



Donner de l'unité à sa vie *Pour une existence spirituelle*

Le but de cette intervention est de fournir quelques repères pour réfléchir à une question qui nous concerne tous : **comment donner de l'unité à notre vie** ? Plutôt que **d'une conférence très systématique sur le sujet**, il s'agit **d'une invitation à revenir sur quelques aspects de notre expérience pour y voir plus clair**. Je parle, bien sûr, à partir du **point où j'en suis aujourd'hui quand je réfléchis à cette question**. Trois questions organisent mon propos.

1. Pourquoi est-ce important ?

Pourquoi est-il important, en effet, de rechercher **de l'unité** dans sa vie ? Observons **déjà ce qu'est le contraire de l'unité** : la dispersion... **une vie « en pointillés »** ; alors, **on s'applique à ceci, on laisse de côté cela, en fonction de ce qui se présente mais sans trop réfléchir au pourquoi des choses**. La dispersion, **c'est le manque de cohérence**. On éprouve le sentiment **que l'on vit de façon très différente**, trop différente à vrai dire, dans les divers lieux **de l'existence, qu'il y a de la contradiction, de la fausseté, et que cela n'est pas satisfaisant** ; nous ne sommes pas satisfaits parce que nous voyons bien que nos convictions ne structurent pas assez notre vie ; or, si nous avons des convictions, **c'est pour en vivre**. Le risque de la dispersion, **c'est le vide, l'insignifiance**. Nous pouvons avoir une vie spirituelle, nourrir notre foi, célébrer **l'Eucharistie**, faire des retraites, **et même avoir des engagements dans l'Eglise**, participer à une équipe de réflexion, mais nous sentons parfois que cela ne nous empêche pas de vivre des écarts trop importants, que notre conscience est **divisée**. On pourrait le dire **de bien d'autres manières...** Le résultat est là : un sentiment de malaise, une souffrance. Bref, nous **ne sommes pas heureux de ce manque d'unité**.

Mais il ne faut pas non plus **se tromper sur ce que l'on appelle « unité »** :

- La vie est constituée de temps et de lieux différents : on ne se comporte pas partout de la même manière ; **on n'a pas non plus à le faire**. Par exemple, **on sait qu'une réserve s'impose** dans la vie professionnelle (le **bureau n'est pas une chapelle, la cafeteria n'est pas un confessionnal** !) ; tout ne peut pas **être dit partout de la même manière, dans n'importe quelles conditions**. Cela ne signifie pas pour autant que **l'on pratique un double langage** (ou triple ou **quadruple...**). Mais le langage est toujours situé, articulé ; **il est l'élément** ou le lieu **d'une conversation** ; **il fait partie d'une relation** dans laquelle il y a à trouver une juste position. Il est donc normal de prendre acte de la diversité **de nos situations, de faire œuvre d'intelligence là où nous sommes**. Cela ne justifie pas pour autant des comportements qui vont contre notre conscience.
- **Il est bien beau de parler d'unité, mais nous expérimentons** combien notre vie contient des hésitations, des tâtonnements, des reculs, des réalisations toujours partielles ; **elle est faite de départs, d'arrêts, de nouveaux départs**, etc. Au fond, elle est un « climat », pas toujours tempéré ! Elle a des saisons. **Et donc, la tâche de l'unité ne relève-t-elle pas du rêve** ? Mission impossible ? Mais il faut bien voir que la vie est toujours différente,

Donner de l'unité à sa vie *Pour une existence spirituelle*

différenciée, **imprévisible** pour une bonne part d'elle-même (la plus grande ?) ; **elle s'exprime en nuances**. Il s'agira alors de viser un art de vivre, un art plutôt qu'une science de la vie ; **sinon, c'est une mécanique qui fonctionnerait, mais qui n'aurait rien à voir avec ce qu'est la vie**.

En conséquence, parler de cohérence ou d'unité, **ce n'est pas viser la dureté de la pierre, le roc ou le granit qui ne s'effrite pas ; ce n'est pas un volontarisme où tout s'obtient à la force du poignet, une vie d'un bloc, « gravée dans le marbre » (et c'est beau le marbre : souvenir de Grèce !)**. L'unité de la vie, de façon bien différente, **c'est l'attention portée** à une chair, dans sa fragilité. Unité et fragilité vont de pair ; ou plutôt, **l'unité se réalise et s'accueille** à travers tant et tant de forces, faiblesses et résistances de la vie – si **c'est précisément de vie qu'il s'agit et non de mécanique à entretenir** ou à réparer. On restaure des monuments, mais la chair on la soigne ; on veille sur elle. Avec tendresse.

2. Comment caractériser cette vie **dans l'unité** ?

D'abord : ne pas chercher des liens artificiels, volontaristes, un peu factices ici et sans doute **de peu d'effets durables**.

La visée est bien plutôt de faire que la vie tout entière soit « inspirée » (laissons « vibrer » cette image en nous) : **l'inspiration, c'est un souffle. Pour caractériser cette vie unifiée, je parle d'une « existence spirituelle », en comprenant que c'est l'existence** tout entière qui est appelée à devenir **spirituelle**, non pas **l'existence dans l'un de ses moments**, isolé et bien particulier, celui, par exemple, qui serait le temps de la spiritualité, comprise en un sens étroit comme telle activité plus « religieuse ». **C'est la vie dans la multiplicité de ses forces et de ses faiblesses qui est concernée**.

Comment comprendre le « spirituel » ? Je propose ceci : le contraire du spirituel, **c'est l'immédiateté...** je vous livre ce terme et vous invite à y revenir quand vous le voudrez **car je crois qu'il permet de réfléchir à ce que nous vivons** :

-« **L'immédiat** » dans l'ordre de la décision, ou la décision rapide : je veux dire par là (**car la rapidité n'est pas en soi un défaut**) une décision insuffisamment informée ou réfléchie, insuffisamment attentive à ses motivations, à ses « raisons » et à ses conséquences, une décision prise parfois au hasard, sous le poids des influences, des pressions sociales, des valeurs mondaines, dans la fascination de ce qui brille au gré de sentiments passagers, et par **manque d'analyse critique**. Au contraire, il y a à mettre **en perspective les éléments d'un choix**. Certes, **tout cela n'est pas simple. Il importe** en effet de bien se connaître pour bien décider, mais nous nous connaissons si mal en profondeur : **tant de forces et d'affects travaillent en nous** à notre insu ; nous ne savons pas très bien les identifier, ou trop peu, et pourtant ils déterminent tellement ce que nous faisons. **Céder à l'immédiat**, parfois, ce peut être penser que la vie est un **destin, que nous n'avons plus aucune capacité de choisir et de décider d'orientations fondamentales**. Si **c'est la fatalité qui commande, il n'y a plus rien à décider**, en effet. Mais vit-on vraiment, réellement, sans jamais décider ? Ne va-t-on pas alors à **l'épuisement**. Au niveau collectif, il y a des groupes, des sociétés entières qui **s'épuisent et disparaissent** à force de ne jamais décider.

-« **L'immédiat** » dans l'ordre des réactions (dans les relations personnelles ou face à des événements) : cela est très proche du point précédent. **Il est important d'identifier** ce qui relève en nous **de l'affectif** et du rationnel : certes ils sont toujours mêlés car **nous ne relevons pas d'un seul registre, ou d'un seul « bloc »**. Mais si nous pouvons

Donner de l'unité à sa vie *Pour une existence spirituelle*

identifier un peu plus précisément ce qui travaille en nous, ce qui relève de l'émotionnel et ce qui procède davantage d'une analyse plus informée des situations, nous renouvellerons nos manières d'être et de faire. On gagnera à cela plus de liberté devant une personne, plus de liberté face à un enjeu de société. L'immédiateté des réactions menace toujours, mais un accroissement de vérité (de lucidité) donnera plus de force à l'existence.

Pour faire venir de l'unité, voici quelques pistes : travailler à donner de la profondeur, de l'ampleur à tous les moments ; rechercher ce qui élève, ce qui agrandit les espaces de la vie ; aimer ce qui suscite de la beauté (au sens esthétique mais aussi éthique – **comme chez les philosophes grecs, d'ailleurs** : le beau et le bon se rejoignent, ainsi dans une « belle action ») ; apporter de la sagesse au quotidien ; manifester de la « générosité », **entendue comme le désir de la joie d'autrui** ; susciter des compréhensions et des liens renouvelés, des réconciliations ; dans les relations, rechercher ce qui apaise ; dans le vide et la froideur, apporter ce qui réchauffe (cf. **d'ailleurs l'hymne à l'Esprit Saint à Pentecôte** : « Lave ce qui est souillé, baigne ce qui est aride, guéris ce qui est blessé. Assouplis ce qui est raide, réchauffe ce qui est froid, rends droit ce qui est faussé »). **On peut le redire avec bien d'autres mots**

En bref, **chaque fois que l'on recherche ce qui construit, ce qui établit du lien, ce qui donne de la qualité à l'existence, on contribue à donner de l'unité à la vie, à la vie du monde aussi.**

3. Comment la foi peut-elle nous aider ?

Devant ce désir de l'unité qui nous habite, nous ne sommes pas sans ressources. La foi nous dit quelque chose de vital. Je suggère quelques points d'attention, des attitudes qui peuvent nous aider :

- Nous remettre sans cesse devant une perspective fondamentale : « **L'homme est créé pour louer, respecter, servir Dieu notre Seigneur** » – et **c'est dans cette visée qu'il est libéré, sauvé** ; les autres choses sur la surface de la terre sont des moyens en vue de cette fin. Ce sont les mots-mêmes de saint Ignace dans un texte des **Exercices spirituels** qui s'appelle précisément « Principe et fondement ». Nous sommes « créés », en effet : nous ne venons pas de nous-mêmes, la vie nous est donnée. Et ce qui apparaît là, **c'est une direction, une boussole** : considérer la fin pour situer les moyens ; **consacrer le plus d'intelligence possible à la connaissance des moyens, des effets, des situations.** Et alors, calculer sans calcul ; ou plutôt : calculer en gardant le **cœur pur de la béatitude** ; **calculer parce qu'il faut éclairer les choix, si l'on veut se comporter en être responsable, mais calculer en vue de Dieu, en abandonnant le souci de sa propre excellence.**

- « Marie méditait ces événements dans son cœur ». **C'est dire le travail de la réflexion ; mais une réflexion qui n'est pas à l'extérieur de soi, superficielle, sans conséquence ou abstraite ; c'est une méditation dans le cœur, une réflexion qui traverse le cœur** ; elle est incarnée ; elle a son lieu dans la chair, dans ce qui fait aimer. **Elle laisse la raison... raisonner et résonner** (les deux orthographes sont possibles ici !). Méditer : **revenir sur ce qui s'est passé et sur ce qui se passe, ce qui devrait se passer** ; mieux le comprendre, dans sa signification ; réfléchir, en tirant des conséquences ; en somme, ne pas laisser passer ce qui est vécu, ne pas passer

Donner de l'unité à sa vie *Pour une existence spirituelle*

indéfiniment d'une chose à une autre sans rien en recueillir. Sinon, le temps passe, la vie passe... pour rien. Et rien ne se fait.

Cela veut dire qu'il y avait du silence chez Marie, le recueillement de la méditation. Marie n'apparaît plus dans les évangiles après les récits de l'enfance ; elle ne parle plus, sauf à Cana dans l'évangile de Jean, pour qui elle sera aussi au pied de la croix. Pourtant, elle est là. N'est-elle pas la figure même de l'accueil, du silence, de la méditation, de la louange ? Et je suppose qu'elle s'entretenait aussi beaucoup avec son fils !... Certes, elle comprenait en profondeur ; elle n'avait pas besoin de beaucoup d'explications, mais elle devait méditer beaucoup ce que son Fils disait, et l'interroger... et lui-même, ne devait-il pas désirer s'entretenir avec elle ?

-Précisément : **s'entretenir beaucoup** les uns avec les autres et pratiquer le silence. C'est une tension : parler et ne pas parler. Et donc, donner du poids à la parole échangée (cela ne veut pas dire ne pas parler de choses secondaires, ne pas plaisanter etc.) ; cela signifie plutôt : **ne pas ignorer l'autre, et ne pas vivre** (toujours) dans le bavardage ; sans forcer autrui, savoir aussi donner **un peu** de profondeur à l'échange, un peu plus de sens : au moins, **s'intéresser à ce que fait l'autre**, le lui demander, et attendre qu'il le dise – jusqu'au bout ! Comme c'est difficile ! Se détourner des paroles vaines. Cela va avec du silence (cf. Madeleine Delbrel : « Le silence, c'est quelquefois se taire, mais le silence, c'est toujours écouter » ; « quand nous parlons de nous-mêmes et par nous-mêmes, nous sortons du silence »). Comme on le voit, parole et silence se rejoignent et créent **du lien, autre nom de l'unité. J'aime** cette parole du Pape François dans *La joie de l'Évangile* : « De nos jours [...] nous ressentons la nécessité de découvrir et de transmettre la 'mystique' de vivre ensemble, de se mélanger, de se rencontrer, de se prendre dans les bras, de se soutenir » (87) ; et il appelle à une façon d'être en relation qui soit une « fraternité mystique » (92).

- Aimer davantage mon prochain, c'est-à-dire **telle personne**, comme elle est, dans ce qui me convient et dans ce que je n'aime pas chez elle ; comment m'ajuster à ce qu'elle est de sorte que je puisse faire quelque chose qui exprime une parcelle d'amour (ou de service) ? Plus je pourrai avancer dans cette direction, et moins je me rechercherai moi-même ; plus j'aimerai, plus je construirai, plus ma vie sera d'un seul tenant. Cela se fera dans une diversité de moments ; cela passera par beaucoup de gestes ; et il faudra une grande générosité pour voir en l'autre ses forces plutôt que ses faiblesses (comme si moi je n'avais pas de faiblesses !).

- Une attitude : espérer. Elle est essentielle dans la foi chrétienne. Elle signifie l'ouverture à l'avenir. Dans les moments de crise et d'épreuve en particulier, quand tout devient trop lourd à porter, elle est de croire qu'un avenir est possible. Elle exige de la patience, envers soi-même aussi et surtout.

*

Donner de l'unité à sa vie *Pour une existence spirituelle*

On pourrait maintenant se demander : comment et où tout cela peut-il et doit-il se faire ? La réponse est : partout, tout le temps, dans les questions qui se posent de la naissance à la mort, dans les étapes et les alternances de la vie, dans le travail, le loisir, les projets... Au sens **où l'Évangile appelle à une vigilance permanente** (« prier sans cesse »). Mais bien voir ceci : donner de **l'unité, ce n'est pas établir un programme a priori**, baliser tout ce qui va, doit ou devrait arriver sur une trajectoire ferme ; et veiller à ne jamais sortir de la trajectoire, ou avoir un plan de vol bien établi. **C'est plutôt, en chaque moment, en chaque acte, chercher ou laisser venir ce qui me paraît être le plus juste, le plus porteur de force, d'oubli de soi, de service. Au fond : comment aimer davantage ? Et cela, on ne le sait pas d'avance, car les circonstances de la vie sont bien largement imprévisibles. Reste à se disposer à rencontrer l'inédit des situations.**

Tout cela est bien difficile. Alors, je simplifie (!) : ce qui va **m'aider, c'est** de considérer que ma vie est **une réponse à quelqu'un**. Cela change tout, en effet. Il ne s'agit pas de réaliser un programme de perfection, de considérer l'existence comme une œuvre d'art, ou une œuvre tout court à améliorer sans cesse, dans la contemplation d'une excellence appelée à briller de plus en plus à mes yeux et aux yeux des autres. Non, je serai vite déçu, acculé à une impasse. **Ce dont il s'agit, c'est** de donner de la profondeur à chaque instant, de considérer que ma vie, par tout ce qui la constitue, est une réponse à Jésus, le Christ : **il m'aime, il m'attend. C'est** alors que mon existence deviendra plus ample, plus vivante, plus cohérente aussi : elle sera spirituelle. **Il n'y a d'unité que dans** la relation à celui qui **m'appelle sans cesse à être** avec lui, comme un disciple.

Un tout dernier mot : mon existence sera toujours imparfaitement spirituelle, imparfaitement unifiée, très modérément sainte : **mais c'est en le reconnaissant**, en le disant dans ma réponse au Christ, dans la prière, avec mes mots les plus personnels, **qu'elle sera la plus vraie. C'est là, dans cette reconnaissance et dans la confiance que nous sommes appelés à vivre. Par-dessus tout, soyons confiants : nous avons à guetter l'aurore. Elle est en avant de nous. Elle vient ; elle va venir bientôt comme une naissance...**

Henri Laux sj
Paris, le 2 décembre 2017