

L'homme à dimension humaine

Dans un univers où la technologie, l'informatique et l'intervention génétique font des percées impressionnantes, quelle sera la vie intérieure de l'être humain en l'an 2000, comment négociera-t-il avec tous ces changements pour donner un sens à sa vie? Nous aimerions aborder ici trois dimensions significatives de l'être humain, son identité, son rapport au temps et sa quête de sens à travers la spiritualité.

Une identité à retrouver

Beaucoup de clients qui consultent actuellement en psychologie sont aux prises avec des problèmes d'identité. Ayant perdu les structures sociales qui leur donnaient des repères identitaires, c'est-à-dire le sentiment d'être quelqu'un ou d'avoir un rôle à jouer dans une communauté, les gens se retrouvent vides, anxieux, déprimés lorsqu'ils sont confrontés à un échec ou à une perte. C'est comme s'ils n'avaient jamais su réellement qui ils étaient, s'étant branchés sur une image idéale d'eux-mêmes. Ils essaient d'être un surhomme ou une surfemme, ou les deux à la fois, se demandant de tout prévoir, d'être autonome à tout prix, ne réalisant pas qu'ils sont incapables de supporter le moindre manque, le moindre vide dans leur temps si occupé, signe d'une profonde dépendance.

La quête de l'idéal, le désir de tout contrôler, le besoin de tout avoir tout de suite ne sont-ils pas des pièges qui nous guettent encore davantage dans cette fin de siècle? On veut fabriquer des êtres génétiquement parfaits, communiquer avec la planète toute entière, sans délai, contrôler la longévité et inconsciemment la mort. Un monde sans limites, mais un être humain épuisé.

Un questionnement de fond s'impose; certaines personnes, individuellement ou en petits groupes, commencent déjà à vivre autrement, à faire des choix à dimension plus humaine. Mouvement marginal ou transformation collective?

L'emploi en l'an 2000

Les secteurs prometteurs

Voici les principaux secteurs pour le Québec et plus particulièrement le grand Montréal, tels que rapportés dans diverses publications spécialisées et par des gens travaillant dans le domaine de l'information professionnelle :

- Les biotechnologies
- Le multimédia
- L'aérospatial
- L'agroalimentaire (production et transformation des aliments)
- L'industrie pharmaceutique
- Les télécommunications
- L'environnement (gestion des déchets et recyclage)
- Les matières plastiques
- Le transport
- L'informatique
- Les industries de services (vente et marketing, support technologique, ingénierie financière, gestion de crise et sécurité publique, etc.)
- La production cinématographique et télévisuelle
- Le commerce international (On prévoit une demande accrue tant pour les professionnels en droit que pour les spécialistes en stratégie. La connaissance de plusieurs langues présente un atout majeur.)

La relation au temps

Qui n'a pas été frappé par l'abondance d'articles de revues ou de journaux, de livres et d'enquêtes qui traitent du temps, du manque de temps surtout, et de ses corollaires : la fatigue, le stress, l'insomnie, etc. Et pour le contrer, la panoplie d'outils, de conseils et d'agendas pour le gérer comme s'il s'agissait de faire toujours plus en moins de temps. Que nous puissions le gérer, soit! Mais profitons-nous de ce temps occupé? Dernièrement, un sondage (Le Devoir, septembre 1999) sur les aspirations des Québécois indiquait qu'après la qualité de la vie affective, le fait d'avoir du temps est plus important à leurs yeux que l'argent ou la situation d'emploi. N'est-ce pas révélateur d'un malaise assez généralisé par rapport au temps? Mais de quel temps veulent-ils parler? Du sommeil? Au début du siècle, les gens s'accordaient des nuits de 9 heures 30 minutes. Aujourd'hui, on ne dort que 7 heures 15 minutes la semaine et 8 heures 15 minutes le week-end. Du temps de contact avec le conjoint, les enfants, la famille? Du temps de loisir? Du temps pour s'arrêter, ne rien faire?

Les pressions socio-économiques et les nouveaux moyens de communication nous poussent continuellement à performer, à consommer et à posséder. Nous sommes hyper branchés sur l'extérieur. Mais sommes-nous branchés sur notre horloge intérieure, nos besoins, nos valeurs, nos préoccupations essentielles? Ceux et celles qui ont vécu un *burnout* savent que dans cet état, on ne jouit plus de rien et la seule façon de retrouver l'équilibre est de ralentir la course, de revenir à des besoins plus fondamentaux. Reprendre possession du temps!

Les nouveaux visages de la spiritualité

En cette fin de millénaire, nous sommes témoins du délaissement des grandes traditions religieuses. Les églises se vident, les pratiques religieuses formelles, traditionnelles se font plus rares. Notre spiritualité est-elle menacée ou subit-elle une profonde transformation?

Si certaines personnes trouvent encore vivante et signifiante la tradition religieuse dont ils ont hérité, plusieurs Québécois sont en quête d'un renouvellement et abandonnent des croyances et des mythes considérés désuets : les idées de péché, d'enfer et de culpabilité de la chair sont réfutées. Dans ce contexte d'éclatement mais aussi de liberté individuelle et d'ouverture, un grand nombre de Québécois sont attirés par des modèles non encadrés, comme le bouddhisme, qui accorde une grande responsabilité individuelle à chacun, valorise le travail sur soi et la quête du bonheur dans ce monde-ci. Une autre réalité marquante est la création d'univers spirituels multiformes, c'est-à-dire composés d'un ensemble de croyances puisées dans plusieurs répertoires (judéo-chrétien, oriental, cosmique).

La quête de sens, de repères et de valeurs plus élevées est d'autant plus nécessaire à nos vies en cette époque de consommation effrénée et de changements rapides. Avec la manifestation de ces nouveaux visages de la spiritualité, peut-être plus proches de l'homme incarné, avec son corps et sa vie terrestre, l'expérience religieuse se transforme. Nous assistons peut-être à la naissance ou à la reconnaissance de forces plus englobantes qui suscitent non pas la culpabilité et la peur, mais un réel amour de soi et par conséquent des autres et de la vie. Pour nourrir l'homme, toute spiritualité a cependant besoin de s'enraciner dans une pratique concrète et quotidienne, de faire partie de la vie de tous les jours. C'est peut-être à ce niveau que les besoins sont les plus criants. Le renouvellement des pratiques, des rites et des lieux de culte suivra-t-il celui des croyances? Cela est à espérer.

par
**Marie-Andrée
Linteau,
Claude Pratte et
Anouk Beaudin,**
psychologues