

COMMENT DONNER UN SENS A SA VIE ?

Nous avons parfois l'impression que notre vie n'est pas vraiment la nôtre, que les événements qui en forment la trame se succèdent sans qu'aucun fil directeur ne puisse les relier les uns aux autres, qu'il manque à nos activités un but qui puisse leur donner sens. Alors nous formons des projets, nous établissons des plans de carrière, nous planifions notre avenir, comme si cela pouvait nous assurer la maîtrise de notre destin. Les yeux rivés sur ceux dont on dit qu'ils « ont réussi leur vie », nous essayons de réussir la nôtre, de travailler, d'aimer, de fonder une famille, de prospérer. Nous sommes alors convaincus que pour que notre vie ait un sens, il nous faut des buts à atteindre et qu'une fois ce but atteint, son cours prendra enfin sens : nos luttes, nos échecs, nos épreuves et nos engagements s'inscriront enfin dans un scénario d'ensemble cohérent.

Hélas, les choses sont rarement aussi simples. Il arrive parfois que malgré d'apparentes réussites professionnelles ou familiales, nous éprouvons un sentiment de désarroi profond. C'est comme si rien de ce que nous avons accompli ou vécu n'avait de sens. Tout va bien, et pourtant, rien ne va ! Nous jouons le jeu, nous travaillons, nous nous investissons, nous nous engageons, mais nous avons l'impression douloureuse de jouer la comédie, d'être le piètre acteur d'une farce dérisoire. Nos jours s'écoulent sous le régime du « à quoi bon ? ». On aura reconnu là quelques symptômes de la maladie de notre temps qu'est la dépression.

Bien sûr, il y aura toujours quelques amis bien intentionnés pour nous rappeler que nous ne manquons de rien, que nous sommes aimés, que nous exerçons une profession dont nous pouvons vivre correctement, que nous n'avons pas à nous plaindre, qu'il y a pire ailleurs, qu'il nous faut redresser la tête et prendre notre vie en mains. Mais comment donner sens à notre vie quand les horizons qui nous sont proposés ne signifient plus rien pour nous ? Quand tous les buts que nous pourrions imaginer nous semblent vains et factices ? Quand la mort elle-même nous apparaît comme le vainqueur inéluctable de cette comédie insensée ?

Pourtant, les spécialistes du « réussir sa vie » aussi bien que les dépressifs chroniques oublient peut-être l'essentiel. Ce ne sont pas les projets que nous formons qui nous permettent de réussir notre vie, ce qui reviendrait à voir en celle-ci un défaut à réparer, une erreur à corriger. Avec la vie, tout est donné ! Aimer la vie, c'est croire de tout son cœur que « c'est déjà réussi » et qu'il n'y a plus rien d'autre à faire qu'à accueillir ce don qui nous excède et nous déborde. Donner sens à sa vie, n'est-ce pas d'abord reconnaître en elle cette grâce qui nous offre à nous-même en nous offrant un monde à façonner, des frères à aimer et des actes à accomplir ? Dans tous les cas, il ne s'agit pas de lui conférer une plus-value dont elle n'a pas besoin, mais d'accueillir dans la joie la grâce, fût-elle éphémère, d'être vivant.

Yann MARTIN