

# « Un espace pour se donner ! »



Fondatrice des formations *Isha* (« femme » en hébreu), pour aider les femmes à s'enraciner et rayonner pleinement, Claire de Saint-Lager est formatrice professionnelle. En 2010, elle avait fait l'expérience du service et du volontariat au Cambodge avec *Enfants du Mékong*. À l'occasion des 30 ans des missions de volontariat Bambou, elle a accepté de témoigner.

PROPOS RECUEILLIS  
PAR ANTOINE BESSON

© Antoine Besson

**Tu es partie en 2010 comme volontaire Bambou, comment cette expérience a-t-elle été fondatrice ?**

Ce temps en Asie a irrigué tout ce qui est venu ensuite et a révélé ce qui avait été semé. J'ai eu 25 ans au Cambodge, le thème de la mission m'a beaucoup marquée. Nous sommes tous appelés à porter du fruit avec notre singularité, avec ce qui a été déposé en nous. Pour moi, la mission dépasse la vocation professionnelle : c'est vraiment la manière singulière que j'ai d'être au monde, de donner... Ça peut prendre de multiples formes.

C'est ainsi qu'est né le projet d'*Isha-formations*. Il y a eu une convergence entre le désir et l'appel. Pour moi, il s'agissait de répondre aux questions : qu'est-ce qui me fait vibrer, qui me rend vivante ? Qu'est-ce qui fait que je me sens à ma place, que j'ai de la valeur ? Et puis, il y a eu l'appel. Quand on est appelé à faire quelque chose, il y a des portes qui se ferment et d'autres qui s'ouvrent. Il faut être attentif à ce qui se passe dans notre environnement. Parfois on s'acharne sur un travail, un appel, un engagement qu'on a pris. Mais si les choses se referment, c'est sans doute

un signe qu'il est temps d'aller ailleurs. À l'inverse, il peut y avoir des appels, des engagements, des personnes qui vous demandent d'intervenir sur tel ou tel sujet et qui confirment votre désir. C'est exactement ce qui s'est passé dans mon cas. En rentrant du Cambodge, j'avais cette intime conviction que j'aimais transmettre et que je devais m'investir dans le domaine de l'éducation. J'ai commencé à travailler dans une association d'égalité des chances dans laquelle j'avais monté un parcours d'orientation. J'avais également entrepris en parallèle un parcours sur la féminité et

## Grand témoin

l'estime de soi dans un patronage, que j'ai dû confier à d'autres car je n'avais pas le temps de tout faire. Quelques temps plus tard, je suis arrivée à une impasse. C'est par une succession d'appels (celui d'un éditeur pour un essai sur la féminité, celui d'éducateurs et de femmes) que j'ai été conduite à réembrasser ce thème de la féminité et à m'y consacrer. J'ai compris qu'une porte se fermait et qu'une autre s'ouvrait. J'ai quitté mon emploi et j'ai décidé de me vouer à plein temps à ce sujet des femmes. Une vraie convergence entre le désir et l'appel. C'était en moi mais sans ces propositions, cela aurait été plus difficile. Il faut être attentif aux signaux extérieurs et se rendre disponible.

**Que réponds-tu à ceux qui, quand ils parlent d'engagement ou de don, estiment qu'il y a une part d'égoïsme dans le sens où l'on donne peu par rapport à ce que l'on reçoit ?**

Tout d'abord, je pense que le don est constitutif de l'être humain. Nous sommes faits pour le don et la relation. Il y a une sécheresse de l'être quand il n'a pas de lieu et d'espace pour se donner. Regardez par exemple l'expérience de *L'Arche* de Jean Vanier. Non seulement ces lieux de vie partagés rendent leur dignité aux personnes en situation de handicap, mais ils leur donnent aussi la possibilité de se donner elles-mêmes. Quand on ne donne pas, on s'assèche. Autour de moi, je vois des personnes blessées qui, même si elles sont remplies de trésors, ont beaucoup de mal à se donner. Elles ont peur du manque... Je vois à quel point ça peut être un vrai handicap de ne pas avoir d'espace, de lieu où on nous laisse la possibilité de

nous donner, où l'on nous fait confiance. Le don ne peut donc pas être quelque chose d'égoïste. Dans le don et la relation, il n'y a rien de calculé. Tu ne sais pas ce que tu vas recevoir. Il y a une part d'abandon où tu donnes ce que tu es. Sans compter qu'en Asie, nous autres, Occidentaux, arrivons avec toutes nos maladrances. Je caricature mais j'aime bien dire que nous sommes dans la tête, alors qu'en Asie, ils sont dans le cœur, avec ce que cela



**« Pour pouvoir profondément se donner, il faut avoir conscience aussi de ce qui nous ressource. »**

suppose d'inconvénients et d'avantages pour les deux modes de fonctionnement. Mais c'est la beauté de la rencontre : on apprend à s'inspirer les uns des autres. Les filles dans mon foyer étaient hypersensibles, elles sentaient quand je passais par des phases de désolation, de fatigue, d'épuisement, de tristesse. Elles avaient alors de petites attentions pour moi comme des petits mots glissés sous la porte. Mais quand elles n'allaient pas bien, elles avaient beaucoup de mal à mettre des mots sur leurs émotions. J'ai appris à me laisser aimer par

les filles, me laisser soigner ; et dans les moments où elles étaient enfermées dans leurs émotions, je les ai aidées à formuler ce qu'elles portaient en elles pour mieux vivre cette grande sensibilité qui était la leur. Un échange se faisait naturellement. Le don ce n'est pas « je donne à Antoine et Antoine me rend ». Au contraire c'est une dynamique de vie bien plus ouverte sur l'extérieur : je peux donner quelque chose à Antoine, et Antoine va le donner à Adélaïde

et Adélaïde va le donner à Chung et ça va circuler, ça va être transformé, et ce sera reçu. Il y a une digestion dans le don. C'est important pour ne pas aller à l'épuisement, de savoir que nous ne sommes pas des canaux « je reçois, je redonne ». Il ne s'agit pas d'un relai mais d'une réelle appropriation. Nous sommes des entonnoirs : je reçois, je goûte, j'intériorise, je transforme ce que je reçois et, ensuite je peux le redonner ! J'aime beaucoup cette phrase de Bernard de Clairvaux, « nous sommes des vasques, nous ne pouvons donner que ce qui



© Antoine Besson

déborde », ça suppose d'avoir la capacité de recevoir et de se laisser remplir pour pouvoir donner. Maurice Zundel, un prêtre suisse, mystique du XX<sup>e</sup> siècle, a beaucoup réfléchi sur le don. Il dit que « Dieu est pauvre ». Récemment j'ai lu un petit texte de lui sur la question de la propriété qui m'a beaucoup nourri : « La propriété est l'espace de sécurité nécessaire pour pouvoir créer nous-mêmes un espace de générosité ». La propriété n'est pas seulement matérielle, elle peut être affective (la sécurité affective). Dans une association comme *Enfants du Mékong*, notre travail est de

donner un espace de sécurité matérielle, comme le parrainage, à ces familles pour qu'elles aient de quoi nourrir leurs enfants. Cet espace de sécurité va leur permettre, à leur tour, de devenir généreux et de pouvoir accueillir. Il faut distinguer la pauvreté et la misère. La misère dénature l'être humain, elle ne lui permet pas de développer une vie intérieure parce qu'il est acculé à la survie en permanence. La pauvreté, c'est ne pas retenir les choses, ne pas être agrippé à ses biens, ne pas se laisser posséder par ce qu'on possède... Il y a de multiples façons d'être pauvre. Quand on vit dans la misère, il y

a un minimum dont on a besoin pour pouvoir vraiment se donner. C'est ce que font les associations sur le terrain – apporter ce minimum de sécurité matérielle pour que ces personnes-là puissent elles-mêmes devenir espace de générosité.

**Tu parlais tout à l'heure de l'épuisement dans le don. Est-ce que tu as des clés pour un engagement sain aujourd'hui ?**

Ce que j'essaie de proposer comme espace aux femmes, c'est de réfléchir à la façon d'épanouir leur don dans une vraie liberté. Je ne crois pas à la morale qui impose la générosité à coup d'affirmations comme : « parce qu'il faut, que je dois, que c'est bien, que c'est moral ». Au contraire, je pense que tout ce qui est trop moral est asséchant, parce que ça nie notre liberté. Je travaille beaucoup sur l'être, plus que sur le faire et l'avoir. Pour pouvoir profondément se donner, il faut avoir conscience aussi de ce qui nous ressource. Je crois beaucoup à cette dimension de la vie intérieure. C'est dans l'écoute de soi que l'on apprend où l'on doit vraiment être. Moi j'aime beaucoup parler de sujets profonds, me nourrir de spiritualité, de philosophie... mais si je n'ai pas de moments de légèreté dans la semaine, ça devient trop lourd. J'en ai conscience et je fais en sorte de partager un bon moment avec des amis ou aller à un cours de danse. Jean Vanier disait : « Nous devons être reposés, unifiés, paisibles, conscients des besoins de notre corps, de notre cœur, de notre esprit. S'il n'y a pas de plus grand amour que de donner sa vie et bien ne donnons pas des vies épuisées, tendues et pleines d'agressivité. Donnons plutôt des vies pleines de joie ! » ■