

Eric Dufour maître de conférence en philosophie / université de Toulouse

“En ce qui concerne “la force affirmative de la vie”, Nietzsche parle d’intensification de la vie. D’où les affirmations dans lesquelles il est dit que l’art doit présenter une “surabondance” de vie, un dire “oui” à la vie. L’art doit ou devrait intensifier la vie...Remonter de l’oeuvre d’art ou de la pièce musicale jusqu’à l’artiste ou jusqu’au musicien pour déchiffrer les forces vitales qui s’expriment dans son oeuvre. Celle-ci peut-être l’expression d’une plénitude.”

James Baraz (awakening joy)

Dans notre société ultra compétitive, nous avons l’habitude de penser qu’il en faut toujours plus...être le premier partout, gagner à tout prix et “posséder le plus possible” sont des attitudes profondément inscrites dans notre psyché comme synonymes de réussite. Cette approche qui consiste à toujours viser le maximum est souvent appliquée par erreur à notre propre compréhension du bonheur . Les gens pensent à tort, qu’un plaisir intense est le signe que leur tentative d’être véritablement heureux fonctionne bien ...Cependant, en essayant de chercher les indicateurs de bonheur véritable, nous négligeons un principe plutôt fondamental : le fait de placer la barre très haut en termes d’intensité va tout simplement à l’encontre du bien-être . Donc si vous essayez de cultiver un véritable bien-être en vous même, essayez de lâcher la recherche d’une expérience d’une forte intensité . Une joie spontanée viendra naturellement si vous appréciez véritablement les simples moments de bien-être dans votre vie donnée”

Burn out - Revue Psychologie

“Depuis quelques années, l’expression “burn out” a envahi la presse et la littérature . Burn out des cadres, burn out des médecins, burn out des mères de famille, burn out des océans. Le concept fut ensuite décliné en “burn in”et “born out” , traduit en épuisement professionnel, “syndrome d’épuisement” asthénie psychique” et souvent confondu avec la dépression. Difficile de s’y retrouver . Le burn out est un processus de dégradation du rapport subjectif de l’individu à son activité. La personne en fait trop pendant trop longtemps sans récupérer suffisamment et finit par s’épuiser”

Livres : La vie intense, une obsession moderne, Tristan Garcia

Paroisse de la Sainte-Trinité : <http://www.saintetrinite-grenoble.fr/>
Diocèse <http://www.diocese-grenoble-vienne.fr/>



Livret Invités

Vivre intensément sa vie, pour()quoi ?

Marie-Françoise Claude, Elisabeth Roy
Béatrice Seure, Gérard Mennetrier, Michel Vromandt

Le 1^{er} septembre 2018

Prochaine rencontre du « Un café à la foi » 6 octobre 2018

Contact : Isabelle Pot 06 19 82 74 52 isabelle.pot@wanadoo.fr

Evangile de Jésus-Christ selon saint Matthieu (25, 14-30)

Il en sera comme d'un homme qui, partant pour un voyage, appela ses serviteurs, et leur remit ses biens. Il donna cinq talents à l'un, deux à l'autre, et un au troisième, à chacun selon sa capacité, et il partit. Aussitôt celui qui avait reçu les cinq talents s'en alla, les fit valoir, et il gagna cinq autres talents. De même, celui qui avait reçu les deux talents en gagna deux autres. Celui qui n'en avait reçu qu'un alla faire un creux dans la terre, et cacha l'argent de son maître. Longtemps après, le maître de ces serviteurs revint, et leur fit rendre compte. Celui qui avait reçu les cinq talents s'approcha, en apportant cinq autres talents, et il dit: Seigneur, tu m'as remis cinq talents; voici, j'en ai gagné cinq autres. Son maître lui dit: C'est bien, bon et fidèle serviteur; tu as été fidèle en peu de chose, je te confierai beaucoup; entre dans la joie de ton maître. Celui qui avait reçu les deux talents s'approcha aussi, et il dit: Seigneur, tu m'as remis deux talents; voici, j'en ai gagné deux autres. Son maître lui dit: C'est bien, bon et fidèle serviteur; tu as été fidèle en peu de chose, je te confierai beaucoup; entre dans la joie de ton maître. Celui qui n'avait reçu qu'un talent s'approcha ensuite, et il dit: Seigneur, je savais que tu es un homme dur, qui moissonnes où tu n'as pas semé, et qui amasses où tu n'as pas vanné; j'ai eu peur, et je suis allé cacher ton talent dans la terre; voici, prends ce qui est à toi. Son maître lui répondit: Serviteur méchant et paresseux, tu savais que je moissonne où je n'ai pas semé, et que j'amasse où je n'ai pas vanné; il te fallait donc remettre mon argent aux banquiers, et, à mon retour, j'aurais retiré ce qui est à moi avec un intérêt. Otez-lui donc le talent, et donnez-le à celui qui a les dix talents. Car on donnera à celui qui a, et il sera dans l'abondance, mais à celui qui n'a pas on ôtera même ce qu'il a. Et le serviteur inutile, jetez-le dans les ténèbres du dehors, où il y aura des pleurs et des grincements de dents.

Pour aller plus loin dans la Bible...

Marc 6,30-34 "venez vous reposer un peu"

Marc 8,35 "qui veut sauver sa vie la perdra"

Et avec le Pape François - 2017

Le Carême est le moment favorable pour intensifier la vie de l'esprit grâce aux moyens sacrés que l'Église nous offre: le jeûne, la prière et l'aumône. A la base de tout il y a la Parole de Dieu, que nous sommes invités à écouter et à méditer avec davantage d'assiduité en cette période.

Citations

- "il faut ajouter de la vie aux jours, lorsqu'on ne peut plus ajouter des jours à la vie" Professeur Jean Bernard
- " vivre l'instant présent comme les enfants"

- "Tout ce qui améliore est bon, tout ce qui grandit l'homme est grand" AF AMIEL
- "Vieillir, ce n'est pas du tout diminuer, mais grandir" M Jouhandeau
- "Quand la tâche ne nous grandit pas elle nous écrase" Anne Barratin
- "Ménager constamment en nous un espace vide fait d'attente attentive, une ouverture faite d'empathie d'où nous serons en état de (...) repérer ce qui advient d'inattendu et d'inespéré." François Cheng dans son livre "Œil ouvert et coeur battant"
- "Chercher, c'est vivre intensément. S'arrêter de chercher voudrait dire qu'on a perdu tout espoir." Roland Poupon
- "Je partis dans les bois parce que je voulais vivre sans me hâter. Vivre intensément et sucer toute la moelle secrète de la vie." John Keating - Film "Le cercle des poètes disparus"
- "Je veux vivre intensément, vivre tout simplement...à quoi bon s'économiser" Thierry Le Luron
- "Vivre intensément ne signifie pas vivre chaque jour comme si c'était le dernier mais comme si c'était le premier" Paul Carvel
- "Rendre heureux quelqu'un, c'est : augmenter son être, doubler l'intensité de sa vie, le révéler à lui-même, le grandir et parfois le transfigurer . Le bonheur efface la laideur et même fait la beauté de la beauté" . HF Amiel
- "Vis pleinement chaque acte comme s'il devait être le dernier" Bouddha
- "Ceci est le véritable secret de la vie. Être complètement engagé avec ce que vous faites dans l'ici et maintenant. Et au lieu d'appeler cela travailler, réaliser que c'est jouer " Alan Watts.
- "J'ai décidé d'être heureux parce que c'est bon pour la santé" Voltaire
- "La plénitude de la vie est dans tout. Quand vous reconnaissez l'abondance qui est autour de vous, l'abondance latente en vous s'éveille. (...) La profonde paix intérieure est empreinte d'immobilité vibrante et vivante. Eckart Tolle.
- "Il faut viser la lune, parce qu'au moins si vous échouez vous finirez dans les étoiles" Oscar Wilde .
- "Multiplier les premières fois, car c'est la nouveauté qui déclenche au plus haut le sentiment d'intensité." Tristan Garcia
- « L'idéal de la modernité vise l'intensification sans fin des forces vitales. Malheureusement, en privilégiant la vie à la pensée, l'homme moderne s'épuise et se perd dans cette recherche ». Tristan Garcia