

EMBRASSER
LA VULNÉRABILITÉ
SUR LE CHEMIN
SYNODAL



UNION INTERNATIONALE
DES SUPÉRIEURES GÉNÉRALES

www.uisg.org

Embrasser notre vulnérabilité : Un geste d'humilité ou un appel à la transformation ?

Dr. Ted Dunn, 5 mai 2023

*« Car lorsque je suis faible, c'est alors que je suis fort. »
2 Corinthiens 12, 10*

Thomas Merton a dit un jour : « *Les humains ont le devoir de se trouver là où ils sont, dans le temps et le lieu qui leur sont propres, dans l'histoire à laquelle ils appartiennent et à laquelle ils doivent inévitablement contribuer par leur intervention ou par leur fuite, par la vérité et l'action, ou par de simples slogans et gestes* ». Ces mots de Merton nous posent un défi : « embrasser notre vulnérabilité », est-ce un simple slogan, un geste d'humilité, ou est-ce un véritable appel à la transformation, une invitation à prendre en main notre vie, à nous emparer de notre humanité et à agir en conséquence ? Examinons ensemble ce que veut réellement dire « embrasser notre vulnérabilité », comment s'y prendre, et comment pouvez-vous, en tant que responsables, faciliter cet effort au sein de votre communauté.

Le contexte : un grand tournant et le parcours de transformation

Nous vivons une période entre deux histoires, une sorte de période intermédiaire que nous tous percevons, mais que nous ne parvenons pas encore à articuler dans un nouveau récit. Pourquoi avons-nous mal lorsque nous apprenons qu'une autre personne a été blessée ? Pourquoi avons-nous mal au cœur quand nous lisons que les récifs coralliens disparaissent ou que les glaciers fondent ? La raison pour laquelle cela fait mal, c'est parce que cela arrive littéralement à nous-mêmes, à notre moi élargi. C'est quelque chose que nous ne pouvons pas tout à fait comprendre, mais que nous ressentons dans nos entrailles. L'ancienne histoire se meurt et une nouvelle histoire émerge de notre conscience collective.

Je me réfère à cette évolution de la conscience, à ce mouvement en spirale vers une nouvelle histoire, à ce « grand tournant ». Je veux reconnaître ce grand tournant, qui est le terrain duquel émerge une nouvelle histoire pour la vie religieuse. Je crois que vous avez là un rôle clé à jouer, et que vous êtes à l'avant-garde d'une nouvelle conscience qui émerge dans le monde entier.

Nous sommes arrivés à la croisée des chemins, ce qui nous met devant un choix existentiel. Nous pouvons soit réagir par la peur, en faisant bloc et en nous repliant sur nous-mêmes, soit écouter l'« invitation plus profonde » et nous associer à d'autres pour donner naissance à une nouvelle manière d'être. Si nous sommes mus par la peur, nous finirons, par défaut, par suivre le chemin de moindre résistance qui mène inévitablement à la mort. En revanche, si nous sommes poussés par le courage, nous pouvons choisir d'emprunter l'ancien chemin qui mène à une vie nouvelle. Je prie pour que nous écoutions battre le cœur de la nouveauté et que nous répondions de tout cœur à l'appel et à l'amour de Dieu.

La vie religieuse fait partie intégrante de ce grand tournant. Ce qui devient de plus en plus évident, c'est que ce qui vous a permis d'avancer jusqu'à aujourd'hui ne vous permettra pas d'avancer demain. L'année dernière, le pape François nous a parlé sans détours : « Nous n'avons pas besoin de religieuses figées dans le temps ». Ce parcours synodal consiste à s'efforcer d'aller au-delà du passé et discerner ensemble une nouvelle voie pour l'avenir. Nous sommes appelés à marcher ensemble, à discerner ensemble, à collaborer à la création d'un avenir plein d'espérance (Jérémie 29,11).

Nous ne pouvons pas marcher vers l'avenir sans honorer notre passé, nos ancêtres et nos traditions, mais ce ne sont pas eux qui nous y conduiront. Nous devons intégrer et transcender le passé, lâcher nos traditions et les structures fantômes du passé, afin de faire place à la nouveauté. Ce qui nous conduit vers l'avenir, c'est notre *courage*, notre *créativité* et notre *ténacité* à donner vie à nos aspirations les plus profondes, suscitées par l'appel et l'amour de Dieu. Honorer le passé ne veut pas dire vivre dans le passé. Honorer nos ancêtres ne veut pas dire vivre comme ils ont vécu. Si nous voulons vraiment honorer ceux qui nous ont amenés jusqu'à aujourd'hui, nous devons faire pour la prochaine génération ce que nos ancêtres ont fait pour nous : nous devons faire place à la nouveauté.

Helen Keller a dit un jour : « Un tournant, ce n'est pas la fin de la route, à moins que vous ne manquiez le virage ». La grande majorité des communautés manqueront le virage vers l'avenir. Certaines attendront, et lorsqu'elles se réveilleront, ce sera trop tard, elles auront épuisé leurs ressources et leur volonté de changer. D'autres avanceront à petits pas, persuadées de faire ce qu'il faut,

puis découvriront que leurs petits changements sans risque sont loin d'être suffisants.

Parmi les communautés les plus résilientes, certaines parviendront à prendre ce tournant et à donner naissance à une vie nouvelle. Celles-ci contribueront à faire émerger une nouvelle vie religieuse et marqueront de leur empreinte ce grand tournant. Elles ne se contenteront pas de s'adapter à un monde en mutation, elles écouteront l'invitation plus profonde, s'engageront dans le travail intérieur de transformation et apporteront une vie nouvelle à leurs communautés et au monde.

Pour en arriver à cette invitation plus profonde, rappelons brièvement la différence entre changement et transformation. Le changement est un événement extérieur, un nouvel agencement des choses et, parfois, une invitation à transformer. Cependant, comme le disent les Alcooliques anonymes, « même si vous changez de lieu de vie, vous emporterez vos schémas avec vous ».

En d'autres termes, si nous ne changeons les choses que superficiellement, en ignorant le travail en profondeur, l'histoire ancienne se déplace, et nous l'emportons avec nous dans nos nouvelles relations, nos nouveaux lieux de travail ou de vie. Au fil des ans, nous devenons prisonniers de ces vieilles histoires, de ces vieilles structures, de ces vieilles façons de penser et de vivre. Bref, vous pouvez apporter des changements extérieurs, mais ce n'est pas la même chose qu'une transformation.

La transformation est, au contraire, un processus interne, un parcours qui modifie le sens et le but de notre vie. Elle modifie les schémas et les pratiques de notre vie et les structures qui les soutiennent. Elle modifie notre identité et réaligne notre âme sur son expression extérieure. C'est ce que Carl Jung voulait dire en déclarant : « Les plus grands problèmes de la vie ne peuvent jamais être résolus, mais seulement surmontés ». La transformation, ce n'est pas résoudre un problème, mais faire un bond en avant en termes de maturité, réaligner l'âme sur la vie extérieure. Il s'agit, au fond, d'un parcours de foi.

Le mystère pascal est une transformation divine qui dépasse notre entendement, mais qui ne se produit certainement pas sans notre participation active. Assis dans une cellule de prison, le jeune Martin Luther King écrivait : « Le progrès humain ne roule jamais sur les roues de l'inévitabilité ; il naît des efforts inlassables d'hommes (et de femmes) désireux de coopérer avec Dieu ». Vous pouvez soit essayer de planifier votre avenir, soit créer les conditions pour que la grâce intercède. Dans le premier cas, vous présumez que vous connaissez

l'avenir ; dans le second, vous devez apprendre à coopérer avec la grâce et à faire le travail intérieur de transformation.

L'année dernière, j'ai parlé de ce que veut dire être à la croisée des chemins et de l'opportunité que cela représente pour établir des liens plus profonds avec le Divin. J'ai parlé de la Vallée de la Mort, l'endroit le plus chaud et le plus sec des États-Unis. Rien n'y pousse parce qu'il ne pleut pas. Cependant, en de rares occasions, contre toute attente, la pluie tombe dans la Vallée de la Mort, et quand cela arrive, celle-ci se couvre entièrement de fleurs. Ce phénomène est appelé «super floraison». Cela veut dire que la Vallée de la Mort n'est pas vraiment morte, elle est en sommeil. Sa surface aride cache des graines de possibilités qui n'attendent que de bonnes conditions pour se manifester. En d'autres termes, dans les systèmes organiques, *si les conditions sont favorables, la vie est inévitable. Cela arrive tout le temps*, dans vos communautés, dans la vie religieuse, dans notre Église.

Réflexion

-
- 1. En tant que coopérateurs de Dieu, quel est, selon vous, le rôle de votre communauté dans ce grand tournant ?*
 - 2. Quelles sont les histoires que votre communauté se raconte et qui ne sont plus vraies ?*
 - 3. En écoutant battre le cœur de la nouveauté, quelle est la nouvelle histoire qui émerge dans votre communauté ?*
-

Les éléments dynamiques de la transformation

L'année dernière, j'ai décrit le type de travail que l'âme doit faire pour créer les conditions permettant à la grâce d'intercéder afin que nous fassions notre part en tant que coopérateurs de Dieu. Permettez-moi maintenant de décrire plus en détail chacun des cinq éléments dynamiques ou processus clés qui, utilisés pour engager les communautés dans le travail intérieur de transformation, créent les conditions nécessaires à l'émergence d'une vie nouvelle. En les écoutant, notez la profonde vulnérabilité que chacun d'entre eux exige.

Transformation de la conscience : créer un nouveau récit

Albert Einstein nous a enseigné que nous ne pouvons pas résoudre les problèmes d'aujourd'hui avec le même niveau de conscience qui existait quand ils ont été engendrés. Les guérisseurs l'ont toujours su, eux qui insistent sur la nécessité de modifier les perspectives, les schémas, les émotions et les croyances dans lesquels nos blessures sont ancrées. En fin de compte, un changement de perspective ou une transformation de la conscience nous permet d'écrire de nouveaux récits pour notre vie, des récits qui sont authentiques, libérateurs et vivifiants. Verser du vin nouveau dans des outres neuves permet à une vie nouvelle d'émerger (Matthieu 9, 16-17).

Pour votre communauté, cela veut dire considérer le sens et le but de votre vie en changeant de perspective, recadrer ce que la mission et la communauté signifient pour vous, et réécrire le récit de votre parcours de foi communautaire. En plus de ce changement de perspective, un travail plus profond est nécessaire, qui consiste à évoluer vers des niveaux de conscience plus élevés. Pour les communautés, cela passe par la pratique de la « pleine conscience » et d'autres approches visant à éveiller et à développer la conscience personnelle et collective. Sans ce changement collectif ou cette transformation plus profonde de la conscience, les communautés verraient et, par conséquent, façonneraient l'avenir comme elles l'ont fait dans le passé. Une nouvelle conscience vous aide à reconnaître les histoires que vous vous racontez et qui ne sont plus vraies, et à vous ouvrir à de nouveaux récits qui correspondent mieux à ce que vous êtes en train de devenir.

Retrouver notre voix intérieure : siège et source de tout ce qui vit

« Dans toutes les choses visibles il y a ... une unité cachée », dit Thomas Merton. À chaque tournant de la spirale, à chaque bond en avant en termes de maturité, nous nous débarrassons de vestiges vétustes de nous-mêmes et retrouvons notre propre voix intérieure, siège et source de tout ce qui vit. Lorsque nous sommes brisés, à genoux, et que nous nous sommes éloignés des désirs de notre âme, nous finissons par atteindre un point où ce n'est plus tenable. Notre faux moi s'effondre face à l'hypocrisie et nous savons que notre vie est inauthentique. Nous entamons alors le long chemin qui nous ramène à notre vrai moi. Nous retournons à la source cachée de la vie, nous retrouvons notre voix intérieure, nous reconnaissons son authenticité, nous renouvelons notre âme et vivons d'une manière entièrement nouvelle. C'est un parcours héroïque qui nous ramène à notre vrai moi, à ceux que nous aimons et à Dieu.

Pour les communautés, cela veut dire faire tomber les masques et fendre l'armure afin de s'engager dans des conversations très profondes sur nos plus grandes aspirations. Il s'agit de rétablir la confiance et de recréer l'espace nécessaire à la croissance de la communauté. Cela veut dire que vous devez, en tant que

communauté, traverser votre nuit obscure pour devenir plus vrais, pour revenir à votre vrai moi et retrouver votre voix intérieure. C'est un parcours pour les communautés héroïques qui veulent retrouver leur âme, siège et source de leur existence. Sans ce travail de l'âme, les communautés se contenteront d'apporter des changements superficiels et de construire un château de cartes, qui sera leur vision de l'avenir.

Réconciliation et conversion : la matrice de notre devenir

Parker Palmer nous dit : « Unité n'est pas synonyme de perfection, c'est accepter la déchirure comme partie intégrante de la vie ». *Nous progressons en spirale vers une plus grande unité et une meilleure connexion grâce à la réconciliation et à la conversion, qui sont la matrice de notre devenir.*

La réconciliation et la conversion sont au cœur même de la transformation. Il ne peut y avoir de transformation si nous ne guérissons pas nos blessures ouvertes, et personne ne peut le faire à notre place. Le travail permanent de conversion et le chemin vers une vie nouvelle consistent à guérir nos blessures personnelles, renouer nos relations et rétablir l'unité de ce qui a été séparé et déchiré. Ce travail intérieur est le creuset de la transformation, la matrice de notre devenir.

Les religieux ne sont pas à l'abri des déchirures. Les communautés, comme tout groupe de longue date, accumulent des années de blessures et de conflits non résolus. Gérer ces conflits, renouer les relations et guérir les blessures de la communauté, c'est le cœur du travail de transformation. C'est aussi le talon d'Achille des communautés, car sans une formation et une assistance appropriées, aucune d'entre elles n'y parviendra. Il s'agit d'un travail personnel et interpersonnel douloureux que la plupart des communautés évitent. Or, sans ce travail de réconciliation et de conversion, il n'y aura pas de transformation. Les membres s'éloigneront davantage sur le plan affectif et l'ensemble collectif deviendra de plus en plus fragmenté.

Expérimentation et apprentissage : se frayer un chemin vers une nouvelle manière d'être

Julienne de Norwich a dit un jour : « Il y a d'abord la chute, puis nous nous remettons de la chute. Dans les deux cas, c'est la miséricorde de Dieu ! » Chaque nouveau tournant de la spirale exige une part d'expérimentation et d'apprentissage, qui nous oblige à nous frayer un chemin vers une nouvelle manière d'être. Nous n'avons pas d'image claire, ni de chemin sûr, aucune garantie de succès ; nous avançons à tâtons, à l'intuition. Nous vivons notre vie en regardant vers l'avant, mais nous ne la comprenons qu'en regardant derrière nous. Transformer les anciennes manières de faire en nouvelles manières de faire veut dire expérimenter et apprendre. C'est risquer l'échec et se sentir plus à l'aise dans le fait d'être mal à l'aise. C'est se frayer un chemin vers une nouvelle manière d'être. C'est avancer en étant maladroit, imparfait, sans tout

comprendre. C'est apprendre de nos erreurs plutôt que d'humilier ou blâmer les autres.

Pour une communauté religieuse, cela signifie devenir une *communauté d'apprentissage*. Pour être une communauté d'apprentissage, il faut abandonner le besoin de prouver tout ce que l'on sait déjà. Il faut briser les normes communautaires bien ancrées, se séparer de la tradition et se comporter d'une manière nouvelle, faire bouger les lignes. Il faut essayer non pas de s'acharner, mais de faire les choses autrement. Il faut faire des erreurs et en tirer des leçons. Il faut se frayer un chemin pour trouver une nouvelle manière d'être, au lieu de succomber à la paralysie de l'analyse. Sans expérimentation, sans l'incubation de nouvelles possibilités créatives, sans le risque de nouvelles entreprises et sans de nouvelles formes de coopération, il n'y aura pas de transformation. Comme nous l'a enseigné Teilhard de Chardin, c'est l'évolution dans l'action.

Une vision transformatrice : faire appel à la sagesse, tisser un rêve

Le poète irlandais John O'Donohue a écrit : « J'aimerais vivre comme coule un fleuve, porté par l'étonnement de son propre écoulement ». Chaque nouveau tour dans la spirale est un processus de vision transformatrice au sein duquel nous faisons appel à la sagesse et tissons un nouveau rêve. Chaque nouveau tour dans la spirale fait tourner le kaléidoscope et apparaît une image entièrement nouvelle.

La transformation exige que nous écoutions nos désirs les plus profonds et nos plus grandes aspirations afin de créer une nouvelle vision de l'avenir. Elle nous demande de nous débarrasser de ce qui n'est plus vrai, réel ou vivifiant et d'écouter l'appel de Dieu à une vie nouvelle. Il s'agit de faire ressortir notre vision de l'avenir d'un processus organique, émergent et itératif ; d'avancer sans avoir une vue d'ensemble, de voir ce qui émerge et faire de notre mieux, à la lumière de notre nouvelle compréhension.

Pour vos communautés, cela veut dire dépasser les approches conventionnelles dans la planification et l'élaboration d'une vision. Quand les problèmes sont clairs et que les solutions sont connues, les approches conventionnelles peuvent être adéquates, mais quand il s'agit de s'engager dans un changement profond à la recherche d'une vie nouvelle, les procédés connus et les méthodes traditionnelles de planification ne sont plus appropriés. Vos communautés ont besoin de nouvelles approches en matière de planification et de vision, des approches qui faciliteront le travail de transformation, qui tireront profit de vos aspirations les plus profondes et qui créeront des conditions propices pour qu'une vie nouvelle naisse.

Toute transformation personnelle ou communautaire implique ces cinq éléments dynamiques. Ils nous permettent de coopérer avec la grâce et de créer les conditions nécessaires à l'émergence d'une vie nouvelle. En fin de compte, ce travail intérieur exige que nous acceptions de laisser tomber nos défenses et d'embrasser notre propre vulnérabilité en dépendant radicalement de la grâce de Dieu. Il faut que nous laissions tomber nos masques et que nous embrassions pleinement ce que signifie être humain, non seulement nos dons, nos forces et notre intellect, mais aussi nos faiblesses, nos fragilités et nos émotions crues. Pour que notre transformation soit efficace, nous devons rechercher le maximum de vulnérabilité tolérable.

Il est évident que ce chemin vers le changement profond et la transformation ne convient pas aux cœurs fragiles, car il faut du courage pour prendre le risque d'être rejeté quand nous ouvrons notre cœur et que nous partageons notre vrai moi avec les autres. Il faut du courage pour lâcher prise, pour nous séparer des personnes et des lieux que nous avons aimés et d'un mode de vie qui nous est cher, pour faire place à la nouvelle vie. Il faut du courage pour nous réconcilier, pour pardonner et demander pardon, et pour poursuivre nos aspirations les plus profondes en dépit de la résistance de notre famille, de nos amis et de notre communauté. Les communautés qui choisissent d'emprunter cette voie, d'entreprendre cet Exode, auront besoin de responsables qui aient le courage d'embrasser leur propre vulnérabilité, de la façonner et de créer des espaces intérieurs, afin que leurs membres fassent de même.

Le courage, bien sûr, n'est pas l'absence de peur, mais la volonté d'agir face à la peur. La racine du mot « courage » est « cœur » ; avoir du cœur, c'est avoir du courage. Nous devons casser le mythe et les normes masculines dominantes selon lesquels être vulnérable est en quelque sorte un défaut de caractère. Non seulement dans le monde séculier, mais aussi dans notre Église, nous avons d'une certaine manière ce mythe, selon lequel les responsables sont censés afficher une force inébranlable, agir de manière professionnelle, se retrancher derrière des certitudes et masquer toute émotion qui pourrait démentir cette image. Ils sont censés se blinder contre les blessures ou le rejet et prétendre qu'ils sont calmes et sereins, même quand ce n'est pas le cas. Ils sont censés parler avec l'intellect, et cacher leur cœur et leur âme. C'est de la folie, et c'est néfaste !

Malgré ces normes, les études transculturelles sur le service de l'autorité montrent très clairement que les qualités les plus importantes d'un responsable sont : avoir les pieds sur terre, être honnête, être authentique et être quelqu'un à qui l'on peut s'identifier. Un responsable crédible est quelqu'un de suffisamment courageux pour prendre le risque d'échouer ou de passer pour un fou dans sa poursuite de quelque chose de plus noble. N'est-ce pas ce qu'ont fait vos

fondateurs et fondatrices ? Comment pouvez-vous être un responsable crédible si vous n'êtes pas passionné par ce que vous faites, si vous ne partagez pas généreusement vos dons et vos talents, si vous n'avez pas les pieds sur terre et si vous n'êtes pas assez humble pour partager vos erreurs et vos vulnérabilités ? Nous devons casser le mythe selon lequel la vulnérabilité et la productivité ne sont pas compatibles. Les responsables très performants utilisent leur vulnérabilité comme source de motivation, de passion et de créativité.

Nous avons besoin de responsables qui soient compatissants, et pas seulement intelligents ; empathiques, et pas seulement brillants ; des personnes authentiques à qui l'on peut s'identifier, et non pas des personnes hautaines et distantes. Nous avons besoin de responsables qui soient pour nous une source d'inspiration en raison de leur humanité, et non en dépit de celle-ci. N'est-ce pas ce que Jésus a fait pour nous ? Il ne s'est pas blindé, il ne s'est pas fait une « carapace », comme il est souvent conseillé aux responsables. Il ne s'est pas caché des autres, n'a pas prêché du haut de la chaire, ne s'est pas tenu à l'écart de la mêlée. Il était là, parmi nous, entièrement vulnérable, risquant tout, totalement divin dans son humanité. N'est-ce pas la raison pour laquelle nous sommes inspirés par la vie de Nelson Mandela, de Mère Teresa, de Mahatma Gandhi, de Thérèse d'Avila, de Martin Luther King, de Dorothy Day et d'Oscar Romero ? N'est-ce pas ce qui nous touche lorsque nous entendons le Dalaï-lama, Greta Thunberg, Desmond Tutu, Amanda Gorman, Volodymyr Zelensky, Malala Yousafzai et tous ceux qui nous offrent leur passion, leur présence, leur humilité et leur humanité ?

Réflexion

1. Le pape François nous dit : « Sans vulnérabilité ... il n'y aurait pas de véritable humanité ». Nier notre vulnérabilité, c'est donc nier notre humanité. Dans quelle mesure votre vrai moi est-il présent dans la communauté et de quelle manière niez-vous votre vulnérabilité, votre humanité ?

Embrasser notre vulnérabilité, vivre pleinement notre humanité, le cœur grand ouvert, c'est ce qui nous transforme. Les seules personnes qui ne connaissent pas la vulnérabilité sont celles qui n'ont ni empathie ni compassion. Les personnes qui embrassent leur vulnérabilité connaissent sa beauté, son potentiel créatif ; elles savent que la vulnérabilité est ce qui nous rend humains et qu'elle a le pouvoir de guérir et de transformer les cœurs. Ces personnes savent qu'il est impossible de

devenir insensible à la peur, à la honte ou à la culpabilité sans éteindre la joie, l'amour et la compassion. Les personnes qui embrassent leur propre vulnérabilité l'embrassent aussi chez les autres.

Dernièrement, une femme de couleur est retournée dans sa maison-mère, composée majoritairement de sœurs blanches, pour participer à une réunion que j'animais. Elle nous a dit que lorsqu'elle venait à la maison-mère, elle portait une « cuirasse » pour protéger son cœur des jugements ou des préjugés. Les expériences de la vie nous ont appris à protéger notre cœur et à nous protéger des jugements, de la dérision, du racisme, de la trahison et des blessures de toutes sortes. Dans toutes les cultures, quand il y a des rassemblements communautaires, je vois des sœurs qui ont peur de parler franchement, ouvertement et directement par crainte d'être jugées. Il ne s'agit pas seulement de femmes introverties, mais de femmes qui acceptent tout pour être acceptées et qui cachent leur vrai moi.

Il en va de même pour les responsables. Je vois des responsables qui planifient et organisent aisément, mais qui hésitent à exprimer leurs sentiments. Ils cachent leurs larmes lorsqu'ils souffrent et leur colère lorsqu'ils sont furieux. Je vois des responsables qui se tuent à la tâche et je me demande où est la joie dans leur vie. Je vois des responsables qui ont peur de dire « je ne sais pas », « je n'ai pas de réponses » ou « je ne peux pas y arriver tout seul ». Trop souvent les responsables ont très peur de reconnaître leur vulnérabilité, et encore plus de l'embrasser. Par conséquent, trop souvent les responsables terminent leur mandat épuisés, blessés ou physiquement malades.

Les responsables comme les membres ont une certaine réticence à s'exprimer avec franchise. Nous avons tous peur d'être vulnérables parce que nous avons tous, à un moment ou à un autre, été blessés. La vie religieuse a encouragé à éviter de s'exposer. Il subsiste des effets des années où le silence était une vertu, la garde des yeux et le chapitre des coupes étaient la règle, les amitiés particulières devaient être évitées, et d'autres normes de ce type s'opposaient à toute révélation honnête de soi et à toute intimité saine. Des barrières encore plus importantes sont dressées par les entreprises, qui exaltent le pouvoir et le contrôle, ce qui fait que dans le monde séculier, il est bien plus difficile pour les religieux de faire preuve d'humilité.

Un autre phénomène fréquent que j'observe dans les communautés, c'est quand j'entends des membres défendre des responsables qui sont publiquement critiqués lors des assemblées, en implorant les autres membres de « faire confiance aux responsables ». Cela ne permet pas d'instaurer la confiance. Les communautés ont besoin d'apprendre en matière de *confiance*, pour savoir

comment la construire ou la reconstruire lorsqu'elle a été brisée. Trop souvent j'entends des responsables qualifier des conversations de « confidentielles », par crainte de la manière dont les autres pourraient gérer des questions sensibles ; ce qui ne permet pas aux membres d'apprendre à gérer leurs limites. Ils doivent apprendre la différence entre le secret, la vie privée et la confidentialité et comment établir des limites claires et perméables. Trop souvent les responsables essaient d'être des parents plutôt que des confrères ou consœurs, en disant à leurs membres ce qu'ils doivent faire, ou en faisant pour les autres ce qu'ils pourraient faire pour eux-mêmes, au lieu de leur donner les moyens d'apprendre.

Se blinder, se cacher et bâtir des forteresses au détour d'un chemin ne peut pas être la réponse aux défis auxquels vous êtes confrontés aujourd'hui. Ce n'est pas « le chemin et la vie » que Jésus a tracés pour nous (Jean 14,6). Ce n'est pas le chemin du bien ou les sentiers de toujours dont parle Jérémie (6,16). Ce ne sont pas les conditions dans lesquelles une vie nouvelle émerge. Vous ne pouvez pas, en responsables intègres, demander aux autres de faire leur travail intérieur et d'embrasser leur vulnérabilité si vous n'êtes pas vous-mêmes engagés dans ce travail.

En tant que responsables, vous devez créer les conditions nécessaires pour qu'une nouvelle vie naisse. Vous devez créer des espaces sûrs, des espaces verts où les membres peuvent tâtonner et échouer, désapprendre, réapprendre et grandir. Vous devez apprivoiser vos peurs de « l'autre étranger » et apprendre à dépasser nos différences. Cela ne se fera pas par un décret capitulaire, ni par le respect de votre autorité. Vous devez acquérir une nouvelle mentalité, un cœur nouveau et de nouvelles compétences, si vous voulez faire émerger une nouvelle manière d'être. Il faut bien plus qu'un atelier d'un week-end auquel participent une poignée de personnes. La transformation communautaire exige un changement personnel, communautaire et systémique, impliquant tous les membres dans un parcours de transformation.

Réflexion

-
- 1. Quels sont la nouvelle mentalité, le cœur nouveau et les nouvelles compétences dont votre communauté a besoin ?*
 - 2. Comment pouvez-vous, en tant que responsable, aider votre communauté à les acquérir ?*
-

Embrasser notre vulnérabilité en retrouvant notre voix intérieure

Si chacun des cinq éléments dynamiques de la transformation nécessite l'acceptation de notre vulnérabilité, celui que j'aimerais approfondir aujourd'hui est *retrouver notre voix intérieure : siège et source de tout ce qui vit.*

À bien des égards, il s'agit d'un travail de l'ombre. Il s'agit de retrouver les parties de moi que j'ai supprimées par honte ou par auto-condamnation. Une fois récupérées, ces parties de moi risquent de m'exposer au jugement des autres qui les rejettent et qui me considèrent comme insensible, indigne, intouchable ou, d'une manière ou d'une autre, pas aimable. Retrouver sa voix intérieure, c'est embrasser tout son être, son vrai moi, ses vulnérabilités et ses forces. Permettez-moi donc de partager une tranche de ma propre vie et de vous inviter à réfléchir à la vôtre. Avez-vous déjà vécu ce que j'ai vécu ?

Confessions d'un hypocrite

Avez-vous déjà atteint un point où la vie que vous viviez n'était plus celle qui voulait vivre en vous ? C'est cette prise de conscience douloureuse que vous vivez une vie qui n'est plus la vôtre, une vie qui n'est plus liée à votre propre âme. Peut-être vous êtes-vous soudain rendu compte que ce que vous étiez pour les autres n'était rien d'autre qu'un amalgame de personnalités, un mélange de masques, plutôt que le reflet de votre moi authentique. Ou peut-être vous êtes-vous réveillé un jour en vous disant : « *Comment diable en suis-je arrivé là ?* » C'est pire que de perdre les clés de sa voiture, son portefeuille ou son téléphone portable. C'est ce sentiment redoutable que, d'une manière ou d'une autre, vous vous êtes égaré et que la vie que vous vivez n'est plus la vôtre. Vous êtes un imposteur.

Par exemple, n'avez-vous jamais pensé, en exerçant votre ministère auprès des autres, que vous ne viviez pas la même vie que celle que vous les encouragez à vivre ? Peut-être les invitiez-vous à vivre de manière plus honnête, plus profonde, plus authentique ou plus courageuse, alors que dans votre propre vie vous évitiez la question. Peut-être avez-vous conseillé à d'autres personnes d'aborder des questions qu'elles fuyaient, de renouer des relations ou de chercher à guérir des blessures, alors que vous évitiez de faire le ménage dans votre propre vie. Vous est-il déjà arrivé de *ne pas* pratiquer ce que vous prêchiez et d'être dégoûté par votre propre hypocrisie ? Cela m'est arrivé.

Au début de ma carrière, je pratiquais avec succès mon métier de psychologue clinicien, et je devenais de plus en plus habile à aider les autres à guérir et à s'épanouir. J'avais de la compassion pour leur souffrance et des idées à offrir, parce que j'avais connu la souffrance dans ma propre vie et que j'avais reçu une formation professionnelle. Paradoxalement, je n'avais qu'une vague idée de ce que j'avais souffert et des origines de mon empathie. Je n'avais pas élaboré les raisons de ma souffrance, ses effets sur mon psychisme, ni le récit que j'avais

créé dans mon âme, mais j'avais le pressentiment, à ce moment-là, que le personnage que je présentais à ma famille et à mes amis s'était éloigné de sa source. Dans ma vie personnelle, je vivais une vie séparée de mon âme, alors qu'en tant que thérapeute, j'étais de plus en plus en phase avec elle.

Cette contradiction devenait de plus en plus évidente et me mettait mal à l'aise. J'étais une personne en tant que thérapeute (davantage capable de profondeur, d'authenticité et de remettre en question moi-même et les autres), et une tout autre personne avec ma famille et mes amis (superficielle, se cachant et fidèle à ma devise *la paix à tout prix*). Je devenais de plus en plus conscient et gêné face à ma propre hypocrisie. Je ne pratiquais pas à la maison ce que je prêchais au cabinet, et cela me rongait l'âme. J'avais façonné un personnage pour les autres, et je menais une vie détachée de ma propre voix intérieure.

Inutile de dire que ce fossé de plus en plus profond entre ma vie intérieure et ma vie extérieure s'est transformé en crise. Assis sur le canapé, du côté patient, attendant que mon thérapeute entre dans la pièce, j'étais terrifié. *Je suppose que c'est ce que ressentent mes patients lorsqu'ils s'assoient pour la première fois dans mon cabinet. C'est l'horreur !* Lorsqu'il a ouvert la porte, avant même qu'il ait le temps de s'asseoir confortablement avec sa tasse de café, je l'ai fixé dans les yeux et lui ai dit : « Ma vie entière est en jeu. Il vaut mieux que ça marche ! » Ce à quoi il a répondu, nonchalamment, sans sourciller : « Eh bien, cela ne dépend que de vous ».

J'étais à la croisée des chemins et j'étais mis à l'épreuve comme jamais auparavant. J'ignorais totalement où ce parcours me mènerait, ce qu'il pourrait me révéler, le temps qu'il prendrait, ce qu'il me coûterait, ce qu'il en résulterait. Voulais-je vraiment évoluer ou devais-je continuer à me cacher ? Je savais que si je décidais d'affronter ce château de cartes, l'image d'Épinal de mes 11 ans de mariage pouvait facilement s'effondrer. Alors que ma vie semblait être devenue ce que j'espérais - une maison confortable, un « beau » mariage avec trois enfants merveilleux et une carrière prometteuse - tout cela était menacé si je choisissais d'affronter ma propre inauthenticité et mon manque d'intégrité. C'était vraiment terrifiant !

C'était un moment de « retour à Jésus », un carrefour dans ma propre vie, que je n'ai pu considérer comme une *grâce* qu'a posteriori. Il y avait une voix intérieure plus profonde que j'avais ignorée pendant trop longtemps et j'en avais payé le prix fort. J'avais le choix entre repousser cette voix intérieure ou commencer à l'écouter. J'ai choisi de l'écouter. Ce que j'ai entendu, c'est l'amour libérateur de Dieu qui me ramenait à la vie.

Parfois, nous jouons des rôles au lieu de vivre en phase avec ce puits intérieur, profond, alimenté par sa source pure. Nous sommes las de la compassion et nous nous demandons si tout ce à quoi nous nous sommes consacrés n'est qu'une illusion. Parfois, nous avons trop honte d'en parler. Nous finissons par nous éloigner de nous-mêmes et des autres. La lenteur de l'œuvre de Dieu, la nature obscure de tout cela, les inévitables faux pas et impasses peuvent semer la confusion et ébranler notre confiance. Les enjeux sont énormes. Il vaut mieux que ça marche ! Alors, assez parlé de moi. Regardons votre vie.

Réflexion

-
- 1. Votre vie est-elle en phase avec votre âme ou vous êtes-vous éloigné, sans le savoir, de la vie que vous étiez censé vivre ? Qu'est-ce que votre vie vous dit sur la personne que vous êtes en train de devenir ?*
 - 2. Vivez-vous une vie confortable ou êtes-vous en train de grandir pour devenir la personne que Dieu veut que vous soyez ? Voulez-vous vraiment grandir ou préférez-vous continuer à vous cacher ?*
-

Embrasser sa vulnérabilité comme un acte de retour chez soi

La douleur privée est un héritage de l'individualisme occidental. Conditionnés par celui-ci, nous acceptons la notion de douleur privée, nous privant ainsi, nous-mêmes et les autres, de ce dont nous avons besoin pour rester émotionnellement vivants : la communauté, le rituel, la nature, la compassion, la contemplation, la beauté et l'amour. Quelle est cette douleur qui nous appartient à tous et qui persiste dans notre âme collective ?

Je pense que la solitude est peut-être la souffrance la plus profonde de notre époque. Même si nous allons sur Zoom, envoyons des SMS et des courriels pendant des heures, cela ne réduit pas notre solitude. Nous ne sommes pas connectés aux autres parce que, trop souvent, nous ne sommes pas connectés à nous-mêmes. Nous ne prenons pas le temps de respirer, de nous asseoir en silence et d'entrer en contact avec ce que nous ressentons, de connaître notre corps et notre esprit. Nous devons revenir à nous-mêmes, à notre âme et à notre Dieu. Nous devons nous calmer et nous concentrer sur notre respiration pour nous

libérer du passé et de l'avenir. Nous devons être présents ici et maintenant pour être vraiment libres.

Une fois que nous sommes revenus à nous-mêmes, que nous sommes libres, présents et que nous avons les pieds sur terre, nous pouvons écouter notre propre souffrance. Nous pouvons y retourner et nous en occuper. Nous pouvons écouter notre colère, notre honte ou notre tristesse afin de faire notre deuil, de nous réconcilier et de guérir. Ces sentiments sont comme un petit enfant qui tire sur nos manches. Saisissez-les et tenez-les tendrement. Reconnaissez-les sans les juger ni les repousser. *Embrassez votre vulnérabilité comme un acte de retour chez soi.*

Nous savons que la souffrance qui est en nous contient la souffrance de nos ancêtres, de nos pères et de nos mères, et de leurs pères et de leurs mères. Ils n'ont peut-être pas pu guérir leur souffrance, ou n'ont pas su comment le faire, et ils nous l'ont donc transmise. Si nous parvenons à transformer notre souffrance, plutôt que de la transmettre, nous guérissons nos parents, nos ancêtres, ainsi que nous-mêmes. Nous guérissons la souffrance dans le monde, la souffrance de ceux et celles avec qui nous travaillons, la souffrance dans nos communautés.

Si nous comprenons nos propres blessures ouvertes, si nous embrassons notre propre vulnérabilité, nous saurons mieux comment accueillir les autres avec leurs propres blessures. C'est pour cette raison que nous avons besoin de la souffrance, car elle suscite l'empathie, la compassion et l'amour, si nous savons reconnaître qu'elle est comme cet enfant qui tire sur nos manches, et si nous savons l'embrasser, la comprendre et permettre à la grâce de Dieu de la transformer.

Si vous voulez aider les autres à revenir à eux-mêmes, vous devez les aimer et les libérer. Pour les aimer, vous devez comprendre leur vulnérabilité et, pour ce faire, vous devez embrasser la vôtre. Si vous pouvez comprendre et embrasser votre vulnérabilité, vous pourrez vous mettre à leur place avec compassion et sans jugement. Ne tournez pas le dos à votre propre vulnérabilité et aux blessures ouvertes qui vous tiraillent. Faites votre travail intérieur afin de permettre à Dieu de transformer votre cœur et de transformer ainsi le monde.

Maintenant, ce n'est pas le moment de perdre confiance en notre avenir, ni de perdre nos moyens. C'est l'heure des comptes et c'est là que nous sommes mis à l'épreuve ; mis à l'épreuve jusqu'au plus profond de notre âme. C'est maintenant que nous apprendrons combien notre cœur est grand ou petit, et combien devons-nous être encore plus miséricordieux, attentifs, fidèles et responsables. Je prie pour que nous ayons tous la force de nous rappeler que la vie est fragile.

Nous sommes tous vulnérables. Nous allons tous, à un moment ou à un autre de notre vie, trébucher et tomber. Nous devons porter cela dans notre cœur : ce qui nous a été donné est très spécial ; il peut nous être enlevé et, quand il nous sera enlevé, nous serons éprouvés jusqu'au plus profond de notre âme. C'est dans ces moments, et dans ce genre de douleur, que nous sommes invités à regarder au fond de nous-mêmes, à suivre l'ancien chemin et à compter sur l'Amour pour nous en sortir.

Réflexion

- 1. En quoi la vulnérabilité est-elle la clé de votre transformation personnelle et communautaire ?*
 - 2. Quelle est sa place dans ce parcours synodal, ou dans la transformation de notre Église et du monde ?*
 - 3. Cette notion d'« embrasser notre vulnérabilité » est-elle un simple slogan, un geste d'humilité, ou s'agit-il de l'appel de Dieu à un changement profond et à une transformation ?*
-