

7<sup>ème</sup> **compte-rendu de l'association A Ciel Ouvert Maurienne**  
**Mardi 10 mai 2016**

La 7<sup>ème</sup> rencontre de l'association A Ciel Ouvert Maurienne a réuni 6 personnes autour des articles 12 & 13 de la Charte de l'Europe des Consciences, consacrés respectivement aux thèmes de la santé et du travail.

La juxtaposition de ces 2 termes – santé et travail – pourrait nous inciter à ne voir, dans le contexte des crises profondes qui touchent nos sociétés modernes, que la face sombre d'une interaction où la santé est mise à mal par des conditions de travail de plus en plus contraignantes et le travail difficilement soutenable lorsque le corps et le psychisme sont affaiblis par des cadences énergivores qui brisent chez les travailleurs la motivation et le sens de leur métier ...

Comment s'extraire de ce cercle vicieux sinon en envisageant la santé et le travail dans leur acception spirituelle, dimension occultée par une médecine trop souvent techniciste et un néolibéralisme se bâfrant de croissance infinie ?

Bientôt au terme de nos rencontres hebdomadaires et mensuelles et désormais conscients que « *seules, à l'ampleur de la "crise" sont capables de répondre en profondeur et durablement des solutions d'ordre spirituel* », nous avons choisi d'envisager directement ces 2 articles à partir du Centre, court-circuitant le dualisme d'une réflexion sur la santé qui consisterait à opposer médecine conventionnelle et médecines traditionnelles et refusant de nous laisser happer par l'actualité du débat houleux sur le projet de Loi Travail.

Ce choix ne nous est pas dicté par une volonté d'évitement ou d'indifférence face aux problématiques sociétales et politiques ; il est plutôt le fruit du sentiment ressenti que seul l'ancrage à ce qui nous constitue véritablement nous positionne non pas hors du monde mais dans le monde ; que seul un travail intérieur permet de prendre conscience de nos véritables ressources qui sont mises alors au service de ce monde que nous contribuons à façonner par nos pensées, nos paroles et nos mains. Lorsque ce travail intérieur dirigé vers la connaissance de notre nature véritable rejoint le travail extérieur qui détermine notre fonction sociale, lorsque nos activités professionnelles reflètent et permettent d'actualiser nos valeurs intérieures, alors le travail devient source de plénitude et de santé complète ; le travail devient Œuvre et expression de l'accomplissement.

Telle est la vocation du travail qui doit permettre de faire grandir ensemble la société et l'individu. Cette vocation fondamentale échapperait-elle à nos sociétés modernes engluées dans une crise du travail qu'aucune réforme politique ou idéologie économique ne parviendra à résoudre sans une confiance accordée aux infinies possibilités créatives de l'homme et une reconnaissance de ses facultés les plus hautes ?

*« Dans la glorification du « travail », dans les infatigables discours sur la « bénédiction du travail », je vois la même arrière-pensée que dans les louanges adressées aux actes impersonnels et utiles à tous : à savoir la peur de tout ce qui est individuel. Au fond, ce qu'on sent aujourd'hui, à la vue du travail – on vise toujours sous ce nom le dur labeur du matin au soir -, qu'un tel travail constitue la meilleure des polices, qu'il tient chacun en bride et s'entend à entraver puissamment le développement de la raison, des désirs, du goût de l'indépendance. Car il consume une extraordinaire quantité de force nerveuse et la soustrait à la réflexion, à la méditation, à la rêverie, aux soucis, à l'amour et à la haine, il présente constamment à la vue un but mesquin et assure des satisfactions faciles et régulières. Ainsi une société où l'on travaille dur en permanence aura davantage de sécurité : et l'on adore aujourd'hui la sécurité comme la divinité suprême. »*

**Nietzsche, Aurore (1881), Livre III, § 173**

Ce compte-rendu ne reprendra pas le détail des courtes **méditations** qui précédèrent l'étude de chaque article en essayant de se relier étroitement à leur thème.

Parce que d'une part le compte-rendu d'Hélène explore assez directement cette direction là, après en avoir rappelé l'esprit dans la page ci-dessus.

Et d'autre part, parce que, après toutes ces séances de méditation pratiquées ensemble, vous commencez à comprendre de manière un peu plus consciente et structurée, que, oui, la méditation est d'abord un « travail ». Un « doux » travail certes, mais un travail quand même, qui exige du temps, de l'énergie, de la compréhension, de l'attention, de la patience, de la persévérance, ... Un travail très particulier, non pas au service de soi, mais au service du Soi. Ce qui ne constitue pas une forme un peu plus raffinée ou exotique d'égoïsme, non, mais la seule manière d'entrer en relation vraie avec les autres et l'univers, le seul chemin d'accès à la fraternité. Le monde, aujourd'hui comme hier, a désespérément besoin de personnes qui acceptent de se charger de ce travail ...

Vous commencez à comprendre aussi que, oui, la méditation consiste à rejoindre ce « lieu » que la maladie ne peut atteindre. Ce qui est périphérique en chacun d'entre-nous, le complexe corps & mental - corps & âme dans la conception traditionnelle occidentale – peut tomber malade, se détériorer petit à petit et disparaître. Ce qui ne nous empêche nullement de faire tout ce qui est possible pour vivre & mourir en bonne santé ! Seul le Centre, qu'encore une fois vous pouvez bien nommer comme bon vous semble – Claire Lumière du Vide, Esprit, Nature de Bouddha, ... - ou ne pas nommer, n'est pas soumis à cette loi de la dégradation qui affecte toutes choses. Parce que ce n'est justement pas une « chose », mais l'inverse exact d'une « chose » ; j'apprécie personnellement cette notion d'espace d'accueil illimité et inconditionnel, grand ouvert à tous et à tout. En faire l'expérience donne confiance, force, liberté, joie, ...

Et n'allez surtout pas croire que cet accomplissement est réservé à quelques exceptionnels « athlètes spirituels » par siècle et par continent. Il est offert à chacun, ici et maintenant, à condition de faire sa part. Cet espace est bien entendu « thérapeutique », mais d'une manière particulière : comme, en le rejoignant et en y demeurant, vous prenez soin de tous et de tout, vous prenez aussi soin de vous-même, indirectement mais très efficacement. N'en croyez surtout pas un traître mot, essayez, vérifiez !

Voilà, inutile d'en dire beaucoup plus, ce qui importe c'est de pratiquer : dans un temps réservé et une forme particulière (assise, yoga, taichi, chikong, ...) & tout au long de la journée. Bonne pratique !

**Yvan Amar** nous encourage avec son « *drôle de calcul* » : « *La première moitié du chemin, c'est vous qui la faites ; l'autre moitié, c'est la Totalité.* »

## **12 - Retrouver une vision globale de la santé et accepter une médecine plurielle**

*L'homme n'est pas qu'une machine dont on répare les pièces défectueuses. Malgré ses très grandes réussites dans le cadre qu'elle s'est fixée, notre médecine manque d'une vision globale de l'homme - d'où ses résultats contestables en termes de santé globale de l'individu, et son coût démesuré qui pèse sur d'autres aspects de la vie. Les dimensions physique, énergétique, mentale, sensible et spirituelle doivent pouvoir être prises en compte dans ce domaine de la santé, et traitées de façon adaptée par des moyens thérapeutiques diversifiés.*

« Une vision globale de la santé » s'inscrit nécessairement dans une définition de la santé « *qui ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité* » mais comme étant le résultat d' « *un état de complet bien-être, physique, mental et social* ».

Cette définition de la santé proposée par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) au lendemain de la Seconde Guerre mondiale a le mérite de relier les différentes dimensions - physique, émotionnelle, cognitive et sociale – de l'être humain. Toutes les médecines traditionnelles et complémentaires intègrent dans leur système de soins les outils – nourriture, style de vie, phytothérapie, massages, thérapies subtiles et énergétiques ... - qui vont accompagner les processus auto-régulateurs du système humain, et soutenir l'énergie vitale – le *Qi* de la médecine chinoise, *le prana* de la médecine ayurvédique indienne – indispensable à la cohésion du corps et de l'esprit, à l'harmonie de l'être humain-microcosme avec son environnement-macrocosme. Les sciences relativement récentes telles [l'épigénétique](#) et la psycho-neuro-endocrino-immunologie décrivent l'interaction entre l'homme et son environnement, entre le somatique et le psychique : l'homme n'est désormais plus assujéti à son capital génétique ; il a cette immense liberté d'influer sur l'expression de ses gènes par la façon dont il choisit de nourrir son corps, ses sens, son mental et son âme et donner ou pas un sens à sa vie. Implacable responsabilité de l'être humain dont la santé – comprise dans cette approche holistique - dépend de sa capacité à renouer avec son potentiel de sagesse et à accompagner le processus « d'actualisation de Soi » tel que défini par le père de la psychologie humaniste Abraham Maslow.

Car **la Santé est indéniablement liée au Soi** : le mot sanskrit « *Swastha* » à l'origine du mot santé signifie « être établi dans le Soi ». C'est donc bien là, au cœur de notre être que se situe la source de la Santé ; ce lieu appelé « Vide » dans la tradition Zen, « *Atma* » - âme immortelle – dans les textes védiques de l'Inde, « le Soi » dans la psychologie junguienne, n'est pas corruptible puisque non soumis aux altérations liées à la temporalité et à l'entropie.

C'est pourquoi, nous allons plus loin que la définition de l'OMS en inscrivant notre réflexion sur la Santé dans une approche holistique qui ne s'arrête pas aux seules composantes physiques, psychologiques et sociales mais intègre la spiritualité, source de santé parfaite. Il ne s'agit pas de nier les douleurs physiques et psychiques qui affectent l'être humain, qui sont bien réelles et source de souffrance et de détresse, mais de dire qu'elles ne représentent pas la véritable identité de l'être humain.

Porter sa maladie, sa douleur sans s'identifier à elle, c'est la leçon de Vie que nous ont transmise de nombreux sages et êtres éveillés qui ont poursuivi leur vie dans la sérénité et l'apaisement, dans le dépassement des souffrances liées au corps physique. [Ramana Maharshi](#), [Krishnamurti](#), [Yvan Amar](#), [Christiane Singer](#) sont de ces êtres qui ont vécu pleinement leur vie et l'ont quittée les yeux ouverts.

*« La personne spirituelle reste intacte, et même encore dans la psychose ; la personne peut bien encore être cachée et "bloquée" par les événements de la maladie qui sont au premier plan - à l'arrière-plan elle est toujours là comme auparavant, même si elle est impuissante et invisible ».*

**[Viktor Frankl](#)**

Il nous importe de prendre soin de ce corps physique, enveloppe extérieure des corps - énergétique-mental-intellectuel – qui nous constituent, au sein desquels se situe **l'enveloppe de « Joie », siège du Soi, éternel, inaltérable, inaliénable**. Il est aussi de notre devoir d'être vigilant face aux signes précurseurs de déséquilibre qui peuvent se manifester dans ces différents corps et d'engager alors un processus de retour à l'équilibre en recourant en première intention aux thérapies naturelles : il s'agira alors de se relier à la source de Vie qui elle seule peut guérir et puiser dans le fond commun de connaissances millénaires liées à l'usage de remèdes végétaux ; cette pharmacopée traditionnelle a été occultée ou dénigrée avec l'arrivée des médicaments chimiques de synthèse : il n'est qu'à constater la dépréciation des termes « *panacée* » ou « *remèdes de bonne fame* » qui désignaient la déesse grecque prodiguant aux hommes des remèdes par les plantes et pour la deuxième expression, des remèdes de bonne renommée selon l'étymologie latine *fama*.

Lorsque les déséquilibres atteignent un stade avancé et affectent la fonctionnalité d'un organe, le recours aux techniques chirurgicales sera nécessaire. La reconnaissance d'une médecine intégrative intégrant médecine conventionnelle et médecines complémentaires devrait être l'avenir de notre système de santé en France. Alors que cette médecine intégrative est adoptée dans de nombreux pays d'Europe, elle semble en France se heurter au primat d'une idéologie biomédicale s'appuyant sur les seules prouesses techniques et le scientisme positiviste ...

Toutes les traditions de Sagesse et de Spiritualité ont décrit la cause racine de toutes les souffrances : **l'ignorance ou la réfutation de notre véritable nature.** *Agyana* est le terme sanscrit qui désigne l'ignorance de notre véritable identité. Cette ignorance se nourrit de,

- l'illusion que « je suis ce corps » - *asmithya* en sanskrit
- l'identification aux choses extérieures que j'aime – *raga*- ou que je n'aime pas –*dvesha* –
- la peur de perdre ce corps et tout ce à quoi je m'identifie. *Abhinivesa* est le terme sanscrit qui signifie la peur de la mort, peur fondamentale à l'origine de toutes les peurs.

*« La mort n'est pas le contraire de la vie. La vie n'a pas de contraire. Le contraire de la mort est la naissance. La vie est éternelle »*

Cette citation de Eckart Tolle nous ouvre à la dimension de la Vie, telle qu'elle est portée par le Soi, non affectée par la dégénérescence inéluctable du corps physique.

**Appréhendée selon l'approche spirituelle, la Santé se définit donc par la qualité et la solidité du lien qui nous unit à notre être véritable.**

Le déni de ce lien peut expliquer bien des postures idéologiques et des maux de nos sociétés modernes : nihilisme, cynisme, désespérance, sentiment d'incomplétude, dépression.

La section de ce lien engendre douleur et souffrance dues à la disjonction entre ce que l'on est et ce que le mental égotique souhaiterait que l'on soit, notre nature véritable et la représentation subjective et fautive de cette nature, notre nature essentielle et notre nature égotique.

L'étymologie de douleur < *dolare* (lat.) < *dolabra* < *dolabre* qui désigne un instrument tranchant, une petite hache, peut exprimer cette coupure de notre être avec sa dimension la plus authentique.

*« Aujourd'hui le salut de l'homme est en jeu, c'est-à-dire sa santé, son équilibre, sa mesure et démesure, son harmonie. Il est impossible d'envisager l'homme coupé de sa profondeur d'origine divine. Comment accepter que la condition humaine ne réponde pas à sa vocation essentielle ? Privé du divin, l'homme est mutilé ».*

**Marie-Madeleine Davy**

C'est pourquoi du point de vue de la santé mentale, la psychologie transpersonnelle considérera tout symptôme psychopathologique non pas comme une maladie mentale mais comme l'expression d'une *crise d'émergence spirituelle* de l'âme tronquée de sa nature spirituelle et aspirant de façon plus ou moins paroxystique à retrouver l'unité avec le Soi. Selon la psychologie transpersonnelle, tout déséquilibre psychologique et trouble psychique proviennent d'une dualité conflictuelle plus ou moins ressentie entre d'une part un mode de conscience « *holotropique* », unifié, globalisant, intégrant la totalité du réel et d'autre part un mode de conscience « *hylotropique* » considérant l'existence en tant qu'entité matérielle séparée. Les symptômes psychopathologiques exprimeraient donc un déséquilibre fondamental entre ces deux aspects complémentaires de la nature humaine. Cependant un individu ancré dans un seul mode de conscience ne développera pas forcément de symptômes cliniques : c'est dans le frottement de ces deux forces antagonistes et dans la résistance de l'individu à l'appel de son âme que peut se préparer la genèse de troubles physiques et psycho spirituels.

La psychiatrie institutionnelle freudienne est incapable de différencier psychose pathologique et expériences paroxystiques d'unité avec le cosmos. Dans la correspondance entre Freud et Romain Rolland, « *le sentiment océanique* » décrit par Romain Rolland lors de ses expériences est qualifié par Freud de régression du moi primaire, associé au sentiment de dépendance, à une demande de protection paternelle et à la nostalgie de la vie infantile. (Freud écrit « *régression intra-utérine* » ...)

Le penseur spiritualiste américain Ken Wilber met en garde, dans ses écrits, contre cette confusion psychanalytique entre l'infantile et le sublime, entre le pré-personnel et le transpersonnel.

Nous en arrivons au terme de cette réflexion qui nous a conduits à une vision de la santé à la mesure de l'être humain, c'est-à-dire intégrant toutes les dimensions corps & âme - esprit.

En conclusion, nous pouvons dire que la Santé, c'est cette capacité à éprouver une Joie incommensurable, viscérale, irradiante et constante, qui ne s'arrête pas aux limitations du corps physique-émotionnel et mental et ne dépend pas des circonstances extérieures ; une Joie qui n'est pas une exaltation euphorique émotionnelle, intellectuelle ou psychotique mais qui correspond à cette force indéfectible qui nous relie au Soi.

*« La force essentielle consiste à sentir au fond de soi, jusqu'à la fin, que la vie a un sens, qu'elle est belle, que l'on a réalisé toutes ses virtualités au cours d'une existence qui était bonne, telle qu'elle était. »*

**Etty Hillesum**

### **13 - Rendre au travail son sens et sa dimension de service :**

*Le travail est un service aux autres en même temps qu'une voie de réalisation personnelle. Vécu ainsi il devient à la fois utile à la société et épanouissant pour Soi-même, au lieu d'être ennuyeux et dépourvu de sens. Il faut renouer avec l'esprit des bâtisseurs et du compagnonnage, revaloriser le travail manuel et l'apprentissage. Le cadre du travail est espace de vie et on doit retrouver en son sein toutes les valeurs d'un art de vivre réconcilié avec la sagesse, notamment la fraternité et l'éthique.*

Comme annoncé en introduction, nous ne nous attarderons pas dans les méandres politico-économiques relatifs à la place du Travail dans notre société et à ses mutations dans un monde globalisé. Notre propos se consacrera davantage sur une dimension du travail très souvent occultée et qui pourtant nous paraît être le socle fondamental, inébranlable qui enracine l'être humain et lui donne une stabilité que le monde de l'économie, de la finance, de la politique et de la géo-politique semble avoir perdue : la nécessité **d'un travail intérieur** et introspectif permet à l'homme d'assumer avec sérénité et force les défis de la modernité ou d'échapper à l'avitement de ses valeurs lorsque celles-ci sont mises en danger par les exigences d'un néolibéralisme niant l'humain.

Une réflexion sur le Travail ne peut cependant pas faire l'impasse de la connotation négative associée à ce terme depuis plus de 2000 ans, aux tous débuts de l'ère judéo-chrétienne : la pénibilité liée au travail - *A la sueur de ton visage tu mangeras ton pain.* Gn 3, 19 – serait la conséquence du péché originel.

L'idée de souffrance liée au travail trouverait également sa racine dans l'étymologie possible du mot travail - *Tripalium*, qui désigne un instrument d'immobilisation et de torture à trois pieux utilisé pour ferrer de force les chevaux ou pour punir les esclaves rebelles.

Ces références biblique et étymologique définissant le travail comme source de souffrance résonnent d'autant plus justement que la souffrance au travail est une réalité par excès de travail – *burn out* –, par manque de travail – *bore out* – ou par privation de travail – chômage et précarité -. Souffrance reconnue par nos instances institutionnelles.



Nous évoquons là le travail extérieur qui est certes nécessaire pour répondre à nos besoins les plus fondamentaux, nous permettre de participer à l'économie du pays, nous relier socialement, nous épanouir dans une activité professionnelle qui nous correspond, bref faire partie des rouages socio-économiques d'un pays et d'un monde dont nous sommes les citoyens ... Gare cependant à ce que ces rouages ne nous phagocytent pas en entravant notre motivation, nos idéaux, notre force de travail et notre énergie comme dans le passage du film « *Les temps modernes* » dans lequel Charlot est littéralement avalé par la machine sur laquelle il travaille

à la chaîne.

Comment échapper à l'engloutissement de nos valeurs fondamentales par des exigences de travail fondées sur l'hypercompétitivité, la rentabilité, la recherche des bas coûts et la pression pour une productivité toujours plus croissante ? Comment conserver notre équilibre physique et psycho-émotionnel lorsque la cadence du travail imposé remplace nos rythmes biologiques naturels et lorsque ce qui fait l'humain est nié par une bureaucratie technocrate ou effacé par les chiffres, les statistiques, la robotisation et l'économie numérique ?

*« Êtes-vous complices de la folie actuelle des nations qui ne pensent qu'à produire le plus possible et à s'enrichir le plus possible ? Votre tâche serait de leur présenter l'addition négative : quelles énormes sommes de valeur intérieure sont gaspillées pour une fin aussi extérieure ! Mais qu'est devenue votre valeur intérieure si vous ne savez plus ce que c'est que respirer librement ? Si vous n'avez même pas un minimum de maîtrise de vous-même ? »*

**Nietzsche, Aurore (1881), Livre III**

Lorsque le bateau est en mer ou affronte la tempête, le phare, dispositif de signalisation maritime lui



permet de repérer la position des zones dangereuses ; si nous appliquons cette métaphore maritime à l'humain, quel est le point d'ancrage chez l'homme qui puisse le soutenir et le guider au cours de sa destinée ? Les pratiques méditatives proposées par l'association A Ciel Ouvert Maurienne nous ont permis, tout au long de cette année, d'expérimenter ce lieu, que nulle tempête, remous ou agitation ne vient perturber.

Voilà la clé essentielle du maintien de l'équilibre corps & âme - esprit, malgré l'effervescence du monde moderne. **Ce travail interne** consiste donc en une auto-discipline fondée sur **la maîtrise émotionnelle** (purification des émotions –deuil, pardon, remerciement, gratitude ...-), **l'alchimie de l'inconscient** (conscientisation et transmutation des anciennes programmations innées et acquises) et les **pratiques spirituelles** (méditations, prières).

Ce travail non monnayable ne fait certes pas partie des activités inscrites au PIB et au PNB et nous pouvons comprendre que les institutions économique-politiques ne l'encouragent pas, voire le dénie ou le stigmatisent ... En revanche, il aurait tout à fait sa place au regard d'autres indices –**IDH** (Indice de Développement Humain), **BNB** (Bonheur National Brut) - qui intègrent dans leurs critères les valeurs spirituelles, d'économie responsable, de longévité, de qualité de vie ...

Ce travail intérieur n'est pas antagoniste au travail extérieur qui devrait remplir 3 critères essentiels :

- ✓ Favoriser l'actualisation du potentiel créatif de tout être humain et l'expression de ses compétences grâce à des réalisations constructives
- ✓ Permettre à chacun de s'accomplir et de se réaliser à travers l'exercice d'un métier
- ✓ Servir la collectivité

*« Sans cela, la valeur attribuée à l'activité professionnelle devient faible, le sens que celle-ci permet de trouver s'amenuise, un « vide existentiel » s'installe et la dépression menace ».*

**Thierry Jansen**



Cet ancrage au Soi permet d'accomplir son travail avec professionnalisme et sens du devoir quand bien-même ce travail est de caractère répétitif, contraignant ou alimentaire.

La [Bhagavad Gîta](#) - condensé de la doctrine védique - décrit à travers le dialogue entre Krishna et le guerrier Arjuna, la convergence entre vie intérieure et vie extérieure, la nécessité d'une transformation intérieure (*Jnâna yoga*) à travers l'action accomplie avec une attitude juste, sans égoïsme (*Karma yoga*) dans l'ouverture du cœur et dans l'Esprit de service (*Bhakti yoga*).

*« ... Seuls, les sots disent que le travail et la philosophie sont différents, non pas les sages ... Tous les yogas ... les yogas du travail, de la sagesse, et de l'amour, sont capables de servir comme moyens directs et indépendants pour atteindre moksha (le salut).*

**Swâmî Vivekânanda**

**Accomplir son travail, sans attachement aux conséquences agréables ou pénibles, sans désir personnel, sans attendre de récompense ou louanges, sans interférer dans l'ordre de la nature, juste dans la présence de l'énergie qui œuvre à travers nous et avec la conscience de servir plus grand que soi,** tel est l'enseignement des derniers versets de la Bhagavad Gîta. C'est aussi le message de sagesse de toutes les traditions : le sage du tao pratique le *Wou Wei* – le non-agir – qui ne signifie pas passivité ou inactivité mais l'action juste accomplie avec détachement et humilité sans ingérence dans l'ordre des choses.

*« À vouloir saisir l'insaisissable, on s'épuise en vain. Dès lors qu'on relâche cette saisie, l'espace est là, ouvert, hospitalier et confortable. Alors jouis-en, ne cherche plus. (...) Cesse de faire. Cesse de forcer. Cesse de vouloir. Et tout se trouvera accompli, naturellement ».*

**Lama Guendene Rinpoché**

**Le travail devient alors Œuvre et libère de la volonté de devenir, de réaliser, d'acquérir, de l'ego, des chaînes mêmes du travail, de l'asservissement à la nécessité** – selon l'expression de Hannah Arendt -

*« Efforcez-vous d'exécuter tout travail dans un esprit de consécration. Essayer de s'abandonner est tout autre chose que l'abandon qui arrive sans effort. Poursuivez votre travail sans vous préoccuper des résultats. Ne sollicitez pas Dieu sans cesse ! Brûlez vos désirs au feu de la discrimination et du détachement, sinon faites-les dissoudre dans la Bhakti (l'Amour, NDRL). Utilisez l'un ou l'autre de ces moyens. Pour obtenir la réalisation de Cela qui est tout, indivisible, vous devez fournir un effort ininterrompu. Que signifie l'illumination ? L'illumination réelle est la réalisation du Soi. Tristesse et souffrance règnent là où manque la vision de l'absolu ».*

**Mâ Ânanda Moyî**

Cette approche spirituelle du travail en tant que « service » peut-elle être encore comprise ou acceptée  *dans nos sociétés industrielles où de nombreux travailleurs sont soumis à des impératifs de performance et de rentabilité qui les empêchent de rencontrer leurs valeurs essentielles pour donner du sens à ce qu'ils font et où de nombreux chômeurs n'ont même plus l'occasion de travailler ?* (Thierry Jansen).

Nous répondrons  *Oui, ces enseignements traditionnels universels traversent les temps et apportent des réponses judicieuses, pragmatiques aux questionnements de nos contemporains dont la structure psychique reste inchangée, même si le contexte culturel et sociétal a subi de grandes mutations en accélération croissante.*

La capacité d'auto-transcendance que nous avons évoquée qui consiste à nous remettre à plus grand que soi dans chacune de nos actions et qui se traduit par le verbe « Servir », fait partie des valeurs humaines universellement partagées :

*« Le fait de mettre ses forces et ses vertus au service de quelque chose de plus grand que soi donne tout son sens à l'existence »,* constate le psychologue Martin Seligman. Pour le psychiatre viennois, Frankl  *« le dépassement de soi est l'essence de l'existence ».*

Cependant lorsque ces valeurs de bienveillance et d'universalisme se heurtent aux contre-valeurs néolibérales du consumérisme, il est bien évident que la force de travail et la capacité à servir doivent être orientées vers ce qui nous fait grandir et non pas vers ce qui nous rogne et nous restreint.

*« Qu'il soit tantôt spectateur, tantôt travailleur, l'homme va à son lieu de travail ou de divertissement, où il succombe à la routine que d'autres ont préparée pour lui et à laquelle il doit s'adapter. Et ainsi sa vie est façonnée, son rôle social défini, dans un monde où tout est prévu, conçu à l'avance, que ce soit les produits, le désir d'en jouir, ou l'instruction nécessaire à leur emploi ».*

**Ivan Illich**

Il serait dommage d'achever notre réflexion sur cette citation d'Ivan Illich décrivant une vision bien pitoyable de la destinée humaine, qui nous met devant l'urgente nécessité de redécouvrir  *« des activités plus hautes et plus enrichissantes »* selon le souhait de Hanna Arendt. La philosophe déplore en effet  *la perspective d'une société de travailleurs sans travail, c'est à dire privés de la seule activité qui leur reste,* puisque la société n'a pas su encourager chez eux des activités stimulant le développement des facultés supérieures en correspondance avec ces valeurs universelles citées par Thierry Jansen que sont  *la bienveillance, le souci de l'autre, l'amour, l'amitié, la loyauté, l'humour, l'indulgence, la coopération, l'équité, le courage, la paix, la beauté, l'unité avec la nature, la curiosité, la créativité, l'honnêteté, l'humilité, la simplicité.*

N'oublions pas que nous avons toujours le choix de nous abîmer dans le « vide existentiel » d'un travail dénué de sens ou alors de nous engager pleinement dans une voie de réalisation personnelle qui correspond à notre nature profonde. La connexion avec le Soi nous donne la force et le courage de puiser dans nos ressources propres afin de nous inventer chaque jour et faire de notre vie une Œuvre d'art.

C'est peut-être le travail essentiel qu'il nous incombe de faire, en toute humilité :

*« Agrandir sans cesse son esprit, son horizon, son courage, mais en s'appliquant à des tâches précises et par conséquent modestes, tout en acceptant les lacunes nécessaires et les défaillances. Il est bon de ne pas se faire d'illusion sur soi, d'apercevoir ses ombres, ses recoins, comme l'on ferait d'une vieille maison reçue par héritage. Les limites font partie des choses mêmes, comme les cicatrices font partie du corps ».*

**Jean Guilton**