

Comment donner un sens à sa vie ?

Ce sujet suppose que la vie peut avoir un sens. Il suppose également que ce sens est différent de celui biologique, puisque la vie porte à la mort. Est-ce la mort elle-même qui donne un sens à la vie ? Dans la culture occidentale, ce questionnement du sens de la vie porte généralement sur la notion de joie, car la vie une vie qui a un sens est une vie qui « mérite d'être vécue ». Mais en quoi consiste ce sens, à quoi correspond-il, comment s'acquière-t-il ?

La première intervention évoque le biais culturel de la problématique. En effet, cette question du sens de la vie est « une question de blanc », on ne se pose pas ce genre de question au Burundi. Ce genre de question ne peut être posé que dans des sociétés modernes et individualistes car au Burundi les gens existent avant tout à travers le lien social, à travers leur statut, il n'y a pas besoin de chercher un sens à la vie car on existe déjà.

La deuxième intervention porte à considérer que, pour obtenir une vie réussie, il faut remplir des objectifs que l'on s'est fixé. Mais à quel moment considère-t-on que l'objectif est atteint ? Qui fixe les critères d'analyse du jugement, la personne elle-même ou la société ? Qui est donc habilité à juger si une vie est réussie ? Il n'y a pas de jugement objectif possible. En outre, la temporalité du jugement est également une énigme : peut-on considérer de son vivant qu'une vie a trouvé un sens et que les objectifs ont donc été remplis, ou bien l'évaluation est forcément en fin de vie, comme une question de conscience par rapport à tout ce que la personne se souvient ?

Un participant insiste sur la subjectivité du jugement personnel par rapport à sa propre action, des dissonances cognitives possibles entre l'action réalisée et sa justification par l'individu. Il pense que le point de vue individuel est généralement plus critique, plus négatif sur la vie personnelle mais à tendance à être plus laxiste envers autrui (on entend plus « il a bien réussi sa vie », plutôt que « j'ai bien réussi ma vie », peut-être parce que les éléments extérieurs portent à valoriser une action car on ne dispose que d'une vue partielle sur l'action. Le jugement sur le succès de notre vie est généralement en fonction des autres, en terme comparatif ; on se définit par rapport à celui qui a réussi mais surtout en fonction de celui qui est en situation d'échec. Ceux qui sont en situation d'échec permettent d'ailleurs à de nombreuses personnes de donner un sens à leur propre vie (éducateurs, psychologues, thérapeutes, etc.). C'est souvent dans le dépassement de soi qu'on trouve un sens à sa propre vie.

Quelqu'un intervient pour souligner que le bonheur est à distinguer du sens de la vie. Il est tout à fait possible d'être malheureux et de donner un sens à sa vie. Le sens de la vie n'est donc pas forcément dans la réussite sociale ou économique et n'est absolument pas synonyme de bonheur. Certaines personnes sont d'ailleurs incapables d'accéder au bonheur, ce qui ne les empêche pas de poursuivre une destinée et donc de donner sens à leur vie.

Une personne argumente que la vie n'a pas de sens, mais que chacun peut en trouver un. La vie humaine n'a pas de sens car l'Homme naît sans fonction prédéterminée, « il est condamné à être libre ». On né sans raison, l'existence précède l'essence, c'est donc à l'homme de trouver lui-même une raison pour laquelle il est vivant. En outre, l'Homme naît avec un corps biologique et une conscience, ce qui est difficile car la conscience doit accepter l'inéluctabilité de la mort tout en devant trouver un sens à sa propre existence en tant que conscience.

La question de notre fonction biologique porte à débat. Sommes-nous vraiment portés à satisfaire notre besoin primaire, qui est celui de se reproduire. Certaines personnes dans l'assistance considèrent au contraire que leur propre conscience et leurs choix de vie les ont porté à faire abstraction de cette exigence du corps et de la race.

Comme dans chaque débat, celui-ci n'échappant pas à la règle, il y a le moment relativiste. Ainsi, le sens donné à la vie dépend évidemment des facteurs habituels, tel que culture, vécu personnel, habitus, âge, espérance de vie, conditions du corps et de l'esprit, etc. Passé le moment relativiste, une partie des intervenants s'exprime sur le sens qu'eux ont trouvé à la vie. Une personne évoque son choix professionnel, qui correspondait à un besoin intérieur pour devenir la personne désirée en conscience. Le sens donné à ce changement de carrière n'a pas été a posteriori, en fonction du vécu, mais dans le choix lui-même, cette prise de conscience qui a permis de mettre fin à 10 ans de carrière et de réorienter l'action et les buts dans la vie. Une autre personne évoque la naissance de son enfant, qui lui a permis de devenir utile dans la vie et donc de donner un sens à son existence. Un autre participant évoque son expérience d'amour fusionnel qui a enrichi sa perception de la vie. Enfin, un autre évoque son changement de religion, un choix qui a acquis du sens par rapport à l'impact du vécu sur sa vie (personne n'est venu à son mariage, difficultés de respecter le nouveau dogme, besoin d'être accepté dans la nouvelle communauté, etc.).

Une personne argumente qu'il y a une différence entre chercher un sens à sa vie et donner un sens à sa vie. Trouver un sens à sa vie, c'est un contentement intellectuel, rationnel, ce qui est très différent du fait de donner un sens à sa vie, qui n'est pas un acte purement rationnel mais plutôt un *modus vivendi*, plus une direction qu'un choix stratégique rationnel. Une nouvelle problématique émerge alors : peut-on donner un sens à sa vie de manière inconsciente ? Certains argumentent qu'un choix peut en effet être rationnel, on peut laisser parler son être sans réfléchir et trouver un sens a posteriori. C'est ce qu'on appelle l'intuition. D'autres considèrent qu'on cherche toujours à justifier ses choix quels qu'ils soient, mais que cette justification et donc cette valeur qu'on donne à l'action n'est pas toujours réalisée de manière intellectuelle.

Comme l'heure avance, que les Burundais quittent la discussion en raison de la question sécuritaire et que la plupart des intervenants restant sont des expatriés, la problématique se pose sur le choix de vie effectué par tous les participants de venir vivre en Afrique. Trouve-t-on plus un sens à la vie en voyageant et en aidant un pays différent ou bien en se restant à travers le départ du continent européen. Il y a d'ailleurs une différence essentielle entre satisfaction quotidienne et choix de vie, surtout en ce moment au Burundi où les conditions de vie se détériorent.

La recherche du sens de la vie est une recherche égoïste, un choix égoïste, mais cela n'est pas forcément négatif, puisque cette recherche égoïste peut porter à un développement de la société. On trouve d'ailleurs un sens à sa vie en étant connecté au monde, il est impossible de le faire en abstraction totale de l'environnement social.

En conclusion un intervenant cite Malraux, pour qui une vie réussie est le fait de transformer en conscience une expérience la plus large possible.