

DÉCODER LE MONDE



CHAQUE MOIS, UN SUJET LIÉ À L'ACTUALITÉ DES DROITS HUMAINS OU À L'ÉVOLUTION DE NOS SOCIÉTÉS, À DISCUTER DANS VOTRE GROUPE AMNESTY.

JUN 2021

RACISME INCONSCIENT ET SYSTÉMIQUE

Le présent texte est un billet de blog produit par Colin Perreault sur le site québécois culturedempathie.org. Il a été un peu retravaillé (corrigé, raccourci ou parfois reformulé pour quelques faits de langue moins évidents propres au français du Québec). On trouvera [ici](#) la version originale.

Le changement commence par soi-même

En ce moment existe au Québec un débat sur de la question de la présence, ou pas, de racisme systémique. En concentrant presque toute la discussion sur le côté systémique, on manque en partie le fond de la question et on le rend impersonnel et distant de l'individu. Oui le racisme systémique existe et il est important d'en parler pour changer nos structures. Mais pour amener des changements durables dans notre culture il est primordial de le considérer à un niveau plus proche de nous, au niveau personnel. À ce niveau, on parle de racisme inconscient ; c'est ce qui vit sous la surface ; dans nos croyances, nos peurs, nos habitudes non-examinées. Notre culture collective et individuelle a été forgée par des siècles de séparation et de division des humains en catégories. Dans les dernières centaines d'années, « l'homme » a mis en place le colonialisme ; le capitalisme patriarcal. C'est un système empreint de racisme et de sexisme.

Le racisme systémique veut dire qu'il est structuré, dans nos institutions, d'une façon à désavantager les personnes qui ne sont pas « blanches ». C'est « sec » dit comme ça, mais c'est ça.

Le racisme systémique a pris plusieurs formes : esclavage, interdictions, discriminations diverses. Ceci a été aboli en partie sur papier au Québec. Mais le racisme existe encore sous plusieurs formes. Et pour mettre fin au racisme, il faut explorer nos propres préjugés inconscients. La finalité de cette démarche n'est pas le respect des races, mais plutôt l'abolition des races ! Nous arriverons un jour à vivre sur terre sachant que nous sommes une seule race, la race humaine, avec toutes ses formes et couleurs !

Pour en arriver là, une grande partie du travail qui reste à faire pour transformer le racisme systémique sera plus efficace si nous osons aussi débusquer le racisme inconscient en chacun-e de nous. Le but de ce texte est de souligner l'importance de se questionner sur nos propres biais pour pouvoir éliminer le racisme systémique.

Le racisme inconscient est subtil. Il est plus difficile à débusquer car il fait partie de nos croyances et habitudes qui perpétuent le racisme inconscient et systémique. Le racisme inconscient est bien différent d'un racisme ouvertement dénigrant des groupes d'extrême droite ou même du racisme systémique. C'est un racisme enraciné dans les croyances, les imageries, les

histoires, l'imaginaire collectif et l'Histoire qu'on nous a enseignée dans le système scolaire. Tout ce à quoi nous avons été exposés laisse des traces dans notre mental. Des préjugés inconscients, même les personnes les mieux intentionnées, comme toi et moi, en portons en nous. Cela ne fait pas de nous des racistes ou de mauvaises personnes. Cela fait de nous des êtres humains, produits de la culture, de nos expériences, de nos relations. Osons le reconnaître pour se transformer en toute humilité.

Dans ce processus, soyons bienveillant-e-s envers nous-mêmes et notre entourage. Simplement, prenons le temps d'observer nos pensées, peurs, colères, indifférences, etc, dans les différentes situations où nous nous trouvons. Si le débat sur le mot « N », vous fait réagir ; prenez le temps d'explorer pourquoi. Si ce texte vous fait réagir, prenez le temps de voir pourquoi ; si la démission de Dany Turcotte¹ vous fait réagir, prenez le temps de comprendre pourquoi ; si vous trouvez que les afro-descendant-e-s québécois-es se plaignent pour rien, prenez le temps d'explorer cela... Il n'y a pas de bonnes ou mauvaises réponses si on reste ouvert-e, curieux-se et bienveillant-e. La seule voie qui n'avance rien est celle de la négation, qui continue à créer plus de séparation entre les humain-e-s.

Pour contrer ce sujet certain-e-s diront que tout le monde est raciste. Que les noir-e-s, les Anglais-es, les autochtones peuvent être racistes envers les blanc-he-s. Oui ce genre de racisme existe aussi et on peut l'aborder de la même manière ; avec des dialogues, de la curiosité et de la bienveillance. Cependant, il faut reconnaître qu'à travers le système patriarcal capitaliste des derniers siècles, certains peuples spécifiques ont vécu de grands dommages et préjudices. Il faut prendre en compte l'Histoire, les conséquences de celle-ci et aussi les privilèges qui existent encore aujourd'hui de façon prédominante pour les hommes de race blanche de classe moyenne et élevée.

Dans ce sens, imaginez le travail de retenue et de conciliation qu'ont dû faire dans le passé les personnes noires et autochtones pour simplement assurer leur survie, leur sécurité, leur intégrité physique et mentale dans des environnements très hostiles envers elles dans les milieux de travail, dans leur quartier et de la part des autorités policières. Encore aujourd'hui les personnes membres de minorités visibles doivent continuer à être prudentes dans certaines circonstances pour garder leur emploi, leurs liens ou même leur sécurité ou leur santé mentale.

Au lieu d'être sur la défensive tout de suite en disant : « moi je ne suis pas raciste, ça ne me regarde pas », je vous invite à rester ouvert-e et à écouter ; en fait c'est pas mal TOUT ce qui est nécessaire pour commencer ce changement. Aujourd'hui, c'est le devoir de chacun, de faire ce travail de réflexion, de discernement, de non-violence et de bienveillance pour examiner ses propres biais et aussi pour entamer des dialogues sains et bienveillants avec les gens autour de soi. Non en confrontant – cela ne mène nulle part – mais en apportant curiosité et empathie à la discussion. La seule manière d'amener de l'évolution c'est de garder le lien vivant entre les différentes parties de ce grand tout.

L'arrestation de M. Camara à Montréal est un exemple parfait de racisme inconscient, beaucoup plus que de racisme systémique. Ce n'est pas le système judiciaire qui a fait que M. Camara a été arrêté et ce n'est pas le système systémique qui a gardé M. Camara en prison 6 jours malgré l'inexistence de preuve de son implication (il a voulu aider le policier blessé dans l'incident). Ce sont des croyances et réactions non examinées de quelques humains (policiers) ayant beaucoup de pouvoir (peut-être trop) qui ont mené à cette situation d'injustice. Les policier-e-s, inspecteur-ric-e-s et même les chef-fe-s de police, aussi professionnel-le-s soient-ils ou elles, ne sont pas à l'abri des biais et des préjugés racistes inconscients. Il est important de savoir que ces biais inconscients vont sortir encore plus dans des moments de stress, de peur, de colère... comme c'était le cas pour ces policier-e-s dont un des leurs avait été grièvement blessé. Il est important de ne pas culpabiliser ces personnes, mais bien de comprendre leur expérience et les inviter à se questionner sur leurs propres actes de manière respectueuse. Cela, on le commence soi-même car on ne peut demander à quelqu'un d'autre de faire un travail qu'on est pas prêt à faire soi-même.

Prenons aussi l'exemple de Dany Turcotte à l'émission *Tout le monde en parle*. Premièrement, n'oublions pas qu'un humain a failli perdre la vie ; M. Vig, le policier. Sa vie aussi est précieuse et malheureusement, il a été oublié dans cette situation embarrassante de M. Camara et ensuite de l'affaire Turcotte. Dany Turcotte a fait un commentaire déplacé qui manquait de sensibilité et de connaissance de la réalité des Noirs lors de l'entrevue avec M. Camara. Il s'est rapidement excusé pour ce propos et je le salue pour ceci. Son intention était de faire une blague, sans mauvaise intention on le sait bien. Le racisme inconscient dans cette situation s'est dévoilé par une méconnaissance des épreuves que vivent les personnes noires depuis des

¹ « Est-ce que vous allez encore utiliser un cellulaire (NDLR : téléphone portable) au volant ? » a demandé Dany Turcotte à Mamadi Camara, qui venait de passer six jours en prison, accusé à tort de tentative de meurtre sur un policier lors d'une opération contre l'utilisation des cellulaires au volant. Humoriste et animateur de télévision québécois, Dany Turcotte a démissionné de l'émission *Tout le monde en parle* [suite au tollé suscité](#) sur les réseaux sociaux par cette blague.

centaines d'années avec les autorités policières. Ils se font questionner, accoster et arrêter régulièrement sans raison par la police (écoutez mon podcast avec Bustamej sur ce sujet). Occulter cette réalité fait partie des biais inconscients des Blancs. Il aurait été intéressant qu'il reste en poste à cette émission et montre publiquement à quoi ressemble ce processus d'humilité... mais c'est plus facile dit que fait.. surtout dans la sphère divisive des médias de masse sensationnalistes et sans merci. Dany Turcotte avait assez goûté à cette culture de haine et d'accusation qui existe sur les réseaux sociaux. Dommage, une belle occasion manquée.

Cette humilité dont je parle - est un chemin obligé. NOUS AVONS TOUS DES BIAIS, des préjugés inconscients. Cela ne fait pas de nous des mauvaises personnes, cela fait de nous des humains. La question est : voulons-nous être des humains qui se remettent en question pour grandir ? Examinons nos propres biais OU restons-nous la tête dans le sable ? « moi j'suis pas raciste, mais... »

Oui c'est compliqué, car pour accepter de voir ses propres biais.. il faut être humble et reconnaître qu'on est pas aussi « pur-e » qu'on le pensait. Il faut premièrement accepter qu'il y a des choses en soi dont on ne se rend pas compte... C'est normal car c'est inconscient ! Pour le voir, il faut être prêt à examiner ses expériences et son éducation. Il faut oser prendre le temps d'examiner ses pensées... comme lorsqu'on médite, que l'on contemple, que l'on prend un moment de pause. On fait le ménage. On ose ressentir ce qui remonte sans culpabilité et questionner comment rendre la vie en société meilleure. C'est aussi simple et difficile que ça !

Le premier ministre, M. Legault, tout comme plusieurs, refuse de considérer le racisme systémique. J'invite poliment M. Legault à considérer le racisme inconscient comme « phénomène » pour mieux comprendre le racisme systémique. Ce ne sont pas quelques méchant-e-s qui sont racistes (oui il y en a aussi !). Au stade du déni (c'est un stade tout à fait normal) on aime mieux dire « pas moi ! », on ne veut pas aller plus loin, on aime mieux pointer le doigt vers les autres... vers les trolls, vers quelques individus. Pour changer la société, il faut commencer par soi-même. Alors commençons par vous et moi si nous voulons travailler sur le racisme systémique !

Je vais poser ici des exemples et questions qui aideront peut-être à mieux comprendre la subtilité des biais-préjugés inconscients. Il n'y a pas de bonnes ou mauvaises réponses, cet exercice est simplement pour vous aider à vous poser quelques questions. Observez votre ressenti corporel, pas juste votre réponse préfabriquée politiquement correcte mentale :-). Ce sont vos croyances. Prenez le temps d'aller plus loin, plus au fond des choses ! Faites attention à vos propres réflexes de protection si vous tentez de vous extraire d'y répondre en défaisant les exemples.

Mises en situation

- Je marche dans la rue en fin de soirée et je croise un groupe de jeunes adolescents noirs, vais-je me sentir autant en sécurité qu'en passant devant un groupe de jeunes blancs ?
- Et si ce groupe est à Sillery (NDLR : quartier huppé) ou à Montréal-Nord (NDLR : quartier populaire)... est-ce que j'ai la même réaction ? Vais-je me sentir intérieurement pareil dans ces deux lieux différents... Que tu y sois allé ou pas, réponds à la question.
- On va se promener le soir au sein d'une communauté autochtone. Te sentiras-tu aussi à l'aise qu'en marchant sur le plateau Mont-Royal (NDLR : quartier de Montréal dont les habitant-e-s ont un niveau moyen d'éducation très élevé) ? Cela dépendra de notre expérience avec ces lieux, ces communautés et aussi ce que nous avons assimilé comme messages.

Soyons honnêtes. Moi je peux dire que pendant longtemps j'aurais eu plus peur avec des Noir-e-s qu'avec des Blanc-he-s. Et plus peur à Montréal-Nord qu'à Sillery. Pourquoi ? Le racisme inconscient. Ça vient des messages que l'on voit dans les films, les nouvelles et ce que l'on entend autour de nous. Ce sont des questions ; il n'y a pas de bonnes ou mauvaises réponses, elles servent simplement à se questionner, à sentir ce qui remonte en nous dans ces situations imaginaires... qui peuvent vous pointer vers des émotions et des pensées qui vous surprendront. Et pour transformer quelque chose, il faut le voir !

Dans un sens, c'est tellement normal d'avoir des biais racistes inconscients, des préjugés profondément ancrés en nous qui font que, sans s'en rendre compte, on ne traite pas une personne ou un groupe qui a la peau noir, brune, ou un autochtone de la même manière qu'un-e Blanc-he. La majorité des messages véhiculés jusqu'à récemment en éducation, dans les médias, les nouvelles, dans les films, les émissions de télévision, même des paroles de personnes autour de nous, nous ont beaucoup plus exposé à des images négatives des « autres » que des images positives. Heureusement cela change aujourd'hui, lentement.

Nous voyons plus de diversité à la télévision – des Noir-e-s qui jouent des rôles autres que seulement des cambrioleur-se-s ! Mais pendant longtemps, les Noir-e-s c'était les criminel-le-s, et avant ça, les esclaves... citoyens de 2^e classe.

Et au Québec, il y a eu de l'esclavage - consultez la page www.fugitifs.ca du prolifique Webster de Limoilou. Il fait un travail immense au Québec pour aider les gens à se sortir la tête du sable. Et ce travail, il n'est pas juste pour les personnes d'ascendance ou d'origine africaine de le faire. Il est important pour TOUTES et TOUS de sortir notre tête du sable par rapport à nos BIAIS INCONSCIENTS (racisme, sexisme, âgisme, capacitisme (handicap), etc.)

Récemment on a commencé à entendre davantage de célébrations de la beauté et l'importance des cultures autochtones dans la société plus « mainstream ». Vous rendez-vous compte que la plupart des gens pensent encore que Christophe Colomb a découvert l'Amérique ; que ce territoire était un terrain vague innocupé et prêt à être développé par l'homme blanc ! Ce type de fausses informations, qui se retrouvent sans doute encore dans certains livres d'école, mais surtout dans l'imaginaire collectif, contribue encore aujourd'hui à fausser la relation avec les premières nations. Saviez-vous qu'avant d'être l'Amérique, on l'appelait l'Île de la Tortue et qu'elle était habitée par jusqu'à 100 millions de personnes avec tou-te-s leurs défauts aussi. À l'arrivée des Européen-ne-s, il y a eu un vol dont surprenamment on peine encore à reconnaître les impacts et les réparations qui doivent se faire. Tout le dommage créé par la colonisation et la destruction culturelle amène des impacts majeurs sur le bien-être présent de ces peuples. Heureusement, les peuples autochtones sauvegardent de plus en plus leur propre culture et la font briller sur la place publique au bénéfice de tou-te-s. Nous avons tant besoin de ces sagesse pour rééquilibrer notre présence sur cette terre.

Pour faire face à nos propres croyances et biais inconscients il faut être courageux et faire un grand saut dans le vide. Il faut oser se demander: « Quels sont mes petits préjugés que je ne me suis jamais avoué à moi-même, mais qui sont là et peuvent ressortir à un moment ou un autre... mais surtout lors des moments de stress ? » Les pires exemples de discrimination, de racisme et de mépris arrivent dans des moments de manque, de stress, de récession, de pauvreté, etc... Je le sais bien : une partie de mes ancêtres sont juifs...

Sur la place publique, il est trop facile de parler presque exclusivement de racisme systémique. C'est plus facile car on n'a qu'à changer le système. Mais le changement réel et évolutif vient des individus. Le système est fait d'individus, et ces individus créent et transforment la société et ses institutions (le système). Le système est toujours à la remorque des innovations communautaires et collectives. Faisons notre travail comme individus, comme communautés et invitons les gens autour de nous à également considérer cette transformation personnelle. Nous changerons le système.

On pense souvent que ce sont les gestes que l'on fait qui font mal, et parfois oui. Mais très souvent, ce sont les petits gestes que l'on ne fait pas qui font mal, qui créent de la division, de la discrimination. Quand on se tait, quand on refuse d'examiner nos propres croyances et l'éducation qu'on a reçue. Quand on ne s'intéresse pas aux autres, quand on garde nos distances dans la rue, dans l'autobus, quand on reste avec ceux qui sont semblables à nous sans curiosité pour l'autre... quand on traite « l'autre » différemment... comme M. Camara l'a été, on crée la séparation dans le tissu social.

Le racisme inconscient est plus subtil que le racisme systémique, il ne demande pas seulement une enquête publique gouvernementale, bureaucratique et des témoignages de victimes. Il demande à chacun de nous, surtout ceux qui ne sont pas victimes, de faire notre propre enquête personnelle et de prendre responsabilité pour nos pensées, croyances et actions, nos habitudes, nos peurs, nos expériences qui proviennent de notre culture : éducation, médias, famille et l'Histoire.

Si nous osons être vulnérable, être humble, nous serons bien accueillis.

Voici quelques exemples de phrases que je propose pour entamer un processus et des dialogues bienveillants. N'oublions pas, le but est de créer le rapprochement, la connexion et non la division.

Vous pouvez avoir ces dialogues avec vous-mêmes et avec toutes personnes de votre entourage. Aussi, ayez ces dialogues avec des personnes autour de vous qui peuvent porter des biais racistes (pas pour confronter - mais pour simplement entamer un dialogue de rapprochement et de connexion pour transformer cette réalité)

Osez des phrases comme :

- « Est-ce que je porte ou ai déjà porté des préjugés... ? » (si vous dites non ! creusez plus !)
- « Quelle est ton expérience dans ce genre de situation ? »
- « Qu'as-tu vécu qui te donne cette opinion ? »

- « Je ne sais pas quoi faire dans cette situation, comment peut-on travailler ensemble ? »
- « Comment peut-on mieux vivre ensemble ? »
- « Parle-moi de toi »
- « Comment vas-tu ? »
- « Qu'ai-je fait qui t'a dérangé-e ? »
- « Aimerais-tu entendre mon expérience ? »
- « Je me sens inconfortable avec ce que tu as dit, est-ce qu'on peut en parler ? »
- « J'aimerais savoir pourquoi ceci t'offusque ou que tu me dises pourquoi ça te blesse... »

En osant se poser soi-même des questions et en écoutant ; en osant avoir des dialogues sur le thème des préjugés subtils, on ose regarder l'éléphant blanc dans la pièce qui prend beaucoup de place. Pourquoi ne pas accepter qu'on a un passé individuel et collectif à guérir ? Et qu'on peut le faire avec bienveillance, ouverture, honnêteté et cela peut nous procurer du rapprochement et de la connexion. Il y a de l'espoir !

Cette grande tournure sociale que nous vivons, nous la construisons une personne à la fois, une journée à la fois, une conversation à la fois. Pour construire cette société bien-aimée telle que nommée par Martin Luther King où les races n'existent plus, où chaque humain jouit de respect, de considération, de droits également !

Si vous avez lu ce texte au complet - Je vous salue, vous êtes en processus !

Note: je vous invite à utiliser les ressources suivantes pour mieux connaître notre histoire et notre bagage culturel de société:

- OcHistoryXtours.ca

- Fugitifs.ca

- [Exercice des couvertures \(décolonisation\)](#)

- en anglais - [Avoir des dialogues difficiles sur le racisme - David Campt](#)