou, d'Odemira au Portugal, de Madrid en Espagne, de Johannesburg en Afrique du Sud et d'un grand nombre d'établissements pénitentiaires de l'Inde et du Népal.

### São Paulo, Brésil : de nouvelles options

Felipe Oliveira Lisboa Goes, directeur du centre correctionnel de São Miguel Paulista au Brésil, a constaté que le PEP a permis de réduire la violence dans son établissement. Il a recommandé le PEP à d'autres

### La Paz, Bolivie : un changement réel

M. Ramiro Llanos Moscoso, directeur du système pénitentiaire de Bolivie, se félicite du travail de TPRF et exprime ses remerciements pour le PEP : « Ce message touche directement le cœur de l'être humain. Il en résulte un véritable changement. »

Témoignage de Fatima Hijonosa, bénévole à la prison pour femmes de La Paz depuis un an : « Avant tout, les détenues se rendent compte qu'il s'agit d'une découverte intérieure. Elles en retirent une estime de soi et de meilleures relations avec les autres. Elles comprennent l'importance d'être en vie et de posséder en elles cette capacité d'appréciation.

« Les détenues éprouvent toujours beaucoup de reconnaissance envers les bénévoles qui animent ces ateliers. "Nous avons tellement besoin d'être reliées à notre paix intérieure", disent-elles. Et souvent, elles nous demandent d'envoyer des vidéos à leurs familles pour qu'elles aussi aient une chance de connaître cette paix. »

### Lima, Pérou : le désir de vivre

Patricia Lopez, coordinatrice du PEP au Pérou, raconte sa vie en tant que bénévole à Lima.

Tout a commencé en février 2011, à l'annexe de la prison pour femmes dans le quartier de Chorrillos. Nous avons le soutien du directeur de la prison qui

“ J’ai appris que personne n’a le droit de nous trouver stupide, inutile, bête. Il faut comprendre qu’on est digne, intelligent et qu’on peut réaliser tout ce qu’on désire. Lorsque notre cœur est en paix, on vit en paix. Soyez en accord avec vous-même. Apprenez à vous aimer. ”

ZENOBIA A.

“ Ces ateliers me font voir la vie telle qu’elle devrait être. J’ai appris qu’on peut accomplir ce que l’on veut et devenir celle que l’on a toujours su qu’on était. ”

RHIANNON S.

avait entendu ce message de paix il y a longtemps. Mais entre-temps, il a pris la direction d’une autre prison pour femmes, Virgin of Fatima, et il a donc fallu recommencer à zéro avec le nouveau directeur et de nouveaux responsables.

Au départ, ils ne nous soutenaient guère. Mais nous connaissions l’incroyable retentissement de ce programme sur les gens, et nous avons commencé à en parler au cours des nombreuses réunions de travail qu’on a eues avec eux, en leur montrant des vidéos et les publications qui sont sur le site de TPRF. Chacun apporta sa pierre, jour après jour.

Aujourd’hui, nous avons établi une relation de confiance et nous avons le soutien des responsables de la prison. Ils nous invitent et comptent sur notre présence lors des fêtes et des activités qui ont lieu tout au long de l’année.

Nous sommes appréciées et reconnues dans les deux centres de détention. Nous nous sentons comme chez nous et, soutenues par leurs directions respectives, nous travaillons avec elles main dans la main.

Dans les deux établissements, on nous a demandé de nous occuper de deux unités. À Chorrillos, une prison de haute sécurité, nous intervenons dans une unité spéciale – celle des condamnées pour terrorisme. Le PEP y a débuté un mardi avec 30 détenues et le vendredi suivant avec 40 autres.

Demain, c’est la Journée de la paix dans la prison de Chorrillos, et nous allons montrer une vidéo de Prem Rawat aux 450 détenues dans l’auditorium principal. À cette occasion, nous sommes invitées à participer aux différentes manifestations organisées tout au long de la semaine.

Le changement chez les détenues est vraiment étonnant. Je vois à quel point ce programme transforme les gens et leur fait prendre conscience que malgré toutes les difficultés de la vie, la paix et l’espoir sont là. Les jeunes femmes ont retrouvé le sourire. Elles aiment ces ateliers et c’est une joie de les voir se transformer. « Ça fait deux semaines que je suis arrivée ici et que je

“ Ce que j’apprends à l’atelier du PEP se répercute sur mon entourage dès que je sors de la salle. J’espère que ce message de paix va se répandre. L’atelier responsabilise les femmes, leur sauve la vie et leur apprend l’entraide. ”

JANICE P.

pleure sans arrêt, a écrit l’une d’elles. Aujourd’hui, j’ai entendu ce message et ça a été un grand choc. Je veux participer à ces ateliers, j’en ai besoin dans ma vie. »

Soledad Villagomez est la plus enthousiaste des stagiaires du PEP à Chorrillos. Le programme a changé sa vie, confie-t-elle. Elle ressent de la joie et une paix à l’intérieur maintenant. Elle en est très reconnaissante. Soledad nous a mis en contact avec la mairie de sa ville, l’école où va son enfant et avec sa famille. Elle nous demande si elle peut nous aider à présenter le PEP dans d’autres pénitenciers quand elle sera sortie de prison.

Elle est si heureuse et elle aime tellement ce programme qu’elle a écrit aux détenues des prisons Virgin of Fatima et San Jorge, pour les inciter à suivre le PEP, en expliquant comment ce programme a complètement changé sa vie. Elle a retrouvé l’envie de vivre, l’espoir et la paix dont parle Prem Rawat. Elle aide ses amis et les encourage à suivre la même voie. Elle tient même un petit journal décrivant chaque atelier auquel elle a participé et détaillant ses réflexions sur chaque thème. Nous avons reçu de nombreuses lettres d’elle et de sa famille qui témoignent de sa transformation et de leur gratitude.

Le PEP continue d’être présenté à Chorrillos deux fois par semaine : 30 femmes y participent le mardi et 40 le vendredi.

Dans la prison Virgin of Fatima de Cusco, 40 détenues suivent un PEP. Dans les établissements pénitentiaires pour hommes où nous organisons d’autres PEP, il y a 120 détenus par semaine à San Jorge, 70 à la prison Pisci de Chiclayo et 70 à la prison d’Ayacucho.

« Les thèmes abordés ont été d’une importance vitale pour nous tous, car si nous trouvons la paix dont nous avons besoin, donner un sens à tout cela passe par soi, souligne Ana Urraca, la directrice de la prison de Chorrillos. Cette paix intérieure vous permet d’être plus sympa avec les autres, d’affirmer vos valeurs et d’en faire bénéficier les autres. Si nous y parvenons un



tant soit peu, la société s'apaisera, et nous serons plus à même de partager ces valeurs indispensables à une vie meilleure. »

« Ces ateliers sont très bénéfiques lorsqu'on travaille avec des personnes privées de liberté, indique un travailleur social intervenant dans une autre prison péruvienne. Pour les détenus, c'est une fenêtre qui s'ouvre sur une sensation de liberté que chaque être humain devrait pouvoir ressentir. Ils reconnaissent qu'ils ont fait des erreurs mais ils découvrent en même temps qu'ils ont des qualités pour avancer dans la vie et être utiles aux autres. »

### Afrique du Sud : changer le cours des choses

Quelques femmes viennent de terminer un PEP dans la prison de Johannesburg. Voici leurs commentaires :

« Le thème de cet atelier du PEP était le choix. Choisir l'espoir et la paix dans sa vie. J'ai appris qui je suis. Je dois pardonner et oublier. »

« Pendant cet atelier, j'ai appris des choses sur moi. Il m'a aussi appris à être tolérante et plus attentive aux autres. Je souhaite y assister à nouveau. »

« Le PEP m'a montré comment ressentir la paix en moi. Maintenant, je peux maîtriser ma colère. »

« Je n'oublierai pas que ma force intérieure est toujours avec moi. »

« J'ai appris que personne ne peut me retirer ma dignité. »

Le directeur de la prison Zonderwater à Gauteng, Tivani Makasane, a écrit à TPRF : « J'ai l'honneur de vous écrire pour vous exprimer ma gratitude pour la connaissance et l'information que vous partagez avec le personnel et les détenus du centre pénitentiaire B de Zonderwater.

« Ce programme a éclairé et a donné envie à beaucoup de détenus de trouver la paix en eux-mêmes. Il leur a aussi appris à pardonner. Avant, certains d'entre eux étaient sans cesse en conflit avec les autres

et toujours en colère. Après avoir suivi le PEP, ils ont commencé à s'apaiser.

« Je suis convaincu que si ce programme existait dans la majorité des prisons au niveau national et international, l'environnement carcéral serait plus paisible. Il y aurait moins de récidives et, à leur sortie, les anciens détenus seraient plus respectueux des lois, ce qui faciliterait leur réintégration.

« J'espère et je prie le Tout-Puissant pour qu'il donne à M. Rawat et à son équipe de bénévoles dévoués, la force de continuer à transformer la vie des gens grâce à leur excellent travail. »

### Développement du programme

Outre les établissements pénitentiaires, le PEP a été adopté par des établissements très divers : centres de formation pour adultes, universités, établissements de santé et de bien-être, collectivités, centres de liberté conditionnelle, centres de réadaptation, centres pour personnes âgées, programmes pour vétérans.

Michael Gilbert, un professeur du département de justice pénale à l'université de San Antonio au Texas, étudie les résultats de ce programme.

« Ce qui se passe ici est très positif, conclut-il, après avoir rencontré des détenus et des ex-détenus qui ont suivi les ateliers. Il semble qu'ils retrouvent de la clarté, une meilleure compréhension d'eux-mêmes et un sentiment de paix intérieure qui pourraient les aider à mettre fin à cette spirale destructrice et aux comportements qui les ramènent sans cesse en prison. » ■

**Sherry Weinstein** travaille avec la Fondation Prem Rawat depuis douze ans. Directrice du Programme d'éducation pour la paix (PEP) depuis 2011, elle a participé à l'élaboration de la nouvelle version du PEP. Par ailleurs, elle coordonne les équipes de bénévoles qui animent le PEP dans les prisons en Amérique du Nord et du Sud, en Europe, en Asie, dans le Pacifique et en Afrique. Pour plus d'information, vous pouvez envoyer un mail à [pep@tprf.org](mailto:pep@tprf.org) ou appeler le (00) 1 310-392-5700.