

## LA TRANSVERSALITÉ PLANCHE FM

«*Si nous pouvons atteindre la compréhension de ce que nous sommes vraiment, il n'y a pas de meilleur remède pour éliminer toute souffrance Ceci est le cœur de toutes les pratiques spirituelles* » nous enseigne le Lama Kalou Rinpoché (1904/1989).

En philosophie nous pourrions écrire toute une vie sans parvenir à finir notre texte. Chaque jour apporte de nouvelles réflexions, de nouvelles pages à remplir. En m'imposant une structure en échafaudage, ma volonté était de limiter le nombre de planches de sa construction. Je ne voulais pas en mettre toujours une de plus, mais bien arrêter cette construction à une hauteur prédéfinie. Je me limitais aussi dans le temps afin de ne pas toujours retarder ce rendez-vous avec vous, voici donc l'avant dernière planche la 32ème.

### **...sur les limites de toutes philosophies**

De tout ce qui a été écrit, de tout ce qui est écrit, de tout ce qui sera écrit, concernant la philosophie, il serait dangereux de croire à l'universalité de ces remèdes. Aucune philosophie ne pourra soigner tous les maux, aucune médecine, non plus, ne peut prétendre à être universelle.

Pour les maux d'ordres physiques.

Avec la science d'aujourd'hui les médecins nous soignent par des remèdes issus de la pharmacie ou par des gestes médicaux, la chirurgie en est un. Certaines maladies n'ont pas encore trouvé de solution technique pour être vaincues. Néanmoins il est indéniable en amont où en aval de ces maladies, que la philosophie peut aider à se soigner ou à supporter.

Pour les maux d'ordres psychologiques.

Par la psychiatrie avec toutes ses connaissances qui ne font que grandir, permettant de rétablir le bon sens là où il a été perdu. La psychanalyse et la neurologie nous permettent chaque jour de mieux comprendre le comportement des hommes. Il est surprenant de voir combien parfois certaines pensées philosophiques anciennes sont en plein accord avec les plus récentes découvertes des neurosciences.

Il est utile de le rappeler ici, que la philosophie permet d'accroître l'efficacité de la médecine, sans jamais la remplacer. « *Le paysan creuse des canaux dans les champs, l'armurier façonne la flèche, le charpentier courbe le bois...* ». Nous rappelle bouddha, nous pourrions compléter ses propos en rajoutant les professions médicales, cela ne changera rien à la fin de sa phrase que voici « *...mais le sage se perfectionne lui-même* »

Pour être mieux avec l'aide d'un travail philosophique, il nous faut rechercher à travers une multitude de propositions celles qui seront les plus efficaces dans notre recherche personnelle de notre moindre-souffrance. La juste mesure de nos souffrances est toujours de l'ordre de notre intime. Nous ne pouvons pas, dans l'instant, partager avec d'autres personnes, les stimuli de douleurs que nous percevons, ni l'état de notre esprit. C'est seulement à travers des mots, des gestes, des gémissements, des cris que nous pouvons partager notre souffrance avec les autres. Si nous pouvions, en nous donnant la main échanger un instant nos douleurs, cela simplifierait ce partage et la compassion mutuelle en serait plus grande. Cette idée me plaît, mais combien de temps serions-nous capables de tenir la main de l'autre ? Pour certains malades oserons-nous encore leur tendre notre main ?

### **... sur les passerelles transversales**

Dans toutes les philosophies qui sont à notre disposition, le plus surprenant est que petit à petit, tout au long de cette quête, nous découvrons que si elles ne portent pas les mêmes noms, leurs mêmes références, leurs approches sont souvent très proches. Nous l'avons bien vu dans la méditation, qu'elle soit Zen et des plus bouddhistes ou des plus profanes à travers la pleine conscience, les mécanismes neuronaux qui jouent sont très voisins, pour ne pas dire les mêmes. D'où cette richesse de chercher les chemins de travers entre les différentes approches philosophiques ou religieuses dans cette quête de la moindre-souffrance. Ces passerelles mettent probablement en valeur des bouts de vérité qui sont communs à toutes. Religieux, philosophes sont tous faits de ces mêmes matériaux qui constituent notre corps, du plus petit de nos os, en passant par notre chair, notre sang, et notre matière grise. Reste pour unique différence la valse des synapses entre les neurones qui pourrait nous différencier. Elle dépend de la musique et les pas de danse que chacun à commencer à apprendre depuis sa naissance.

L'étude de la philosophie, est encore aujourd'hui une « pharmacie » naturelle, pour parvenir à limiter nos souffrances, psychologiques mais aussi physiques par un meilleur équilibre de vie. Nos recherches à devenir l'ami de la sagesse va agiter notre cerveau, qui va inconsciemment fabriquer des remèdes en tout genre. Plus que jamais, à l'issue de ces planches, la philosophie mérite vraiment plus qu'un détour, un réel travail au quotidien. La philosophie est un travail de solitaire, poussé à l'extrême, un travail d'égoïste. Ce qui aujourd'hui cadre bien avec la société dans laquelle nous vivons. Cette course effrénée, dans cette société occidentale, vers toujours plus de plaisir, plus de bonheur, si possible avec des biens marchands à acquérir, n'aboutit pas toujours sur de la « moindre-souffrance ».

Rappelons-nous que cette recherche à ne pas souffrir est le moteur même de toutes nos actions. Elle l'est pour nous-mêmes mais aussi pour l'humanité depuis que l'homme a quitté sa caverne. Il y a si longtemps, nous pourrions en avoir pleinement conscience, mais il me semble que ce n'est pas le cas.

Dans notre monde d'aujourd'hui trois types de société cohabitent, celle de l'individualisme, celle du communautarisme et celle du collectivisme. J'utilise volontairement la forme en « isme » pour les désigner. J'exprime ainsi ma vision pessimiste des seuls choix proposés. Reprenons la phrase en l'écrivant sous une autre forme. Dans notre monde d'aujourd'hui trois types de société cohabitent, celle des individus, celle des communautés et celle des collectivités. Si l'inventaire est le même, l'esprit mis en avant est différent. Quel que soit le type de société, je pense que l'être humain agit avec la même motivation. Ce sont par ses croyances, ses convictions qu'il estimera que l'un, de ces modes de société, est le moins douloureux pour lui. Peu de personnes feront cette analyse basée sur la moindre-souffrance. La majorité s'arrêtera bien plus haut dans leur arbre de causalité. Le choix reste toujours personnel, même si pour beaucoup nous serions tentés de dire qu'ils ne peuvent pas faire autrement. De personnel à égoïste il n'y a qu'un petit pas que je franchi égoïstement.

### **... sur un égoïsme universel**

Je ne crois pas que l'égoïsme pur et la philanthropie absolue sont placés aux deux extrémités d'une droite représentant les relations possibles avec autrui. Je les place sur un cercle. Ainsi poussons l'égoïsme encore plus loin avec cette proposition : « Il n'y a pas plus égoïste que

celui qui s'occupe des autres ». Dans la perspective du cercle il devient clair que le chemin de non-souffrance passera, tôt ou tard par celui d'être attentionné aux autres. A travers ce que nous pouvons apporter à l'autre, nous nous libérons nous-mêmes de bien des souffrances. Je le fais avec d'autant plus de facilité car je suis convaincu que l'acte gratuit n'existe pas. Il y a toujours une finalité « payante » au bout de l'analyse des causes qui nous amènent à entreprendre un acte. Cette finalité est le thème de ces écrits, la recherche de la moindre-souffrance.

Il n'y a ni bien ni mal à agir ainsi, c'est notre nature. Nous sommes tous égoïstes, ce n'est pas un défaut mais une caractéristique de l'homo sapiens-sapiens que nous sommes.

Notre civilisation nous a inculqués diverses croyances. Ces dernières nous amènent parfois à des raisonnements erronés. La recherche de la moindre-souffrance est difficile. De ces déraisons, la plus terrible est celle qui conduit un individu à tuer au nom de Dieu. En prenant en compte les risques de toute dérive sectaire et afin de s'en prémunir, il est donc important d'élargir ses connaissances dans tous les domaines. Nous devons être critiques, en pesant à la fois le bon et le mauvais, et non pas le bien et le mal, concernant toutes nos croyances de toutes natures, religieuses, philosophique, politiques, scientifiques, ordinaires.

C'est par nos découvertes multiples, en cherchant les transversalités, que nous découvrirons le moyen de pondérer toutes nos certitudes. De cette réflexion, nous nous fortifierons dans notre argumentation pour réduire l'importance de nos angoisses, stress, questionnement amplificateur de nos douleurs. Nous pourrons aussi apporter notre contribution dans les réflexions que nous partagerons avec les autres. Plus nous serons nombreux à parler dans la tolérance plus celle-ci se fera mutuelle.

Partir d'un travail des plus égoïstes pour parvenir à un résultat des plus philanthropiques voilà sans doute le moins imaginable des fruits de la philosophie opérative. Du haut de cette planche, il ne semble plus être une utopie, reste à le réaliser.

Depuis le début J'ai tendance à proposer un travail épicurien sur la douleur dans le but de la réduire pour parvenir à la sérénité. Mais c'est à chacun de trouver sa route pour réduire ses souffrances. C'est pourquoi il ne faut pas se limiter à un auteur mais à plusieurs. Tout comme l'abeille ira de fleur en fleur, allons de livre en livre. Et c'est par un butinage incessant, que nous construirons notre pharmacie philosophique dont on a besoin. Malgré cela, lire ne suffira pas, cet enseignement du Bouddha est là pour nous le rappeler :

*« Quel que soit le nombre de saintes paroles que vous lisez, que vous prononcez, quel bien vous feront-elles si vos actes ne s'y conforment pas ? ».*

De planche en planche, voilà bien du travail mais celui-là est différent du labeur quotidien pour gagner notre vie. Ce travail philosophique a pour objectif son mieux-être. Plus nous y travaillerons, moins nous souffrirons.

Doit-on encore appeler cela du travail ?