

Faire un pont entre vie professionnelle et chemin spirituel

Mondialisation, luttes, conflits, crises, enjeux de pouvoirs et d'argent... le monde du travail ressemble à un lieu de tous les dangers. La réussite professionnelle de ses acteurs est soumise à des aléas de plus en plus nombreux et peut se vivre au détriment de l'équilibre physique, psychologique et spirituel. Le monde du travail risque alors de pousser au dessèchement de l'âme. Il devient dès lors tentant de se méfier de cette part de notre existence, de la réduire à sa fonction rémunératrice et de chercher ailleurs le sens de la vie, l'incarnation de ses valeurs et la réalisation d'une éthique personnelle.

Cependant l'activité professionnelle continue à occuper une part essentielle de notre temps. C'est dans l'univers professionnel que nos œuvres s'accomplissent. C'est là où les produits se créent, les services s'échangent, les relations se tissent. C'est dans le travail, et notamment dans le cadre

Gagner sa vie sans perdre son âme

de nos entreprises privées ou publiques, que se réalisent nos talents. Nous y sommes, aussi, confrontés à l'adversité et au dépassement de nos limites. Chaque relation ou situation délicate devient un défi à relever, chaque conflit ou crise une opportunité d'élargir notre champ de conscience. Tout, en nous, peut y être questionné, interpellé, remis en cause : compétences techniques, mais aussi capacité relationnelle, peur, courage, écoute, engagement, créativité, aptitude à affronter les épreuves et les changements... Face à de tels enjeux, chacun peut s'étioler ou grandir selon la manière dont il accueille et gère les événements.

Aussi la vie professionnelle est-elle, pour qui le désire, un chemin d'évolution, et les mutations extérieures deviennent des opportunités pour faire un travail de mutation intérieure. Alors le sens jaillit au cœur de nos combats.

Mais toute personne engagée dans son métier a besoin, à un moment donné, de repères et de ressources pour comprendre et avancer. L'Homme ne vit pas que de pain et, s'il désire grandir intérieurement, il cherchera à puiser à des sources de sagesse. C'est alors que m'est apparu possible un lien entre deux mondes réputés fort éloignés l'un de l'autre : la vie professionnelle... et le chemin spirituel.

Points de repère

C'est en étudiant la Bible que j'y ai trouvé de quoi enraciner des attitudes nouvelles dans mon propre travail, de quoi répondre aux questions posées par un quotidien parfois difficile, de quoi tenir un cap humaniste dans un monde qui semble perdre le sens de l'humain.

Pourquoi prendre appui sur la Bible ?

Dans la quête spirituelle, les référents sont innombrables. Les amalgames entre religion et spiritualité sont courants. Les séquelles d'une éducation religieuse mal vécue sont tenaces. Les fantasmes de sectes sont omniprésents. Les écueils sur la voie sont donc très nombreux.

Nous regarderons la Bible avant tout comme un livre de sagesse. Or, la légitimité majeure de cette sagesse est qu'elle vient de Dieu, car « il y a sagesse et sagesse. La vraie vient de Dieu ; c'est lui qui donne à l'homme "un cœur capable de discerner le bien du mal" (1 R 3, 9). Mais tous les hommes sont tentés, comme le premier père, d'usurper ce privilège divin, d'acquérir par leur propre force "la connaissance du bien et du mal" (Ge 3, 5). Sagesse fallacieuse, vers laquelle les attire la ruse du Serpent (Ge 3, 1). (...). Les prophètes s'élèvent contre cette sagesse-là : "Malheur

Gagner sa vie sans perdre son âme

à ceux qui sont sages à leurs propres yeux, avisés selon leur sens propre” (Is 5, 21). Dieu fera que leur sagesse tourne court (Is 29, 14). [...] Ainsi l’enseignement prophétique repousse la tentation d’un humanisme qui prétendrait se suffire à lui-même : le salut de l’homme vient de Dieu seul¹. »

La Bible fonde notre tradition judéo-chrétienne et habite notre inconscient collectif. Elle parle de notre propre histoire, de ses vicissitudes et nous invite à accomplir un travail de transformation intérieur. Ainsi, l’Éternel dit à Abraham : « Va vers toi-même, quitte ton pays... », le poussant à lâcher ses sécurités pour aller vers une terre nouvelle et proposant ainsi, à chacun d’entre nous, de faire des sauts dans l’inconnu. Jésus nous prévient des « tribulations que nous rencontrerons de par le monde », et ajoute : « Prenez courage, j’ai vaincu le monde... »

Ce livre de sagesse a la capacité de nous éclairer dans les délicats méandres de notre vie. Lorsque nous vivons une difficulté, nous pouvons lire et entrer dans la méditation d’un verset biblique. Il s’agit d’aller progressivement dans la profondeur

1. Extrait du *Vocabulaire de théologie biblique*, Cerf, 1970, p. 1171.

Points de repère

du texte, d'accueillir les symboles qu'il nous propose, d'entrer dans une écoute profonde et subtile, et laisser jaillir la lumière qui illumine le sens et nous touche au cœur. La contemplation d'un verset, son intériorisation, a des vertus guérissantes. Elle nourrit l'âme en lui délivrant un message personnel. La Bible redevient alors ce trésor qui a constamment besoin d'être redécouvert.

Œuvrer à trois niveaux pour harmoniser nos vies professionnelle et spirituelle

L'objet de ce livre est d'accompagner le lecteur dans la manière de poser un nouveau regard sur les obstacles qu'il peut rencontrer dans sa vie professionnelle. Un verset particulier est associé à chaque défi posé. C'est une parole de vie qui fait le lien entre l'univers spirituel et celui du travail, un message où Dieu laisse deviner sa présence derrière toute forme d'adversité.

Les domaines de la vie professionnelle qui peuvent être éclairés par la Bible sont innombrables. Trois axes majeurs sont présentés ici, qui traduisent un degré d'engagement croissant. La Bible peut, tout d'abord, contribuer à forger l'éthique sur laquelle nous désirons construire l'exercice de

Gagner sa vie sans perdre son âme

notre métier. Ensuite, elle favorise notre engagement sur une voie de transformation, et enfin nous donne les moyens de vivre un véritable chemin initiatique à partir des tribulations de notre parcours professionnel. On pourra donc :

- s’inscrire dans une éthique de vie au travail,
 - s’engager dans une voie de transformation
- et,
- vivre un chemin initiatique.

Ces trois axes se traduisent par les propositions – forcément partielles – suivantes :

- s’inscrire dans une éthique de vie au travail passe par l’expression des valeurs essentielles sur lesquelles nous voulons fonder l’exercice de notre métier, et nous invite à nommer le projet de vie qui nous anime. L’éthique, pour être mise en pratique, nous amène à tendre vers le service et l’amour et nous sollicite pour développer une conscience planétaire ;

- s’engager dans une voie de transformation appelle à gérer positivement les conflits, renoncer à donner la priorité à l’avoir, accompagner le changement et les crises, repenser sa gestion du temps et guérir ses blessures ;

- afin de vivre un chemin initiatique, il est proposé de développer sa capacité à discerner, méditer, se laisser enseigner par les rêves, se

Points de repère

confronter au défi du mental, vivre la foi, prier, pardonner et... se mettre en marche.

Les témoignages qui servent d'introduction à chaque chapitre s'inspirent des problématiques qui me sont confiées lorsque j'accompagne des personnes à l'occasion de démarches de développement personnel, dans leur métier ou en dehors de celui-ci. Ils reflètent des difficultés ou des questionnements couramment exprimés autour d'enjeux à caractère professionnel, psychologique ou existentiel.

Pour aider chacun à traduire des paroles de vie en actes concrets, des exercices sont proposés invitant chacun à explorer son territoire intérieur. Ils peuvent amener à un grand degré de profondeur et être donc « interpellants ». Ils demandent de prendre du temps. Lorsque ces exercices ont un caractère psychologique, ils visent à mieux identifier l'ombre qui fait obstacle à un chemin spirituel. Ils stimulent ensuite la recherche de solutions et d'ouvertures sur le thème traité.

Ces exercices peuvent s'effectuer seul, à deux ou dans un petit groupe. Il est préférable de répondre d'abord individuellement aux questions proposées, et ce en écriture automatique où l'on s'autorisera le plus possible l'expression spontanée, sans aucune censure, de ce qui vient à

Gagner sa vie sans perdre son âme

l'esprit. C'est alors que pourront émerger des réponses parfois surprenantes. Il arrive qu'elles jaillissent de l'inconscient et deviennent des repères majeurs sur un chemin d'évolution.

Le retentissement des exercices est accru par leur verbalisation faite lors d'un échange à deux. Avec un partenaire choisi, dans un climat d'ouverture et de confiance, chacun prendra un temps de parole pour exprimer ce qui a été important dans les réponses qui lui ont été inspirées par son questionnement. Cette expression sera accueillie par une écoute attentive, sans jugement et pleine de bienveillance.

Si ce travail se fait en petit groupe (de six à dix personnes environ), sous la conduite d'un animateur, on pourra, outre les deux phases précédentes, procéder à un partage dans ce groupe. Ceux qui le désirent pourront alors témoigner de ce qui s'est révélé important dans leur exploration personnelle.

Ce livre n'appelle pas forcément une lecture en continu, d'un bout à l'autre. Il est comme un puzzle dont on peut explorer chaque pièce séparément selon le thème que l'on désire approfondir.

« Dieu s'est fait homme, pour que l'homme devienne Dieu », dit Grégoire de Nysse. Étant

Points de repère

donné le temps et l'importance que nous accordons à notre vie professionnelle, celle-ci pourrait donc contribuer à faire davantage émerger l'Homme nouveau qui nous habite, à faire grandir notre dimension divine. Voilà une vision et un projet en écho avec les propos de Simone Weil (1909-1943) qui affirmait déjà : « Une civilisation constituée par une spiritualité du travail est le plus haut degré d'enracinement de l'homme dans l'univers. »

La double nature, humaine et divine, de l'Homme

Chercher Dieu en prenant appui sur sa vie professionnelle, certes... Mais où est-il ? Où se cache-t-il ? Telle est l'« éternelle » question. Nous avons généralement une représentation extérieure de Dieu. Il serait « quelque part » dans le ciel, inaccessible, inatteignable, régnant sur un Royaume des Cieux insaisissable. Alors, à quoi bon... Tout cela ne serait finalement qu'une histoire de croyances. En quoi l'homme serait-il aussi concerné par ce qui lui serait extérieur ? En quoi sa nature pourrait-elle être liée à celle du divin ?

Or, toutes les grandes traditions spirituelles soulignent la double appartenance de l'Homme : humaine et divine. Selon la Bible, l'Homme a été créé à « l'image et à la ressemblance » de son créateur, ce qui témoigne de l'essence divine dont il est porteur. Lorsqu'on demande à Jésus « quand viendrait le Royaume de Dieu », il répond que

Points de repère

« le Royaume est au milieu de vous » (Lc 17, 21), propos souvent traduit par : « Il est à l'intérieur de vous. » Dans l'Évangile de Marie, Jésus dit : « C'est à l'intérieur de vous qu'est le Fils de l'Homme¹. » L'apôtre Paul témoigne de cette double appartenance humaine et divine en énonçant : « Vous êtes un temple de Dieu, et l'Esprit de Dieu habite en vous » (1 Co 3, 16).

Le Soi et l'ego

Ainsi la réalité divine extérieure trouve sa correspondance à l'intérieur de nous. Dieu est à chercher, aussi, au plus profond de notre être. Carl Gustav Jung, le fondateur de la psychologie des profondeurs, appelle cette dimension divine en l'Homme : le Soi. Ce terme désigne l'être divin qui nous habite, ce Royaume « qui est en nous » et qu'il nous appartient de cultiver.

Nous devons, par ailleurs, assumer notre nature matérielle et existentielle. C'est la fonction principale de ce qu'on appelle couramment l'ego. Celui-ci a trois composantes : la « persona », le « moi

1. *L'Évangile de Marie*, Jean-Yves Leloup, Albin Michel, 1997, pp. 82-83

Gagner sa vie sans perdre son âme

conscient » et l'« ombre ». La « persona » est constituée du masque psychologique et social que nous empruntons pour gérer nos relations sociales et nous adapter au milieu dans lequel nous vivons. Elle nous aide à jouer et assumer nos différents rôles. Le « moi conscient » nous permet de traiter les réalités sociales et économiques courantes : calculer, organiser, prendre des décisions, assumer nos responsabilités. L'« ombre » contient nos éléments inconscients, pulsions, violences et des éléments refoulés dans notre psychisme associés à notre histoire personnelle. C'est dans cette ombre que se situe l'origine de nos fragilités, de nos excès, de nos émotions enfouies et de nos tensions relationnelles.

L'égo est la partie de nous identifiée au monde ordinaire. Il est souvent appelé le « vieil homme ». S'il nous permet de faire face aux réalités quotidiennes, il est aussi sujet au stress, dépendant de nos peurs, de nos désirs et de nos manques.

Jean Monbourquette, psychologue jungien, résume ces composantes de notre être par le schéma suivant¹ :

1. Jean Monbourquette, *Apprivoiser son ombre*, Bayard, 2001, p. 30