

Mort et libération de l'esprit

Gilbert Leclerc, Ph.D.

Volume 13, numéro 2, printemps 2001

Les morts de l'esprit

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/1074461ar>

DOI : <https://doi.org/10.7202/1074461ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Université du Québec à Montréal

ISSN

1180-3479 (imprimé)

1916-0976 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer ce document

Leclerc, G. (2001). Mort et libération de l'esprit. *Frontières*, 13(2), 70–75.
<https://doi.org/10.7202/1074461ar>

Résumé de l'article

La mort de l'esprit peut être vécue comme une expérience de vide existentiel, c'est-à-dire d'absence de sens par rapport à l'ensemble de la vie. Trois expériences de ce type sont rapportées ici et analysées d'un point de vue psychologique et philosophique. Chacune d'elles révèle à sa manière que l'esprit ne vit et ne se construit que par le sens qu'il donne aux êtres et aux choses, et que ce sens ne se réalise pleinement que dans la mesure où la personne consent à dépasser ses propres limites en nouant des relations dépouillées de tout repli sur elle-même avec les autres êtres et, en particulier, avec la Source de l'être.

MORT ET LIBÉRATION DE L'ESPRIT

Résumé

La mort de l'esprit peut être vécue comme une expérience de vide existentiel, c'est-à-dire d'absence de sens par rapport à l'ensemble de la vie. Trois expériences de ce type sont rapportées ici et analysées d'un point de vue psychologique et philosophique. Chacune d'elles révèle à sa manière que l'esprit ne vit et ne se construit que par le sens qu'il donne aux êtres et aux choses, et que ce sens ne se réalise pleinement que dans la mesure où la personne consent à dépasser ses propres limites en nouant des relations dépouillées de tout repli sur elle-même avec les autres êtres et, en particulier, avec la Source de l'être.

Mots clés : *vide existentiel – mort spirituelle – sens à la vie*

Abstract

The death of the mind can be felt as an experience of an existential void, in other words the absence of meaning with regard to life as a whole. Three experiences of existential void are reported herein and analyzed from a psychological and philosophical point of view. Each of them reveals in its own way that the mind lives through and is constructed by only the meaning it imparts to beings and things, and that this meaning is entirely fulfilled only inasmuch as the person consents to go beyond his or her limits by entering into relationships devoid of any turning in on oneself with other beings and, in particular, with the Source of being.

Key words : *existential void – spiritual death – meaning to life*

Gilbert Leclerc, Ph.D.,

professeur titulaire au Département de psychologie
de l'Université de Sherbrooke et chercheur
à l'Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke.

Dans la « tradition primordiale de l'humanité »¹, le mot esprit ne désigne pas le principe de la vie intellectuelle comme dans la culture occidentale moderne. Il fait plutôt référence à une autre dimension de la réalité, à un monde spirituel qui, même s'il reste hors d'atteinte des sens, demeure accessible à l'expérience humaine et relève de la connaissance ou, plus précisément, de cette région de l'esprit ouverte à la dimension transcendante de la réalité². La révolution scientifique et technique des derniers siècles nous a habitués à ne reconnaître qu'une réalité sécularisée à une seule dimension. Nous sommes devenus imperméables à l'expérience de l'esprit. Le sens que nous donnons à notre existence s'en trouve considérablement rétréci et perd de sa profondeur³. Le vide existentiel qui s'ensuit est à l'origine de bien des malaises de l'individu aussi bien que de la société. En quoi consiste cette forme de mort de l'esprit et comment peut-on, sans renier tous les progrès de la pensée moderne, faire place à l'expérience de l'esprit dans la vie individuelle et collective ?

Nous aborderons ces questions en partant de trois expériences types de vide existentiel ou de mort spirituelle qui serviront à la fois d'illustrations et de points d'ancrage d'une interprétation psychologique et philosophique⁴.

TROIS EXPÉRIENCES DE VIDE EXISTENTIEL OU DE MORT SPIRITUELLE

UN DÉMÉNAGEMENT QUI TOURNE MAL

Antoine et Augustine menaient une vie simple, laborieuse et, somme toute, heureuse dans une petite ville du sud du Québec. Ils étaient propriétaires depuis de nombreuses années d'une épicerie de quartier dont les revenus leur assuraient une confortable aisance financière. Cette occupation les accaparait du matin au soir six jours sur sept, mais elle leur permettait en même temps d'avoir une vie bien remplie, de se sentir utiles à leur entourage, d'entrer en contact quotidiennement avec les gens les plus divers et d'établir avec plusieurs d'entre eux des liens d'amitié durables. Parvenus à la soixantaine, les deux conjoints, ayant amassé un pécule suffisant pour vivre de leurs rentes et voyant leurs forces diminuer, résolurent de vendre leur commerce. Ils furent alors placés devant un

choix difficile dont l'issue allait changer le reste de leur vie. Devaient-ils demeurer dans leur petite ville et continuer de mener une vie agréable et sans histoire avec leurs amis et connaissances ou se rapprocher de leurs enfants en allant habiter dans une grande ville à plusieurs kilomètres de là ? Ils hésitèrent longtemps, puis se décidèrent finalement à déménager. Après avoir connu durant toute leur vie le confort douillet d'une maison spacieuse ainsi que la chaleur et la sécurité d'un voisinage familial et amical, ils se résignèrent à s'installer dans un petit appartement de cinq pièces au deuxième étage d'un immeuble peuplé d'inconnus. Le choc fut brutal et, en bonne partie, inattendu. En quelques semaines, ils avaient perdu leur travail, leur résidence, leur milieu de vie, leurs amis et leurs relations sociales. Ils avaient cru que le vide créé par ces pertes serait facilement comblé par la présence de leurs enfants et petits-enfants, mais ils n'avaient pas prévu que ceux-ci « auraient leur vie à vivre », que les visites seraient plutôt rares et qu'il leur resterait beaucoup de temps libre. Or, dans cette grande ville anonyme, ils ne connaissaient personne d'autre que leur progéniture et leurs loisirs se limitaient aux courses dans les magasins et à la messe du dimanche. La déception, l'ennui, la tristesse et un mal de vivre généralisé firent bientôt leur apparition et semblaient devoir s'installer à demeure chez eux. Le premier hiver fut l'un des plus pénibles de leur vie. Ils avaient le sentiment d'avoir perdu leur identité et leur joie de vivre. Un jour qu'ils se berçaient tous les deux en se demandant ce qui allait advenir de leur vie, ils eurent soudain la révélation de ce qui les attendait. En regardant le cimetière qui, par un curieux hasard, faisait face à leur fenêtre, ils eurent la certitude que la mort leur faisait signe et qu'au plus profond d'eux-mêmes quelque chose avait cessé de vivre.

Heureusement, leur histoire ne se termine pas là. La chorale de l'église qu'ils fréquentaient avait un urgent besoin de voix. Comme on n'exigeait rien d'autre qu'une bonne oreille et qu'ils adoraient chanter, ils décidèrent d'en faire partie. Cette démarche en apparence banale entraîna beaucoup d'autres qui allaient bientôt remettre leur vie d'aplomb. Après quelques semaines, ils s'étaient déjà liés d'amitié avec deux autres couples du même âge qui leur dirent beaucoup de bien des cours qu'ils suivaient à l'université du troisième âge et les invitèrent à se joindre à eux. Dans l'état d'inactivité et d'isolement où ils se trouvaient, cette invitation tombait à point. Malgré la crainte de ne pas être tout à fait à la hauteur, ils se laissèrent facilement convaincre et s'inscrivirent à des cours de yoga et d'espagnol avec l'idée de

se remettre en forme et de se préparer à faire un jour un voyage en Espagne ou en Amérique latine. D'autres connaissances les invitèrent également à faire partie du Réseau d'amis, un organisme bénévole voué au service des personnes âgées pauvres, seules et incapables de sortir de la maison en raison de maladies chroniques ou d'incapacités. Après quelques mois de ce nouveau régime, ils avaient repris goût à la vie : ils étaient bien intégrés dans leur milieu, en contact régulier avec des amis, rendaient des services importants à la paroisse et au Réseau d'amis, élargissaient leurs connaissances et leur culture et réalisaient des projets de voyage dont ils n'avaient jamais osé rêver.

UNE VIE RATÉE

Il y avait déjà deux ans qu'Edward consultait régulièrement l'un de ses amis, psychiatre, à cause d'une très sévère dépression. Ce médecin à la retraite depuis quatre ou cinq ans avait connu une carrière exceptionnelle, à la fois comme praticien, professeur, administrateur et chercheur. Toutefois, le jour où il put s'arrêter pour jeter un regard sur sa vie passée, il eut l'impression d'un vide et d'un échec lamentables. Il se rendait compte que toute sa vie avait été centrée sur l'argent, le confort, la performance et, surtout, sur la recherche incessante de la gloire, du pouvoir et des honneurs. Il n'avait pas hésité non plus, lorsqu'il le fallait, à sacrifier sa vie de famille, à se débarrasser de rivaux trop menaçants et à user de subterfuges pour augmenter ses chances d'avancement. Torturé par les regrets et le sentiment de n'avoir plus assez de temps pour reconstruire sa vie sur de nouvelles bases, il sombra dans une profonde dépression. Bien sûr, il reconnaissait qu'il avait travaillé avec acharnement et qu'il avait eu beaucoup de succès, mais ce succès lui paraissait maintenant sans valeur et ne lui procurait aucune consolation. Après quelques mois de thérapie, il prit conscience qu'en centrant ainsi sa vie sur lui-même et sur sa propre glorification et en négligeant sa famille, il était passé à côté de quelque chose d'essentiel. Au lieu de mettre ses connaissances et ses compétences au service des autres, il s'en était servi pour sa propre gloire. Son désespoir lui paraissait sans issue puisqu'il lui était impossible de changer sa vie passée. Après deux ans de psychothérapie, tous les efforts du psychiatre pour le tirer de son abattement étaient restés vains. La mort était entrée en lui à ce point qu'il avait songé plusieurs fois à se suicider.

Le psychiatre comprit qu'il ne pourrait le sortir de son état que s'il parvenait à lui faire découvrir dans sa vie des gestes

authentiquement altruistes. Une première étape vers la guérison fut franchie le jour où Edward prit conscience qu'en dépit de son désir d'autoglorification, il avait toujours été attentif aux besoins de ses patients, s'était montré disponible même quand ils dérangeaient ses plans et avait sincèrement cherché à améliorer leur bien-être physique aussi bien que psychologique. La seconde étape survint lorsqu'il constata qu'il avait toujours su pardonner à ceux qui lui avaient fait du tort. Pourquoi ne pouvait-il pas se pardonner aussi à lui-même ses propres erreurs ? À partir de ce moment, sa vie lui apparut comme un long et difficile cheminement vers l'affirmation de valeurs spirituelles et il comprit qu'il avait le devoir de continuer à lutter pour qu'elles prennent de plus en plus de place à l'avenir.

UNE QUÊTE DE SENS SANS ISSUE

Voici ce que raconte Roland Rech après avoir cherché longtemps un sens à son existence⁵ :

À quinze ans, seize ans, je me suis rendu compte que la foi religieuse qui m'avait été transmise dans mon enfance n'était pas véritablement vivante en moi, qu'elle n'avait aucun sens pour moi. Cet ensemble de dogmes et de croyances n'animait pas ma vie comme j'en aurais eu le désir. Dès lors, je n'ai plus eu envie de vivre à partir de croyances, mais je désirais profondément trouver la vérité, l'expérimenter. J'ai ainsi passé dix années de ma vie à rechercher à travers différentes expériences et différents engagements ce qui pourrait donner un sens à ma vie. Chaque fois désillusionné, j'ai éprouvé énormément de souffrances ; ce que je croyais faire sens ne tenait finalement pas la route. Avec une confiance et une foi profonde, me disant que, en me séparant de tout ce qui me conditionnait, peut-être que d'une rencontre avec la vie, avec les hommes, émergerait quelque chose qui ferait sens, je suis parti voyager autour du monde. Partout où j'allais, des hommes et des femmes souffraient, étaient déçus dans leurs espoirs ; je me rendis compte que la course au pouvoir était omniprésente dans notre monde et les idéaux, les tentatives de libération et de changements sociaux trahis par les institutions du pouvoir.

Au cours de ce voyage, je me disais que tant que les décideurs n'auraient pas fait un travail sur eux-mêmes, tant qu'ils ne se seraient pas dépouillés de leurs ambitions personnelles, de leur avidité et de soif de pouvoir, nous irions vers des souffrances

plus grandes encore que celles que nous avons déjà connues et essayé de résoudre par des révolutions.

Tel était mon cheminement.

Je me mis en quête d'une révolution spirituelle plusieurs mois durant, côtoyant des religions asiatiques que je rencontrais notamment en Inde. Chaque fois, je devais encore trop entrer dans un système de croyances, et j'éprouvais la nécessité d'une expérience authentique, dépouillée de toute adhésion à des dogmes. Pour le dire en termes chrétiens, je désirais en quelque sorte rencontrer Dieu sans que personne ne me dise qui Il était, ce qu'Il était, ce qu'il fallait croire. Puis un jour, en pratiquant le *zazen* dans un petit temple d'Antaïji, au Japon, j'ai été saisi par une expérience de plénitude et d'unité; là il n'y avait plus de doute, plus de question sur le sens, plus d'esprit dualiste. Et il m'apparut qu'au-delà de la quête du sens, la chose importante était d'être unifié, et qu'alors émerge spontanément un sens venu comme un cadeau, une grâce offerte. L'expérience fondatrice de l'unification était cette rencontre avec Bouddha ou avec Dieu, satori ou illumination, je ne voulais pas la nommer. Un état d'être *un avec* – avec quoi, avec qui ?

C'est le grand mystère.

Ces trois faits vécus concordent sur un point. Dans chacun d'eux, les individus font l'expérience d'un vide qui atteint la racine de leur être et ils souffrent d'un mal qui n'a rien à voir avec la douleur physique⁶. Ce mal ne touche pas seulement à une dimension particulière de leur être; Il affecte l'ensemble de leur existence. Il s'agit bien d'une mort, encore plus déchirante peut-être que la mort physique, puisque l'individu qui la subit continue d'exister tout en ayant perdu le goût de vivre. À la suite de Frankl⁷, psychiatre autrichien qui a été le premier à avoir attiré l'attention des psychanalystes sur ce concept, ce mal peut être identifié comme la perte de ce qui donne signification et valeur à l'existence, la perte du sens existentiel. Nous allons analyser ces trois expériences à la lumière de ce concept envisagé d'un point de vue psychologique et d'un point de vue philosophique.

L'INTERPRÉTATION PSYCHOLOGIQUE

Le concept de sens existentiel est un construit relativement récent en psychologie. Jusqu'au début des années 1980, on le considérait comme relevant du domaine de la religion ou de la philosophie. Vingt ans plus tard, grâce en particulier à l'influence

de Frankl, le sens à la vie est devenu un construit psychologique majeur et a fait l'objet de nombreuses études et publications⁸.

Psychiatre autrichien survivant des camps nazis, Frankl fut le premier à reconnaître la place centrale qu'occupe le désir de sens (*the will to meaning*) dans la vie de l'individu et le rôle fondamental qu'il y joue⁹. Il le voit comme la principale force motivationnelle du développement humain et en fait la pierre angulaire d'une nouvelle approche thérapeutique appelée logothérapie. Selon Frankl, l'être humain souffre d'un vide existentiel lorsqu'il échoue dans sa quête de sens. Ce vide serait à l'origine de plusieurs formes de dépressions, de violences, de névroses, de désespoirs et de suicides¹⁰. En agissant de façon responsable, en étant conséquent avec lui-même et engagé envers les autres, et en demeurant ouvert aux possibilités nouvelles qui s'offrent à lui, l'individu évolue vers la transcendance de soi, c'est-à-dire vers la découverte d'un but et d'un sens capable de dépasser ses intérêts égocentriques et ses conditions de vie présentes et de s'ouvrir à des valeurs spirituelles et universelles¹¹. Dans sa théorie, la quête de sens existentiel apparaît comme une force mobilisant les énergies de l'individu vers la pleine réalisation de soi et favorisant son adaptation aux événements difficiles de la vie. Une telle adaptation est d'autant mieux réussie que le sens est plus transcendant.

À la suite de Frankl, de nombreux chercheurs se sont intéressés au concept de sens existentiel et ont tenté d'en cerner les traits de manière plus précise. Le sens existentiel évoque d'abord, chez tous, quelque chose d'accessible à la conscience, un système plus ou moins complexe et plus ou moins explicite de représentations. Ce système n'est ni purement *créé* par l'individu, ni simplement *découvert* dans son expérience. Il est à la fois produit par l'individu (à partir de ses valeurs, de ses choix et de ses actions) et reçu comme une donnée de son expérience¹². À travers cette expérience, l'individu perçoit plus ou moins explicitement que certaines réalités telles que l'amitié, le travail ou la famille ont le pouvoir d'orienter sa vie vers un ou des buts, d'en intégrer les manifestations les plus diverses et de donner cohérence à son développement. On peut définir le sens existentiel, avec Wong, comme *un système cognitif construit par l'individu enraciné dans des valeurs et capable de donner signification et satisfaction à sa vie*¹³.

Que nous pensions, décidions, parlions ou agissions, le sens est toujours présent: nous poursuivons toujours un ensemble de buts, de finalités, sans quoi nous cessons toute activité¹⁴. L'individu le perçoit comme jouant un rôle à la fois intégrateur

(assurant direction et cohésion), mobilisateur (suscitant motivation et dynamisme) et gratificateur (apportant satisfaction et estime de soi). Il a un impact aussi bien sur le bien-être psychologique que physique¹⁵, et cela à tout âge¹⁶. Son affaiblissement entraîne souvent de la dépression et des idées suicidaires¹⁷. Il permet de faire face à l'adversité et aux bouleversements de l'existence¹⁸.

On peut distinguer deux niveaux de sens: le sens personnel, celui que je donne à ma vie en tant qu'individu (ex., *mon travail, mes relations familiales, mon développement personnel*) et le sens transcendant ou spirituel, celui que je donne à la vie en général, à tous les êtres, donc à quelque chose qui transcende ma personne (ex., la tolérance envers tous les êtres; un amour désintéressé, une relation vivante avec une réalité transcendante). Ces deux types de sens peuvent eux-mêmes se subdiviser en deux¹⁹. On obtient ainsi: le sens personnel hédoniste (axé sur la recherche de sécurité, de confort, de plaisir, de biens matériels), le sens personnel égocentrique (centré sur la réalisation et la valorisation du moi), le sens spirituel altruiste (orienté surtout vers l'amour sans attente de retour et le service désintéressé des autres ou sur l'engagement et le sacrifice de soi pour une cause) et le sens spirituel ultime (voué principalement au développement d'une relation intime et gratuite avec un être perçu comme l'ultime réalité). Inutile d'ajouter que, pour nous réaliser, nous avons tous besoin à divers degrés de vivre en sécurité, de jouir d'un certain confort, de posséder des biens matériels, de développer nos potentialités, d'être reconnus et aimés, etc. Ce qui distingue les quatre niveaux de sens, ce n'est pas tant l'objet du sens que l'importance de celui qui se porte vers lui et l'importance qu'il lui accorde dans sa vie par rapport à d'autres types de sens. On peut en effet posséder des biens, mais ne pas s'y attacher au point d'en faire la préoccupation centrale de sa vie, comme on peut développer ses potentialités non pas dans le but de se mettre en valeur, mais dans le but de les mettre au service d'autrui. De la même façon, on ne peut vivre sans donner un sens à sa vie en tant qu'individu, mais ce sens personnel peut être inclus dans un sens spirituel qui transcende l'individu.

Dans chacune des expériences rapportées plus haut, il y a une perte de sens, mais cette perte ne se situe pas au même niveau et n'a pas les mêmes répercussions sur la vie des individus. Dans le premier cas, il semble bien que la perte touche principalement le sens personnel²⁰. Antoine et Augustine perdent *leur* milieu de vie habituel, *leur* travail, *leurs* connaissances et amis, soit une grande partie de ce qui donnait du sens



Franceline Nieuwaert

à leur vie. Ils se sentent atteints dans leur moi et vivent une sorte de mort sur le plan psychosocial. Ils perdent en effet une grande partie de ce qui les identifiait et les valorisait en tant qu'individu au sein d'une communauté. Leur vie vacille parce que leur univers personnel, tout ce qui meublait leur espace et leur temps, a été bouleversé par le déménagement et que, dans un premier temps, rien n'a comblé ce vide. Il est probable que le problème ne se serait pas posé avec autant d'acuité si le couple avait seulement vendu son commerce et était demeuré dans la même ville entouré de ses connaissances et de ses amis. Ils auraient perdu leur travail, mais auraient conservé leurs amis et, sans doute, plusieurs des activités de loisirs qu'ils pratiquaient jusque-là.

Malgré les pertes importantes qu'il a entraînées, le déménagement et surtout la souffrance qu'il a provoquée ont eu des effets salutaires. Le couple a non seulement retrouvé une nouvelle identité psychosociale, mais il semble avoir découvert de nouvelles sources de sens personnel (cours à l'université, projets de voyage) et même des éléments de sens spirituel altruiste (les visites et le service aux personnes démunies).

Dans le cas d'Edward, le sens existentiel personnel ne semble pas mis en cause. La vie de ce médecin avait été bien remplie et avait connu une fécondité et un rayonnement remarquables. Sa vie n'était pas dénuée de sens, mais elle était restée à un niveau de préoccupation axée trop exclusivement sur la valorisation de l'ego. Elle lui paraissait maintenant superficielle et vide. Il lui manquait cette profondeur qui l'aurait amené à se tourner vers les autres sans chercher à les utiliser à des fins de glorification personnelle. Des valeurs telles que l'amour sans attente de retour, l'oubli de soi, le service désintéressé aux autres, etc., lui faisaient défaut. Encore ici, la souffrance provoquée par la découverte de la quasi-absence de cette dimension dans sa vie passée fut des plus salutaires. Grâce à elle, la vie d'Edward ne fut jamais la même par la suite. À partir de ce moment, la recherche d'un sens dépassant ses intérêts égocentriques et plus préoccupé du bien des autres lui tint à cœur.

Le troisième récit nous met en face d'une quête de sens encore plus profonde. Cette fois, il est question de la recherche d'un sens spirituel ultime, d'un désir de trouver un sens global et fondamental en communiant

à la Source même de l'être. Il est remarquable qu'après avoir fait le tour de plusieurs religions, aucune d'elles n'ait répondu à son désir de sens ultime. Les religions sont souvent tellement encanonnées dans leurs croyances, leurs pratiques et leurs rituels, qu'elles font écran au spirituel plutôt que d'y conduire. Le spirituel, particulièrement le spirituel ultime, ne se laisse pas enfermer dans les dogmes et les morales. On ne l'atteint qu'à la condition de s'être libéré de toute idée préconçue²¹.

La soif de spirituel et de sens ultime à l'existence est particulièrement intense chez cette personne. Ce n'est qu'après une dizaine d'années de recherche et de souffrance que sa quête trouve enfin sa réponse.

L'INTERPRÉTATION PHILOSOPHIQUE

Ce qui distingue fondamentalement l'être humain de tous les autres êtres, c'est sa capacité de donner un sens à son existence et à celle de tous les êtres. « L'homme n'est pas seulement un être parmi d'autres, il est celui par qui le sens de l'être est manifesté²² ». Par son esprit, en effet, l'individu s'ouvre sur la totalité de l'être, en même temps qu'il prend conscience de sa propre finitude face à cet

infini. Cette distance, toujours présente, entre son être fini et l'être sans limite crée en lui un vide existentiel qui est à l'origine de cette quête incessante de sens si typique de l'histoire des individus aussi bien que des sociétés. On saisit ici le drame d'un esprit qui a perdu le sens profond de son existence. Il ne souffre pas seulement dans son corps ou dans son affectivité. Il éprouve une souffrance existentielle qui l'atteint à la racine même de l'être²³.

L'esprit n'est pas une subjectivité auto-suffisante, mais une constante ouverture à un au-delà de lui-même. Il apparaît ainsi à la fois comme plus grand que l'homme (« l'homme passe infiniment l'homme », disait Pascal) et, en même temps, comme l'élément le plus distinctif et constitutif de son être²⁴. L'être humain n'est pas seulement un être individuel, unique, distinct et séparé de tous les autres ; il est aussi, en son fond le plus intime, un être-avec. À cause de son ouverture sur l'être en sa totalité, il existe en lui une parenté existentielle et une communauté d'être avec tous les autres êtres. De ce fait, il apparaît comme un être dont l'essence ne peut se réaliser que par sa relation avec d'autres êtres. Tant qu'il demeure replié sur lui-même, il ne peut que demeurer incomplet et ressentir en lui-même un vide profond. Mais cette souffrance est salutaire. Elle joue le même rôle de sonnette d'alarme que la souffrance physique et déclenche le processus qui va remettre l'esprit sur le chemin de sa pleine réalisation. Ce n'est qu'à partir du moment où il s'ouvre aux autres êtres qu'il commence à sortir de son incomplétude et à donner à sa vie tout son sens.

Le développement du sens spirituel peut se réaliser de deux façons : premièrement, par la compréhension, l'acceptation, l'amour et le service désintéressés de tous les êtres, quels qu'ils soient : humains, animaux, nature, cosmos ; deuxièmement, par l'expérience et le développement d'un lien vivant avec la Source de l'être (ou quel que soit le nom qu'on lui donne : Dieu, Allah ou Bouddha) perçue non pas comme un objet parmi d'autres, mais comme la présence immédiate de l'infini dans le fini, de l'absolu dans le conditionné, du transcendant dans l'immanent²⁵.

Le sens que l'être humain donne aux êtres et aux choses (y compris à lui-même) à travers une histoire individuelle et sociale est ce qui configure et construit son être. Sans le sens qu'il donne à sa vie, à son action, aux autres et au monde dans son ensemble, l'esprit est sans vie, il a perdu sa raison d'être. Vu ainsi, le sens ne peut plus être défini comme un système cognitif de buts et de finalité enraciné dans des valeurs comme le fait la psychologie. Le sens dont nous parlons se situe au-delà du cognitif et

de l'affectif. Il doit être entendu au sens d'une réalisation de la tendance fondamentale de l'esprit à rechercher la communion avec tous les êtres et en particulier avec la Source de l'être.

Pour comprendre encore mieux la nature de cette souffrance, il faut se pencher plus avant sur les trois principales sources du sens. L'être humain peut chercher à donner du sens à son existence en se centrant sur lui-même, sur les autres ou sur quelque chose de transcendant. Dans le premier cas, il renie une partie importante de son être et, malgré tous les efforts qu'il peut déployer pour l'oublier ou le refouler, il en viendra tôt ou tard à ressentir un profond malaise existentiel qui resurgira dès que son esprit ne sera plus accaparé par les mille et un soucis de la vie. La deuxième source de sens peut comporter de l'ambiguïté : ou bien il va vers les autres dans le but de recevoir leur approbation, leur estime et leur admiration ou de se faire aimer. Dans ce cas, il revient à la case de départ, il reste centré sur lui-même. Ou bien, il agit de manière désintéressée en recherchant sincèrement le bien d'autrui, auquel cas, il s'est vraiment ouvert à l'être, c'est-à-dire à quelque chose de plus grand que lui-même et avec qui il partage le même mystère et la même histoire. Enfin, l'esprit peut faire l'expérience de la présence d'une réalité transcendante et vouloir orienter sa vie de manière à entrer en communion avec cette réalité. En ce cas, il s'ouvre à un supplément de sens qu'aucune autre source ne peut lui donner.

Dans chaque cas, ce qui donne vraiment sens à l'existence humaine, c'est d'être en relation²⁶. En d'autres mots, l'esprit ne se réalise vraiment qu'en *étant-avec*²⁷, qu'en prenant conscience qu'il est uni à tous les autres êtres et qu'il ne peut atteindre sa pleine maturité que s'il accepte de reconnaître dans sa pensée et dans ses actes cette communion profonde avec tous les autres êtres.

Les trois expériences rapportées plus haut illustrent bien, chacune à sa manière, comment la perte de sens est reliée étroitement à l'absence de relations capables de combler, en partie tout au moins, le vide existentiel. Antoine et Augustine voient la signification et la raison d'être de leur existence profondément ébranlées lorsque les relations qu'ils avaient nouées avec leur milieu physique et social sont rompues par leur migration vers une autre ville. On peut penser que la tristesse, l'abattement et la dépression qu'ils connaissent au cours du premier hiver sont principalement causés par la perte de plusieurs sources importantes de sens : perte du travail, de relations de voisinage et d'amitié, d'un milieu de vie chaleureux, etc. Il est indéniable que ces

pertes sont d'abord ressenties sur le plan psychologique, tant du point de vue cognitif (perte de ce qui leur donnait des buts et des raisons de vivre) qu'affectif (perte du soutien et de l'affection des amis et connaissances, perte de la reconnaissance sociale). Plusieurs signes laissent toutefois penser que ces pertes ont une origine et un retentissement existentiels. Les deux conjoints se sentent atteints non seulement dans leur fonctionnement psychologique, mais également dans leur être : ils ont perdu leur raison de vivre. De plus, ils sont hantés par la pensée de la mort. Ces symptômes sont révélateurs d'un malaise profond, celui du vide créé par l'absence d'un être-avec. La coupure subite et radicale d'avec leur entourage les prive de ce supplément d'être que les autres leur apportaient. Le vide n'est comblé que le jour où ils recréent ce lien dans un autre milieu social.

L'expérience du docteur Edward présente une différence importante. Sa vie précédant la retraite avait été centrée presque exclusivement sur sa personne. À cause de ses multiples occupations et d'une méconnaissance de ses besoins profonds, il ne se rendit pas compte, durant plusieurs années, de son vide intérieur. En l'obligeant à mettre fin à ses activités absorbantes et en le remettant face à lui-même, la retraite mit au grand jour l'absence, dans sa vie, d'une réelle préoccupation pour l'autre. Ici encore, il est question d'un vide qui dépasse le niveau purement psychologique. Le médecin prend soudainement conscience que sa vie a été un échec lamentable du fait qu'elle a été centrée uniquement sur sa propre personne. Il lui a manqué ce surcroît d'être qui lui eût permis d'atteindre sa pleine dimension. Cette constatation le jette dans le désespoir. Toute son existence est remise en question et lui paraît maintenant futile et superficielle. Ce second cas illustre encore plus clairement que le premier l'idée que l'incomplétude de l'être humain ne peut être comblée par n'importe quel type de relations avec autrui. Seules celles qui sont authentiquement centrées sur l'autre et excluent la recherche d'intérêts personnels permettent à l'être humain de dépasser ses limites et le conduisent à sa pleine maturité spirituelle²⁸.

Dans le troisième cas, le vide existentiel est ressenti dès le départ. C'est lui qui explique cette douloureuse quête de sens s'échelonnant sur plus de dix ans. Ni la religion de son enfance, ni les expériences de toutes sortes et divers engagements dans de bonnes causes ne réussirent à donner à la vie de Roland Rech le sens qu'il recherchait. Cet homme avait besoin d'autre chose, une rencontre d'un autre ordre, une expérience de plénitude et d'unité qui ne furent possibles que par la pratique du

zazen. Celle-ci lui apporta un sens « venu comme un cadeau » à travers l'unification de son être, « un état d'être un avec – avec quoi, avec qui ? Dieu, Bouddha ?²⁹ ».

Il ne veut pas (ou ne peut pas) lui donner un nom, car lorsqu'on commence à nommer ce centre de l'Être, on l'enferme dans un concept forcément limité, alors qu'il doit demeurer constamment un mystère à découvrir et redécouvrir sans fin à travers une expérience directe de l'esprit située au-delà des sens et du rationnel. Ce dernier cas se situe carrément au quatrième niveau de sens présenté dans notre interprétation psychologique. Il n'est plus question seulement d'un complément d'être obtenu par la communion avec d'autres êtres aussi limités que soi, mais d'une expérience de plénitude d'être fondamentalement nouvelle par l'union progressive à l'Être absolu et sans limite. Le sentiment de paix et d'unité qui s'ensuit n'est pas comparable à celui que peut apporter le second niveau de sens, au point que, parvenue à ce stade, la quête de sens peut sembler superflue. Il n'en est rien toutefois, puisque nul ne peut prétendre être parvenu à la connaissance de la Source de l'Être et à l'union indéfectible avec elle. La quête d'un complément d'être, et donc la quête de sens existentiel, font partie intégrante de toute existence humaine.

Notes

- 1 L'expression est de H. SMITH dans *Forgotten Truth: The Primordial Tradition*, New York, Harper & Row, 1976. Elle réfère à un univers culturel commun à presque toutes les cultures antérieures à l'époque moderne dans lequel est reconnue l'existence d'une dimension transcendante de la réalité accessible à la connaissance à travers une expérience directe.
- 2 BORG, M., *Qui était Jésus ?* Paris, Éditions Ergue, 1998, p. 34-35.
- 3 FRANKL, V., *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*, Boston, Beacon Press, 1962.
- 4 D'autres formes d'interprétation auraient été parfaitement légitimes, notamment celle de la sociologie. Nous les avons écartées parce qu'elles ne cadraient pas avec le but de cet article qui consistait à mettre en lumière la mort de l'esprit (et non d'autres types de mort telle la mort sociale).
- 5 RECH, R., « Zen : retour à l'origine du sens de la quête », dans *La quête du sens*, Paris, Albin Michel, 2000, p. 21-24.
- 6 PARK, J., *Our Existential Predicament: Loneliness, Depression, Anxiety, & Death*, Minneapolis, MN, Existential Books, 1995.
- 7 FRANKL, V., *The Will to Meaning*, New York, New American Library, 1969.
- 8 Voir en particulier deux ouvrages collectifs récents réunissant les meilleurs spécialistes de la question : WONG P.T.P et FRY, P.S. (Ed.), *The Human Quest for Meaning: A Handbook of Psychological Research and Clinical Applications*, Mahwah, NJ, Lawrence Erlbaum, 1998 ; RECKER G. T. et CHAMBERLAIN, K. (Ed.), *Exploring Existential Meaning*. Thousand Oaks, Sage Publications, 2000.
- 9 FRANKL, V., *ibid.*, note 7.
- 10 FRANKL, V., *ibid.*, note 3.
- 11 FRANKL, V., *ibid.*, note 7.
- 12 BAUMEISTER, R.F., *Meanings in Life*, New York, The Guilford Press, 1991.
- 13 WONG, P. T., « Personal Meaning and Successful Aging », Special Issue: « Psychology of Aging and Gerontology », *Canadian Psychology*, 30 (3), 1989, p. 516-525.
- 14 PRAGER, E., « Sources of Personal Meaning in Life for a Sample of Younger and Older Urban Australian Women », *Journal of Women and Aging*, 9(3), 1997, p. 47-65.
- 15 SHEK, D. T., « Meaning in Life and Psychological Well-being: An Empirical Study Using the Chinese Version of the Purpose in Life Questionnaire », *Journal of Genetic Psychology*, 153(2), 1992, p. 185-200.
- 16 REKER, G.T., « Contextual and Thematic Analyses of Sources of Provisional Meaning: A Life-span Perspective », Paper presented at the Biennial Meeting of the International Society for the Study of Behavioral Development, Minneapolis, MN, 1991.
- 17 DEBATS, D.L., DROST, J. & HANSON, H., « Experiences of Meaning in Life: A Combined Qualitative and Quantitative Approach », *British Journal of Psychology*, 86(3), 1995, p. 359-375.
- 18 MOORE, S.L., « A Phenomenological Study of Meaning in Life in Suicidal Older Adults », *Archives of Psychiatric Nursing*, 11(1), 1997, p. 29-36.
- 18 REKER, G.T. et WONG, P.T.P., « Aging as an Individual Process: Toward a Theory of Personal Meaning », J. BIRREN et V.L. BENGSTON (Eds.), *Emergent Theories of Aging*, New York, Springer Publishing, 1988.
- 20 Il est difficile, d'après le récit de l'expérience, de préciser si le sens personnel vécu par le couple se situe à un niveau hédoniste ou égocentrique et dans quelle mesure le sens altruiste est présent. Il semble toutefois, d'après le contexte, que leur vie soit principalement orientée vers un sens personnel de type égocentrique.
- 21 DE MELLO, A., *Appel à l'amour*, Montréal, Paris, Bellarmin – Desclée de Brouwer, 1995.
- 22 PUNTEL, L.B., « Spirit », dans K. Rahner, ed., *Encyclopedia of Theology. The Concise Sacramentum Mundi*, New York, The Seabury Press, 1975, p.1621.
- 23 PARK, J., *Our Existential Predicament: Loneliness, Depression, Anxiety, & Death*, Minneapolis, MN, Existential Books, 1995.
- 24 PUNTEL, L.B., *ibid.*, note 22.
- 25 *Ibid.*
- 26 KENYON, G.M., « Philosophical Foundations of Existential Meaning », dans G.T. REKER et CHAMBERLAIN, *Exploring Existential Meaning*, Thousand Oaks, Sage Publications, 2000.
- 27 RECH, R., *ibid.*, note 5.
- 28 DÜRCKHEIM, K.G., *La voie de la transcendance*, Monaco, Éd. Du Rocher, 1991.
- 29 RECH, R., *ibid.*, note 5.