

Auteur : Philippe Dautais
Titre : Si tu veux entrer dans la vie
Théorie et croissance spirituelle
Edition : Nouvelle Cité décembre 2013
189 pages – 18 €

Prendre soin

On peut se questionner sur le sens de notre existence en ce monde. Il n'y a pas de réponse toute faite, mais nous pouvons souligner au moins une raison pédagogique.

Le corps traduit physiquement, donc d'une manière palpable et visible, ce qui est métaphysique donc impalpable et invisible. Par lui, nous pouvons toucher, voir, entendre, goûter, sentir. Par les cinq sens nous accueillons des informations tangibles, informations qui peuvent nous faire accéder à des plans subtils. De ce point de vue le corps est une aide immense car il nous met en contact avec la réalité et nous permet de déchiffrer plus facilement l'univers qui nous entoure.

Par lui, les réalités subtiles deviennent « concrètes », tangibles, plus facilement lisibles. Il est un lieu d'apprentissage. Sachons, dans notre corps, affiner notre perception et accueillir les informations traduites palpablement, cela pourra nous aider dans l'étape suivante où nous n'aurons plus de corps. Dans les évangiles, le Christ nous le fait remarquer : « *Si vous ne croyez pas quand je vous parle de choses terrestres, comment croirez-vous quand je vous parlerai des choses célestes?* » (Jn 3,12).

C'est par la médiation du corps que nous pouvons participer à la réalité de ce monde. Il est connaturel au cosmos et simultanément temple de l'Esprit Saint (1 Co 3,16), réceptacle de la grâce, lieu où l'invisible devient visible et l'impalpable devient palpable. Prendre soin du corps, c'est considérer l'immense intelligence du biologique et en particulier des cellules irradiées par le souffle de l'Esprit.

En ce sens, un grand saint russe qui fit l'expérience de la transfiguration de son corps, Séraphim de Sarov, donnait ce conseil : « *Soigne ton corps, c'est ton meilleur ami* » (*op. cit.*, p. 208). Le corps n'est pas un ennemi qu'il faudrait condamner et rejeter comme l'ont fait des générations de chrétiens, il n'est pas un obstacle sur le chemin spirituel mais un allié car c'est dans le corps et avec lui que se vit le chemin de métamorphose et de sanctification.

Certains Pères de l'Eglise, tel saint Irénée de Lyon, n'ont pas hésité à dire que ce n'est pas uniquement l'âme qui est créée à l'image de Dieu mais l'être tout entier : corps, âme, esprit. Comme nous l'avons mentionné, il affirme que sans le corps, l'être humain est mutilé. En tradition chrétienne, le salut se réalise par l'incarnation du Verbe, du Logos. Parce que le Verbe se fait chair, la chair peut accéder à la déification. Le but de l'incarnation est l'effusion

de l'Esprit. Elle fait du corps le « temple de l'Esprit » et non comme le disait Platon le tombeau de l'âme.

Le corps est ainsi le lieu de l'expérience du Verbe et de l'Esprit comme nous le rapporte l'évangéliste Jean : « *Ce qui était dans le Principe, ce que nous avons entendu, ce que nous avons vu de nos yeux, ce que nous avons contemplé et que nos mains ont touché concernant le Verbe de vie... ce que nous avons vu et entendu, nous vous l'annonçons* » (1 Jn 1,1-3).

Expérience accessible et traduite dans le visible et le palpable.

Pour que le corps et en lui la chair soient propices à l'expérience spirituelle, il ne faut pas qu'ils soient trop alourdis par les nourritures matérielles. D'où l'importance de l'ascèse et plus spécifiquement du jeûne : manger pour vivre et non pas vivre pour manger. Nous savons combien la nourriture peut servir de compensation à de multiples manques. Le cercle vicieux manques-compensations peut nous entraîner dans une spirale qui empêche toute expérience spirituelle : « *Il est impossible en effet qu'un ventre rassasié ait l'expérience des combats de l'Homme intérieur* », affirmait saint Jean Cassien (*Institutions cénobitiques* V, 13).

C'est pourquoi les Pères du désert mettaient l'accent sur la tempérance. Prendre soin du corps c'est donc prendre soin de la nourriture, de la qualité et de la quantité. De la qualité pour aider le corps à demeurer en bonne santé car, selon le propos de saint Maxime le Confesseur (VII^e siècle) : « *Les choses que nous mangeons ont été créées pour une double fin : nous alimenter et nous servir de remède.* » De la quantité pour, comme nous l'avons dit, que le corps puisse être libre pour Dieu. L'expérience montre que manger peu le soir et jeûner le vendredi constituent un bon équilibre.

Le rapport à la nourriture est relatif à la manière de gérer le vide existentiel. Si nous vivons un équilibre familial, professionnel, personnel, l'alimentation aura moins d'importance mais si, au contraire, nous traversons des difficultés et ressentons de l'anxiété et de l'angoisse, nous aurons tendance à remplir le vide par la nourriture, voire par l'alcool ou la drogue. Le rapport à la nourriture se fait l'écho de notre état psychique. Tout est lié.

C'est pourquoi, il est vain de vouloir traiter un aspect de l'être humain hors de la considération des autres. Les anciens l'avaient compris, ils considéraient l'Homme dans sa totalité corps-âme-esprit. Le rapport à la nourriture était pour eux un critère révélateur des états intérieurs. La tentation du grignotage ou de vouloir manger plus était pour eux l'indice d'un relâchement spirituel qui se répercutait sur la psyché puis sur le corps. Ils en faisaient une lecture symptomatique pour aller chercher la (ou les) racine(s) et appliquer un remède approprié.

Cette tentation pourrait être aussi la conséquence d'un déséquilibre dans les rythmes. Le corps est rythme en phase avec le cosmos. Prendre soin du corps, c'est prendre soin des rythmes de l'alimentation, du repos, de l'activité. Aujourd'hui on sait l'importance de la régularité pour l'équilibre personnel. Cela nous renvoie à la nécessité de respecter ses limites, de se respecter

dans ses limites. Le corps est là pour nous le rappeler si jamais nous basculons dans l'excès. La loi du balancier nous montre qu'un excès va entraîner un excès compensatoire inverse.

Connaître ses limites, accepter les limites imposées par le corps est le début de la sagesse. En ce sens le corps nous invite à un juste équilibre pour peu que nous soyons à l'écoute de ses messages. Ceux qui soignent le corps affirment que celui-ci ne ment pas, qu'il restitue la réalité telle qu'elle est.

Ainsi prendre soin de son corps, c'est prendre soin de soi, non au sens narcissique, mais dans celui du respect de son être. Ici, la culture du corps est une déviation matérialiste qui confine au souci des apparences et au désir de séduction. Or, le corps n'est pas le maître, il est un serviteur.

Prendre soin du corps, prendre soin de soi ouvre sur l'importance de l'hospitalité et le soin apporté à l'autre. Les traditions sémites ont le sens de l'accueil. Pour elles, le corps n'est pas dissocié de la personne. Prendre soin du corps c'est prendre soin de quelqu'un et réciproquement. C'est ce que nous montre le Christ dans les évangiles à travers les guérisons et spécifiquement dans le geste du lavement des pieds. Les pieds symbolisent le contact avec la terre, le corps est consubstantiel au cosmos. Prendre soin du corps, c'est prendre soin aussi de notre dimension cosmique et, simplement, de notre humanité.

Le premier soin à apporter à une personne est de la nourrir, de la vêtir, de prendre soin de son corps et de ses besoins. Mère Teresa et beaucoup d'autres ont, en ce sens, appliqué à la lettre l'Evangile et sa pédagogie de l'hospitalité. La thérapie et, au sens large, l'art du soin commencent par le corps, par la qualité de l'accueil, par la considération du réalisme existentiel, ensuite vient la prise en compte des dimensions psychologiques et spirituelles. L'oublier conduit à des postures dangereuses, voire nuisibles, pour soi et pour l'autre.

L'art de l'accueil tel que nous l'avons décrit passe par le corps. En accueillant ainsi une personne, on entre en relation avec elle, on apprend à la connaître, par là on écarte les préjugés et les jugements hâtifs pour engager une dynamique conviviale.

Ne pas commencer par le soin du corps, c'est prendre le risque de rester sur l'impression que nous fait cette personne, sur l'opinion que l'on peut élaborer à son égard, laquelle peut dériver vers le jugement. Le soin de l'autre par le corps ne tient pas compte des catégories culturelles, ethniques, raciales, religieuses. Il procède du respect de l'autre quel qu'il soit et exprime l'amour évangélique qui considère chaque être humain créé à l'image de Dieu. Force est de constater que là où le corps n'est pas considéré, ces catégories prennent le devant de la scène et conduisent à des discriminations, voire au rejet de l'autre.

Le corps exprime notre humanité. Prendre soin du corps c'est prendre soin de l'humanité d'une personne. Le corps est plus que de la matière, il est la manière d'être au monde d'une personne.

Prendre soin du souffle

Le corps et le souffle sont inséparables. Ils forment une unité. Le corps sans le souffle est un cadavre et le souffle sans corps n'a pas d'expression.

Le magnifique psaume cosmique lu à l'entrée des vêpres orthodoxes fait clairement le lien entre le souffle, la respiration et la vie : « *Tu leur retires le souffle, ils expirent et retournent vers la poussière. Tu envoies ton souffle, ils sont créés et tu renouvelles la face de la terre* » (Ps 103,29-30).

Dans un premier temps, le souffle évoque la respiration. Celle-ci ne consiste pas seulement à absorber de l'air ambiant et à le rejeter après qu'il ait régénéré le sang. Elle n'a pas qu'une fonction biologique. Si nous faisons l'exercice de vivre consciemment la respiration, nous pourrions constater qu'elle fait le lien entre l'extérieur et l'intérieur, entre le haut et le bas; d'autre part, que le mouvement de *l'expir* va du haut vers le bas. Si nous acceptons de nous abandonner dans *l'expir*, nous sentons naître un appel qui part du ventre, auquel va répondre *l'inspir*. Celui-ci est vécu comme une régénération.

Dans la profondeur, le mouvement du va-et-vient de la respiration s'éprouve comme un dialogue, un échange, une participation à la vie. Si nous sommes très attentifs, nous pouvons remarquer que ce n'est pas parce que l'on respire que l'on vit mais parce que l'on vit que l'on respire. C'est pourquoi la respiration est indépendante de notre conscience. Nous n'avons aucune maîtrise sur la respiration, parce que nous n'avons pas de contrôle sur la vie. Les deux nous échappent. Par cela, elles nous rappellent que nous ne sommes ni l'origine ni le terme de la vie. Du premier cri au dernier souffle, tout nous échappe. La vie vient d'ailleurs, la respiration aussi. Ne pas le reconnaître procède de la mauvaise foi.

En ce sens, l'attention à la respiration nous ouvre sur l'immensité de la vie. La vie est en moi, elle est un bien précieux dont je dois prendre soin. Le premier pas est d'apprendre à l'accueillir pour découvrir que l'on est respiré plus que l'on ne respire. Dans *l'inspir*, j'accueille la vie qui se donne. Dans *l'expir*, je me donne, je me vide de moi-même pour me rendre disponible à la nouveauté. En persévérant, je vais entrer en phase avec le mouvement même de la respiration jusqu'à si possible ne faire qu'un avec la respiration.

Passer de la dualité moi, respiration, à l'unité par adhésion profonde à la vie en moi à travers le souffle. Cet exercice simple peut m'aider à ouvrir mon regard et à resituer la réalité immédiate de mon existence dans l'immensité de la vie. Il arrive que nous nous laissions enfermer par nos problèmes psychologiques et existentiels ; l'attention à la respiration nous permet de les traiter d'une tout autre façon. Elle nous place dans le grand courant de la vie et nous rappelle que nous sommes inscrits dans un dialogue du « donner » et du « recevoir », dialogue vécu par les chrétiens entre le Donateur de Vie et l'Homme qui reçoit la vie : « *Tu envoies ton souffle : ils sont créés* » (Ps 103,30).

Prendre soin du souffle, c'est prendre soin de ce dialogue, de cet échange subtil et permanent entre Dieu et l'Homme. C'est par ce dialogue que l'Homme peut accéder à une vie nouvelle et sortir de l'emprise du passé. C'est par ce dialogue qu'il peut être vivifié et trouver la voie de la guérison.

Dans le livre de la Genèse, lorsque Dieu souffla dans les narines de l'Homme un souffle de vie, celui-ci devint un être vivant (Gn 2,7). Nous pouvons mettre cette phrase au présent car, à chaque instant, Dieu souffle dans nos narines. Quand Dieu souffle, il transmet dans le même temps une information. En tradition judéo-chrétienne, le souffle et l'information sont conjoints. Le souffle est porteur d'information.

Nous retrouvons cette réalité sur le plan physique. C'est grâce à une onde porteuse que le message radiophonique peut être transmis. Quand Dieu souffle, il informe, il donne forme. La formation résulte de l'information, les deux sont indissociables. En tradition chrétienne, l'Esprit et le Logos, le Souffle et le Verbe, sont toujours associés dans l'œuvre de la création (voir saint Irénée).

Prendre soin du souffle, c'est aussi prendre soin de l'information qui nous donne forme et fonde notre identité par laquelle nous sommes chacun unique. Accéder à son propre désir, à sa propre parole, c'est cheminer vers son identité profonde, vers sa dimension de personne unique.

L'attention au souffle a pour complément la disposition à l'écoute. Nous avons tendance à réduire l'écoute à un phénomène auditif, or elle s'adresse à tout le corps. Celui-ci est une grande oreille qui capte les informations par un « sentir » profond. Saint Isaac le Syrien (VII^e siècle), référence incontournable pour la tradition monastique, nous invite à « *tout sentir en Dieu* » (38^e discours) ; car, dit-il, « *la véritable connaissance, c'est la sensation de la vie immortelle et la vie immortelle c'est sentir les choses en Dieu* » (*Œuvres spirituelles*, éd. DDB, p. 228).

L'exercice de l'attention à la respiration peut nous faire accéder à cette sensation et nous ouvrir à l'information essentielle, au message qui va éclairer et donner sens à ce que l'on vit. Pour la Bible, le souffle est en résonance avec l'esprit, avec l'inspiration spirituelle. Cela fait de l'attention au souffle un exercice spirituel propre à nous régénérer dans tout notre être.

Prendre soin du souffle, c'est prendre soin de cette capacité de renouvellement, de transformation, d'éveil qui nous est si nécessaire sur la voie de la guérison. Chemin vers l'unité par un oui total à la vie qui est pleinement libérateur.

Prendre soin du désir

Nous avons vu le lien entre le désir et l'accès à la guérison dans le chapitre sur la vision unitive. Un récit, dans les évangiles, souligne fortement le lien entre le désir et l'accès à la vraie vie. Un jeune homme s'approche de Jésus et lui demande : « *Maître que dois-je faire de*

bon pour avoir la vie éternelle? » (Mt 19,16). Jésus lui répond : « *Si tu veux entrer dans la vie, observe les commandements* » ; il le renvoie à sa liberté et au désir : « *Si tu veux* ». Deux clés essentielles capables de nous faire accéder à la vie éternelle, à la vraie vie, dans la synergie de la grâce divine.

Le moteur est le désir qui doit être guidé par les paroles de vie : les commandements. Lesquels sont récapitulés dans cette formule essentielle : « *Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme et de tout ton esprit, tu aimeras ton prochain comme toi-même* » (Mt 22,37). L'accès à la vraie vie est ouverture à l'amour (*agapè*) ou amour don de soi. « *L'éros fleurit dans l'agapè* », affirment les Pères de l'Église.

Le jeune homme, certifiant avoir mis en pratique les commandements énoncés par Jésus, ajoute cette question : « *Que me manque-t-il encore?* » (Mt 19,20). Jésus lui répond : « *Si tu veux être parfait, vends ce que tu possèdes, donne-le aux pauvres et tu auras un trésor dans le ciel. Puis, viens et suis-moi.* » Aimer, c'est préférer la relation avec le Maître à tous les biens de ce monde. On ne peut aimer deux maîtres : et Dieu et l'argent (Mt 6,24).

La vraie relation est dans la gratuité et la liberté qui suppose le non-attachement. Ceci implique que le désir ne soit pas arrêté par les artifices de ce monde mais soit une soif d'absolu qui ne s'enferme pas dans les objets du désir. Le Christ nous invite, non à tuer le désir, mais à libérer le désir, lequel est capable de nous faire accéder à la vraie vie.

Le désir se révèle être un bien précieux dont il serait avisé de prendre soin. Il est inscrit dans la profondeur de chaque être. Aspiration à vivre pleinement, aspiration à être, élan vers un devenir, dans lesquels nous trouvons les ressources nécessaires pour notre traversée existentielle. Le désir est à l'origine du dynamisme créateur que nous portons tous en nous-mêmes, à l'origine de toute fécondité; c'est lui qui suscite des idées nouvelles, des projets. Il nous rend inventifs et nous pousse à réaliser, à mettre en œuvre ce qui a germé dans notre pensée.

C'est grâce au désir que nous pouvons participer pleinement à la vie et la rendons vivante. Ce désir originel s'exprime principalement par le don. Plus on se donne, plus on s'investit dans la vie, plus cette soif se renforce. Le don de soi est certainement la meilleure façon de nourrir le désir de vie.

Pour les chrétiens, le don de soi se ressource dans la méditation de l'Écriture Sainte, en particulier des évangiles, et dans la prière. C'est en puisant dans l'infini de Dieu et dans le don de sa grâce que s'épanouit le désir du don.

A l'inverse, toute méditation et toute prière qui ne s'ouvrent pas sur le désir de se donner ne sont pas ajustées. Le but de la vie spirituelle est, selon les évangiles, l'amour de Dieu et l'amour du prochain. Don de soi et amour riment ensemble.

Le don de soi est avant tout une attitude, une disposition du cœur qui ne vise pas l'efficacité. C'est aussi de cette disposition qu'il faut prendre soin. Il est aussi essentiel d'exalter la soif de vie que d'attirer l'attention sur l'importance de l'orientation du désir. À sa source, le désir est désir d'être et désir d'accomplissement.

La Bible, dès le premier chapitre de la Genèse, nous dit que l'Adam, chaque être humain, est créé à l'image de Dieu en vue de la ressemblance qui est l'actualisation consciente de l'image. L'Homme est un être en devenir, appelé à vivre pleinement sa capacité de transcendance. Le désir lui est donné dans cette perspective. Il est capable d'infini, capable de nous conduire vers l'infini de Dieu.

Selon saint Grégoire de Nysse (IV^e siècle) : « *Dieu a déposé en l'Homme un désir infini que le fini ne pourra jamais combler.* » Désir infini pour répondre au désir d'infini. L'Homme est immense. Sa soif insatiable. Ce qu'Augustin d'Hippone a traduit par cette exclamation : « *Mon cœur ne connaîtra pas de repos tant qu'il ne demeurera pas en Toi.* »

La soif est soif de la source qui est inépuisable. C'est ce que Jésus vient rappeler à la femme samaritaine (Jn 4). Cette femme vient puiser de l'eau à la sixième heure, c'est-à-dire au moment où le soleil est au zénith. Personne ne vient puiser l'eau en plein midi. En venant à cette heure du jour, la Samaritaine est sûre de ne rencontrer personne. Est-ce elle qui veut éviter les autres femmes ou celles-ci l'ont-elles rejetée car elle serait une menace pour chacune d'elles, selon ce qui sera révélé plus loin ?

Un homme vient à la rencontre de cette femme d'une manière intentionnelle : « *Il fallait qu'il passât par la Samarie* » (Jn 4,4). Il se présente, fatigué, appuyé contre le puits de Jacob, incapable de puiser de l'eau par lui-même ; lorsque cette femme arrive, il la sollicite en lui disant : « *Donne-moi à boire.* » Celle-ci est surprise car les Juifs ne doivent pas adresser la parole aux Samaritains, encore moins à une femme. Elle le lui fait remarquer.

Mais Jésus poursuit, sans tenir compte de ces conventions héritées de l'histoire, pour libérer cette femme : « *Si tu savais le don de Dieu et qui est celui qui te dit : donne-moi à boire, tu lui aurais toi-même demandé à boire et il t'aurait donné de l'eau vive* » (4,10). Interrogée par ces paroles, elle entre dans le dialogue et accepte de se laisser conduire jusqu'au retournement de la situation où cette femme demande : « *Seigneur, tu n'as rien pour puiser et le puits est profond : d'où aurais-tu donc cette eau vive ?* »

Par la première parole, Jésus, qui s'est présenté comme un homme fatigué, la sollicite dans sa capacité de don et de générosité. Puis il lui signifie que cette capacité est un don de Dieu, que la source capable d'étancher sa soif est à l'intérieur et non à l'extérieur. Jésus ouvre les yeux de la femme samaritaine sur la profondeur de la réalité.

Le puits, lieu de rencontre, et l'eau, essentielle à la vie, deviennent des éléments paraboliques pour signifier la source qui ne tarit pas et l'eau qui jaillit jusque dans la vie éternelle. Il révèle à cette femme qu'elle s'épuise à vouloir combler son désir dans la recherche d'une plénitude

que le monde extérieur ne pourra jamais lui apporter, au lieu de revenir vers le dedans, vers la source inépuisable de l'amour qui jaillit de son propre cœur. Seule cette source pourra éteindre sa soif.

La suite du récit nous donne à comprendre pourquoi le Christ est venu délibérément à la rencontre de cette femme. Il lui demande d'aller chercher son mari or, elle n'a pas de mari et Jésus d'ajouter : « *Car tu as eu cinq maris et celui que tu as maintenant n'est pas ton mari* » (4,18). Elle a éperdument cherché à vivre une plénitude d'amour avec un homme sans jamais vivre une relation à la hauteur de ses espérances. Sa quête insatiable a été insatisfaite. Jésus ne la condamne pas mais au contraire vient répondre à sa soif d'amour, à son désir profond, en lui révélant que ce qu'elle cherche chez l'autre, elle le porte en elle-même.

Il l'invite à une réorientation du désir, à puiser à la source du désir, à considérer la source inépuisable de l'amour qui jaillit des profondeurs de son cœur. C'est dans le don d'elle-même et non dans l'attente qu'elle trouvera le bonheur : « *Il y a plus de bonheur à donner qu'à recevoir* » (Ac 20,35). Ce n'est pas le désir qui est nuisible mais sa mauvaise orientation. Autant la puissance du désir est-elle nécessaire au chemin d'accomplissement, autant la déviation du désir conduit-elle vers la destruction.

Nous avons vu que l'Homme porte en son cœur un désir infini que le fini ne pourra jamais combler. Chercher l'absolu dans le relatif s'appelle l'idolâtrie. C'est confondre la lumière avec l'objet qu'elle éclaire à tel point que l'on se tourne vers l'objet et non vers la lumière.

La déviation du désir nous porte à objectiver le monde, à lui donner une valeur en soi pour nous conduire à investir toute notre énergie dans l'acquisition de ce qui a du prix à nos yeux. Drame de l'humanité qui a transformé le monde en objets puis en marchandises et s'enfonce dans un matérialisme mortifère dont le symbole est l'argent. Toute la vie est sacrifiée sur l'autel de la croissance et du profit. L'épuisement des ressources, la disparition des espèces, la stérilisation des sols sont quelques-unes des conséquences du désir insatiable transformé en convoitise et en avidité.

Sans la conversion du désir, il n'y a pas d'issue à cette folie meurtrière.

Cette conversion se réalise dans le cœur de l'être humain, elle s'appelle métanoïa. La métanoïa consiste essentiellement en une ouverture du regard pour sortir de l'idolâtrie. Être idolâtre, c'est être enfermé dans les apparences, dans l'extérieur de la réalité, c'est confondre la vie avec les expressions de la vie, le donateur avec le don. La métanoïa est une sortie de la confusion par un retour à l'originel, une sortie de l'exil par un retour vers la source. Le Christ, comme il l'a fait avec la femme samaritaine, nous appelle à cette conversion.

Il nous invite à entrer en nous-mêmes, à descendre dans la profondeur et à quitter la superficialité. Par cette conversion, il désire nous conduire vers une croissance spirituelle, vers l'épanouissement de nos ressources intérieures en vue de l'amour plutôt que vers

l'exploitation des ressources terrestres dans une frénésie de consommation, vers le Royaume des cieux plutôt que vers un paradis artificiel.

La métanoïa ou réorientation du désir est le fondement de tout chemin de guérison. Vouloir traiter les blessures sans procéder à cette conversion, c'est prendre le risque de ne jamais sortir du statut de victime et de reconduire sans cesse les mêmes processus.

La métanoïa ouvre sur la possibilité d'une nouveauté qui ne soit pas la répétition du passé. Elle ouvre l'avenir en transformant la maladie, la blessure, l'accident, l'échec en possibilité d'éveil de conscience et de croissance spirituelle. Il y a un chemin préalable à cette transformation, il consiste en l'acceptation de ce qui est. Ce chemin est un processus qui peut nous faire traverser différents états intérieurs qui passent par le refus, la colère, l'agitation mentale jusqu'au lâcher prise qui ouvre sur l'acceptation. Dire oui à la réalité d'aujourd'hui ouvre la perspective d'une transformation salutaire.

Donc, la guérison commence par un changement de regard qui conduira vers une posture et une attitude différentes.

Avant de s'engager dans le processus thérapeutique, il était essentiel de rappeler l'importance du désir car la guérison a pour condition le désir de vie et le désir de guérir. On ne peut conduire une personne vers la guérison si elle ne le souhaite pas. La parole « *Va, ta foi t'a guéri* » nous rappelle ce lien. Il était tout aussi essentiel de rappeler l'importance de l'orientation du désir. Toute blessure et toute maladie viennent interroger notre désir et nous invitent à affirmer un oui à la vie et un non à la mort.

Accéder à notre désir profond, tel peut être le sens des épreuves : clé pour nous faire accéder à notre propre parole et à notre singularité.

Prendre soin de son éthique

L'éthique est une notion devenue floue tant elle a été interprétée de manières différentes voire contradictoires. Aujourd'hui, dans notre contexte laïc, on considère que l'éthique fait référence à un ensemble de lois mis en place par les êtres humains pour régir la vie sociale, donc, elle est relative à une culture. Pour certains, ce sont des lois imposées par ceux qui sont au pouvoir, pour d'autres ce sont des règles normatives nécessaires, pour d'autres encore, elles sont l'application de la morale religieuse qui dicte le bien et le mal et ne doivent plus être des références. Quelques-unes convoquent la notion désuète de devoirs. À l'ère de la mondialisation, des études sont réalisées pour établir des règles universelles, généralisables à toutes les cultures. Les droits de l'homme ont cette prétention à l'universalité, prétention contestée par les cultures asiatiques qui y voient une influence occidentale et chrétienne.

Dans l'antiquité, l'éthique était au service du « vivre ensemble ». Elle était chez les philosophes grecs (Socrate, Platon, Aristote, les stoïciens...) orientée vers l'acquisition de la vertu. Pour eux, l'éthique devait contribuer à rendre l'être humain meilleur, à mettre en

évidence ses qualités et sa noblesse intérieure. L'orientation donnée ici mettait l'accent sur la dimension positive de l'existence, sur ce qui fait sens. La Tradition biblique s'inscrit dans cette perspective.

L'éthique biblique invite au respect de l'autre puis à l'amour du prochain jusqu'à l'amour des ennemis, dans la conscience que l'humanité est une. Elle ne peut être réduite à un ensemble de lois morales malgré ce que l'Église a pu faire croire pendant des siècles.

Le fondement de l'éthique, de l'art du vivre ensemble, partagé par nombre de traditions spirituelles, est exprimé dans ce que l'on appelle la règle d'or des religions : « *Tout ce que vous voulez que les hommes fassent pour vous, faites-le de même pour eux* » car, ajoute le texte évangélique, « *c'est la loi et les prophètes* » (Mt 7,12).

Dans les autres traditions, cette formule est mise à la forme négative. Elle engage chacun dans sa responsabilité personnelle pour le bien-être de tous. Paraphrasant la règle d'or, le président Kennedy s'était adressé aux Américains en ces termes : « Ne vous demandez pas ce que l'Amérique peut faire pour vous mais ce que vous pouvez faire pour l'Amérique. »

C'est certainement à partir de la notion de responsabilité que nous devons revisiter la dimension éthique. Ainsi, prendre soin de son éthique implique le respect de soi, le respect de l'autre en s'appuyant sur des valeurs fondamentales. Pour l'univers biblique, ces valeurs fondamentales ne sont pas élaborées par l'être humain mais sont révélées par Dieu et inscrites dans le cosmos, ce sont les lois de vie ou lois ontologiques. Ce n'est pas l'humain qui a généré la vie mais la vie qui a généré l'humain.

Les lois de vie (par exemple : les lois cosmiques, les constantes cosmiques, les lois biologiques) sont antécédentes à l'humanité donc ne sont pas le produit de la culture. Ces lois de vie universelles ne devraient-elles pas être une référence pour l'élaboration d'une éthique commune ? Prendre soin de son éthique nous renvoie alors à l'accueil des lois de vie, des lois ontologiques et à notre responsabilité par rapport à la vie, au vivant, à l'humanité, donc à nos modes de relation aux autres et au cosmos.

L'éthique nous renvoie aussi à la question du sens, à la nécessité de savoir ce que nous voulons servir et promouvoir dans ce monde. Elle nous met face à l'exigence d'accomplissement, c'est-à-dire à notre humanisation progressive et à notre participation à la transfiguration de l'univers. Respecter les lois de vie, appliquer la règle d'or, s'ajuster à sa propre conscience, vivre son intégrité personnelle dans la perspective d'un chemin de croissance spirituel se révèlent être les points essentiels pour prendre soin de son éthique. Chacun pourra puiser ce qui lui parle le plus pour construire son éthique personnelle qui deviendra un guide pour l'orientation du désir. Le plus important est de faire le premier pas.

Philippe DAUTAIS
Pages 83-98