

QUI SUIS-JE ? QUE SUIS-JE ?

Puis-je savoir qui je suis et ce que je suis sur le plan philosophique, psychologique, physique et métaphysique ?

« **Qui suis-je** » est une question aussi vieille que l'humanité. C'est une question complexe et ambiguë, car il est presque totalement impossible de s'extraire de soi-même pour prendre du recul et s'observer. C'est tout le problème du **rapport à soi** et à la **réalité**.

C'est en outre une question extrêmement large, puisqu'elle touche à la fois à la physique, à la biologie, à la génétique, à la psychologie, à la sociologie, ou encore à la métaphysique.

Il n'y a pas de réponse claire et encore moins définitive à la question « qui suis-je ». Mais le fait même de se poser la question ouvre un chemin de réflexion qui permet d'abandonner nombre d'**illusions** et d'ouvrir un nouveau chemin de vie.

Qui suis-je ? Que suis-je ?

Un être vivant.

L'être humain est avant tout une entité animée par **le mystérieux phénomène de la vie**.

La vie est le processus par lequel l'individu transforme l'énergie, crée sa propre substance à partir de la matière inerte de l'environnement, et se régénère sans cesse. La vie est intelligence, auto-programmation, adaptation et transmission.

Or ce phénomène vivant nous dépasse :

L'homme se plaît à penser qu'il est un être total, indépendant, qui sait ce qu'il fait et fait ce qu'il veut, dans le cadre des lois et des usages. En réalité, son existence individuelle n'est qu'une illusion destinée à lui donner, pendant le temps utile à l'espèce, le goût de la vie, afin qu'il la conserve et la transmette.

René Barjavel, La faim du tigre

De même, notre cœur bat sans nous demander notre avis :

L'individu ne s'est pas fait, il n'a pas voulu sa vie, et sa vie se continue sans le secours de sa volonté. A aucun moment il ne continue d'exister parce qu'il le veut. C'est une organisation totalement indépendante de sa conscience et de ses décisions qui le maintient en vie.

René Barjavel, La faim du tigre

Lire notre article : La vie : définition scientifique et philosophique

Un être impermanent.

L'être humain est marqué par **l'impermanence** :

- notre état physique et psychique change à chaque instant : nos cellules meurent et se renouvellent, nos pensées et nos raisonnements évoluent,
- d'autre part, notre existence se termine toujours par la **mort**.

Or l'être humain a tendance à oublier l'impermanence et la mort pour s'attacher à l'idée stable qu'il a de lui-même.

Une entité distincte mais non séparée.

Chaque être humain forme **une entité distincte**, composée :

- d'un **corps physique**,
- d'un **esprit** (substance incorporelle), défini comme le psychisme, le mental ou l'**âme**. L'esprit est l'ensemble des phénomènes mentaux, conscients ou non, qui se manifestent à l'individu.

Mais « entité distincte » ne veut pas dire « séparée » : le destin de l'individu est lié à son environnement.

Pourtant, l'individu se voit la plupart du temps **comme un être libre et autonome**. Nous avons le sentiment que notre corps nous appartient, que nous pouvons le maîtriser, et que nous sommes à l'origine de nos pensées et de nos actes. Or l'analyse contredit cette idée.

Nous verrons plus loin ce qui relève du maîtrisable et du non maîtrisable, du **conscient** et de l'**inconscient**.

L'individu : une « interface ».

Qui suis-je ? Cette question est indissociable de l'analyse du cadre dans lequel l'être humain évolue.

L'individu être humain peut être vu comme une « interface » avec son environnement :

- **une interface physique** : la mécanique du corps consiste à puiser dans l'environnement matière et énergie, à les transformer et à les excréter,
- **une interface cognitive** : les cinq sens (ouïe, vue, odorat, goût, toucher) génèrent des perceptions, c'est-à-dire des images mentales à partir desquelles l'individu peut réagir de manière instinctive ou consciente.

Ces images mentales produisent des sensations et des émotions le plus souvent non-maîtrisées, car interprétées de manière automatique par **le filtre de nos déterminismes**.

Qui suis-je ? Un être déterminé.

Nous l'avons dit, la plupart des êtres humains se sentent plutôt stables, maître d'eux-mêmes et libres de penser.

Pourtant, chaque individu est le résultat d'**un ensemble de causes et de déterminismes**, qui sont issus de millions d'années d'évolution de l'espèce (héritage génétique), ainsi que des événements vécus au cours de la vie.

Parmi ces conditionnements, il y a :

- les conditions de vie,
- l'histoire personnelle,
- l'influence de l'entourage,
- l'instinct et les pulsions (le « **ça** » de Freud),
- l'éducation reçue et les règles morales intériorisées (le « **surmoi** » de Freud),
- les mécanismes psychologiques de défense et d'adaptation (le « **moi** » de Freud ; ces mécanismes étant le plus souvent inconscients),
- etc.

Ces conditionnements laissent peu de place à l'être raisonnable, libre et conscient. **Nous sommes donc le résultat de causes qui nous dépassent**, pour la plupart lointaines, inconnues et difficiles à démêler.

De la même manière que nous avons peu de pouvoir sur notre psychisme, nous n'avons pas l'entière maîtrise de notre corps. Pour preuve, nos organes fonctionnent de manière autonome, sans que nous ayons à les commander.

Lire aussi nos articles :

- *Le libre-arbitre, une illusion ?*
- *Qui parle quand je parle ?*

Au fond, qui suis-je ?

Nous avons déjà pointé la complexité du « *qui suis-je* ». Cette énigme renvoie à la question de **l'épaisseur de l'être**, qui est sans doute proche de zéro dans un univers où tout est interconnecté, et où tout être vivant est destiné à mourir.

Nous l'avons vu, l'être humain n'a aucune autonomie, aucune permanence et très peu de liberté. Pourtant, il est au carrefour de toutes les causes de l'univers : à ce titre, n'est-il pas **le reflet de l'univers tout entier** ?

C'est en effet l'ensemble de l'univers qui résonne en chacun de nous : nous sommes la combinaison, en un point donné, des forces du **cosmos**. Nous portons en outre le magnifique **mystère de la vie**, cette **quintessence** de la **matière**.

Au final, l'être éclairé est celui qui cherche à se connaître, à trouver en lui ce qu'il y a d'**universel** : le **microcosme** à l'image du cosmos tout entier. Le développement d'une **conscience** pure, non conditionnée, ouverte à l'**intuition**, permet de se détacher de toute forme de pulsion, de désir ou de contrainte. C'est peut-être là le véritable chemin de vie.