

## LE SOUTIEN SPIRITUEL DANS L'IMMÉDIAT

### QUELQUES ÉCLAIRAGES EN LIEN AVEC MA PRATIQUE.

Je crois que la spiritualité fait partie intégrante de la personne humaine. Elle n'est pas nécessairement le fait d'une croyance spécifique. A l'image d'une croix, elle est en l'homme ce point qui se situe à la croisée des axes de sa verticalité et de son horizontalité. Elle dit une manière de ce que nous prenons et comprenons de ce qui nous arrive. Elle touche à ce qui relève du domaine du « sens ». Elle a à voir avec le souffle.

Une personne victime d'un événement potentiellement traumatisant, témoin d'un tel événement ou encore proche d'une victime, peut connaître diverses perturbations dans ce qui fait son quotidien :	Dans l'immédiat et à plus long terme, elle a besoin de :
Impression de perdre pied	Etre consolée au sens étymologique du terme (retrouver prise avec le sol)
Impression de perdre souffle	Retrouver un rythme respiratoire qui élargit son diaphragme et le haut de son corps pour ré-acquérir une stature qui permet de faire face
Impression d'être plongée dans le chaos	Réordonner peu à peu le désordre qui lui est infligé.

Dans mon rôle d'intervenante, il est primordial que je reste à l'écoute de ce que la personne ressent et exprime. Il est important de mobiliser ses ressources et son réseau habituel qui pourra assurer une présence sur le moyen et long terme. Il est déterminant que je puisse momentanément mettre de côté mes émotions, mon ressenti, mes fantasmes. Je ne suis pas à sa place et je n'ai pas à préjuger de ce que pourraient être mes réactions dans une telle situation.

En ce sens, l'accompagnement spirituel se caractérise en premier lieu par une présence empathique et bienfaitrice. Ce que je pourrais faire est second.

Je ne suis pas tant là pour apporter des réponses (si ce n'est répéter tous les faits objectifs dont j'ai connaissance par l'enquête) que pour soutenir la personne dans son cheminement et son questionnement. Cela exclut donc tout prosélytisme.

J'ai souvent observé que, dans des moments critiques, la capacité de questionner et de douter est plus aidante que le ressassement de certitudes et autres convictions qui de fait sont remises en question, fragilisées et peuvent sembler déconnectées de la réalité.

Traditionnellement, en Occident, la spiritualité est rattachée à la notion de religion. Philosophiquement, elle évoque l'opposition entre la matière (voire le corps) et l'esprit. Si je tente un essai de clarification quant aux termes, je dirais que :

**La spiritualité** englobe l'entier de l'humain dans ses tentatives de donner sens à ce qu'il advient.

**La religion** est la manifestation, compréhension, reprise de la spiritualité dans un cadre institué.  
Cf. relegere et religare.

**La religiosité** concerne tout essai de ritualisation des croyances.

## RUAH ET PNEUMA, DU SOUFFLE AU SENS

Genèse 2 :

« Le jour où le SEIGNEUR Dieu fit la terre et le ciel, il n'y avait encore sur la terre aucun arbuste des champs, et aucune herbe des champs n'avait encore germé, car le SEIGNEUR Dieu n'avait pas fait pleuvoir sur la terre et il n'y avait pas d'homme pour cultiver le sol ; mais un flux montait de la terre et irriguait toute la surface du sol. Le SEIGNEUR Dieu modela l'homme avec de la poussière prise du sol. Il insuffla dans ses narines l'haleine de vie, et l'homme devint un être vivant. Le SEIGNEUR Dieu planta un jardin en Eden, à l'orient, et il y plaça l'homme qu'il avait formé. Le SEIGNEUR Dieu fit germer du sol tout arbre d'aspect attrayant et bon à manger, l'arbre de vie au milieu du jardin et l'arbre de la connaissance de ce qui est bon ou mauvais. »

« Ruah » dans ce passage, c'est le souffle qui donne haleine à la terre et alors elle devient homme. Le souffle donc anime l'humain (anima, esprit en latin), elle le gonfle, lui donne forme, lui donne une certaine stature, lui donne vie, le fait vibrer. Il y a là quelque chose de très concret et pas du tout d'éthéré ou d'immatériel. Ce qui me fait dire que la spiritualité est terriblement incarnée.

« Pneuma » en grec, c'est aussi l'esprit ; on retrouve son étymologie en français dans des mots comme poumon, pneumatique ; ce qui évoque non seulement le souffle mais aussi le mouvement. Comme dans l'acte de la création, il y a quelque chose de dynamique qui s'impose. Un exemple avec le récit de la fête de la Pentecôte, dans le livre des Actes des apôtres.

« Quand le jour de la Pentecôte arriva, les disciples se trouvaient réunis tous ensemble. Tout à coup il y eut un bruit qui venait du ciel comme le souffle d'un violent coup de vent : la maison où ils se tenaient en fut toute remplie ; alors leur apparurent comme des langues de feu qui se partageaient et il s'en posa sur chacun d'eux. Ils furent tous remplis d'Esprit Saint et se mirent à parler d'autres langues, comme l'Esprit leur donnait de s'exprimer... la foule se rassembla et se trouva en plein désarroi, car chacun les entendait parler sa propre langue. »

Il y a cette puissante manifestation du souffle de Dieu qui rejoint les apôtres de façon véhémence. Presque violente. Après les événements de Vendredi-Saint, Pâques et l'Ascension, sans doute avaient-ils besoin d'un signe fort, prouvant la présence d'un Dieu robuste qui ne les abandonnait pas. Mais je suis frappée aussi par le fait que dans la foule, chacun entend les apôtres dans sa langue maternelle. Cette langue. La première que nous ayons entendue. Celle qui, dans le ventre de notre mère, déjà nous berçait. Langue des premiers balbutiements où l'enfant n'est plus "enfant", étymologiquement celui qui ne parle pas. Langue déterminante quand la douleur se fait vive ou quand la mort approche. Langue intime.

Il y a dans toutes ses acceptions de la notion de souffle des éléments déterminants pour évoquer différentes phases ou différentes manifestations possible du soutien spirituel : la présence, la force créatrice, le mouvement, la dynamique, la ré-assurance, le fait de parler au cœur de la

personne, le fait de considérer chacune et chacun indépendamment de généralités (atemporelles) ou d'un possible effet de masse quand plusieurs sont impactés par un même événement.

## LES 6 CHAMPS DE LA SPIRITUALITÉ

1. **Le sens** : une personne confrontée à un choc, un accident, une injustice en questionne nécessairement le sens. C'est probablement son premier réflexe. Pourquoi ? Pourquoi moi ? Pourquoi est-ce que je survis alors que mon enfant a succombé ? Pourquoi maintenant ?

L'accompagnant spirituel doit pouvoir entendre ces questions ; y compris dans le malaise qu'elles peuvent générer du fait de l'impossibilité de répondre à certains pourquoi. L'enjeu, qui prend du temps, c'est de passer du pourquoi (quelle est la cause) au pour quoi (peut-il y avoir un sens, un but) ?

2. **L'identité** : tout drame, toute épreuve remet en question l'identité d'une personne. Qui suis-je ? Comment est-ce que je suis perçue par d'autres ? Qu'est-ce que je livre de moi ? Qu'est-ce que je cache de moi ? En latin, « persona, » c'est le masque. Cela dit la complexité de ce qu'est une personne. Ses diverses facettes.

Quelle part est-ce que je prends dans mon histoire (je laisse les choses se faire et je réagis, je m'adapte, ou j'interviens dans mon histoire pour infléchir son orientation et aller où j'ai envie d'aller) ? Suis-je le sujet de ma vie ou l'objet de celle d'un autre ?

Suis-je toujours moi-même ? Et qu'est-ce que ça veut dire ? Je me souviens de cette jeune grand-mère ayant été agressée, qui craignait le regard de son petit-fils sur son visage sachant qu'elle avait été embrassée et tripotée par le cambrioleur ? Son petit-fils accepterait-il encore de l'embrasser ou serait-il dégoûté ?

Au-delà d'un drame potentiel, la question se pose dans des débats de société, pensons aux discussions sur le port de la burqa ou sur le fait d'avoir à être « dévoilé » dans l'espace public ?

3. **L'appartenance** : c'est la question des liens. Déterminante quand on cherche à mobiliser le réseau d'une personne.

Quels sont mes liens familiaux, sociaux, professionnels, culturels, communautaires, ou autres ? A qui suis-je reliée ? Qui est important pour moi ? Aux yeux de qui suis-je importante ?

En d'autres termes, qu'est-ce qui me fait ex-ister ? (Étymologie : on n'existe pas dans la confusion mais dans la séparation et la différenciation).

4. **La transcendance** : quel que soit le nom qu'on lui donne, le champ de la transcendance peut être une ressource importante pour toute personne en situation de détresse. C'est souvent une espérance à laquelle elle se raccroche. Il y a qqch de rassurant à sentir une force, un mystère, un être qui me connaît et dépasse mon entendement. Cela dit l'ébranlement peut aussi gagner une personne qui se débat dans un présent non désiré avec des questions perturbantes ; que fait cet être transcendant ? qu'ai-je fait au bon Dieu pour mériter cela entend-on parfois. Si je ne remets pas en cause son existence, que puis-je faire des doutes qui m'assaillent lorsqu'un drame surgit ?

5. **Les valeurs** : ce sont elles qui guident nos choix, en situation de crise comme au quotidien. Dans le cas du jeune qui s'est jeté sous un train, lorsque sa petite sœur a posé la question de savoir s'il y avait un conducteur, c'était pour identifier un coupable et qu'il soit puni. Le récent drame de l'espace Zelig à l'EPFL : le fait que quelqu'un ait ouvert un parasol

pour fumer une cigarette, que le parasol lui ait échappé et qu'il ait percuté une jeune femme de 22 ans à la tête entraînant un coma puis son décès 3 semaines après provoque de la colère. Le père a dit dans les médias son souhait de ne pas entrer dans un cycle de vengeance mais de concentrer le peu d'énergie qu'il lui restait pour trouver un sens à sa vie et à la dynamique familiale après ce drame.

Il est important dans le cadre d'un soutien spirituel de pouvoir accueillir toutes les émotions sans les juger, sans les banaliser et en posant des mots sur les valeurs qui sous-tendent le passage à tel acte ou à tel autre.

6. **Les rites** : qu'ils soient religieux ou non, individuels ou communautaires, ils structurent le temps et permettent une symbolisation de ce qui se passe. Il y a beaucoup à apprendre de ce qu'une personne choisit de marquer ou non. Cas échéant de la manière dont elle marque un événement. Par ailleurs, les rituels religieux doivent permettre de relier diverses personnes tout en respectant l'unicité de ce que chacun vit. L'aspect communautaire a toute son importance.

J'ajoute enfin que ces 6 champs de la spiritualité ont avoir avec :

- des **éléments factuels d'analyse** (ce que je sais de moi, la façon dont j'apprends la vie, la recherche et l'explicitation des valeurs qui me guident, foi en une transcendance...). Des éléments factuels dont je peux rendre compte.
- **des émotions** (ce qui me fait vibrer, se réjouir, peur, stimuler : religieux ou profane)
- des applications/ou se concrétisent dans des **activités toutes concrètes** et comportementales (attitude non-violente, être végétarien, convaincre de ce que l'on sait et croit ou dialoguer avec autrui, interdits religieux si lien entre spiritualité et religion...)

→ La spiritualité est profondément incarnée