

J'ai expérimenté ce que veut dire consentir au réel et se l'approprier

Ces mots-là me sont extrêmement précieux, ils ont acquis à mes yeux un poids très lourd de signification, mais au terme de quel cheminement malaisé ! Quel travail intérieur m'a-t-il fallu en effet pour parvenir peu à peu au consentement de ce qui s'est imposé à moi d'une façon inévitable et à en faire un tremplin de maturation humaine ?

Pourquoi le consentement ne va-t-il pas de soi ? C'est que les obstacles ne manquent pas qui nous font renâcler, maugréer, nous esquiver, nous encolérer, déprimer face au réel incontournable de nos existences : notre hérédité, nos héritages parentaux, notre formation intellectuelle, notre éducation, nos limites, notre tempérament avec ses tics et ses aspérités, notre appartenance à une histoire, les événements auxquels nous sommes confrontés et, notamment, ceux qui nous « tombent » dessus d'une manière imprévue comme les maladies sévères, les handicaps de toutes sortes. Ils nous mettent en face de nos impuissances, de notre finitude et au bout du compte de la mort. ... C'est vrai, il est difficile et éprouvant de renoncer spontanément à maîtriser notre destin. Chacun avance à son rythme.

Pour ma part, j'ai eu à consentir non sans peine à la mère qui était la mienne. Directive et inquisitrice, elle m'a souvent fatiguée et agacée durant mon enfance, mon adolescence et ma jeunesse avec ses questions, ses recommandations, ses conseils, ses mises en garde, son attitude de surprotection. J'ai souffert de cette situation qui m'a absorbé des énergies et les a rendus indisponibles pour d'autres investissements. J'ai rêvé maintes fois d'avoir une autre mère, idéale celle-là, qui aurait à mon égard une relation plus respectueuse. Ce malaise a duré trente-trois ans jusqu'au jour où, grâce à une psychothérapie de quelques mois, j'ai réellement consenti intérieurement à la réalité : ma mère était ma mère et il me fallait l'accepter. Ma terre originelle étant ce qu'elle était, c'était sur cette terre que je devais bâtir mon existence. A partir de là, j'ai adopté réellement celle qui m'avait donné le jour et au lieu de demeurer indéfiniment frustré de ce qu'elle ne m'avait pas apporté, au lieu d'entretenir en moi l'amertume, la révolte et la révolte, j'ai fini par « capituler », ne plus vivre dans le rêve mais dans la réalité. J'ai pris avec plus d'aisance mon existence en main. Depuis ce jour, mon regard a changé. J'ai décelé les causes du comportement de ma mère liée à une enfance éprouvée et humiliée. Je suis devenu indulgent envers elle et je lui ai pardonné volontiers ses comportements outranciers, sans en avoir peur. J'ai commencé à découvrir également ses richesses.

Vis-à-vis de mon éducation religieuse dogmatique et moralisante, il m'a fallu du temps pour y consentir. Certains amis continuent de réagir violemment contre la leur. « *On nous a eus* », répètent-ils et ils distillent de la hargne contre le catéchisme, leur confesseur, leur curé, leurs enseignants, les évêques et le pape... Personnellement, je suis conscient de l'endoctrinement dont les petits ruraux de ma génération ont été l'objet dans leurs paroisses

et dans les séminaires. J'ai encore parfois des mouvements d'humeur, mais je me garde bien d'épuiser mes énergies à me lamenter contre le dressage subi. De toutes façons, il est impossible d'arracher une seule page du livre de sa vie. Consentant à l'éducation qui fut la mienne, où à vrai dire tout n'était pas négatif, j'ai pu d'autant mieux prendre mes distances vis-à-vis de conditionnements inacceptables et inventer sereinement ma propre route. Ce qui donne à une existence sa valeur, ce n'est pas d'où elle vient mais ce qu'on en fait.

Consentir à mes limites intellectuelles et manuelles n'a pas été très difficile. Je n'ai aucun complexe à n'être qu'un piteux bricoleur à côté d'amis qui font tout ce qu'ils veulent de leurs dix doigts. De même, je ne me sens pas dévalorisé parce que je me sens inculte en côtoyant des gens qui ont une culture musicale développée ou qui jouent parfaitement de l'orgue, du violon ou du piano. Dans mon milieu rural d'origine, on ne pratiquait pas ces instruments et, par la suite, personne ne m'y a initié. Par ailleurs, je me sens très ignorant dans le domaine économique en écoutant les commentaires d'amis qui lisent chaque semaine des revues spécialisées. Dans le domaine de la philosophie et de la littérature, je n'ai qu'un maigre bagage, ce qui me fait parfois désirer suivre les cours de la formation permanente pour adultes. Mais je ne passe pas à l'acte donnant priorité à d'autres activités, dont celles de la lecture et de l'écriture. Je pourrai en dire autant à propos de multiples compétences que je ne possède pas. Face à mes incontournables limites, il m'est arrivé autrefois de me désoler. C'est peu à peu que je me suis rendu compte que j'étais stupide de vouloir être bon en tout. L'acceptation puis le consentement à mes limites m'a beaucoup humanisé. Ce qui m'a permis de progresser, c'est d'intégrer peu à peu au plus intime ces vérités simples mais essentielles, tirées de la sagesse stoïcienne : je ne suis pas tout, je ne peux pas tout, qu'est-ce qui dépend de moi, qu'est-ce qui ne dépend pas de moi ?¹. Ce renoncement à la toute-puissance m'a été bénéfique. J'apprécie aujourd'hui d'être limité, comme tout être humain. Cette expérience fondamentale m'a ouvert à la conscience que nous sommes tous interdépendants et solidaires. Nous nous apportons mutuellement par nos compétences singulières. C'est pour moi une source sans fin d'émerveillement.

Consentir à mes fragilités psychologiques a été par contre un plus dur chantier. C'est avec déplaisir que j'ai pris peu à peu conscience que grouille dans mes bas-fonds une part « imprésentable », ce que Maurice Bellet appelle « *l'en-bas* »², qu'il est si facile de feindre d'ignorer ou de camoufler par d'habiles dénis. Dans ma relation avec autrui, il m'a fallu du temps pour accepter certains traits de mon caractère que je n'aime pas beaucoup et certaines de mes réactions spontanées qui se révèlent inadaptées, en dépit de mes efforts pour m'améliorer. Cela m'a contrarié plus d'une fois de m'exposer ainsi socialement aux yeux d'autrui et d'apparaître avec mes insuffisances. Mon amour-propre en a pâti. Au fur et à mesure que j'ai appris à m'aimer avec tout ce que je suis - et notamment avec mes composantes les moins gratifiantes -, je me suis senti de moins en moins préoccupé de l'image sociale que je renvoyais. Expérience très libérante. La lucidité vaut toujours mieux

1 Le grand spécialiste de la voie stoïcienne : Pierre Hadot : *La philosophie comme manière de vivre*, Le livre de poche ; *Qu'est-ce que la philosophie antique*, Folio Essais ; *Exercices spirituels et philosophie antique*, Albin Michel.

2 *La traversée de l'en-bas*, Maurice Bellet, Bayard, 2005.

que la politique de l'autruche. Ce qui m'importe aujourd'hui, c'est de m'efforcer d'être et de rester moi-même dans ma relation avec les autres. Si je commets des erreurs, il me semble normal de le reconnaître, de prier autrui de m'excuser, et d'accepter avec humour d'être imparfait. J'y gagne en humilité et en humanité.

Dans ce lent travail de consentement à la réalité, le plus dur a été de consentir à la disparition de projets, lentement mûris et qui devaient être source de bonheur. Je venais de commencer ma vie de couple avec Marie, quand celle-ci a connu, pendant plusieurs années, de graves ennuis de santé qui lui ont laissé des séquelles. Cette situation imprévue m'a mis au pied du mur et avec quelle violence ! Elle bouleversait complètement nos projets, mes projets. Ceux-ci s'effondraient comme un château de cartes. J'ai vécu une descente aux enfers. Ce dont nous avions rêvé, ce dont j'avais rêvé pour notre vie commune était soudain pulvérisé. Je devais vivre avec une compagne à la santé fragilisée, en but à des récidives, limitée dans ses mouvements et ses possibilités. Cela m'a été difficilement supportable durant des années, avec des moments d'apaisement mais aussi des périodes particulièrement éprouvantes quand les plaies mal cicatrisées s'ouvraient de nouveau. Il m'a fallu beaucoup de temps pour consentir à la réalité telle qu'elle était. Consentir, non pas subir, non pas accepter passivement avec résignation. Ce consentement au « **c'est** » qui engage tout l'être a été à la fois un lâcher-prise - un renoncement - et une libération. Cette étape décisive m'a ouvert à une manière d'aimer que je n'avais pas imaginée. Désormais, je commençais à aimer Marie telle qu'elle était et j'étais motivé pour construire une relation entre nous la plus vraie et la plus riche possible. C'est, une fois les orages dissipés et le ciel éclairci, que j'ai vraiment réalisé que les problèmes de santé de Marie avaient été un message m'éveillant à un amour plus authentique - mais au prix de quel travail intérieur et d'abord d'un consentement sans réserve à une réalité dont je n'avais pas la maîtrise ! Sais-je aimer ? Oui, un peu plus qu'il y a trente ans. En matière d'amour, je reste toutefois un éternel écolier.

Une dernière expérience m'a confirmé heureusement que l'ascèse du consentement permet d'aborder et de s'approprier les événements à venir avec plus d'aisance et de profit. En 2007, on m'annonça que j'étais atteint d'un cancer qui avait déjà bien évolué. Je pouvais être anéanti par la nouvelle à laquelle je ne m'attendais aucunement. Quelques mois plus tôt, je venais de parcourir à pied en pleine forme la moitié de l'Allemagne. Je m'étonnais à l'époque d'avoir une santé insolente ! Et puis patatras ! La nouvelle situation imprévue chamboulait mes activités de retraité et le pronostic sur mon avenir incertain me faisait entrevoir une mort possible dans des délais plus ou moins courts. J'ai été surpris de ne pas paniquer, d'ignorer la révolte et la dépression si fréquentes en pareil cas, de consentir d'emblée à la réalité sans m'effondrer et même d'éprouver dès le début au fond de moi une paix et une sérénité profonde. Étais-je dans le déni de ma situation ? Faisais-je preuve d'un volontarisme de façade pour camoufler mes angoisses ? Les semaines ont confirmé que ma tranquillité intérieure n'était ni fatalisme ni insouciance. Je me suis interrogé. D'où venait le calme intérieur qui me faisait envisager sans crainte toutes les hypothèses, y compris la mort ? A mon grand étonnement, je me suis entendu me dire : « *Tu as, il y a vingt-cinq ans, consenti à une situation des plus douloureuses qui t'était imposée et tu te l'es appropriée à*

grands frais. Tu récoltes aujourd'hui, dans la nouvelle situation que tu traverses, les fruits de ce consentement et de cette appropriation ». J'ai été stupéfait. Jamais je n'aurais cru que la grande épreuve vécue lors de la maladie de ma femme m'ait tant mûri psychologiquement et spirituellement. Et pourtant, c'était la réalité. J'en avais la preuve à travers mes réactions face à la maladie. Ainsi, à force de s'exercer à longueur de vie à apprivoiser sans la fuir la réalité quotidienne telle qu'elle est et à tenter d'en faire œuvre humaine, l'homme n'acquiert-il pas une capacité intérieure à ne pas être déstabilisé par les fortes épreuves qui surviennent à l'improviste ? J'en suis sûr actuellement par expérience. Les années sont passées et je demeure dans le même état d'âme. Il m'a donc fallu un grave incident de santé pour vérifier quel chemin j'ai pu parcourir sans en avoir une claire conscience.

Après coup, j'ai conscience que j'ai gagné de tout ce travail de consentement. Je me sens plus libre intérieurement, j'ai appris à m'aimer comme je suis, sans complexe, et à ne pas redouter de m'exposer aux yeux d'autrui avec mes failles et mes limites. En fait, y a-t-il d'autre voie pour trouver la paix et la sérénité que de consentir vraiment à ce qui ne dépend pas de nous ? Non pas seulement « faire avec » passivement, non pas seulement accepter, faute de pouvoir faire autrement, mais consentir, c'est-à-dire épouser de tout son être les situations telles qu'elles sont pour en faire un tremplin de maturation, d'approfondissement, d'accomplissement. Une fois le consentement donné, alors il est étonnant de se sentir libre intérieurement et habité par une paix profonde au plus intime de soi.

Il ne s'agit pas de démission, de résignation ou de fatalisme. C'est le contraire qui est en jeu. Tout l'être est en mouvement pour se tenir au rendez-vous de la réalité telle qu'elle est et en faire le lieu de son accomplissement. Cette voie n'est pas réservée à une élite mais s'offre à tous.

Heureux ceux qui font feu de tout bois des événements de leur vie !

Jacques MUSSET, 2015