

DE LA MINDFULNESS À LA PAIX ÉCONOMIQUE

LE CHEMIN ÉTROIT D'UN UTOPISTE PRAGMATIQUE

Par Agathe Chevalier, journaliste indépendante et pratiquante du vajrayana tibétain

— 33 —

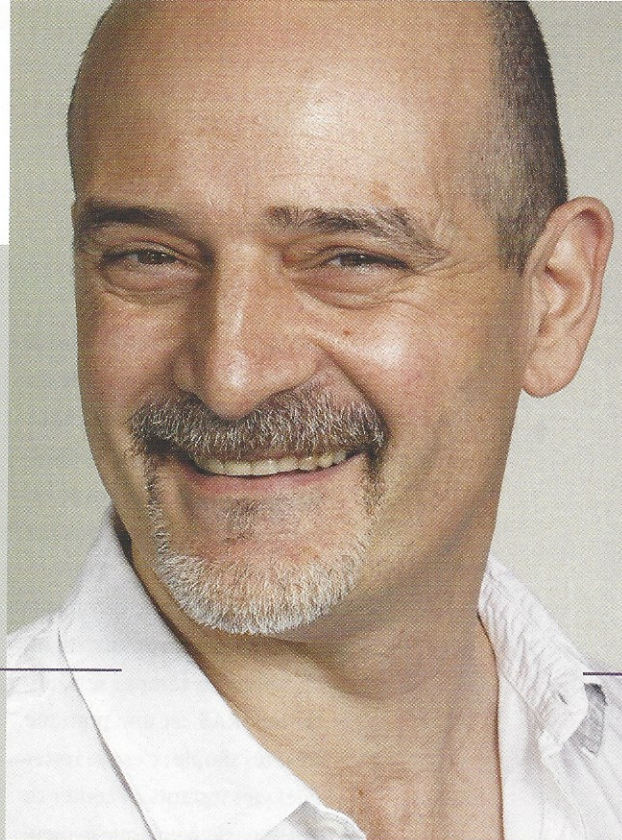
Méditant depuis des années, Dominique Steiler ne se déclare pas bouddhiste. Mais les valeurs séculières de l'enseignement bouddhiste l'inspirent et l'accompagnent pour penser autrement le monde économique qui nous entoure et agir en conséquence. En octobre 2012, il crée à l'École de management de Grenoble une chaire intitulée « *Mindfulness**, bien-être au travail et paix économique ». On pourrait croire à une utopie, mais c'est un projet très concret, même s'il est ambitieux : ébaucher un modèle de fonctionnement radicalement différent pour nos sociétés engluées dans le matérialisme et le consumérisme, un modèle basé sur l'éthique et la responsabilité sociale, par-delà les liens financiers. Cette première mondiale éveille déjà suffisamment l'attention pour qu'il soit invité à répéter le processus dans un centre de recherche de la prestigieuse université Princeton dans les années à venir.

OPA agressive, guerre économique, offensive commerciale... L'économie mondiale ne se définit que par l'agression. Est-il possible d'imaginer une paix économique ? Le terme n'existe pas, tout est à définir. Pour Dominique Steiler, la paix n'est pas un état à atteindre, mais un choix journalier à mettre en œuvre. Il s'agit d'inciter les entreprises à n'être pas considérées en fonction de la richesse qu'elles accumulent, mais de leur apport au tissu social, au mieux-vivre ensemble, que ce soit au travail ou dans la société. Dès le début, Dominique Steiler et

son équipe s'intéressent à la *mindfulness*, proposant des formations de gestion du stress aux étudiants de l'école de management. Mais ils sont conscients qu'il faut élaborer une approche beaucoup plus globale, une éthique de vie qui permette à tous, étudiants, enseignants, chefs d'entreprise, d'atteindre une certaine forme de sérénité intérieure. Ceci dans le but de créer un autre mode d'interaction entre les gens et de tendre ainsi vers la paix économique.

Des chefs d'entreprise qui avaient déjà une démarche personnelle dans ce sens adhèrent à l'idée et acceptent de devenir partenaires de la chaire de recherche, sans contrepartie initiale autre que la connaissance des résultats scientifiques produits pour l'intérêt général. La communauté de pratique qui se développe aujourd'hui entre ces entreprises est devenue fondamentale. De son côté, l'école de management s'engage à financer les salaires des chercheurs impliqués. C'est un système équilibré qui garantit une meilleure indépendance scientifique. Les premières recherches sont réalisées avec la collaboration de 40 chefs d'entreprise qui suivent un programme de *mindfulness* dont on mesure les effets. Il faut ensuite trouver le meilleur mode de transmission aux cadres puis au personnel des entreprises, qui n'ont pas tous le temps de suivre deux mois de programme. Dans ce cadre, la *mindfulness* est proposée en entreprise avant tout pour offrir des espaces de liberté et de responsabilité. Permettre à chacun, puis au collectif, de vivre plus pleinement la

(*) Pleine conscience



> **Dominique Steiler**

est titulaire de la chaire *Mindfulness*, bien-être au travail et paix économique. Docteur en management de l'université de Newcastle, il est professeur à Grenoble à l'école de management, où il dirige depuis 1999 le Centre développement personnel et managérial.

réalité des choses et des situations sans s'en détourner, qu'elles soient aisées ou difficiles. « Apprendre à des ingénieurs à mettre les indicateurs d'un tableau au vert est très simple. Leur permettre d'accepter la réalité et d'agir en conséquence est bien plus compliqué ».

Trop souvent, la *mindfulness* est instrumentalisée comme un outil, pour les uns de gestion du stress, pour les autres d'amélioration de la créativité. Même s'il est vrai que ces effets sont présents, cela ne devrait pas être son objet. Dominique Steiler refuse cette pratique dont l'intérêt ne serait que d'être plus « zen ». Aujourd'hui les managers ont besoin de pouvoir vivre pleinement la difficulté journalière que représente l'exercice simultané de la bienveillance et de la fermeté. L'entreprise et le monde économique doivent avoir la force de considérer la vie bien au-delà des résultats financiers. Le modèle proposé est en effet un modèle social complexe, où les échanges contractuels entre les personnes sont basés non pas sur l'argent, mais sur un bénéfice et un bien-être mutuels, en lien avec une forte éthique inspirée des valeurs séculières de générosité et discipline personnelle. Il ne faut pas se faire d'illusions, la proposition est ambitieuse et sa mise en œuvre délicate. Passe encore d'apprendre à des chefs d'entreprise à utiliser la *mindfulness* dans leur vie professionnelle, mais quand il s'agit d'expliquer, à ces responsables pris dans la tourmente d'une concurrence économique effrénée, que pour établir la paix économique il faut savoir tout accueillir, les

succès comme les revers et valoriser ses échecs pour en tirer des leçons essentielles, c'est beaucoup plus difficile à faire passer !

Pourtant la société dans laquelle nous vivons a promis depuis plus de 40 ans à chacun plus de richesse et le bonheur. Si la richesse a augmenté, alors même que l'écart entre riches et pauvres se creuse dramatiquement, c'est un échec absolu côté bonheur : jamais on n'a utilisé autant d'anti-dépresseurs et les burn-outs au travail sont légion. Or les valeurs bouddhistes nous enseignent bien que notre vie ne peut avoir de sens réel que si elle est mise au bénéfice du bien de tous, de quelque chose qui nous dépasse. La spiritualité et le partage amènent cela, la générosité est essentielle au bonheur humain. Il est nécessaire de le transmettre en milieu professionnel.

Une utopie ? Quoi qu'on en pense, beaucoup d'employés et de chefs d'entreprise sont déjà prêts. Le système actuel ne leur reconnaît pas la possibilité d'en parler, mais si la recherche vient légitimer leurs valeurs professionnelles éthiques, tout peut changer. Pour les autres, qui sont encore majoritaires, proposer d'adopter jour après jour des attitudes de paix économique par la sérénité personnelle et le bien-être au travail, c'est un peu comme « être debout au milieu du Zambèze en furie », reconnaît Dominique Steiler. Mais tout commence par un arbre au milieu d'un fleuve, et les enseignements bouddhistes ne font-ils pas également de la patience une de leurs valeurs cardinales ? ●