

# Redonner sens à la vie

**L**es dysfonctionnements actuels de notre société ont de nombreuses conséquences sur le bien-être des individus ; les frustrations ne font que croître et conduisent à une perte de sens qui se répercute dans tous les domaines de la vie. Ce sont ces adolescents qui ne trouvent pas leur place au sein d'un système scolaire où les potentialités individuelles sont mises sous le boisseau au profit des diktats de la production, où l'obéissance à la logique technicienne l'emporte sur la créativité et le développement personnel.

Ce sont ces salariés qui, pour fabriquer un produit, quel qu'il soit, se conforment à des procédures déshumanisées dans lesquelles leur implication personnelle est réduite, les privant de leur responsabilité et de leur pouvoir de décision. Le contexte d'hypercompétition règne et épuise les individus sans pour autant qu'ils obtiennent de la reconnaissance pour la qualité et la quantité de travail fourni. Ce sont ces étudiants dans le domaine de la santé qui comprennent que leur angoisse provient du regard réducteur bien souvent posé sur l'homme malade, rarement considéré dans sa globalité. Ce sont ces agriculteurs qui, entrés dans un système de production très contraignant, se sentent déconsidérés, acculés au désespoir ou obligés de revendiquer pour survivre.

L'homme n'est plus considéré dans sa globalité d'être humain, mais

comme un rouage de l'économie qu'on peut déplacer ou exclure à tout moment ; il en résulte une grande souffrance au travail, qui peut aller d'un sentiment de mal-être permanent jusqu'à l'épuisement professionnel. De nombreuses personnes viennent consulter en exprimant de manière implicite leur désarroi devant l'effacement des valeurs individuelles, leur perte de sens, au profit de valeurs économiques dominatrices, sources

**Les hommes ressentent qu'ils sont des êtres qui fonctionnent, formatés pour rester sous le joug d'une idéologie déshumanisée.**

de frustrations existentielles et qui confisquent leur humanité.

Les hommes sont de plus en plus sollicités pour acquérir des biens matériels et obtenir des satisfactions quasi immédiates. En ne laissant pas la place à une délibération intime, intériorisée, ils éludent ou éliminent la question essentielle du sens de leur vie. Tout ce qui est de la dimension de la personne n'est plus estimé ; les hommes ressentent qu'ils sont des êtres qui fonctionnent, formatés pour rester sous le joug d'une idéologie déshumanisée ; ce sentiment de précarité et de vide existentiel est à l'ori-

gine de nombreux troubles psychiques et psychosomatiques, de malaises et d'angoisses.

À ce niveau, beaucoup de personnes s'excluent de la société ou ont un sentiment d'exclusion, elles perdent leur identité sans prendre conscience que leur souffrance est le résultat du réductionnisme ambiant.


Pour Viktor Frankl et la logothérapie, sortir de cette frustration nécessite de redonner un sens à sa vie et de réhabiliter sa dimension spirituelle, en considérant que l'homme n'est pas poussé par ses pulsions, mais attiré par un appel, par la réalisation de ses propres valeurs qui donneront du sens à sa vie ; autrement dit, il s'agit d'une révolution copernicienne qui consiste non plus à se demander ce que je peux attendre de la vie, cette attente produisant des valeurs défensives, sources de conflits et de rejet de soi et des autres, mais ce que la vie attend de moi. L'homme lui-même est interrogé et il a lui-même à donner une réponse aux questions que lui pose la vie.

Redécouvrir la dimension spirituelle de son existence lui permet de sortir de la frustration et de ressentir la congruence avec ses valeurs et avec sa propre identité non détournée par le contexte extérieur. Ainsi il ressent le formidable espoir de revenir à l'essentiel et de renaître durant cette vie temporelle en découvrant le champ de ses possibilités, et ceci dans la situation concrète

de son existence, en posant des actes.

Chaque homme peut, par sa propre force d'accomplissement, redonner un sens à sa vie en ranimant son élan essentiel. Chaque homme est responsable face à la perte de sens et peut à tout moment prendre la décision de ranimer cet élan et, en conséquence, de retrouver la joie.

(1) Professeur émérite à l'université de Nantes, président de l'Association des logothérapeutes francophones qui organise son premier colloque au centre hospitalier Henry-Ey, à Bonneval (Eure-et-Loire), le 30 mars 2012. La logothérapie, psychothérapie axée sur le besoin existentiel et spirituel de sens, a été fondée par le neurologue psychiatre autrichien Viktor Frankl (1905-1997), après sa libération d'Auschwitz, en avril 1945. Parmi les livres de celui-ci : *Le Dieu inconscient*, Éditions du Centurion, 1974 ; *Découvrir un sens à sa vie*, Éditions de l'Homme, 2005.



Forum de 19h  
104 rue de Vaugiard, 6<sup>e</sup>

**Elections 2012 : Dans l'Analyse de j**

avec SOPHIE de RAVINEL, Le f  
Alternatives économiques, FRANC  
JÉRÔME ANCIBERRO

Inscription recommandée : [www.forum.ce](http://www.forum.ce)