

## Les mots sont des fenêtres (ou des murs)

*Introduction à la communication non violente*

**Marshall Rosenberg**

Edition Jouvence, 1999

Livre qui a bouleversé ma manière de voir la communication.

Les idées proposées dans ce livre sont d'une telle simplicité et d'une telle efficacité qu'elles en deviennent presque révolutionnaires, (sans violence bien sûr).

A travers la NVC, Rosenberg propose une manière simple, authentique et surtout non-violente de communiquer avec nos semblables.

Rosenberg, psychologue clinicien de formation, a œuvré pour la paix dans de nombreux pays tiraillés entre guerres de religions et guerres ethniques. Il a ainsi pu mettre sa méthode de communication en pratique et il nous la présente ici dans un livre complet, rempli d'anecdotes éclairantes sur sa manière de désamorcer la violence et l'agressivité dans la communication de manière générale. Empathie, écoute, observation, honnêteté et authenticité sont autant de qualités indispensables qui ne sont pas spécialement mises en valeur par notre système éducatif et par nos habitudes de communication.

Il est si facile de se juger, de se critiquer et de se comparer les uns aux autres. Mais finalement, qu'est-ce que cela nous apporte ? Et si la véritable communication se situait dans un tout autre registre ?

Bonne lecture !

