



I. CHOISIS LA VIE ¹

0. DEVIENS CE QUE TU ES

- « *Deviens ce que tu es.* » (PINDARE, *Ode Pythique*, citation qui sera reprise par NIETZSCHE) La citation est étonnante : ce que l'on est déjà, il ne semble pas nécessaire que l'on doive le devenir. Pourtant, cette citation traduit bien ce qu'est l'être humain : Tout est déjà là en potentialité, ce qu'il est appelé à devenir. **L'être humain est comme une semence.** Il y a le déjà là et le pas encore. Tout est contenu dans celle-ci, il suffit d'un peu d'eau, de conditions climatiques favorables pour que cette graine germe et devienne une fleur ou un arbre.
- L'être humain est *appelé à faire germer et croître la semence qu'il est*, jusqu'à ce qu'elle devienne un arbre où les oiseaux du ciel peuvent nicher (cf. Marc 4, 31-32). Appelé à croître jusqu'à sa plénitude. (Cf. nourrisson => adulte, au plan physiologique)

1. CONNAIS-TOI TOI-MEME

- K.G. DURKHEIM : « *L'œuvre la plus importante de l'homme, c'est lui-même en tant qu'homme ! Pour la réaliser, il doit se prendre comme un ouvrage entre ses mains, s'exercer sans cesse.* » (Cité in LASSUS, *A la découverte de soi*, p. 202)
- Au temps de l'antiquité grecque, sur le fronton du temple de la ville de Delphes était écrit : "*Connais-toi toi-même*". SOCRATE a fait sienne cette formule, et il la reprenait souvent. Selon SOCRATE, les êtres humains ne sont jamais plus heureux que lorsqu'ils se connaissent eux-mêmes, ni plus malheureux que lorsqu'ils se trompent sur leur propre compte. Si le premier but de la philosophie gréco-latine était de trouver le chemin du bonheur, **ce bonheur passe par la connaissance de soi.**
- GUY LAZORTHES commente cette parole de Socrate : « *Socrate n'a jamais voulu dire : "analyse-toi avec complaisance". La connaissance de soi n'implique pas le repliement sur soi, plaisir que prennent les auteurs "d'autobiographies intimes", mais signifie : "Connais le meilleur de toi, vois ce que tu aspiras à être, ce que tu es virtuellement, ce qui est ton modèle ; sois un homme, connais tes propres excès". Ce*

¹ La 2ème partie de cet exposé est inspiré en partie de SIMONE PACCOT, *Reviens à la vie, L'évangélisation des profondeurs*, T. II, Paris, Editions du Cerf, 2002.

n'est donc pas une introspection narcissique et égotiste : c'est un programme de vie morale. » ("Connais-toi toi-même", Actualité de l'injonction de Socrate)

- o Cette formule de Socrate a été largement reprise par les penseurs de l'antiquité, en particulier par les **PERES DE L'EGLISE**, qui établissaient un **lien entre se connaître soi-même et connaître Dieu**. Il est évident que si l'être humain est à l'image de Dieu, il doit apprendre à connaître cette image pour connaître le modèle qu'est Dieu.

Par exemple CLÉMENT D'ALEXANDRIE : « *Se connaître soi-même est donc, à ce qu'il semble, la plus importante de toutes les connaissances ; car quand quelqu'un se connaît, alors il connaît Dieu.* » (*Le Pédagogue*, III, Sources chrétiennes, Cerf, 1970)

« *Si tu veux connaître Dieu, commence par te connaître toi-même.* » (PATROLOGIE GRECQUE, 40,1267)

« *Connais-toi, parce que tu es à mon image et ainsi tu me connaîtras moi-même, toi dont tu es l'image. C'est en toi que tu me trouveras.* » (PATROLOGIE LATINE, 180, 494)

Il y a plusieurs phrases des **Pères de l'Eglise** qui vont dans le même sens. Ils ont découvert qu'on ne peut pas faire l'expérience de Dieu quand on passe à côté de la vraie vie et qu'on ne se connaît pas soi-même, dans ses lumières et dans ses ombres (aujourd'hui on dirait *quand on passe à côté de la psychologie*).

- o Ce parcours *Deviens ce que tu es* consiste d'abord en un **chemin de connaissance de soi-même**, car on ne peut devenir soi sans se connaître soi-même, ses points forts, ses richesses, ses limites. A. MASLOW : « *La cause majeure de la plupart des difficultés d'ordre psychologique vient de la peur de se connaître : de connaître ses émotions, ses impulsions, ses souvenirs, ses possibilités – de connaître son destin.* » (Cité in R. Lassus, *A la découverte de soi*, p. 148) Souvent, on se cache à soi-même.
- o ARISTOTE prenait **l'exemple du cheval** pour illustrer la connaissance de soi : notre personne, avec ses émotions, son affectivité, son psychisme, ses compulsions, est comme un cheval. Elle a quelque chose qui nous est légèrement étranger, qui a sa vie propre. **Un bon cavalier connaît les caractéristiques de son cheval et arrive à le guider là où il veut aller**. De même, il nous faut connaître les caractéristiques de notre personnalité, avec tous ses conditionnements, pour les orienter vers le but que nous voulons atteindre. Selon Aristote, il ne faut ni essayer de les supprimer, ni en devenir esclave ; il faut les orienter là où nous voulons aller. Autrement dit, il ne faut pas les éliminer, ce serait comme éliminer les caractéristiques du cheval, avec ses dons et ses richesses, il faut **les apprivoiser**, et cela d'autant plus que le cheval est blessé. (cf. film *L'homme qui murmurait à l'oreille des chevaux*).

2. CHOISIR OU SUBIR

- o **CHOISIR EST QUELQUE CHOSE DE FONDAMENTAL, FONDATEUR DE NOTRE IDENTITE ; UN ACTE PROPRE A L'ETRE HUMAIN**. LES ANIMAUX SONT MUS PAR L'INSTINCT, PAR LEUR SYSTEME NEUROBIOLOGIQUE. L'HOMME PEUT AGIR PAR DES CHOIX LIBRES, CONSCIENTS. IL Y A EN LUI QUELQUE CHOSE DE SUPERIEUR AU NEUROBIOLOGIQUE, QUELQUE CHOSE DE L'ORDRE DE LA CONSCIENCE, DU SPIRITUEL, DE LA LIBERTE.
- o Choisir, c'est poser des actes libres. Choisir est un acte constitutif de l'identité humaine. C'est par des choix que nous devenons ce que nous sommes appelés à

devenir. **Par nos choix, nous nous construisons nous-mêmes.** Et le premier choix à poser est celui de la vie.

- L'être humain peut dans la vie **choisir** ou **subir**... subir l'existence, dans une certaine passivité, une certaine habitude. C'est en choisissant que l'on devient vraiment ce que l'on est ; en subissant, on devient ce que la vie fait de nous. On peut être **acteur** ou **spectateur** de sa vie. Choisir, dans le cas d'événements négatifs, douloureux, cela ne veut pas dire cautionner ou se réjouir du mal subi ; choisir est alors **consentir à ce qui est**, l'intégrer dans sa vie comme un élément constitutif de son histoire, avec lequel je devrai composer dans mon existence.

ÉPICTÈTE : « *N'attends pas que les événements arrivent comme tu le souhaites. Décide de vouloir ce qui arrive... et tu seras heureux.* »

- Ne pas choisir, c'est vivre un **chemin de division, de conflit intérieur** entre les aspirations profondes de l'être et le vécu réel. Choisir est un **chemin d'unification** intérieure.

3. LA GLOIRE DE DIEU C'EST L'HOMME VIVANT

- Un texte biblique fondamental par rapport au choix de la vie, Dt 30, 15-20 : "**Vois, je te propose aujourd'hui vie et bonheur, mort et malheur. Si tu écoutes les commandements du Seigneur ton Dieu que je te prescris aujourd'hui, et que tu aimes le Seigneur ton Dieu, que tu marches dans ses voies, que tu gardes ses commandements, ses lois et ses coutumes, tu vivras et tu multiplieras (...)** Je prends aujourd'hui à témoin contre vous le ciel et la terre : je te propose la **vie** ou la **mort**, la **bénédiction** ou la **malédiction. Choisis donc la vie**, pour que toi et ta postérité vous viviez, aimant Yahvé ton Dieu, écoutant sa voix, t'attachant à lui, car là est ta vie".
- Cette parole de Dieu est adressée aux hébreux, après leur libération de l'Égypte, lors de la longue traversée du désert, alors qu'ils souffrent de la soif, de la faim, de la chaleur, et en viennent à regretter la captivité en Égypte. **Cette parole leur est adressée comme pour leur dire :**
- *La vie t'est offerte ; pour devenir vraiment un vivant, choisis de vivre, détermine-toi. Cesse d'osciller entre la vie et la mort, entre la liberté et l'esclavage. Abandonne toute complicité avec la mort. Choisis la vie quelles que soient les circonstances de ton existence !* (cf. Simone Paccot, *Reviens à la vie*)
- **Exemple de Juliette :** « *Juliette, qui a subi des actes incestueux répétés, est partie un jour en courant du lieu de tant de douleur. Elle se souvient parfaitement avoir laissé son corps derrière elle, comme si elle s'envolait ailleurs : c'est ainsi qu'elle va avoir à parcourir le lent trajet de réappropriation du corps.* » (S. PACCOT, op. cit., p. 182) Juliette va devoir refuser l'attitude mortifère qu'elle a posée à moment donné, pas vraiment volontairement, et choisir un chemin de vie ; devoir se réapproprier son corps.
- **Dans le cas de mon oncle devenu aveugle**, le choix de mort est le refus de sa cécité. Paradoxalement, le chemin de vie passe par le consentement à la réalité, autrement dit l'acceptation de sa cécité. Accepter ce qui est constitue son chemin vers la liberté.
- JÉSUS dit en Jn 10, 10 : « *Je suis venu pour que vous ayez la vie, et pour que vous l'ayez en abondance.* » Dans cette même ligne, ST IRÉNÉE affirme que « *la gloire de Dieu c'est l'homme vivant* ». Autrement dit, Dieu nous interpelle : "*Arrête de végéter, d'osciller entre la vie et la mort, refuse toute connivence avec la mort. Choisis la vie en*

plénitude, deviens véritablement toi-même, ce à quoi je t'ai appelé, pleinement image et ressemblance de Dieu."

- **Dieu veut la vie et le bonheur de l'homme, il prend même plaisir à son bonheur.** Il y a un lien entre l'agir humain et le bonheur, un lien entre cet agir et un plus ou moins de vie. La Parole de Dieu est donnée à l'homme pour lui montrer le chemin de la vie. Sous-jacent : la liberté humaine, avec son corollaire, la possibilité de choisir la vie ou la mort.
- **L'être humain est heureux en devenant ce à quoi il est appelé**, en devenant pleinement lui-même, pleinement image et ressemblance de Dieu. Il est vraiment heureux en participant à la vie même de Dieu, au bonheur même de Dieu. **L'éthique** lui en montre le chemin: l'éthique est une manière de vivre, de choisir la vie.
- Daniel BEAUCHAMP : « *La vraie mort n'est pas le terme de la vie, elle est ce qui, dès le début, empêche de naître* » (*L'Un et l'Autre Testament*, p. 199) **La mort, c'est ce qui empêche la vie de naître et de s'épanouir.**

4. LE CHRIST VENU NOUS APPORTER LA VIE

- **Le Christ, dans l'Évangile de St Luc**, lorsqu'il commence son ministère à la synagogue de Nazareth, se présente comme celui qui vient libérer l'être humain de tous ses enfermements : « *L'Esprit du Seigneur est sur moi, parce qu'il m'a consacré par l'onction, pour porter la bonne nouvelle aux pauvres. Il m'a envoyé annoncer aux captifs la délivrance et aux aveugles le retour à la vue, renvoyer en liberté les opprimés, proclamer une année de grâce du Seigneur. (...) Alors il se mit à leur dire : "Cette parole de l'Écriture, c'est aujourd'hui qu'elle s'accomplit à vos oreilles"* » (Lc 4, 18-21)
- Le Christ, dans son ministère, vient nous libérer de toutes nos morts, de tous nos chemins mortifères : non liberté, enfermement, paralysie, aveuglement, surdité,... Le Christ vient nous libérer de toutes nos prisons intérieures.

5. CHOISIR LA VIE EST UN COMBAT

- **L'existence est un grand combat entre la vie et la mort, entre le bien et le mal.** Le mal est ce qui empêche la vie de naître et de croître vers une plénitude. Le mal est ce qui empêche de vivre et conduit à la mort, à la destruction.
- Choisir la vie et refuser la mort est **un chemin de conversion de tout l'être**. Il implique de dire non à tous les faux dieux, toutes les idoles que le monde, la société de consommation nous propose (ou nous impose). Choisir la vie implique de refuser tout ce qui détruit la vie en soi et autour de soi, ou ce qui empêche la vie de s'épanouir. Il faut être attentif à toutes les complicités entretenues avec la mort, qui empêchent d'accéder à la plénitude de vie : Ce peut être par exemple une dépendance à l'alcool, à l'argent, au pouvoir, au jeu, à internet, à l'iphone, aux réseaux sociaux, au sport, au travail,...
- S. PACCOT : « *Choisir la vie ne va pas de soi. Le conflit entre la vie et la mort est normal.* » (*Reviens à la vie*, p. 30) Il peut y avoir bien des circonstances dans la vie, des déterminismes, des blessures, des souffrances, des handicaps, qui peuvent être des obstacles à choisir la vie. D'autre part, en tout être humain il y a **simultanément des pulsions de vie et de mort**. C'est pourquoi le choix de la vie rencontre des **résistances**, et c'est normal, il va passer par un combat.

- Mais Dieu promet de nous soutenir dans ce combat : « *Je serai avec toi comme j'ai été avec Moïse* », dit **le Seigneur à Josué**. « *Je ne te délaisserai point, je ne t'abandonnerai point (...) Fortifie-toi et prends courage, ne t'effraie point et ne t'épouvante point car Je suis avec toi dans tout ce que tu entreprendras.* » (Js 1, 5-6.9)
- Il faut remarquer aussi que **le choix de la vie ne se fait pas en bloc, une fois pour toutes**. Il est souvent impossible de poser d'emblée un choix plénier. Il est vrai qu'il y a des étapes, des seuils où l'on est appelé à poser un pas dans un chemin de vie, où l'on est appelé à « *choisir de se mettre en route sur un chemin de vie.* » (S. PACCOT, op. cit., p. 32 ; cf. Appropriations) Il y a chaque jour des petits pas à poser dans le sens de la vie.
- Se mettre en route sur un chemin de vie **peut se faire par étapes**. Franchir d'un pas un obstacle de dix mètres de haut est impossible ; mais le franchir par un escalier de petites marches est tout à fait possible. Il se peut aussi que nous revenions parfois en arrière. Mais l'orientation de fond est celle de la vie.
- Choisir la vie implique souvent de **revivre les étapes d'un deuil pas vraiment réalisé**, de revivre des émotions qui n'ont pas vraiment pu s'exprimer et qui restent enfouies au fond de soi (cf. 2^{ème} étape parcours). Dans **l'exemple de Juliette**, le deuil de ce qu'elle a subi n'a pas encore été réalisé. Elle sera appelée à s'approprier cet événement de sa vie, son corps. Choisir la vie implique parfois un **pardon** à donner.
- S. PACCOT : « *Reviens à la vie. Si une part de toi s'en est allée vers la mort, ramène-la à la vie. Celui qui est Vivant sera ta force et ta lumière.* » (*Reviens à la vie*, p. 33)

6. TROP DE BONNES CHOSES ETOUFFENT LA VIE → TRIER ET CHOISIR

- Choisir la vie, ce n'est pas seulement choisir entre des choses bonnes ou mauvaises, c'est parfois aussi **choisir entre des choses bonnes, entre différents biens**. Car l'excès de choses bonnes peut faire obstacle à la vie. On vit tous aujourd'hui avec des agendas surchargés, pleins à craquer, avec une saturation de mails et messages Facebook ou Twitter. Or, ceci est néfaste, mortifère : on donne comme une des causes de divorces l'excès d'activités et le manque de temps pour dialoguer et vivre des choses entre conjoints. L'excès d'activité et de réseaux sociaux peut aussi faire que l'on n'a plus assez de temps pour Dieu.
- La société de consommation actuelle nous offre une multitude de biens qui, si l'on s'y laisse prendre, nous étouffent, empêchent la vie.
- Si l'on se situe du point de vue de la **croissance de l'être humain**, l'organisme a besoin de vitamines et d'oligo-éléments. En surdose, certains de ceux-ci deviennent toxiques, par exemple le cuivre. De même, **la vigne, comme beaucoup de plantes**, demande à être taillée, sans quoi elle s'épuise, s'étouffe et ne produit rien du tout.
- Il en est **de même dans la vie de tous les jours et la vie spirituelle** : trop de choses bonnes peut nous intoxiquer, peut étouffer la vie. Il faut choisir, faire le tri, et savoir mettre de côté les réalités bonnes en soi, mais qui peuvent être un obstacle à la vie.

7. APPROPRIATIONS

1. Ce qui touche à la relecture de mon chemin de vie :

- **Nommer avec le plus de précision possible les complicités avec la mort** que je peux reconnaître dans mon existence ; les fausses routes ; les éléments de mon existence qui étouffent la vie ; les paralysies de la personne ; certains objets, activités ou loisirs,... (ce qui m'empêche d'agir, de poser des actes de vie, des actes libres,...)
- Certains chemins mortifères m'apparaîtront immédiatement ; d'autres dans la suite du parcours. Mais je peux déjà **dès aujourd'hui poser une démarche de renoncement**.
- Ce peut être **des choses que l'on possède** (ou qui nous possèdent !) ; des situations dans l'existence ; des liens avec des personnes ; des deuils pas ou mal vécus ; des pardons à donner, à soi ou à autrui ; des attitudes généreuses, altruistes, mais qui se font au détriment de la vie en moi et parfois paradoxalement aussi dans les autres (ce que S. Paccot appelle des « *fausses conceptions du don* »).
- Ce choix de la vie se fait par des **choix ponctuels**, chaque jour des petits pas dans le sens de la vie. Ce qui implique des renoncements à des réalités qui nous étouffent. Il s'agit de renoncements pour un plus de vie.
- S. PACCOT : « *Choisir la vie en bloc, d'une façon claire, totale, définitive, est pour beaucoup une démarche impossible à poser d'emblée. (...) Mais il est à la portée de chacun, de chacune, de **choisir de se mettre en route sur un chemin de vie.*** » Le choix plus global de la vie peut se faire plus tard, après plusieurs étapes, ou pour certains plus radicalement. L'important, c'est de se mettre en route.
- Je peux le faire à partir de la démarche ci-dessous :

Aujourd'hui je m'engage sur un chemin de vie, je choisis de , , ,

-

-

-

2. Ce qui touche à mon aujourd'hui, ce que je constate au quotidien :

- *Pour aiguïser la conscience de soi, être particulièrement attentif dans ma vie de tous les jours, aux lieux et aux moments où je me perçois sur un **chemin de non-vie**, où je me sens comme « à l'étroit », exilé de moi.*
- **Choisir est un acte humain qui appelle notre responsabilité. Il nous permet d'exercer notre liberté. Seul peut choisir celui qui peut dire **oui** ou **non**.**
- **Choisir, c'est prendre une décision. A travers ces décisions quotidiennes petites et grandes nous tissons la trame de nos vies.**
- *En relisant notre propre itinéraire, nous constatons que nos **petites décisions** sont révélatrices du fond de notre cœur : elles nous indiquent ce que nous cherchons*

vraiment. Chaque petite décision que nous posons au quotidien contribue davantage à ce que nous sommes appelés à être et façonne notre identité.

- *Je peux au fil des jours être plus attentif aux petites décisions, **aux choix** que je suis appelé à poser : est-ce que je choisis vraiment la vie ?*

Maret Michel, Communauté du Cénacle au Pré-de-Sauges