

Petite revue de philosophie

La sagesse, une dimension de notre être

Gisèle Laberge

Volume 2, Number 2, Spring 1981

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/1105653ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/1105653ar>

[See table of contents](#)

Publisher(s)

Collège Édouard-Montpetit

ISSN

0709-4469 (print)

2817-3295 (digital)

[Explore this journal](#)

Cite this article

Laberge, G. (1981). La sagesse, une dimension de notre être. *Petite revue de philosophie*, 2(2), 61–73. <https://doi.org/10.7202/1105653ar>

La sagesse, une dimension de notre être

Gisèle Laberge

Professeur au département de philosophie

«Les hommes endormis vivent dans des mondes différents, ceux qui sont éveillés vivent dans le même monde.»

Héraclite

Tout le monde sait qu'un être humain n'utilise qu'une infime partie de son potentiel. Le chiffre de cinq pour cent est parfois utilisé. Ce chiffre fait image... Nous commençons à soupçonner qu'à notre mort sera ensevelie avec nous toute une richesse que nous n'aurons peut-être pas su, dans notre vie quotidienne, tirer du sommeil. Dans cette vie léthargique, nous n'aurons pas vraiment existé et, n'existant pas vraiment, le contact établi avec le monde extérieur n'aura pu être qu'à notre mesure: absent, illusoire¹. Peut-être aurons-nous poussé

1. L'illusion est une réalité mal perçue où le relatif est confondu avec l'absolu.

la bêtise jusqu'à affirmer sur tous les tons de l'orgueil blessé que la vie est *banale* et *absurde*. Ces affirmations, soupçonnons-le, en voulant désigner la vie, dévoilaient en fait *les caractéristiques de notre relation à la vie*. Facilement nous aurons sans doute été polarisés, obnubilés par les bonheurs en vogue: avoir du pouvoir sur les autres, accumuler de l'argent, nous identifier à nos propriétés, être spectateur de la vie des autres, accumuler le *savoir* sans l'intégrer à notre vie, c'est-à-dire sans en faire une *connaissance*. Et nous aurons probablement oublié les questions essentielles de la connaissance de soi, du sens de la vie et de la mort, du sens de «tout cela» dans lequel nous existons.

Un conte hindou dit ceci: La plupart des hommes ressemblent à un pauvre homme qui pleure et gémit sur son infortune alors qu'il est assis sur un coffre qui lui appartient et dans lequel se trouve un trésor.

Observons un peu ce qui se passe dans la vie. Personne ne doute que de la naissance à la mort, tous les individus n'expérimentent pas de la même façon leur espace-temps. Et si nous observons notre propre vie avec le moindrement d'attention, nous pouvons identifier des moments qui ne ressemblent aucunement à ce que nous connaissons habituellement. Travaillons à tirer de l'oubli des moments de clarté, de contemplation et d'extase que nous atteignons parfois dans la vie. Que pouvons-nous apprendre si nous concentrons notre regard sur ces états?

Voici deux exemples fort simples.

D'abord celui rapporté par un étudiant. Celui-ci nous raconte qu'un soir, dans l'impatience de rencontrer

ses amis, il emprunte un raccourci sur sa route. Il était à pieds. C'était un soir d'hiver et il pleuvait sur une croûte de neige dure. Imprudemment, il s'engage sur une pente raide qui donne juste au-dessus d'une autoroute. Il tombe et se met à glisser sans pouvoir trouver aucun appui. «Cet instant, dit-il, m'a paru très long et je me suis vite vu rendu à la fin de ma vie.» Par chance, une partie de son corps a rencontré une résistance et il s'est remis sur pieds. Lorsqu'il s'est relevé, en s'essuyant, il examina tout autour de lui. «Tout, dit-il, m'est apparu d'une beauté extraordinaire! Il pleuvait. C'était gris sale, une température qui dans une autre situation m'aurait fait sacrer. Et je ne pouvais rien imaginer de plus beau que ce que je voyais là! J'ai pris conscience avec force que je vivais, que j'avais vingt ans, que toute ma vie était devant moi, et puis que ça, autour de moi, c'était la vie!»

Cette expérience de la fragilité de sa vie a fourni à cette personne l'occasion de réaliser une perception claire de son existence, de constater l'immense potentiel d'énergie qui est en lui, en même temps qu'il a perçu d'une façon nouvelle son intime unité avec tout ce qui l'entoure.

Le deuxième exemple est apporté par une jeune femme. L'expérience a eu lieu lors de la naissance de son premier enfant. Cette personne était assez angoissée par la mort. Cette réalité la rendait malheureuse et l'empêchait de vivre aisément. Elle considérait sa vie en termes de perte constante. Au moment de l'accouchement, lorsqu'elle vit apparaître la tête de son bébé, elle vécut un état de conscience claire, d'intense lumière où elle a clairement compris, en dehors de tout doute, que la naissance et la mort sont simplement des aspects

différents d'une même réalité et qu'en fait, il n'y a pas de mort mais simplement des étapes différentes dans le processus.

Souvent, ce seront des expériences de ce niveau d'intensité qui aiguïseront notre conscience de la vie. Si nous oublions ces moments de lucidité extrême, il y a de forts risques que nous continuions à vivre en état de léthargie, en passant à côté de notre vie.

Quel rapport, demandons-nous, pouvons-nous établir entre ces moments de contact, d'intimité avec ce qui est, et l'expérience du sage? L'expérience du sage, dans le contexte de la spiritualité orientale, est souvent désignée comme état d'éveil. Cet état, devenu stable chez de rares êtres (Jivan Mukti), advient dans un contact d'un tout autre ordre avec l'univers et ce qui peut sembler être le «banal quotidien». C'est *un état de présence à l'ici-maintenant relié à l'infiniment grand et à l'infiniment petit qui y participent*. Au sens fort de cette expérience, l'état de sagesse implique une relation au manifesté (c'est-à-dire, à tout ce qui peut être perçu par les sens et par la compréhension habituelle) et une unité avec le non-manifesté (qu'on appelle l'Énergie, l'Un, le Tout, Brahma ou Dieu...).

Le principal obstacle

Le problème pour la plupart des individus (et souvent le problème pour nous), c'est qu'on vit un moment d'intensité et puis on l'oublie, on passe à d'autres activités. On vit une expérience, joyeuse ou douloureuse, qui nous amène à adhérer à la vie et puis à la première occasion, on tourne la page et on tombe dans le banal quotidien, c'est-à-dire qu'on établit une relation banale avec le quotidien.

Notre premier obstacle sur la voie de la sagesse c'est l'*oubli* des moments de clarté dans notre vie. Notre conscience ressemble un peu à l'image produite dans un kaléidoscope. A un moment donné de notre vie, une prise de conscience se fait, une image apparaît et puis se produit un autre moment. On s'est couché, on se relève, la journée change, cela fait un petit choc sur le kaléidoscope et l'image change complètement. On perd la mémoire de ce qu'on était, de l'état d'être qui s'est manifesté en nous et puis on repart un peu comme à zéro, sans qu'il y ait eu engendrement, fécondité par ce qui vient de se passer. On ne bénéficie pas de nos expériences. On coupe le contact.

Certaines caractéristiques de l'état d'éveil

Ces états de sagesse, de conscience très claire de ce qui nous arrive, sont toujours accompagnés de certaines caractéristiques physiques qu'on peut observer en nous. Ces caractéristiques sont toujours liées à un *réel calme intérieur*, un état où tous nos plans vibrent en harmonie, où toutes nos forces trouvent à s'intégrer. Cela s'appelle *être en unité*.

Une autre caractéristique qui accompagne ces états de lucidité, c'est une *grande oxygénation du corps*. Si un individu ne respire presque pas, s'il ne respire qu'au dixième de ses capacités, comme nous le faisons habituellement, il n'est pas vraiment en état de se comprendre et de comprendre le monde autour de lui. Dans les deux cas racontés précédemment, les individus respiraient profondément et avaient «accidentellement» créé les conditions nécessaires pour ouvrir leur conscience.

C'est à cause de cette importance primordiale de la respiration que, depuis des millénaires en Orient, on fait tellement de travail à partir de la respiration yogique complète et de différentes pratiques basées sur cette technique. Un travail d'ouverture de la conscience est toujours accompagné d'une maîtrise du souffle.

L'état de sagesse est aussi toujours lié à une *grande disponibilité à l'ici et maintenant*. On n'est pas sage en s'imaginant vivre dans une grotte ou un monastère, ou dans toute situation autre. Pour nous, le seul sentier où nous pouvons réaliser l'état de sagesse, c'est toujours l'instant présent où se produit notre vie. C'est là que la pleine conscience est possible.

Voici une petite histoire qui illustre bien cette nécessité: Il était une fois un chercheur de vérité qui s'était promené de pays en pays pour trouver la sagesse. Il ne trouvait pas et se demandait isolé: «Mais dans quel endroit du monde vais-je trouver réponse à mes questions?» Cet homme avait tout essayé: la fréquentation des églises, la vie dans les monastères, dans les grottes, les jeûnes de toute sorte... Rien, semblait-il, ne pouvait le combler.

A un moment donné, il arrive dans sa marche devant un vieux moine qui était assis en prière à «la croisée des chemins». Ce vieil homme dégageait une profonde satisfaction et une grande sérénité malgré son âge visiblement très avancé. Il semblait même être à ses dernières journées dans l'existence. Notre chercheur se dit: «Voilà peut-être ma chance.» Alors, il ose déranger le vieil homme dans sa méditation et il lui demande: «Écoute, toi qui sembles habité d'une grande paix et d'un profond contentement, veux-tu livrer ta clé, veux-

tu me dire où tu as trouvé la sagesse?» Et le moine de répondre: *«Ô passant, on ne change pas de route, on change de regard.»*

La sagesse, comme nous l'indique cette histoire, ce n'est pas tant changer de vie, qu'interroger l'attitude que l'on a par rapport à ce que l'on vit et travailler le type de présence que l'on produit à chaque instant. L'expérience de sagesse, ce n'est pas dans une heure, ce n'est pas dans dix ans qu'elle est possible mais dans l'instant où nous sommes: l'instant où nous marchons... l'instant où nous étudions..., l'instant où nous rencontrons un ami... C'est toujours là où nous sommes. Mettre un délai, dire que nous ne sommes pas dans la bonne situation, que plus tard dans un entourage plus favorable, nous nous éveillerons, c'est la première erreur. **DANS L'INSTANT, DANS LA PROFONDEUR DE L'INSTANT, L'INFINI Y EST**

Le seul problème, c'est que nous nous identifions à notre aveuglement. Nous ne nous voyons pas aller et nous ne voyons pas ce qui se passe autour de nous et nous pensons, à notre insu souvent, qu'il n'y a rien d'autre à voir que ce que nous voyons. *«C'est une question de regard.»*

Et si nous sommes en état de rupture à l'intérieur de nous, en état de bataille et de conflit, ce que nous percevons de la vie, c'est la bataille et le conflit (conflits vie/mort, esprit/matière, moi/les autres, moi/l'univers...). Si nous sommes en harmonie à tous les niveaux, si nous réalisons l'unité en nous et l'unité avec l'extérieur, nous pouvons percevoir l'harmonie et l'unité. Cette perception ne peut se réaliser autrement. C'est à partir de ce que nous réalisons en nous que nous percevons tout.

Cette compréhension ne peut surtout pas se réaliser qu'intellectuellement.

Notre voie: l'acceptation

Ce point, très souvent mal compris, est peut-être le plus difficile à réaliser. L'acceptation signifie d'abord être fidèle à ce que nous sommes, à ce que nous sentons que nous avons à faire, et réaliser cela à notre rythme. Par exemple, si je suis croyant, ou si je suis athée, c'est d'aller au fond de cette expérience. Si j'ai le goût de vivre uniquement dans l'action, au jour le jour, c'est de vivre ainsi. L'important est d'assumer ce que nous sentons être le plus important et puis de respecter que, pour quelqu'un d'autre, le plus important puisse être autrement. L'univers étant ce qu'il est et l'humain étant ce qu'il est, nous allons aboutir au même. Nous vivons des expériences semblables dans un contexte qui est le même. Nous allons découvrir les mêmes lois que nous exprimerons de façons différentes.

Quelquefois nous entendons parler de la sagesse et nous voyons ce mot associé à quelque chose de lourd, à un carcan. Nous pensons alors à une démarche où nous aurions à éliminer une part de notre réalité. Cette démarche apparaît comme un dépouillement ou plutôt comme une négation. On peut alors penser à l'image fort connue de la chenille qui se transforme. Tristement, s'identifiant à la chenille, on peut entendre des phrases comme: «Il faut bien que la chenille disparaisse pour qu'advienne le papillon.» Ce type de pensée est un piège. Ce qu'il faut remarquer, c'est que, pour que la chenille passe à l'état de papillon, elle ne doit pas être écrasée, et le chrysalide ne doit pas être déployé avec

des pinces. En se laissant aller au bout de lui-même, à chaque étape, le dynamisme interne de l'individu se déploie et ce qui a à advenir, advient. Ce n'est ni en nous écrasant, ni en nous refoulant, ni en nous bousculant que nous nous réaliserons. Notre voie passe par l'acceptation de ce qui surgit en nous et par son harmonisation avec l'ensemble de ce que nous sommes.

Une telle démarche exige d'accepter de passer d'équilibre en déséquilibre, de déséquilibre en équilibre, comme dans la marche. Si je suis debout ici, je suis en équilibre, si je suis debout là-bas, je suis aussi en équilibre, mais pour me rendre là-bas, il a fallu que j'accepte de rompre cet équilibre-ci afin d'installer quelque chose de nouveau pour faire un pas. Ainsi, il arrive dans notre vie qu'une nouvelle force surgisse alors que nous avons atteint une certaine sérénité. Il peut nous arriver de refuser cette force. Cependant, elle fait partie de nous-même, elle a donc sa place dans notre vie. Si quelque chose surgit en nous et que nous le piétinions, que nous le refoulions, nous pourrions découvrir que cela se tourne contre nous tant que nous ne lui aurons pas fait place, tant que nous n'aurons pas produit en nous un équilibre beaucoup plus puissant qui intègre cette nouvelle dimension de notre réalité.

Beaucoup d'êtres humains refusent cette prouesse. Ils vivent en jouant le mort, en respirant très peu, en étant distraits d'eux-mêmes, en éveillant le minimum de leurs facultés. Ils trouvent la vie monotone et plate, et leur art consiste à s'en distraire. C'est une tendance qu'a actuellement l'humanité. Là est rendue la marche. Cependant rien n'est empêché. Rien ne nous empêche de franchir les pas qui se présentent maintenant à nous

comme individu. La situation privilégiée, c'est la situation où nous sommes, avec tout ce qui s'y présente.

L'acceptation concerne aussi la réalité extérieure, et cette attitude n'a rien à voir avec la résignation ou le conformisme. Dans la pratique, nous pouvons constater que *lorsque nous parvenons à reconnaître une réalité telle qu'elle est, c'est là que l'issue, le geste juste, surgit.*

Prenons un exemple caricatural d'incompréhension de l'acceptation. On peut s'imaginer qu'accepter une situation veut dire que si je traverse la rue et qu'une auto se dirige sur moi, je devrais me laisser frapper. Une telle interprétation de l'acceptation, qui dans cette situation est presque grossière, est étonnamment fréquente dans des situations un peu plus subtiles. Elle s'appuie symboliquement sur une méconnaissance de l'homme. Elle révèle une vision statique de la réalité humaine. S'accepter complètement dans l'ici-maintenant, loin d'amener une sclérose, met en contact avec un dynamisme extrêmement puissant qui est en nous. Dans cet exemple, rester sur place serait une fuite, car il faudrait que l'individu nie une impulsion de son instinct de conservation, alors que la reconnaissance de cette situation dangereuse déclenche instantanément beaucoup d'énergie pour courir.

Dans chaque situation acceptée, nous rencontrons l'occasion pour éveiller et développer le potentiel qui est en nous afin de l'exprimer dans une action efficace.

Voici un autre type de situation: l'expérience de la douleur et de *l'angoisse*. Il peut nous sembler que, face à l'angoisse, les seules attitudes possibles sont le refus ou l'affaissement. L'angoisse peut-elle être acceptée et uti-

lisée créativement? L'angoisse, c'est une énergie bloquée. Quelqu'un qui fait beaucoup d'angoisse est une personne qui a beaucoup d'énergie, souvent plus que l'ensemble de son entourage. Dire que l'on se sent angoissé, c'est une façon de manifester que l'on sent en nous un pouvoir d'énergie, mais qui n'a pas encore trouvé ses canaux de distribution, ses moyens d'expression dans la vie.

L'angoisse vient d'une résistance, d'un refus de la vie en nous. Si les personnes qui sont en avance sur leur époque, n'acceptent pas de sortir du conformisme, elles vont vivre beaucoup d'angoisse parce qu'elles s'obligent à vivre une situation où leur être ne peut pas prendre son essor. La seule issue pour une personne qui vit beaucoup d'angoisse, c'est d'abord d'accueillir cette angoisse, de la reconnaître comme faisant partie de sa vie et d'utiliser cette énergie pour s'éveiller et agir créativement. *Par créer, nous entendons d'abord nous libérer de l'image de l'être humain qui nous a été transmise historiquement et socialement* (ce modèle a eu sa fonction à un moment donné, mais si on s'y limite, il devient la prison qui confine l'homme à vivre à «cinq pour cent» de ce qu'il est) *et d'explorer, d'épanouir notre réalité profonde*. Cela demande que nous acceptions de nous transformer, et aussi que nous acceptions d'être un élément de transformation pour notre milieu.

Pour nous libérer de la douleur de l'angoisse, nous devons nous respecter, nous accepter dans tout notre potentiel, nous permettre de «venir au monde» et être des explorateurs et des créateurs. Chacun de nous a son rythme, son processus à vivre. Nous pouvons voir auprès de nous quelqu'un s'épanouir, mais notre solution ne

consiste pas à copier qui que ce soit. Nous pouvons utiliser un modèle comme stimulant, mais nous ne pouvons croître qu'en nous tournant vers notre profondeur et qu'en composant avec ce qui y surgit. Chaque vie est unique.

Et nous ne devons pas oublier que tout ce qui surgit en nous fait partie de l'expérience de l'univers. L'univers vit en nous une expérience, une situation. Nous ne nous sommes pas mis au monde. Nous sommes apparus tout à coup dans une expérience qui nous dépasse. Une partie de l'univers prend forme de «je», de «moi», une partie de l'univers se reconnaît dans mon nom. Il ne faut pas perdre de vue que *ce qui se passe sur la scène de ce «je», sur la scène de chaque vie, est relié à ce qui l'engendre constamment seconde par seconde dans les parties les plus secrètes et mystérieuses de notre être. Seuls notre orgueil, notre oubli ou notre désespoir, peuvent nous amener à penser le contraire.*

Tous nous participons actuellement à un moment infiniment court dans le temps de l'univers. C'est souvent face à la mort que plusieurs découvrent ce qu'est cette existence-ci. Beaucoup de vieillards, rendus à la fin de leur vie, prennent tout à coup conscience qu'ils achèvent une expérience et qu'ils ont oublié le plus important. Ils ont vécu en perdant le contact avec eux-mêmes, en perdant contact avec la vie. Ainsi un travail n'a pas pu se faire en eux et ils se sentent extrêmement démunis. Des matériaux s'offrent à nous, venant du monde extérieur et de notre réalité profonde, à chacun de nous de trouver l'art de composer avec tout cela *de la façon la plus ouverte possible.*

