

## Petite revue de philosophie

### Méditations

Pierre Bertrand

---

Volume 1, Number 2, Winter 1980

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/1105709ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/1105709ar>

[See table of contents](#)

---

#### Publisher(s)

Collège Édouard-Montpetit

#### ISSN

0709-4469 (print)

2817-3295 (digital)

[Explore this journal](#)

---

#### Cite this article

Bertrand, P. (1980). Méditations. *Petite revue de philosophie*, 1(2), 67–87.  
<https://doi.org/10.7202/1105709ar>

# **Méditations**

Pierre Bertrand

*Professeur au département de philosophie*

## **1. Quelle est la source de mon malheur?**

On a beau prétendre le contraire, dire qu'il ne devrait pas en être ainsi, dire que cela va passer et qu'un jour tout cela va changer, quand on regarde nos vies telles qu'elles sont, on ne peut que remarquer combien elles sont chaotiques et chambranlantes. Des problèmes se posent à nous, très concrets, quotidiennement. Et quelle est la façon de résoudre ces problèmes, sinon d'y mettre une totale énergie, d'observer, de regarder, en toute lucidité? Sinon, il n'y a aucun moyen pour nous de résoudre nos problèmes. Il faut être capable de voir les choses telles qu'elles sont, en acte, non pas les fuir ou tenter constamment de les modifier à tort et à travers.

Voilà ce qui semble être le plus difficile, résider avec les choses, non pas leur dire ce qu'elles sont, mais les laisser elles-mêmes dire ce qu'elles sont. Nous avons peur de

regarder la réalité en face, parce qu'elle ne correspond pas à ce que nous voudrions qu'elle soit, à nos nombreux idéaux, ou encore aux images que nous entretenons de nous-mêmes. Mais si nous avons une image de nous-mêmes ou de la réalité, nous ne pouvons pas établir un contact direct avec nous-mêmes ou cette réalité. Notre contact est constamment biaisé par cette image. Toute image nous vient du passé et ne peut que nous faire passer à côté du présent.

Si j'ai un problème, j'essaie de le résoudre, j'essaie de voir ce qui est en jeu. Et ceci, sans me préoccuper des conséquences d'une telle investigation, et sans tenter non plus de résoudre tout de suite la question à l'aide d'une réponse qui, étant donné l'état de confusion dans lequel je me trouve, ne peut que s'avérer inadéquate. Au point de départ, j'avoue ma totale ignorance. Et cette ignorance me confère une énergie insoupçonnée. Il me faut, pour ce faire, sortir des prétentions sociales, des conformismes sociaux, en somme de tout le conditionnement qui m'a fait ce que je suis. Et je me pose la question: "Quelle est la source de mon malheur?". Et je m'arrange pour ne pas être pris dans le piège des mots, je ne veux pas vivre dans un univers de mots. Peu importe les mots, seules les réalités comptent. Quelle est donc la source de mon instabilité, de ma fragilité, des hauts et des bas incessants par lesquels je passe? N'est-ce pas que je fonctionne constamment à partir d'un centre, ce centre étant aussi bien celui de mon moi, ou celui de ma classe sociale, ou celui de ma race, de mon peuple, de ma religion, etc.? Sans cesse, je mesure la réalité à partir de ce centre. Sans cesse, j'essaie de protéger ce centre. Toute mes réactions, mes espoirs, mes désirs s'expliquent à partir de ce centre. Je suis enfermé dans ce centre, je suis ce centre. Je vois bien comment, dans

mes relations avec les autres, que ce soit des relations avec des étrangers, ou encore des relations d'amitié, ou encore des relations d'amour, il y a un calcul incessant d'égoïsme froid. Je ne condamne pas, je constate, je ne condamne pas, car toute condamnation est une fuite et fait en sorte que je quitte ce qui est pour aller me reposer auprès d'un très hypothétique devrait-être. Je ne me laisse pas arrêter par le mot égoïsme, et je continue à observer en acte comment j'agis et je réagis. Je vois bien l'énorme force de ce centre, et combien il tire constamment tout à lui, pour en tirer vanité ou quelque autre profit. Et combien ce centre passe par toutes sortes d'états, combien il recherche constamment le plaisir, combien il a peur de l'avenir, combien il se retrouve souvent désespéré. Je ne connais aucune solution pour sortir de tout cela. Je vois au contraire combien toutes les solutions trouvées par ce centre font précisément partie intégrante de ce centre, loin d'offrir une quelconque alternative.

Ce centre est tout ce que je suis, mes idées, mes espoirs, mon désir d'être heureux, mon malheur, ma souffrance, mes possessions, ma femme, mon mari, ma maison, mon argent, mes croyances, etc. Et tout cela se manifeste concrètement, par des réactions incessantes devant tout ce qui arrive et qui met constamment ce centre au défi. On peut dire qu'il ne se trouve en ce centre aucune solution aux innombrables problèmes qu'il crée, qu'il se crée à lui-même et qu'il crée autour de lui, rendant petit à petit la terre inhabitable.

Je mesure tout par rapport à moi, j'évalue tout par rapport à moi, je compare tout par rapport à moi, je calcule, j'essaie de prévoir, de planifier, d'imaginer, et bien souvent je me perds moi-même dans des calculs devenus trop com-

pliqués. Je me réjouis de mes réussites, de mes habiletés, je suis seul contre le monde entier, chacun est seul contre le monde entier, essayant de se tailler la première place. La compétition est vive, l'envie, la jalousie. L'isolement également, car de fonctionner à partir d'un centre fait en sorte que la communication est impossible, qu'on est incapable de sortir de soi-même, qu'on est sans cesse renvoyé à soi-même, ses habitudes, sa monotonie, son petit monde fermé où on a l'impression d'étouffer et dont on essaie de sortir, mais pour un temps seulement, à l'aide de toutes sortes d'excitants. Mais tant que nous fonctionnons à partir de ce centre, nous ne pouvons sortir de notre isolement.

Chaque centre, chaque Je se croit unique en son genre, s'accorde une énorme importance, mais tous les centres, tous les Je sont pareils. Ils étouffent tous dans leur isolement. Ils se mélangent tous dans leur calcul. Ils manquent tous de ce contact absolument vital avec le dehors, l'extérieur.

Mais je ne prends rien pour acquis, aucune formule, aucune réponse toute faite. La vérité n'est pas une formule, la vérité est le mouvement même de la vie. J'observe, j'observe sans cesse, je suis présent à tout ce qui arrive, je fais corps avec les situations, les événements, je ne fuis pas ma souffrance, je demeure avec elle, je l'habite, sans même souhaiter qu'elle passe, je surveille chaque mouvement de ma pensée, comment chaque mouvement provient d'un centre et vise à protéger ce centre, comment chaque mouvement est une forme de fuite de ce qui est, comment chaque image est également une forme de fuite de ce qui est, j'épouse ces mouvements de fuite, mon investigation ne

cesse de se situer au coeur de ce centre comme pour constamment miner ce centre, l'irréaliser.

Je sais combien facilement je peux m'embrouiller dans mes propres mots, et combien je suis une mémoire, me référant constamment, mécaniquement, involontairement à des théories toutes faites, des formules, des autorités, combien cela est plus facile et constitue une forme d'inattention, je sais combien j'ai la panique facile, et combien la solitude m'est parfois lourde à porter, je sais combien je suis pris à l'intérieur de toutes ces réactions et combien celles-ci n'arrêtent jamais. Et sans cesse je me dis: "il faudrait que je fasse ceci, il faudrait que je fasse cela", cherchant de la sorte à sortir de l'état dans lequel je me trouve. J'ai la tête pleine d'idées sur la façon dont les choses devraient être. En somme, je suis une mémoire, rien qu'une mémoire, à la fois consciente et inconsciente. Toute l'évolution de l'humanité se retrouve dans mon frêle organisme. Toutes les acquisitions de la culture, toutes les mutations biologiques, toutes les lentes adaptations, toutes les croyances, toutes les idées accumulées. Ma tête est une salle de cinéma où se retrouvent toutes les images, une bibliothèque où se retrouvent tous les livres. Et tout ce que je fais est pour protéger ce centre, préserver cet acquis, continuer cette lourde accumulation. Je m'identifie à mon nom, à l'image de moi-même dans le miroir, à ma formation, mon conditionnement. Mais également, je me rends compte de tout cela, je suis embarqué dans un processus de connaissance sans fin, je suis le mouvement de tout cela, et parce que je suis conscient, tout bouge, se transforme sans arrêt.

## 2. La violence et la paix

Nous vivons dans un monde extrêmement violent, dangereusement violent. Constamment, il y a une guerre quelque part. Et le monde entier est assis sur une poudrière. On connaît la course aux armements, et comment les pays dépensent des milliards dans le but de se doter d'armes toujours plus sophistiquées. Il y a également les innombrables brutalités policières, militaires, les tortures, les répressions. A côté de cette violence manifeste, évidente, il y a une violence plus sournoise, mais non moins réelle, ainsi la violence propre aux conflits sociaux de toutes sortes, propre au fonctionnement même du système économique qui favorise certaines catégories de gens ou certains peuples, la violence propre à la distribution des richesses qui fait en sorte que beaucoup crèvent de faim alors qu'une minorité est sur-nourrie, la violence également propre à l'environnement dans lequel on vit, fait de bruit, de pollution, de laideur, d'agressions de toutes sortes. Je pense que ce fait extérieur de la violence est indéniable.

Et je me pose la question: "Quelle est la source de cette violence? Où prend-elle racine?". Voilà une question très importante, car il ne suffit pas de désirer la paix, encore faut-il prendre les moyens pour l'obtenir. D'où vient donc cette violence omniprésente, qu'on retrouve non seulement dans la réalité des sociétés, mais également dans les spectacles que ces sociétés se donnent d'elles-mêmes, par exemple au niveau des émissions de télévision ou encore du sport organisé? Pourquoi cet immense plaisir pris à la violence, qui explique non seulement la violence de spectacle mais également la violence réelle?



Mais ne sommes-nous pas nous-mêmes, individus, extrêmement violents? Nous n'avons qu'à nous observer nous-mêmes, et voir combien, intérieurement, nous ne cessons pas de détruire les autres, par des mots, des critiques, des condamnations. Nous agissons de la sorte non seulement vis-à-vis des étrangers, des gens d'une autre race, d'un autre pays, d'une autre langue, d'une autre religion, d'une autre idéologie politique, mais également vis-à-vis des gens qui nous sont très proches et que nous disons aimer. Nous sommes extrêmement sensibles, et un rien nous frustre, nous tombe sur les nerfs, nous met en colère. Et ces états ont beau ne pas durer longtemps, ils n'en constituent pas moins une marque évidente de violence. Or, il semble bien que la violence qu'on retrouve au niveau de la société, ou au niveau des relations entre pays et groupes, ne soit que la manifestation, que le résultat d'une violence plus profonde qui se manifeste en nous et autour de nous quotidiennement, et qui imprègne notre rapport avec les autres et avec le monde. Il suffit de regarder ce qui se passe par exemple dans la vie de couple pour avoir une petite idée de cette violence intérieure aux individus.

Mais alors, la question est la suivante: est-il possible d'espérer un état de paix au niveau social et mondial si subsiste cet état de violence dans les individus qui, par ailleurs, composent les sociétés? Espérer la paix à l'extérieur, par l'entremise d'une espèce de révolution au niveau de la structure sociale, alors que les individus restent fondamentalement ce qu'ils sont, c'est manquer de sérieux et se préparer, une fois de plus, des lendemains qui déchantent.

Pour faire disparaître effectivement la violence, et pas seulement la faire disparaître dans sa tête, il faut bien voir en

quoi elle consiste, d'où elle tire sa source et tenter de la suivre jusqu'à ses racines les plus profondes. C'est en prenant conscience de la violence là où elle est que nous parviendrons à la faire disparaître. Mais d'abord, je me pose la question: étant donné que je suis une des sources de la violence telle qu'elle se manifeste sous tellement de formes, suis-je capable, moi individu, de faire disparaître cette violence pour moi-même? Sinon, il est utopique de penser détruire la violence au niveau social ou mondial.

Je vois très bien la violence que j'exerce vis-à-vis les autres, combien je m'identifie constamment à un parti, un groupe, une idéologie, des idées, des opinions, et combien, ce faisant, je m'oppose forcément à un autre parti, un autre groupe, une autre idéologie, d'autres idées, d'autres opinions. Et je me dis: m'est-il nécessaire de m'identifier à tout cela, ai-je besoin de m'identifier à tout cela pour vivre? Est-ce que tout cela ne constitue pas, au contraire, des entraves à ma vie, car je suis toujours en train de percevoir le nouveau, le neuf, l'imprévu avec des idées toutes faites, ce qui finalement rend ma vie ennuyante? Et de plus, le fait de résister n'est-il pas une forme de violence? Et pourquoi je résiste, qu'est-ce que j'ai au juste à protéger? Pourquoi suis-je si facilement blessé? Et je me rends compte qu'il y a une violence encore plus profonde, qui est la violence que j'exerce à l'égard de moi-même. N'est-ce pas être extrêmement violent à l'endroit de soi-même que de vouloir être sans cesse différent de ce que l'on est, que d'essayer d'imiter une sorte de modèle que l'on s'est donné, que d'être toujours en train de faire un effort, toujours en train d'essayer de se conformer à un idéal? Ce faisant, ne sommes-nous pas constamment en conflit avec nous-mêmes, constamment en guerre avec nous-mêmes, et

on peut se demander sérieusement dans quelle mesure il n'y a pas un lien absolument direct entre ce genre de guerre et les guerres qui ont lieu entre des groupes armés. Car cet état de guerre interne crée un tel état de confusion, d'étouffement que le besoin se fait sentir d'extérioriser cette violence et de la projeter avec brutalité sur un ennemi extérieur.

Il existe dans le monde un désir de paix. Nous sommes tout de même assez lucides pour nous rendre compte du danger de la situation présente. C'est ainsi qu'il existe partout des négociations, entre Égyptiens et Israéliens, entre Russes et Américains, etc. afin d'assurer un avenir meilleur. Malheureusement, ces négociations ne s'en prennent qu'à la surface du problème, et on a beau tenter de régler le problème à la surface, il continue à être alimenté par des sources autrement plus profondes. Et c'est sans doute une espèce de lâcheté, ou de paresse, ou de léthargie face à la nécessité d'empoigner les sources de la violence et de les tarir complètement qui explique que l'homme n'a jamais, jusqu'ici, réussi à vivre en paix.

Mais je me rends compte de cela, et je ne veux pas m'en faire accroire, je ne veux pas me bercer d'illusions. Je vois tout le mouvement de la violence. Je vois toute la violence comme faisant partie d'un seul et même mouvement. Je la vois sous toutes ses manifestations. Je suis aux aguets. Je remarque toutes mes réactions. Je vois la violence s'exercer en acte. Je ne m'oppose pas à elle, je ne lui résiste pas, je n'essaie pas de m'en débarrasser, car je sais très bien que ces réactions sont encore de la violence. J'observe donc très lucidement, très attentivement toutes les manifestations, toutes les marques de violence. Je suis cette violence, je fais corps avec elle, je la suis dans son mouvement, je ne lui

résiste pas, je la laisse éclore et la conduis à sa propre mort. Je me rends compte que je suis violent dans la mesure où je fonctionne à partir d'un centre, que la violence est une forme d'égoïsme, mes opinions, mon image de moi-même, mes ambitions, mon parti politique, mon équipe de hockey, etc. Et cette conscience que j'acquiers fait en sorte que mon rapport à la violence se transforme, que je ne suis plus une victime de la violence, que mon attention détruit la violence dans l'oeuf.

### **3. Après quoi courons-nous?**

On est en train de réfléchir à ceci ou à cela, à régler le sort du monde dans sa tête, et pendant ce temps on est complètement désespéré, notre vie tient à un fil, nos états varient comme la température. Ce que nous sommes réellement ne correspond pas aux nombreuses images que nous avons de nous-mêmes, ou encore aux idéaux que nous nous proposons à nous-mêmes, ou aux modèles que nous essayons d'imiter. Ou plutôt, ces images, idéaux, modèles ne sont qu'une partie de ce que nous sommes. Ce n'est pas avec ce que nous devrions être que nous vivons mais avec ce que nous sommes réellement. Tout le problème vient de ce que nous sommes impuissants face à ce que nous sommes, nous ne savons qu'en faire, nous ne savons où donner de la tête.

Très rapidement, nous partons dans des explications de ce que nous sommes (et il n'y a pas de différence entre ce que nous sommes et ce que le monde est), ou encore des justifications, ou encore des condamnations, mais tout cela ne nous avance pas beaucoup. Car malgré tout, nous restons ce que nous sommes, et on peut même se demander dans quelle mesure nos explications n'ont pas pour effet de nous faire fuir ce que nous sommes, de nous faire perdre un

contact direct avec ce que nous sommes. Mais nous préférons de beaucoup vivre dans nos idées, nos images, nos idéaux, plutôt que la réalité, car celle-ci est tellement moins agréable, plus prosaïque. C'est ainsi que nous habitons un monde de fantasmes, fantasmes sur l'amour, fantasmes sur le bonheur, fantasmes sur le plaisir, sur l'avenir, etc. et que nous sommes conséquemment constamment dépassés et déçus par l'amère réalité. Mais il serait plus juste de nous en prendre à nous-mêmes plutôt qu'à la réalité.

On ne sait pas au juste après quoi le monde court, mais on constate qu'il y a une course folle, effrénée après quelque chose. On court après quelque chose qui se produira dans l'avenir, et comme notre présent est tellement peu satisfaisant, nous mettons tous nos espoirs sur l'avenir. Mais cette course au bonheur, à la consommation, au plaisir, à la gloire, à la richesse est une course toujours déçue, toujours insatisfaite. Il suffit de regarder les Grands de ce monde pour constater qu'ils sont encore en train de courir, qu'ils n'ont pas encore réalisé leurs rêves de jeunesse. Et puis au bout de l'avenir, il y a la mort, toujours surprenante, qui n'arrive jamais au bon moment et qui ne tient aucun compte des projets non encore réalisés. L'avenir est très peu sûr, mais du moins cette course à l'avenir indique-t-elle un certain état du présent. Nous ne savons pas ce qu'est l'avenir, mais nous savons du moins ce qu'est le présent. Et si nous fuyons constamment le présent maintenant, il en sera encore de même plus tard, nous vivrons constamment dans le futur et nous ne goûterons jamais la saveur du présent.

On regarde autour de soi et on regarde en soi, et on constate quelle vie folle nous menons. Nous n'arrêtons pas un instant, nous voulons faire mille choses à la fois, nous ne

sommes jamais satisfaits de ce que nous avons, nous voulons toujours plus, autre chose, nous nous contredisons sans arrêt, voulant ceci et voulant cela, ne voulant pas ceci, ne voulant pas cela, aimant et haïssant, étant constamment en état de fuite, de peur, d'angoisse. Et c'est comme pour fuir cet état impossible que nous projetons dans l'avenir, dans l'espoir d'un avenir meilleur. Mais malheureusement, toutes les chances sont pour que l'avenir ressemble étrangement au présent.

Nous fuyons le présent, nous le trouvons souvent insupportable, et nous sommes complètement embarqués dans une espèce de roue sociale qui tourne et nous fait tourner avec elle, et qui nous prend corps et âme dans le désir de consommation, le désir de gloire, le désir d'être quelqu'un, le désir de nous réaliser. Nous avons l'impression de progresser vers quelque chose, sauf qu'à certains moments on se retrouve nu comme un vers face à une réalité, un fait, un événement, un sentiment, et on se rend compte alors qu'on n'a pas du tout changé, qu'on n'a pas du tout progressé. Chacun vise à se réaliser, mais qu'est-ce au juste que se réaliser? S'agit-il d'un autre fantasme, d'une autre illusion, d'un autre cul-de-sac?

Notre gros problème est que nous sommes conditionnés jusqu'au plus profond de nous-mêmes et que nous acceptons énormément de choses sans les remettre en question. Dans tout cela, dans cette ignorance, il y a une quantité incommensurable de souffrance, de misère, de désespoir. Et ce n'est pas là quelque chose d'abstrait, c'est quelque chose que nous ressentons dans notre propre corps.

de récompense, nulle part de Terre Promise. Nous ne serons pas récompensés pour ce que nous faisons. Nous avons constamment un motif pour agir, mais ce sont ces motifs qui embrouillent nos actions, qui font en sorte que nos actions manquent de force, de pouvoir. Car nous sommes dans une situation telle que seule la force de nos actions, la force de notre regard peut pulvériser les innombrables problèmes qui nous collent à la peau et à celle de l'humanité. Il n'y a pas d'autre solution radicale, qui va à la racine du problème, que cette conscience pulvérisatrice, capable de regarder en face les choses telles qu'elles sont.

#### **4. L'insatisfaction**

Je fais partie d'un monde absurde et cruel, et je ne sais au juste que faire. Mon désir est d'en sortir, de fuir quelque part au loin, de rêver de havres de paix, là où la turbulence et la stupidité du monde ne puissent m'atteindre. Mais partout où je fuis, je me retrouve tel que je suis, et je retrouve le monde tel qu'il est. J'admets mon total désarroi, et que toutes les solutions trouvées jusqu'à maintenant ont été des solutions partielles, des réformes pour passer le temps et aller au plus pressé, mais que le problème, ou la situation, fondamentalement, est demeuré intact, inaffecté. Je ne sais que faire. Je suis seul face à tout cela. Personne ne peut réellement m'aider. Les gens sont comme des ombres qui viennent et qui passent. Je constate à quelle profondeur extraordinaire je suis pris, et comment il m'est presque impossible de me dépandre.

Je suis là, à bouger sur place, à me déplacer sur place, virevoltant sur moi-même. Ma tête est pleine de tous les rêves jamais réalisés, et irréalisables, de toutes les plages, de

toutes les mers, de tous les soleils, de toutes les forêts. N'importe quoi plutôt que cette platitude présente. Je pars pour un temps, mais pour un temps seulement. Je rue dans les brancards à l'intérieur de moi-même, je pleure profondément.

Je trouve laide cette société dans laquelle je me trouve. J'essaie de trouver un confort quelque part, une paix, un calme. Mais je suis pris corps et âme là-dedans, mes réactions elles-mêmes font partie intégrante du tableau. Il y a en moi une insatisfaction profonde, très profonde. Une insatisfaction insatiable. Je ne veux pas me calmer. Je veux demeurer avec cette douleur, cette souffrance, cette torture. Je sais qu'elles n'ont aucune place ici, qu'elles ne peuvent qu'être objet de risée ou d'incompréhension.

Le monde est gouverné par des imbéciles, et à moins d'être un peu imbécile soi-même, on ne peut pas être reconnu par le monde. Ce dont je parle est trop volatile, trop subtil, trop fuyant pour qu'on puisse le reconnaître, ou même le comprendre. L'attention n'y est pas, on a la tête ailleurs, vers des sujets plus excitants, moins fins. Je constate que je suis seul, que je le veuille ou non. Chacun est tellement enfermé dans sa propre tête, dans ses propres problèmes, qu'une communication profonde n'est pas possible. On ne perçoit que ce qu'on projette, ou qui correspond à son intérêt propre.

Pour fonctionner, il me faut une croyance, et quand cette croyance est démentie par les faits, une cassure se fait dans mon fonctionnement. Je ne veux plus de mes enthousiasmes faciles, reposant sur l'illusion. Je suis devenu difficile pour les plaisirs que je me permets. Je ne suis pas seul dans mon cas. Il y a une foule derrière moi, une foule silencieuse, qui en a profondément marre de ceux qui s'accaparent des



petits morceaux de pouvoir, de toutes ces versions officielles, ces connaissances officielles, de ce que le monde est supposé être, ou devrait être. En avoir marre de taire cette vérité, de laisser les versions officielles écraser ce qui existe vraiment et est ressenti profondément par tous et chacun. Oui, la majorité silencieuse contient en elle quelque chose de plus révolutionnaire qu'on aurait tendance à le penser.

Je sens la nécessité d'une révolution radicale, totale, qui affecte beaucoup plus que la structure extérieure de la société. Comme une façon de voir les choses tout à fait autrement. Les choses ne peuvent pas durer ainsi. Au bout de cette route gît inmanquablement la catastrophe. Je ne veux plus vivre cette vie stupide, infernale. Je ne veux plus jouer ces jeux dont je suis la première victime. C'est sûr que je suis pris déjà dans tout un jeu, que je suis déjà entouré de tout cela, que tout cela m'est à ce point intérieur que moi aussi je contribue à produire, créer, tout cela. Je suis assez lucide pour constater mes réactions, et constater que celles-ci sont des réactions attendues. Je suis pris dans une affreuse routine, qui est la routine de moi-même, de mon être propre, de ce que je suis. C'est de ce que je suis que je n'arrive pas à sortir. Une partie de moi tente de lutter contre une autre partie, et le tout tente, subrepticement, de se conformer à ce qu'on attend de lui. Le tout tente constamment d'être reconnu par les pouvoirs, les instances en place. Et c'est là qu'il s'étale de tout son long dans le piège. Faire la révolution, c'est couper très profondément avec des choses qui, précédemment, nous tenaient profondément à coeur.

Mais on se demande ce qui peut changer, si ce n'est à ce prix. Non pas le sacrifice de soi-même, mais le simple fait d'aller au fond, de soulever toutes les pierres, de rester

perpétuellement en éveil, de continuer à marcher malgré toutes les embûches, de faire face aux problèmes, aux difficultés, quelles qu'elles soient. Oui, je sais jusqu'à quelle profondeur je ne m'appartiens pas, jusqu'à quelle profondeur je suis le jouet de forces dont je n'ai pas idée, que je ne maîtrise pas, combien je suis conditionné, je suis le produit exact de la culture, de la civilisation, combien je corresponds à ce qu'on a voulu de tout temps que je sois, et comment je me reçois déjà tout fait, déjà en marche. Et qu'il ne s'agit pas pour moi d'attendre un moment privilégié avant de commencer quoi que ce soit, d'attendre que des conditions idéales apparaissent, car celles-ci n'existent pas, d'attendre que je sois devenu vieux, plus sage, moins vivant, d'attendre une année, ou deux ans, ou trois ans. Je suis déjà en marche, et je dois prendre le train en marche. Ce que je suis, je le suis déjà, ce qui fait problème fait problème maintenant, et je dois constater mon impuissance face à ce qui se trouve là, devant moi, sous mon nez. Quoi faire? Le subir en silence, en protestant, en maugréant, en criant? En espérant que cela finira par passer? En espérant un avenir meilleur? En espérant quelque intervention extérieure qui viendra tout transformer sans que je m'en rende compte? Toutes ces réactions existent en moi en même temps.

L'insatisfaction en moi ne demande pas mieux que de disparaître, de redevenir sage, rentrer dans l'ordre, se contenter de quelque bonbon bon marché. Oui, l'insatisfaction aspire à être satisfaite. Mais en même temps, elle n'y arrive pas. Perpétuellement subsiste comme une blessure irrémédiablement ouverte. Une blessure qui est en même temps une ouverture, toute une sensibilité.

## **5. L'absence de pensée**

Il y a dans la vie quelque chose d'infiniment mystérieux, d'infiniment incontrôlable. La vie ne peut se prendre que sans pensée. Toute pensée est une fausseté proférée sur la vie, et une entrave à la vie. Et la vie se réserve de déjouer toutes les pensées. La force de la vie est une force de spontanéité, bien plutôt que de planification, d'ignorance bien plutôt que de savoir. Nous sommes constamment dépassés par les événements, et nous habitons constamment un univers imaginaire, illusoire. Nous sommes embarqués corps et âme dans la réalité sociale qui nous a façonnés tels que nous sommes. Nous passons notre vie à courir après des chimères, ou à entretenir, à répéter des pensées inutiles et insignifiantes. Nous tentons de sortir de cette prison, et alors la peur nous prend, peur de la solitude, peur de rater sa vie, de ne pas être à la hauteur, de ne pas avoir de succès, de n'aboutir nulle part, de ne ressembler à aucun des modèles que nous nous sommes spontanément et mécaniquement, sans y penser, donnés. Et on regarde sa vie telle qu'elle est, et on constate combien elle est fragile, combien on ne peut compter sur rien d'extérieur.

Nous sommes habitués à ce que nous connaissons bien, à ce qui nous est familier, à nos habitudes, même lorsque celles-ci sont des habitudes de malheur, de misère, de peine, et nous sommes comme accrochés à tout ce bien connu. Nous y trouvons notre sécurité, la familiarité et, pour tout dire, la monotonie de notre vie. Et nous avons peur de l'inconnu, que l'inconnu soit encore pire que le connu.

Nous réfléchissons à notre situation, nous essayons de la comprendre, nous essayons de prévoir comment nous

en sortir, nous pensons sans arrêt, nous rêvons de lendemains transformés, et tout cela est une manière de maintenir une continuité, de faire en sorte que les choses demeurent fondamentalement ce qu'elles sont. Et pourtant, nous voulons sincèrement changer, mais ce désir de changement, ou encore nos motifs de changer sont tout à fait ancrés dans la continuité de ce que nous sommes. En somme, notre désir de changer est une manière, pour nous, de rester ce que nous sommes, de ne pas changer. Chaque fois, une recette est espérée, on espère qu'une sorte de recette va se dégager, qui va nous indiquer quoi faire, et nous visons un but, qui est précisément celui de se réaliser, d'être meilleur que les autres, d'acquérir une supériorité sur les autres, mais ces buts font précisément partie de ce que nous sommes.

Nous sommes constamment accrochés à quelque chose, qui est pour nous autant d'illusions, nous sommes toujours accrochés quelque part, nous avons une sainte horreur du vide, il faut toujours que quelque chose se passe, que nous soyons occupés, ou préoccupés, quand ce n'est pas ceci c'est cela. Nous sommes habités d'une ambition démesurée, et nous souffrons à l'intérieur d'une telle ambition. Nous ne savons où trouver le levier qui nous permettrait de nous soulever et de nous basculer nous-mêmes. Nous avons l'impression de changer, pour nous rendre compte avec tristesse et déception que nous sommes les mêmes qu'avant.

Et en même temps, nous laissons notre vie aller, un peu au fil de l'eau et des courants dominants, nous nous disons que les choses vont s'arranger toutes seules, comme miraculeusement. C'est qu'encore nous essayons d'agir en fonction d'une formule. Nous essayons de nous convaincre

de ceci ou de cela, mais sans y parvenir. Nous y croyons, mais pour un temps seulement.

Nous sommes pleins d'illusions sur nous-mêmes, sur notre valeur, sur le futur. Nous sommes sempiternellement un être du futur, où le meilleur est toujours à venir, où le meilleur n'est jamais présent, jamais réel. Il y a une peur de décrocher de tout ce à quoi nous sommes accrochés, une peur de s'abandonner, de lâcher toutes ces conneries qui empoisonnent et pourrissent nos vies, une peur de ne plus savoir, de ne plus penser, une peur de n'être rien. Car finalement, qui suis-je sinon rien, et n'est-ce pas ce rien qui est la condition d'être tout ce qui se présente, d'être tout ce qui est? Oui, l'essence de moi-même consiste à perdre la mémoire de moi-même, à disparaître, avec mes soucis, mes problèmes, mes préoccupations, mes ambitions, mes désirs, pour n'être que cette chose qui est, ce présent, cette perception, cette présence, cette attention, cette sensation, cette pensée.

Notre pensée, qui est ce que nous sommes, est sans cesse occupée. Elle peut être occupée par la peur, peur de l'inconnu, de la mort, de la solitude, de l'avenir, etc. ou encore par le plaisir, plaisir qui est entretenu, cultivé par la pensée. Notre pensée n'arrête jamais, et nous sommes tout entiers notre pensée, sans aucun mouvement de fuite, de rationalisation, de justification, de condamnation, car l'important c'est de mener la pensée à sa fin et non pas de l'entretenir, de la compliquer par de la surenchère, et qui n'est que la continuation de la pensée, c'est-à-dire du déjà-connu. Sans pensée, nous sommes totalement seuls, une pure perception, une pure attention, et en même temps, c'est à ce moment que nous sommes le moins seuls, que nous sommes en contact

ou communication directe avec un dehors immédiat. La communication ne se produit que dans l'oubli de soi, une totale ouverture à l'autre.

Nous tentons de résoudre nos problèmes par des moyens qui ne peuvent pas les résoudre, mais qui ont au contraire créé ces mêmes problèmes. Et quand nous tentons de les résoudre de cette façon, nous ne faisons en fait que les compliquer. Nos problèmes sont résolus, non pas par la pensée, mais lorsque la pensée cesse, faisant place à l'attention, l'observation, la perception, la sensibilité, la compassion. Il faut réellement quelque chose de plus fort que la pensée pour résoudre nos problèmes, pour nous faire découvrir un nouvel art de vivre, d'où le cynisme, cette plaie des temps modernes, soit totalement absent. La pensée est beaucoup trop limitée, et ne peut être que prise dans la répétition, et toutes sortes de conflits, de problèmes qui ont pour effet d'épuiser toute énergie disponible. Comme la pensée est purement mécanique, même dans ses exercices les plus sophistiqués, il n'est pas question de vouloir l'arrêter volontairement, ou même de désirer l'arrêter. Car tout cela fait encore, intégralement, partie de la pensée, loin de constituer un quelconque dépassement. Il n'est pas question, non plus, de s'arrêter sur une quelconque conclusion de la pensée, qui déterminerait notre manière de voir ou d'agir. Il n'y a pas de méthode pour arrêter la pensée, car toute méthode fait encore partie de la pensée, est un produit de la pensée et continue à alimenter celle-ci. Cette pensée en fonctionnement perpétuel, qui contient tout ce que nous connaissons, c'est nous-mêmes, tous les états par lesquels nous passons, tout ce qui se déroule dans notre vie quotidienne, tout notre conditionnement. Nous sommes seuls face à tout cela. Aucune interven-

tion chirurgicale ne viendra nous faciliter la tâche. Nous sommes dans un monde, au contraire, de l'imprévisible, où rien ne peut être pris pour acquis, où la réalité ne correspond jamais à nos idées, à nos attentes, où nos plans sont constamment déjoués, où nous sommes sans cesse surpris et dépassés. Nous agissons à tâtons, dans le noir, sans savoir, ne pouvant nous arrêter nulle part, nous reposer nulle part. En cours de route, en plein milieu, nous ressentons des soubresauts de compassion, d'amour inexpliqué, et nous nous rendons compte qu'il ne s'agit pas pour nous d'aller quelque part, d'arriver quelque part, d'aboutir quelque part, que notre vie n'est pas au futur, mais que déjà, là, nous y sommes.

## **6. Qu'est-ce que changer?**

Qu'est-ce que changer? Telle est peut-être, au bout du compte, la question qui nous tient le plus à coeur. Car toute notre vie repose sur le désir ou l'espoir de changer. On supporte les choses actuelles, mais à la condition que ce ne soit que pour un temps, à la condition qu'un changement finisse par se produire. C'est dire que l'idée de changement est très importante pour nous. Mais qu'est-ce que changer réellement, effectivement? Car penser au changement n'est pas changer. Dire qu'on va changer un jour n'est pas non plus changer. L'idée ou le concept de changement, ce n'est pas le changement lui-même.

Et pourtant, on sent bien combien le changement est nécessaire, impérieux dans nos vies. Nos vies sont tristes à mourir. Même nos plaisirs, nos fêtes ont quelque chose de las. Nos vies sont prises dans des routines, des réactions stéréotypées, des répétitions de toutes sortes. Aujourd'hui

ressemble beaucoup à hier. Et pourtant, pour qu'un changement s'effectue effectivement, il faudrait qu'aujourd'hui soit totalement différent d'hier. Nous voulons changer, mais en même temps nous ne le voulons pas réellement, au sens où nous ne voulons rien lâcher de ce qui nous constitue, de ce qui constitue la continuité de ce que nous sommes, par exemple nos souvenirs, nos émotions ou sentiments habituels, nos réactions, nos innombrables pensées, nos soucis, nos problèmes. Nous restons accrochés à tout le connu, tout le familier, et il n'est pas étonnant, dès lors, que nous nous répitions nous-mêmes et que nous ne changions pas.

Qu'est-ce qu'implique exactement pour nous le fait de changer? Le fait de changer réellement, en acte? N'est-ce pas que tout ce que nous connaissons, ce à quoi nous sommes habitués, ne se retrouve plus, soit mis en suspens, entre parenthèses, soit comme arrêté? Sinon, tout se répète comme avant, et on ne peut pas parler de changement.

Le changement est pour nous une espèce de fantasme auquel s'alimente avec trop de facilité notre vie. Ce fantasme nous aide à passer les moments difficiles, et nous aide également à nous illusionner sur nos véritables intentions. En fait, je ne veux pas changer, et donc je remets le changement à plus tard, dans un éternel plus tard qui ne se réalisera jamais. Or, le changement ne peut être que l'acte du présent, ne peut se produire qu'au présent. C'est ce que je suis maintenant qu'il s'agit de changer, et non pas un moi hypothétique. C'est moi-même tel que je suis qu'il s'agit de changer, avec tous mes désirs, toutes mes idées, mes ambitions, mes peurs, mes souffrances, mes plaisirs. Sinon, le changement devient une idée vide de sens.



On imagine souvent le changement comme n'affectant que l'extérieur des choses, par exemple un changement dans l'espace, changer de profession, de lieu d'habitation, de femme ou de mari, d'habitudes, ou même changer de religion, d'idéologie, etc. Mais ce genre de changement est uniquement superficiel et n'affecte pas l'essence de ce que nous sommes. C'est ainsi que malgré un tel changement, nous restons fondamentalement les mêmes et répétons, dans le nouvel espace, tout ce que nous sommes.

Le changement est de la nature du ne-pas-faire. C'est-à-dire ne pas faire ce que je suis habitué de faire, et ce que je fais mécaniquement, sans y penser, au niveau de mes réactions quotidiennes. Non pas faire autre chose que ce que je fais, mais simplement ne pas faire ce que je fais. Car pour faire autre chose que ce que je fais, je dois d'abord en avoir une idée, et cette idée je dois la puiser forcément dans le vieux fonds de ce que je suis. J'essaie simplement de donner l'avantage à une partie de moi contre une autre partie. Dans ce cas, je suis en état de lutte interne, entre ce que je suis et, par exemple, ce que je devrais être. Mais l'idée de ce que je devrais être fait également partie de ce que je suis. En somme, il ne peut pas y avoir de réel changement de ce côté.

En d'autres mots, chaque fois que j'ai une idée de ce que je devrais être, je reste, en fait, pris dans ce que je suis, et je ne change aucunement. Je fais des efforts pour changer, mais ces efforts font précisément partie de ma façon habituelle d'être. Toute idée vient du passé, de mon conditionnement, et je suis précisément constitué par ce passé, ce conditionnement.

Ce n'est qu'en m'enfonçant totalement dans le présent que je puis changer. Mais d'abord, il me faut prendre cons-

cience de ce que je suis totalement, non pas ce que je suis en tant qu'image de moi-même, ou en tant qu'une formule proférée sur moi-même, ou en tant que conclusion tirée sur moi-même, comme lorsqu'on dit: "je suis ceci, je suis cela; je suis comme ceci, je suis comme cela". Non pas le fantasme de moi-même, non pas moi-même en tant que perçu du point de vue du passé, mais moi-même tel que je suis réellement, au présent. Je dois d'abord m'habiter totalement, sans prétention, sans aucune image de moi-même.

Il ne s'agit pas de remplacer une idée par une autre, une attitude par une autre, une manière d'être par une autre, mais plutôt d'arrêter le processus entier de ce que nous sommes. Dans cette façon d'être au présent, de ne pas bouger, de demeurer là à être le témoin de ce qui se produit, il y a déjà un début de changement, il y a déjà une distance acquise par rapport à quelque chose, qui ne se produit plus exactement comme avant. Il y a, également, un goût pour expérimenter, pour voir venir, une curiosité par rapport à comment nous allons réagir devant telle ou telle situation. Nous mettons notre savoir en suspens, ce savoir qui fait en sorte que le bien connu se répète sans cesse. Nous sommes en état d'alerte, aux aguets, car nous ne savons pas réellement ce qui va se passer, et parce que nous ne savons pas, ce qui se passe nous fait voir de nouvelles choses, des choses que tout notre savoir ne pouvait pas nous faire même soupçonner. Se répéter soi-même, c'est précisément être attaché à ce savoir, qui n'est en fait qu'une description du monde, qu'un ensemble de données pratiques sur le monde pour nous le rendre familier et nous permettre d'agir. Mais il y a, dans la réalité, quelque chose de beaucoup plus riche, plus mystérieux, et qui ne peut qu'échapper à notre savoir.

Qu'on ne s'y trompe pas, les implications du changement sont radicales. Jouer avec l'idée du changement est une chose, et changer réellement en est une tout autre. C'est tout mon rapport au monde qui se trouve affecté, transformé. Je ne suis plus comme avant, non pas que je puisse dire ce que je suis devenu, car je ne suis rien devenu, je me suis plutôt effacé, je suis plutôt disparu. Maintenant, je ne sais plus du tout qui je suis, je sais même que je ne suis rien du tout.

Changer, c'est changer une à une chaque partie, chaque parcelle de ce que nous sommes. C'est déréaliser sa propre réalité. C'est être le témoin de soi-même comme si c'était quelqu'un d'autre. C'est aussi ne faire aucune différence entre soi-même et les autres: je suis comme les autres, les autres sont comme moi. C'est habiter l'espace du vide dans lequel toutes les choses sont contenues. C'est habiter l'espace entre deux pensées, le silence dans lequel les paroles sont proférées.

