

énééo FOCUS

DÉCEMBRE 2020

Engagement et spiritualité... Une unité porteuse de sens ?

THÈMES

Bien-être

Citoyenneté

Développement personnel

Spiritualité

À DÉCOUVRIR DANS CETTE ANALYSE

La spiritualité est devenue ces dernières années un produit de consommation, et sans doute la pandémie que nous connaissons actuellement accroîtra cette tendance. Et si on osait envisager la spiritualité comme un outil d'émancipation plutôt que de consommation ? À partir de l'exemple du yoga, nous voyons que la spiritualité peut être envisagée comme le moteur d'une forme de citoyenneté.

QUESTIONS POUR LANCER ET/OU PROLONGER LA RÉFLEXION

La spiritualité peut-elle devenir un outil d'éducation permanente ?

Comment le travail sur soi permet-il de s'ouvrir aux autres, de changer son regard sur le monde ?

ENGAGEMENT ET SPIRITUALITÉ... UNE UNITÉ PORTEUSE DE SENS ?

On n'en parle pas ou très peu dans les médias classiques... mais on remarque un accroissement de publications, vidéos et partages numériques en rapport avec le domaine spirituel, ésotérique, de médiums, de personnes ayant une autre vision du monde... Le coronavirus semble booster l'accompagnement spirituel sur le web...



La situation 2020 nous invite-t-elle à renouer avec la spiritualité ?

Ce boom spirituel n'est pourtant pas nouveau. Selon Amelle Nebia, Rédactrice en chef adjointe CB News : « Des valeurs «spirituelles» liées à la recherche du bien-être, à la réalisation ou au dépassement de soi reviennent au goût du jour. Valeurs qu'on retrouve dans les actes de consommation dans la santé, l'alimentation, le sport, les arts, etc. Or, autant les thématiques du « sacré » (dogme religieux), de l'authenticité ou de la représentation magique de l'objet ont été étudiées par le marketing, autant l'étude des manifestations spirituelles ne fait pas encore l'objet d'études ad hoc en France, contrairement à l'Amérique du Nord ou à l'Angleterre. Pourtant, s'interroger sur le spirituel comme tendance sociétale est bel et bien une préoccupation vivace pour les sociologues et les philosophes et même, plus récemment, pour les économistes. C'est donc un sujet au coeur du spectre d'investigation du marketing expérientiel. De nombreux services ou produits surfent sur cette émergence du spirituel dans la consommation. »

La résonance spirituelle peut-elle trouver une expression dans nos pratiques consuméristes?

La réponse instinctive est négative. Pourtant les produits et les services porteurs de sens ont de plus en plus les faveurs des consommateurs.

Tentative d'explication...

« La première caractéristique de l'expérience spirituelle, c'est la recherche d'intériorité. Elle permet d'exprimer les potentialités de l'individu dans une recherche d'épanouissement. La recherche d'un sens à

sa vie est l'une des dimensions centrales de l'expérience spirituelle», explique Max Poulain, maître de conférences à l'IAE de Caen et auteur de l'unique thèse française sur le sujet en 2009, «La spiritualité dans la consommation. »

Pourtant, la spiritualité reste un sujet tabou dans notre société. Et nous restons nombreux à dire à nos collègues, notre entourage, que nous partons faire un stage de yoga plutôt que d'avouer que nous partons en immersion chamanique... C'est spirituellement plus correct.

- Le spirituel est souvent encore perçu comme bizarre, voire dangereux...

Pourquoi tant de peurs ? Et pourquoi cet attrait plus prononcé depuis ce mois de mars 2020 ?

La pandémie de Covid-19 a forcément exacerbé les problèmes existentiels de nombreuses personnes. Certaines cherchent peut-être alors des espaces pour exprimer leur détresse, d'autres pour trouver un sens à tout cela...

Et si on osait ?

Et si on osait envisager la spiritualité comme un outil d'émancipation ? L'émancipation est souvent décrite comme une affaire de logique personnelle confrontée aux déterminismes sociaux et éducatifs. Sans une prise de conscience et une part d'autodétermination assumée par la personne, la démarche émancipatrice risque de ne pas advenir. L'éducation permanente, en proposant des pédagogies en ce sens, peut contribuer à ce que soient travaillées chez chacun les dimensions existentielles nécessaires au déclenchement des imaginaires émancipateurs individuels, ayant pour vocation de devenir collectifs.

La spiritualité, quant à elle, favorise l'élévation de la conscience. Des prémices nécessaires à l'affranchissement des individus ?

L'exemple du yoga

Le Yoga Sūtra est un enseignement sur la vie, la souffrance et la nature du mental. C'est le premier texte qui explore profondément la psyché humaine. Patañjali propose un chemin qui conduit à un état d'équilibre et d'harmonie qui arrive lorsque le mental est paisible dont les deux premières étapes sont : yama « **apprendre à vivre ensemble** » (les disciplines interpersonnelles) et *niyama*, que nous pouvons résumer très simplement par « **se respecter** » (les disciplines personnelles).

Le respect et la non-violence sont des éléments indispensables à cultiver pour pouvoir créer, construire petit à petit un climat serein, propice à l'exercice de la citoyenneté.

Les techniques de yoga dans nos clubs d'aînés nous donnent des outils pour favoriser la cohésion du groupe et développer un comportement solidaire par une prise de conscience des autres, d'un cadre, d'un référentiel... tout en respectant chaque individualité.

Ces étapes constituent un véritable tremplin à une éducation à la citoyenneté, elles ouvrent la porte à des relations interpersonnelles propices à l'entraide, à la coopération et à la citoyenneté.



Témoignage : Claude Bailly, professeur en Viniyoga.

En quoi le yoga peut-il développer une prise de conscience des individus et favoriser leur part d'autodétermination ?

« Grâce au yoga, on peut découvrir qui on est vraiment. Quand on se connaît mieux, on détermine plus facilement ce qui est juste et bon pour être en paix avec soi. On peut ainsi créer une relation plus juste avec les autres, mais aussi avec le monde. En repérant les résonances entre soi et les autres, on entre en compassion, en amitié, en empathie plus facilement avec l'autre. Cela amène une distanciation à l'autre qui permet un meilleur discernement. La paix intérieure augmente la capacité de prise de recul par rapport à nos relations interpersonnelles, mais aussi par rapport aux événements de la vie, aux situations difficiles.

En réalité, la pratique du yoga amène plus de compassion, d'ouverture du cœur. Dans cet état, je ne subis plus l'autre ou les situations. Je ne suis plus dans le jugement, mais dans l'ouverture.

Si l'émancipation relève d'une faculté accrue au discernement, s'affranchir de son propre jugement est alors une étape essentielle de cette capacité à voir le monde avec un regard différent. En se connaissant mieux, on se met moins en relation avec les clichés, on les subit moins. On est en capacité d'activer son esprit critique. On apprend la conscience des rapports dominés-dominants, on accepte les différences. Et cela, absolument pas dans un esprit de résignation comme certains tendent à le croire... Accepter la situation, c'est d'abord accepter de ne pas entrer dans un tiroir imposé, prendre conscience que l'émancipation est d'abord un chemin, une démarche. Celle de ne pas s'enfermer... dans son jugement ou dans les clichés. »

Et si la spiritualité était une nouvelle forme de militantisme ?

Pour Emeline De Bouver, chargée de projet au « Centre Avec » et maître de conférences à l'UCL, l'omniprésence du slogan gandhien « Soyons le changement que nous voulons voir dans le monde » serait un signe parmi d'autres qu'on assiste à une transformation des formes que prend l'engagement social. Le

désintérêt pour l'engagement politique ou syndical, le manque de confiance dans les institutions traduirait peut-être l'émergence d'une nouvelle ère pour l'engagement, caractérisée par un militantisme plus individualisé, plus « à la carte », où la notion d'épanouissement de soi devient centrale.

Son article vient soutenir l'intuition que la rencontre entre spiritualité et engagement mérite toute notre attention. Car, la place centrale donnée au discernement et à l'introspection dans les démarches spirituelles peut renforcer l'engagement social par l'attention à des gestes justes et des actions cohérentes.



Quel enseignement tirer de tout cela ?

Notre époque est étrange...

La tentation du morcellement existe à l'échelle individuelle comme à l'échelle de la société. Cette segmentation est forcément en contradiction avec l'unité et la diversité nécessaires pour que naisse une société solidaire, universelle, juste. Les défis environnementaux, numériques, le vieillissement de la population : autant d'exemples qui témoignent que le morcellement n'est pas la solution et nous rappellent le besoin d'une vision globale, humble et de long terme.

La spiritualité nous enseigne donc que pour construire cette cohérence, il faut commencer par soi. Avec une nuance importante semble-t-il : « Commencer par soi, mais non finir par soi ; se prendre pour point de départ, mais non pour but ; se connaître, mais non se préoccuper de soi. [...] Ce n'est pas de toi, mais du monde qu'il faut te préoccuper. »¹

Sylvie Martens

¹ Martin Buber, *Le chemin de l'Homme*, Éd. Les Belles Lettres, Paris, 2015, p. 42

POUR ALLER PLUS LOIN...

Yannick Rumpala : La « consommation durable » comme nouvelle phase d'une gouvernementalisation de la consommation. En ligne :

<https://www.cairn.info/revue-francaise-de-science-politique-2009-5-page-967.htm>

CRIOC : Quel rôle pour le consommateur ? En ligne :

https://www.belspo.be/belspo/organisation/Publ/pub_ostc/OA/brochOA20_fr.pdf

Amelle Nebia : Le retour du spirituel. En ligne :

<https://www.e-marketing.fr/Marketing-Magazine/Article/Le-retour-du-spirituel-38910-1.htm>

Emeline de Bouver : Le militantisme spirituel, une nouveauté ? En ligne :

<https://www.centreavec.be/wp-content/uploads/2019/05/Le-militantisme-spirituel-une-nouveaut%C3%A9.pdf>

Pour citer cette analyse

Martens S., (2020), « Engagement et spiritualité... Une unité porteuse de sens ? », *Énéo Focus*, 2020/18.

Avertissement : Les analyses Énéo ont pour objectif d'enrichir une réflexion et/ou un débat à propos d'un thème donné. Elles ne proposent pas de positions avalisées par l'asbl et n'engagent que leur(s) auteur(e)(s).

Énéo, mouvement social des aînés asbl
Chaussée de Haecht 579 BP 40 – 1031 Schaerbeek - Belgique
e-mail : info@eneo.be – tél. : 00 32 2 246 46 73

En partenariat avec



Avec le soutien de