



« Il faut se réveiller pour saisir la beauté du monde et la bonté de notre existence. Cette prise de conscience donne envie de remercier. Pas toujours cependant, car celui qui est dans la gratitude reconnaît sa dette, il accepte, dans une certaine mesure, d'être inférieur à celui qui lui fait un don, il célèbre le don qui lui est fait et son donateur. Mais il peut arriver que l'on déteste un donateur, celui qui nous donne de l'argent qu'on ne peut pas rendre. » © Christian Dubovan / unsplash

de consommation, tout cela ne dispose pas à la gratitude. Il faut se réveiller pour saisir la beauté du monde et la bonté de notre existence. Cette prise de conscience donne envie de remercier. Pas toujours cependant, car celui qui est dans la gratitude reconnaît sa dette, il accepte, dans une certaine mesure, d'être inférieur à celui qui lui fait un don, il célèbre le don qui lui est fait et son donateur. Mais il peut arriver que l'on déteste un donateur, celui qui nous donne de l'argent qu'on ne peut pas rendre. Marcel Mauss² a montré que dans les tribus primitives, le récipiendaire doit rendre l'équivalent de ce qu'il a reçu pour être dégagé de la dette, sans quoi il devient l'obligé de son bienfaiteur.

La gratitude est pleine et entière quand le don est inconditionnel de la part du donateur et librement accepté de la part du récipiendaire



**un acte
de reconnaissance
peut bouleverser**



qui le désire pleinement. L'inconditionnalité du don libère le récipiendaire de la dette. Elle est une manière de dire : « Je te demande de ne pas essayer de me rendre ce que je te donne, car c'est impossible. Accepte-le seulement, car c'est mon plaisir de te faire plaisir. » La réponse à ce don est la gratitude, qui accuse réception du don qui lui est fait, et loue à la fois le don et le donateur.

² Anthropologue, philosophe, sociologue, ethnologue

Pourquoi l'homme souffre-t-il du manque de gratitude à son égard ?

Tout homme éprouve le besoin légitime d'être reconnu et à l'inverse doit reconnaître l'autre pour ce qu'il est, à savoir une personne digne. Lévinas a cette méditation sur le visage de l'autre qui se présente à moi comme un « commandement de respect ». Le visage c'est ce qui m'apparaît d'un être humain dans son innocence et sa sacralité. Regarder le visage de l'autre, c'est se laisser envahir par le sacré, et par l'interdit du sacrilège. Il est connu qu'il est pratiquement impossible, lors d'assassinats collectifs durant les guerres, de tirer sur quelqu'un de désarmé qui nous regarde en face. C'est insupportable. C'est là une marque du sacré, car la personne est ce qui est le plus parfait dans notre univers, et celui qui ose braver cet interdit risque l'effondrement. L'être personnel que je suis résiste absolument à l'instrumentalisation, à être considéré comme pur objet. C'est précisément en cela que consiste la dignité de la personne humaine. L'esclavage et la prostitution qui transforment l'autre en objet touchent au sacrilège. À l'inverse, considérer l'autre comme un être vraiment digne est une façon de le sauver. Une personne qui découvre pour la première fois ce regard porté sur elle, qui prend conscience qu'elle est regardée avec considération, respect, amour inconditionnel, cette personne connaît un bouleversement. Elle découvre la merveille qui existe en elle par le regard de l'autre. La gratitude qu'elle voue à celui qui la regarde ainsi est inextinguible.



Est-il possible d'acquérir cette qualité qu'est la gratitude ?

Il est possible de grandir en gratitude car notre regard intérieur peut changer. Il suffit parfois de le décider. Il faut apprendre à repérer les belles choses de notre vie, en faire la liste, se la rappeler, en remercier l'Auteur. Prendre le temps de méditer les beautés de notre vie, apprendre à les accueillir comme des cadeaux, ce qui est vrai. Ce travail intérieur alimente l'esprit de gratitude. La gratitude devient une caresse de l'âme qui apaise les colères et guérit les plaies.

Est-il vrai, comme l'affirment les paroles attribuées à l'imam Ali, que « si tu fais du bien à quelqu'un d'ingrat, il se rebellera, il ne te dira jamais merci » ?

Il faut peut-être distinguer plusieurs formes ou degrés d'ingratitude. Certains sont ingrats par manque d'éducation, inconscience, ou parce qu'ils sont animés de passions inverses, comme la colère et la révolte. D'autres ont fermé leur cœur, la vie les a blessés au-delà du soutenable, ou encore leur perversité les rend incapables de s'ouvrir à un sourire. Il arrive aussi que l'ingrat soit endurci : incapable de reconnaître le cadeau qu'on lui donne. Au mieux il le prend sans merci et en profite sans vergogne. Un acte authentique de reconnaissance peut parfois bouleverser les premiers : la rencontre de personnes charismatiques ouvre un chemin de bonté qu'ils découvrent et à laquelle ils répondent enfin avec gratitude. C'est une véritable conversion. ■

Il arrive aussi que l'ingrat soit endurci : incapable de reconnaître le cadeau qu'on lui donne. Au mieux il le prend sans merci et en profite sans vergogne. Un acte authentique de reconnaissance peut parfois bouleverser les premiers : la rencontre de personnes charismatiques ouvre un chemin de bonté qu'ils découvrent et à laquelle ils répondent enfin avec gratitude. C'est une véritable conversion. ■

Propos recueillis par
Nathalie DUPLAN