

APPROCHE
DE
L'ÉVÉNEMENT

par

Gérard TIRY

1969

Editions ETRE LIBRE

Introduction

Le philosophe du XIV^e siècle Buridan avait imaginé l'hypothèse d'un âne se trouvant sur la place du marché, aussi affamé qu'assoiffé, et placé à très égale distance entre un seau d'avoine et un seau d'eau. L'âne sollicité par deux impulsions de même valeur ne pouvait choisir et mourait entre les deux seaux, de faim et de soif.

Cette fable n'aurait aucune chance de se réaliser et l'âne, aussi peu doué qu'on le considère généralement, réagirait de façon à survivre. La raison en est simple : le monde dans lequel il existe n'est pas soumis à des lois statiques s'appliquant avec rigueur. Le comportement des êtres est dynamique dans un monde soumis des changements constants. Les réactions que nous éprouvons à la chaleur, à la faim, à la soif sont de seconde en seconde différentes. Plus exactement, elles sont reliées entre elles par un film continu, entraîné lui-même par un flot renouvelé de sensations.

Mais l'homme possède la faculté d'imaginer des lois par lesquelles il fragmente la réalité et partant de ces lois de créer « le problème », c'est-à-dire une sorte de nœud dans l'espace-temps. Artificiellement l'esprit arrête le cours des événements et crée un état absolu qui est une fiction. Cette fiction risque d'être une source de mésaventures et d'erreurs, si la conscience n'est pas éveillée au fait qu'il s'agit là d'une construction mentale.

L'âne possède cette supériorité de ne pas créer de lois et de ne pas poser de problèmes qui seraient autant d'écrans entre le mouvement de la vie et lui. Il est directement branché sur le monde changeant des événements et risque fort d'apparaître moins buté que le philosophe.

Si l'on imagine un instant, Buridan dans la situation où il a placé l'âne, on réalise qu'effectivement il mourrait de faim et de soif en s'imposant un rébus insoluble, sans prendre garde qu'il est à la fois le geôlier et le prisonnier. Il ressemblerait alors étrangement à celui que l'on a pu considérer dans certaines circonstances comme « le plus sot animal ».

L'homme peut en effet réaliser cette étrange expérience qui consiste à mourir pour des opinions qu'il s'est imposées ou qu'il s'est laissé imposer. L'histoire est en partie le récit des exploits accomplis pour satisfaire des notions de patrie, de religion, d'économie, d'idéal... Si l'on établissait la liste des personnes qui se sont sacrifiées pour des idées ou qui ont obligé d'autres personnes à se sacrifier pour ces mêmes idées, celle-ci serait impressionnante. Ne nous moquons pas ! Dans un ouvrage où il analyse le phénomène de la guerre Gaston Bouthoul écrit ceci : « Tel qui sourit au souvenir de ceux qui se battaient pour une phrase de Saint-Augustin est prêt à se faire tuer pour une théorie politique qui lui tient à cœur ».

Si nous analysons la fable de Buridan nous nous apercevons qu'il existe une différence de nature entre le problème imaginé par le philosophe et la vie. Mais de nos jours, quelle définition pouvons-nous donner à la vie ? Comment pouvons-nous exprimer avec précision le monde dans sa totalité présente ?

Le terme « événement » est celui qui, au niveau actuel de notre connaissance, rend le mieux compte du phénomène de la vie tel qu'il peut être considéré à un moment déterminé.

Partant de l'événement, l'homme effectue diverses opérations qui lui permettent d'imaginer un ordre dans l'univers. Dans une première opération, il distingue des objets, c'est-à-dire, qu'il détache arbitrairement certains faits de leur environnement. L'objet n'étant pas observable dans le mouvement, il arrête ce dernier et découpe une tranche de vie. L'objet est donc sélectionné ; prenons un exemple : l'Anapurna.

Dans une deuxième opération, l'homme distingue dans certains objets une propriété commune et les classe suivant des ensembles ; par exemple : les montagnes de plus de 2.000 mètres, les hommes blonds, les vieillards.

Enfin, il met en évidence des structures, qui sont un ensemble de relations dans un ensemble d'objets. La structure d'une société, ce sont les liaisons qui existent entre les différents groupes, la structure du corps humain est constituée par les relations existant entre les systèmes nerveux, sanguins, musculaires, etc...

Dans ces structures la vie passe, c'est l'événement.

Nous voyons que, partant de l'événement, dans lequel nous faisons nos distinctions, nous cherchons à reconstruire ce dernier. Les structures sont une tentative d'approche pour décrire l'événement mais ne sont pas ce dernier. Son essence échappera toujours à une représentation intellectuelle.

Dans l'exemple de Buridan, il est clair que la vie ne passe pas dans les structures. Cependant, le fait le plus important à observer est que notre philosophe identifie ses constructions mentales au phénomène de la vie. C'est ce que nous faisons lorsque nous adhérons à des systèmes philosophiques, politiques, économiques, etc... Si nous étions suffisamment vigilants nous conserverions la conscience que nos formulations sont faites à propos de la vie mais qu'elles ne sont pas la vie. Sans cette conscience, la révolution, qui consiste à substituer un nouveau système à un ancien, nous laisse au même niveau de compréhension.

Pour étudier la vie, il nous faut en arrêter le mouvement, nous devons la figer sous peine de ne pouvoir l'examiner scientifiquement, mais, ce faisant, l'essentiel nous échappe. La possibilité qui nous est donnée d'immobiliser dans notre mental ce qui reste dynamique en dehors de lui, nous permet de créer des situations fictives dont nous examinerons deux aspects.

Nous avons observé que d'une part l'esprit isolait telle partie ou telle autre de l'événement, il suit donc un chemin qui le conduit de l'unité vers la diversité ; d'autre part il se sclérose dans la notion d'objectivité.

Buridan immobilise l'âne sur deux impulsions d'égale valeur. Le fait d'ignorer le mouvement lui permet de distinguer les instincts de l'animal de ses autres facultés, de les diviser en « faim » d'une part et « soif » de l'autre, de les égaliser et d'annoncer la mort puisque la situation demeurera inchangée.

Il ne faut pas reléguer cette fable au XIV^e siècle en protestant que nous avons dépassé ces modes de raisonnement. La situation est bien actuelle, je n'en veux pour preuve que cet

interview paru récemment dans un quotidien où une femme déclare aimer autant son mari que son enfant. Il est à souhaiter qu'elle ne se trouve jamais à égale distance des deux. On ne peut faire le compte des sentiments avec une balance. Il est dangereux d'immobiliser la vie sur un équilibre et de se placer à l'extérieur en arbitre. Certains adverbes tels que : « autant », « peu à peu », « aussi », apparaissent, lorsqu'on les analyse, bien suspects (elle est aussi intelligente que belle !).

La vie sociale est tissée de cette habitude que nous avons d'égaliser les deux plateaux de la balance avec des choix préétablis selon l'application erronée du principe que les mêmes causes produisent les mêmes effets. Ceci égale cela : tel crime ne peut être accompli que pour telle raison, il vaut telle peine ; pour penser ainsi cette personne doit être folle !

La division la plus simple est celle qui consiste, partant de l'unité, à séparer le monde en deux et à obtenir ainsi un système dualiste : bien ou mal, beau ou laid, grand ou petit, juste ou injuste, amour ou haine, etc... Il faut être doué d'une grande vigilance pour ne pas séparer, ou d'une grande intuition pour réconcilier les opposés à un niveau différent.

C'est un déconditionnement important que de savoir se libérer du choix. Un proverbe oriental l'exprime en ces termes : Ne contemple en toutes choses qu'une, c'est la seconde qui te fourvoie. Prenons deux exemples :

Nous établissons une distinction entre la culture littéraire et la culture scientifique en mettant en opposition dans la communauté intellectuelle l'esprit littéraire qui prend des décisions d'ordre politique, social et parfois économique, et l'esprit scientifique au caractère inhumain auquel on reproche de changer l'homme, à travers la technique, en robot. Dans son essai : « Littérature et Science », Aldous Huxley montre que les deux langages sont différents. La science utilise un langage extentionnel, des définitions, une terminologie objective et des symboles quantitatifs. La littérature utilise un langage intentionnel et s'intéresse au subjectif et au qualitatif. Si ces langages différents paraissent appeler une pratique de la pensée opposée, il ne faut cependant pas perdre de vue que cette opposition n'apparaît que sur le plan symbolique dont le plan verbal constitue l'aspect le plus important. Nous sommes partis de l'unité et il dépend d'une certaine flexibilité de l'esprit de ne pas demeurer prisonnier des divisions qu'il a élaborées. Cependant en nous-mêmes et dans la société où nous vivons, les barrières élevées entre le scientifique et la littérature sont plus hautes qu'on ne croit. Elles sont autant d'obstacles à notre participation au mouvement de la vie.

On oppose également la philosophie orientale et la philosophie occidentale ; or la technique de survie et de créativité qui s'impose aux orientaux et aux occidentaux par la réflexion est la même, quoique les conditions puissent nous apparaître parfois différentes. En fait, la même pensée se présente dans chacune des civilisations à un niveau différent. La forme d'interrogation est différente. L'Orient pose la question de savoir pourquoi les choses existent, compréhension intuitive de l'événement, semblable à celle qui a été la nôtre jusqu'à la fin du XVIe siècle. L'Occident cherche à savoir comment les choses existent. Certains pays asiatiques comme la Chine changent actuellement d'interrogation. Les questions varient mais la réalité demeure, ce qui est exprimé par le quatrain bouddhique suivant :

« Vraiment, il n'existe ni Est ni Ouest !

Existe-t-il un Sud et un Nord ?
L'illusion renferme le monde,
l'illumination l'ouvre de tous côtés ».

L'application à la vie de concepts statiques peut revêtir des aspects plus subtils. C'est ainsi que l'on peut également séparer dans le temps en traitant les situations présentes par rapport à un avenir hypothétique ou un passé historique. Les rigidités politiques que l'on observe dans la majorité des pays se justifient par la recherche d'un idéal lointain défini pour de nombreuses années. Elles provoquent souvent un retard considérable dans l'amélioration désirée, car on ne peut dissocier la rigidité politique, des rigidités économiques et humaines. Un homme ne peut être rigide politiquement et être flexible du point de vue créatif. Les objectifs à atteindre sont également des formes de l'immobilisme. Ceux qui sont définis par les pays socialistes, capitalistes et par les dictatures sont autant de façons d'éviter l'instant présent et les difficultés actuelles en se justifiant par la recherche d'un avenir incertain embelli par l'imagination. « When a great ship cuts through the sea, the waters are always stirred and troubled. And our ship is moving toward new and better shores ». (Extrait du discours sur l'Etat d'Union du Président Johnson, janvier 1968).

Les sacrifices demandés en vue d'un monde meilleur, d'un âge d'or, les encouragements à remettre à demain, cela fait partie, c'est un fait connu, du programme de tous les gouvernements. Cela justifie d'activer les désirs des individus, de flatter leur personnalité, leur vanité ; la production n'ayant aucun avenir si les besoins ne sont pas d'abord créés puis renouvelés. L'économie ne peut assumer le rôle qui est dû à l'humain et l'on ne peut, sans perpétuer des troubles sociaux majeurs, rejeter indéfiniment dans le lointain la place qui est due à l'être.

La recherche humaine s'est donc orientée jusqu'à nos jours vers la fragmentation de l'événement. L'idée sous-jacente était que l'on approchait du mystère de la vie en observant des fractions toujours plus petites de ses manifestations. Nous assistons actuellement à un renversement de tendance. Cette même recherche est entrée dans une phase de réintégration, que nous avons, individuellement, les plus grandes difficultés à suivre, liés que nous sommes à nos habitudes de pensée. Ce que nous savons est loin d'être intégré dans notre comportement.

La science, par le fait de son application dans la technique, est soumise à des vérifications constantes. Le souci d'une meilleure adéquation a conduit à renoncer aux séparations qui éloignaient l'esprit de la réalité. Pour approcher de l'événement, les chercheurs ont intuitivement conçu la réunion dans des concepts communs de la matière et de l'énergie, de l'espace et du temps, du psychique et du somatique.

Les sciences humaines suivent la même voie. Si la fragmentation des tâches a atteint son apogée dans la période industrielle du début de ce siècle, nous assistons de nos jours à une forme d'adaptation plus proche de la vie. Ce que le professeur Georges Friedmann appelait : « le travail en miettes » s'est révélé avoir un taux de rentabilité assez bas, parce qu'il excluait de nombreux facteurs humains. Il en résulte que les ouvriers ne sont plus placés dans des chaînes, mais à la préparation du travail et que les tâches tendent à se diversifier.

Un autre exemple nous est donné par la méthode connue aux Etats-Unis sous le terme de « cross-fertilisation », les universités, les chercheurs, les industriels et l'administration ont rompu des barrières qui paraissaient définitives pour mettre en commun de façon constante leurs données créatives.

L'éducation permanente qui doit à l'évidence s'instaurer est un autre exemple du passage du statique au dynamique. Il est évident que l'acquisition des connaissances ne peut être limitée à l'époque de l'adolescence. Des périodes de recyclage permettent de suivre l'évolution des nouvelles recherches. Mais il ne semble pas que cette initiative corresponde au meilleur ajustement. En fait il ne s'agit pas d'augmenter les connaissances et d'enrichir la mémoire qui possède une faculté d'adaptation discutable. Si l'éducation survit encore à ce niveau, nous pouvons prévoir que cette conception disparaîtra. Toutes les structures qui, par manque de flexibilité, ignorent la vie et ne tendent pas vers l'événement sont vouées à la disparition ; notre pensée, qu'elle soit scientifique ou philosophique, se vérifie par la meilleure adaptation à la vie.

Une étude intéressante a été réalisée par A. Kaufmann et J. Cathelin dans leur livre « Le gaspillage de la liberté » sur les données d'un monde flexible. Les auteurs suggèrent que : « Dès l'école, la non-spécialisation (la déspecialisation pour ceux déjà atteints) doit commencer avec l'entraînement au « Shifting » c'est-à-dire la faculté de passer aisément d'une activité à une autre, c'est-à-dire l'acquisition de l'adresse mentale. « Classes et programmes n'ont pas lieu de s'appesantir sur telle discipline particulière et les détails de celle-ci, mais au contraire devraient ouvrir devant chaque élève le plus grand éventail possible de savoir humain. C'est à pouvoir connaître les choses immédiatement et par soi-même qu'on doit les entraîner : nul besoin de les « savoir » d'avance et de manière morte, quand on possède la mécanique de l'analyse structurelle des choses ». Les étudiants actuels seront bientôt dépassés par des théories nouvelles, aucune connaissance n'est plus certaine et comme le conseille le psychologue Carl Rogers, la seule chose que nous puissions enseigner actuellement c'est apprendre à apprendre.

Connaître intellectuellement qu'il convient de réconcilier ce qui a été séparé est une chose, comprendre ce que cela implique pour l'être en est une autre. Nous avons appris à spécialiser nos facultés et par là même à compartimenter nos connaissances. Nous avons des connaissances pour le corps, pour l'esprit, pour l'âme, pour le cœur, nous en avons pour les relations sociales, familiales, sexuelles, etc... Comme voie de conséquence, nous avons perdu notre unité. Après avoir distingué, apprendre à repolariser demande une certaine souplesse.

Nous devons savoir prendre conscience du changement, ce sont nos crispations et nos rigidités qui nous empêchent d'adhérer à celui-ci. Il ne s'agit, pour connaître le sens de l'homme intégré, ni d'effectuer une synthèse, ni de jeter des ponts entre les différentes disciplines, mais de retrouver le temps où la conscience unie engage la totalité de l'être.

Il est évident que, pour rechercher la structure de la pensée, nous allons au cours de cet essai nous trouver dans l'obligation d'arrêter le mouvement et de diviser. L'analyse l'exige. L'important est de ne pas perdre de vue que les intellectualisations à propos de la pensée, ne sont pas la pensée. Les prises de conscience effectuées au contact de la vie ont un goût totalement différent.

Les attitudes intellectuelles statiques trouvent leur justification dans la notion d'objectivité. Nous percevons les problèmes comme faisant partie du monde extérieur. Si nous considérons que nous avons atteint un degré objectif, il est inutile de nous agiter plus longtemps. A partir du moment où nous sommes arrivés au but nous pouvons rester passifs. Mais le temps des certitudes admirables et de la vérité objective est révolu. Notre époque a pris conscience de la relativité de la pensée et de sa subjectivité.

Nous savons que les préceptes d'Aristote avaient entraîné l'esprit humain à tenter d'expliquer pourquoi les choses arrivent. Nous savons également que la science moderne basée sur le contrôle expérimental est née le jour où Galilée s'est contenté d'expliquer comment elles arrivent. Notre ambition est plus modeste, mais les progrès réalisés ont démontré que cette modestie était payante. Nous avons donc renoncé à savoir ce que sont les choses et il faut semble-t-il abandonner la prétention que des instruments de mesure plus perfectionnés nous disent un jour pourquoi les choses sont ainsi. On peut connaître certains effets de l'électricité, mais on ne sait rien de son essence.

Nous avons pris conscience que nous étions définitivement séparés du monde extérieur et que, observateurs, nous déformions toujours l'objet de notre observation. Cette constatation avait déjà été faite dans l'antiquité, puisque Démocrite écrivait : « le doux, l'amer, le froid et le chaud, les couleurs, toutes ces choses n'existent que dans notre jugement et non dans la réalité ».

Einstein a été plus loin en montrant que l'espace et le temps sont des formes d'intuition de notre conscience, mais n'ont pas de réalité objective en dehors de la façon dont nous les concevons : « il n'y a aucune signification dans l'affirmation du temps d'un événement, chaque corps de référence a son temps propre ». Le temps et l'espace sont des créations subjectives. Le professeur Robert Tournaire dans un avant-propos au livre de Robert Linssen « Spiritualité de la matière » écrit : « Aujourd'hui nous allons beaucoup plus loin : la notion d'un temps en soi s'estompe encore davantage, et à la suite de considérations récentes sur le cosmos, on envisage une annihilation pure et simple du temps. Le moins que j'en puisse dire en résumé, c'est que le temps n'est pour l'homme qu'un aspect du mouvement, et les notions de passé, de présent, de futur, ne sont que des dégradations conceptuelles qui encombrant bien inutilement notre conscience ». Dans la fable de Buridan, c'est bien le mouvement qui est exclu.

Le problème ne consiste pas à délimiter la frontière entre la subjectivité et l'objectivité, mais à se rendre compte que cette dernière n'est qu'une nouvelle création de l'individu. Nous pensons savoir dans certains cas comment les choses arrivent et nous pouvons reproduire des expériences en laboratoires, celles-ci « réussissent » parce qu'elles sont très grossières. En fait, la physique des quanta, qui révèle que l'énergie est émise en petites portions discontinues, nous démontre par voie de conséquence qu'il n'existe pas un lien certain entre la cause et l'effet.

Réalisant que nous ne savons pas pourquoi les choses arrivent, sans espoir d'acquérir cette connaissance majeure et pour combler le vide qui nous effraie, nous avons inventé les croyances. Le « croire » est dangereux, il constitue une explication à priori à partir de laquelle

les circonstances vont être ajustées, les faits interprétés. Nous devrions pourtant être circonspects en prenant conscience de la diversité des croyances qui se sont succédées depuis que l'humanité existe.

L'ordre du monde se trouve dans notre esprit ; l'univers dans lequel nous pensons, n'est pas celui dans lequel nous vivons. Ce décalage est la cause de nos drames quotidiens. Le jour viendra où, l'homme faisant confiance à son être véritable ne sera plus sa propre victime, où il restera conscient de ses constructions mentales et ne les confondra plus avec l'événement, où il surmontera l'idée qu'une croyance, un idéal, une foi déterminés peuvent assurer son salut. On peut affirmer que, être réaliste, c'est ne pas se créer de réalité, ou encore, défaire au fur et à mesure les réalités que nous inventons.

STRUCTURE DE LA PENSEE

Je me souviens d'une personne se retirant d'un groupe de discussion après avoir déclaré : « Pouvez-vous me prouver que je ne rêve pas ? Si vous ne le pouvez pas, il n'y a aucune raison pour que je choisisse une ligne de conduite de préférence à une autre ! » Je serais curieux de connaître comment elle a résolu ce problème ? Nous nous sommes tous à un moment donné posé cette question avec plus ou moins d'intransigeance. Elle est essentielle puisqu'elle efface d'un seul coup toutes les autres, et nous devons la résoudre moins que nous ne préférerions nous cacher la tête dans le sable.

Le monde extérieur tel que nous le concevons et tel qu'il paraît alimenter nos sensations, existe-t-il ? Quelle preuve en avons-nous ? Ne s'agit-il pas d'une illusion, ne vivons-nous pas un rêve ? Plongés dans notre rêve, sans période intermédiaire de réveil, sommes-nous même de nous rendre compte de notre situation ?

Le problème n'est certes pas nouveau et rappelons les termes dans lesquels l'exprimait Descartes : « Nous douterons, en premier lieu, si de toutes les choses qui sont tombées sous nos sens, ou que nous avons jamais imaginées, il y en a quelques-unes qui soient véritablement dans le monde : parce que nous savons par expérience que nos sens nous ont trompés en plusieurs rencontres, et qu'il y aurait de l'imprudence à nous trop fier à ceux qui nous ont trompé en plusieurs rencontres, quand même ce n'aurait été qu'une fois ; comme aussi parce que nous songeons en dormant et que, pour lors, il nous semble que nous sentons vivement et que nous imaginons clairement une infinité de choses qui ne sont point ailleurs et que lorsque l'on est ainsi résolu à douter de tout, il ne reste plus de marque par où on puisse savoir si les pensées qui viennent en songe sont plus fausses que les autres ».

Descartes propose une réponse à « celui qui conduit ses pensées par ordre ». « Nous sommes puisque nous doutons ».

On peut se demander si ce doute n'est pas lui-même un rêve dans un rêve et dans ce cas il n'existe pas de réponse logique cette question, qui porte d'ailleurs en elle le germe de sa propre destruction. Il faut en effet exclure que nous puissions avoir connaissance de notre état de rêve. A partir de ce postulat tous les efforts sont vains. Pourquoi sommes-nous en mesure de poser la question ? Pouvons-nous imaginer que le rêveur ait parfois le sommeil plus léger, ce qui lui permet de saisir son état de façon fugitive ?

Pourtant nous avons la conscience de notre existence et de celle d'un monde logique. Admettre le rêve c'est renoncer à l'ensemble de la pensée.

Il n'est pas inutile de poser à nouveau cette question. Elle nous met en présence du fait suivant : nous sommes à jamais enfermés à l'intérieur de nous-mêmes ; une muraille infranchissable nous sépare de l'extérieur. Notre appareil sensoriel n'est que récepteur, il ne fait qu'enregistrer les vibrations qui lui parviennent avant de les décoder. Pour appréhender la réalité, la pensée est limitée par sa forme même. D'une part nous sélectionnons et notre image du monde dépend de la qualité de notre réception, d'autre part, nous interprétons les signaux

captés. Nos perceptions ne nous restituent pas une image fidèle de l'événement ainsi que le ferait un miroir. Ce que nous percevons n'est pas identique à ce qui existe. L'homme procède à une reconstitution dans laquelle le sujet est plus important que l'objet qui lui échappe. Ainsi que le fait observer Henri Pieron : « Nous pouvons pleinement nous rendre compte que nos appareils sensoriels ne constituent pas des fenêtres s'ouvrant sur le monde extérieur, et qu'enfermés dans notre caverne subjective, nous n'observons même pas les ombres des passants qu'invoquait le symbole platonicien ».

Personne n'est susceptible de vous prouver que vous tenez ce livre entre vos mains. Comment justifier la fragmentation de l'événement en monde intérieur et monde extérieur. Il ne s'agit en réalité que d'une distinction entre nos sensations d'un monde vécu et l'objectivation de ce monde vécu. A partir du moment où nous définissons, où nous nommons l'événement qui nous est sensible nous le rejetons dans une partie inventée que nous appelons l'extérieur de nous. Mais la prise de conscience se situe à un niveau auquel l'individu ne se distingue pas de l'événement global mais où il fait partie de ce dernier.

L'attitude de cette personne était logique mais stérile. Nous ne pouvons avoir de preuves, mais une intime conviction.

Nous nous trouvons donc au départ devant la nécessité d'un pari : nous posons le principe que nous ne rêvons pas. Nous choisissons cette hypothèse qui est la seule fertile ; par ce pari, nous nous plaçons nécessairement sur le plan métaphysique, la métaphysique ayant pour objet de spéculer sur ce qui échappe aux sens.

Sensation et Subjectivité

Suivant un adage connu : « Il n'y a rien dans l'intellect qui n'ait auparavant été dans les sens », si nous pouvions imaginer un individu dépourvu depuis sa naissance d'appareil sensoriel, ce dernier n'aurait aucune vie mentale. La sensation est la source à partir de laquelle coule notre pensée. S'il advenait que la source se tarisse, la pensée ne pourrait plus se renouveler. Il ne resterait que le lit de la rivière morte : mémoire des sensations passées.

Ce que notre appareil sensoriel capte de l'événement, n'est pas la représentation objective de la vie ; essayons par un exemple de pénétrer le sens de cette affirmation très simple. Nous plaçons une rose rouge dans un vase, nous la regardons et nous disons : « Cette rose est rouge ». Nous pouvons plonger la pièce dans l'obscurité et nous poser la question : « La rose est-elle toujours rouge ? » Si nous sortons de la pièce, la rose est-elle encore rouge ? Quelle sera la couleur de la rose si nous introduisons dans la pièce un ami daltonien ?

En fait le rouge n'est pas dans la rose, il est en nous. **Les choses n'ont pas des propriétés, mais des activités**, contrairement ce que pensait l'ancienne physique qui prenait pour éléments les qualités. Les anciens prétendaient en effet bâtir le physique à partir des qualités sensibles telles que la pesanteur, le chaud, le froid, le sec, l'humide. Ces qualités n'appartiennent pas aux choses, elles ne sont que les sensations créées en nous par les activités en provenance de ces choses. La façon correcte de s'exprimer consisterait dire : « je réagis par une sensation de rouge ». Le fait a son importance. Nous verrons, en effet, en étudiant le monde verbal que nous ne pouvons pas nous exprimer d'une manière erronée tout en ayant la prétention de penser juste.

Nous connaissons scientifiquement ces principes, mais notre langage incorrect a créé un conditionnement tel, que nous acceptons difficilement de prendre à notre compte les qualités dont nous décorons le monde extérieur. Il existe une observation classique qui permet de prendre conscience de ce fait : elle consiste à placer une main dans un récipient d'eau froide et l'autre main dans un récipient d'eau chaude et ensuite de les mettre toutes deux dans un récipient d'eau tiède ; l'eau tiède paraîtra chaude pour l'une des mains et froide pour l'autre. Nos réactions sont faussées depuis trop longtemps pour que la réalité de nos comportements ne nous apparaisse pas étrange.

Raymond Ruyer cite cet exemple dans son livre : « Paradoxes de la conscience » : « Au cours de son vol spatial Gagarine a vu des couleurs qu'aucun œil humain n'avait encore jamais vues ». (Les journaux) c'est évidemment une sottise puisque Gagarine ne pouvait voir que les couleurs du spectre visible pour l'homme. Mais que ce soit là une sottise, ne justifie pas le Kantisme. Un être ne peut être informé que dans le cadre de sa propre forme : « l'écriture ne peut dépasser la page ! »

Il existe par conséquent une certaine activité au niveau de la rose. Cette activité donne naissance à des ondes ou particules qui atteignent l'œil et y décomposent une substance qui donne la sensation de rouge. Les théories de la vision sont du type photochimique. Elles sont

basées sur l'hypothèse de la décomposition de la lumière absorbée d'une substance photosensible située dans l'œil. Quelle que soit d'ailleurs la théorie invoquée, le rouge se forme dans la rétine où se trouvent, rappelons le chiffre, 110 à 130 millions de bâtonnets et environ 7 millions de cônes, ces derniers intervenant directement dans la vision de la couleur.

La rétine est le lieu où se transforme l'énergie vibratoire des photons lumineux qui ne pourrait être perçue directement, en énergie électronique. Robert Linssen dans son livre « Spiritualité de la matière » fait observer que la rétine remplit une fonction d'organe transducteur, dispositif dont le rôle consiste à transformer une information ou un signal d'une catégorie en une information ou un signal d'une autre catégorie. La nature en fournit de nombreux exemples : les rayons du soleil (énergie photonique) sont transformés en énergie électronique par la chlorophylle.

De nombreuses observations rendent accessible le fait que la couleur perçue n'est pas une propriété de l'objet. On sait qu'en faisant tourner à la lumière du jour une spirale d'Archimède en noir, on observe des anneaux colorés, les couleurs changeant avec la vitesse de rotation. Les toupies avec lesquelles jouent les enfants donnent des sensations de couleur variant également avec la vitesse.

L'étude des anomalies de la vision permet de prendre également conscience de ce fait. Le chimiste anglais Dalton signalait la fin du dix-huitième siècle une anomalie de la vision des couleurs qu'il avait observée sur lui-même. Dans certains cas, le spectre du rouge est raccourci, de sorte que le sujet n'est pas sensible à cette couleur. Dans d'autres cas, l'orange, le jaune et le vert sont confondus. Le daltonien est décelé au moyen d'examen de la vue, car il a peu de chance de se rendre compte lui-même de ses déficiences. En effet, son éducation lui a appris que les feuilles des arbres « sont » vertes, sauf en automne lorsqu'elles tombent, et que le feu rouge de signalisation est en haut du tableau, et de toutes façons à un autre endroit que le vert ; ce qui fait qu'il SAIT mais ne voit pas.

Le temps intervient dans la sensation, son importance peut être observée dans la vision liminaire. Quand un stimulus très faible dure plus d'un certain temps, il perd son efficacité. Lorsque l'œil s'adapte à une luminance très élevée, on observe après extinction de la source, une évolution caractéristique de la sensibilité rétinienne.

La notion de couleur est donc purement subjective et il n'existe aucun équivalent physique en dehors de la fréquence des ondes électromagnétiques.

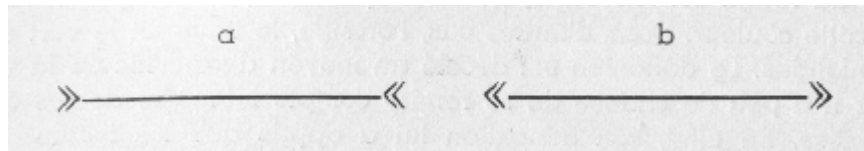
L'oreille distingue des vibrations sur une échelle d'environ 9 octaves soit de 30 à 20.000 vibrations par seconde. Elle remplit également la fonction d'un organe transducteur. En effet, la hauteur d'un son caractérisée par une note n'a d'autre équivalent physique que la fréquence d'une onde de compression se propageant dans un milieu. Cette onde de compression ne deviendra bruit que si elle est traduite par un système auditif présent. Il n'existe donc pas de bruit dans la nature, et en particulier pour reprendre un exemple connu, lorsqu'un arbre tombe dans une forêt où il n'y a personne.

L'odorat et le goût sont relatifs aux qualités chimiques du monde qui nous entoure. Le toucher est dû au rôle transducteur de récepteurs cutanés de types différents.

Les sensations nous renseignent également sur notre propre corps qui est le siège d'activités dont certaines plus diffuses et souvent difficiles à localiser nous viennent de nos organes internes.

Nous pouvons donc exprimer la constatation suivante : toutes les substances qui donnent naissance aux sensations sont actives, ces dernières sont donc le produit d'un mouvement.

Que faut-il penser des illusions des sens ? Reproduisons comme exemple l'illusion d'optique de Muller Leyer :



Le segment a est de même largeur que le segment b mais paraît plus long. Le terme « illusion d'optique » devrait être abandonné, car il comporte une erreur. Nos sensations ne sont pas la copie d'une réalité objective, il ne peut donc y avoir d'illusion. Toute sensation est basée sur les circonstances de l'événement qui la provoquent et sur les propriétés de nos sens. Les « illusions d'optique » s'expliquent par des réactions différentes à des stimulations de caractères différents. La figure a est différente de la figure b, les sensations sont donc différentes. L'erreur ne trouve pas non plus son origine dans les sens, elle provient de ce que nous isolons arbitrairement une partie des deux figures représentant pour nous la longueur.

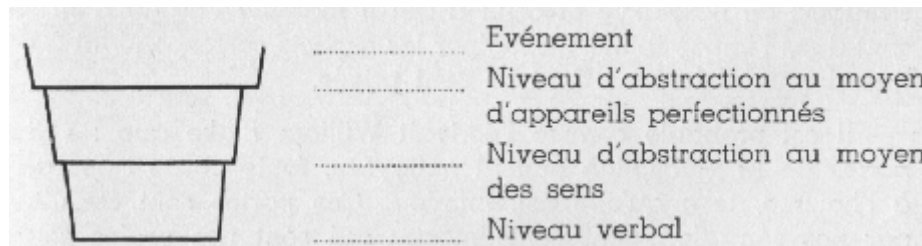
Nous avons observé que les sens transformaient une forme d'énergie qui se trouve dans la nature et qui ne peut être directement appréhendée par l'homme en une autre forme qui sera utilisée par l'organisme. Par conséquent la subjectivité commence au niveau des sens. L'homme n'est pas un miroir réfléchissant le monde Ses sensations ne lui donnent pas une copie conforme de ce qui l'entoure. Lorsque l'on considère que chaque organisme physico-chimique humain est différent, on ne peut s'étonner que chaque auditeur écoutant une mélodie réceptionne une musique différente, qu'un peintre placé devant un paysage en donne sa version.

Non seulement la sensation transforme l'événement, mais elle n'est pas tout l'événement. Alfred Korzybsky en jetant les bases de la Sémantique Générale a mis en évidence que la sensation représente un premier niveau d'abstraction. Les organes des sens sont très limités et ne captent qu'une partie infime des messages. Il suffit pour en prendre conscience d'évoquer la multitude de systèmes récepteurs que l'homme a inventé pour transformer des stimulations directement irrecevables par les sens, en sources d'information cinéma ultra-rapide restituant au ralenti des images prises dans un temps très bref, cinéma au ralenti, s'écoulant pendant des mois, par lequel nous voyons des mouvements imperceptibles à l'œil, comme la croissance d'une plante. Le microscope, le télescope, les appareils de détection, etc. Ces inventions montrent que les sens sont infirmes pour scruter le monde qui nous entoure. A l'aide d'instruments de plus en plus perfectionnés, l'homme découvre constamment de nouvelles activités. Ceux-ci sont encore bien faibles. Il est impossible de

concevoir le nombre d'activités que renferme la pièce où nous vivons : il s'y trouve simultanément des ondes venant de la terre entière, de l'espace ; nous pouvons en capter certaines avec des récepteurs appropriés ; les activités photoniques stimulent nos sens sans arrêt, chaque infime partie de matière correspond à une énergie.

Nous n'abstrayons donc qu'une partie de l'événement. Si même, nous imaginions de remplacer notre rétine par un microscope et notre système auditif par un appareil plus perfectionné, nous vivrions cependant à un certain niveau d'abstraction qui serait évidemment moins élevé et plus proche de la réalité. En changeant de niveau d'abstraction dans l'échelle des observations, nos sensations seraient totalement différentes de ce qu'elles sont au niveau d'abstraction de nos sens. La table que nous utilisons et qui nous semblait immobile et compacte nous apparaîtrait en mouvement et non homogène.

Un schéma simple permet de figurer les niveaux d'abstraction :



Il existe un diagramme plus complet dans le livre de Korzybsky intitulé « Science And Sanity » pour illustrer le chapitre consacré la conscience d'abstraire. Nous observons que le mot représente lui-même une abstraction de la sensation.

Korzybsky a mis en évidence que les niveaux d'abstraction les plus élevés se trouvaient les plus éloignés de l'événement et que les moins élevés comportaient le maximum de renseignements touchant la réalité, ce qui implique un ordre naturel dans les opérations de la pensée. Nous verrons par la suite les conséquences que nous pouvons en tirer. Citons de nouveau la conclusion de Henri Pieron dans son ouvrage «La sensation, guide de vie », « Les sensations constituent les symboles biologiques des forces extérieures agissant sur l'organisme, mais qui ne peuvent avoir avec ces forces plus de ressemblance qu'il n'y en a entre ces sensations mêmes et les mots qui les désignent dans le système symbolique du langage servant aux relations sociales, interhumaines ».

Nous réaliserons mieux l'importance de la sensation en prenant conscience qu'elle est également sentiment et image. Un aspect de la réponse que le stimulus provoque chez nous est l'émotion, parfois appelée sentiment. Il est facile, quoique nous y prêtions souvent peu d'attention, d'observer l'aspect émotionnel de la sensation. Il n'est pas possible de regarder un coucher de soleil par un soir calme sans se rendre compte que la sensation est également émotion. Le fait est plus facile à observer lorsque l'agent extérieur est violent : un bruit soudain, une bousculade dans la rue. Mais il se manifeste aussi de façon plus subtile, c'est alors qu'on le nomme sentiment : lorsque deux personnes se rencontrent pour la première fois, il existe, avant que la réaction ne soit troublée par une intervention de l'intellect, mais lorsqu'elle a été ressentie à l'état brut, l'indication d'affinités ou de répulsions instinctives. Les

sensations-sentiments sont le meilleur contact que nous puissions établir avec l'événement La sensation est également image, l'ensemble de celles que la mémoire a pu conserver constitue notre imagination. Les aveugles de naissance et ceux à qui il manque l'usage d'un sens, sont dans l'impossibilité d'imaginer les aspects correspondant à ceux que donnerait le sens dont ils sont privés.

Il est probable comme l'écrivait William Blake que : « Si les portes de la perception étaient nettoyées, toute chose apparaîtrait à l'homme, telle qu'elle est, infinie ». Ces portes sont constituées par nos sensations-sentiments-images qui sont nos seules sources d'information, notre seule possibilité de renouvellement. Elles sont d'autre part nos seules relations avec le présent, c'est-à-dire avec l'événement. Nos perceptions et toutes les autres activités mentales se nourrissent de la mémoire.

CHAPITRE II

Perception et Objectivation

Nous pouvons donc nourrir notre psychisme de l'expérience présente, en prenant le goût de nos sensations ; ce comportement est rare. Nous pouvons au contraire nous reporter à l'expérience antérieure qui transforme, aussitôt qu'elles se manifestent, les sensations en perceptions. Le terme « perception » sera donc employé pour désigner l'intervention de la mémoire sur les données des sens.

Nous recherchons instinctivement dans nos souvenirs, la ressemblance, l'analogie ; les objets, les événements, sont connus parce qu'ils sont reconnus. Si nous jetons un coup d'œil autour de nous, nous voyons des objets familiers : tables, chaises, tapis ; si nous regardons par la fenêtre nous voyons aussitôt des arbres, des maisons, des montagnes. L'étiquette est là, présente, avant même que nous puissions prendre conscience de cet assemblage de masses colorées qui se forme en nous. Si nous réalisons l'inépuisable richesse des sensations, nous voyons que la mémoire constitue un appauvrissement. Elle dévore la sensation dont le rôle se borne à déclencher son processus par quelques signes sommaires. Elle réduit ce qui constitue l'imprévisible en série de cas-types, il se dégage de cette habitude une impression de platitude et d'ennui.

Valéry exprimait cette constatation dans les termes suivants «La plupart des gens y voient par l'intellect bien plus que par les yeux. Au lieu d'espaces colorés, ils prennent connaissance de concepts. Une forme cubique, blanchâtre, en hauteur et trouée de reflets de vitres est immédiatement une maison pour eux : la maison !... Ils perçoivent plutôt selon un lexique que d'après leur rétine, ils approchent si mal les objets, ils connaissent si vaguement les plaisirs et les souffrances d'y voir, qu'ils ont inventé les beaux sites... Ils ne font ni ne défont rien dans leurs sensations. »

Dans l'échelle des abstractions, la perception se trouve plus éloignée de l'événement que la sensation. La mémoire qui est l'essence de la perception a en effet procédé à une sélection sévère.

La perception se traduit en outre, par un phénomène d'objectivation. Avec la sensation-sentiment-image nous sommes en présence d'un processus qui est perçu comme interne par l'organisme, se manifestant d'une façon riche et confuse. Lorsque la perception se substitue à la sensation nous ressentons une extériorisation du même processus. La couleur rouge n'est plus en nous, mais dans la rose ; le bruit ne trouve plus sa source en nous, mais dans l'arbre. Par appauvrissement l'événement extérieur est réduit à un objet limité. C'est à ce moment que nous objectivons en imposant au monde que nous voulons connaître des propriétés, des qualités que nous avons nous-mêmes créés. L'empreinte de l'habitude est à ce point profonde qu'elle se traduit pour nous par une certitude. En fait, semblables au daltonien en présence du feu rouge, nous ne ressentons pas les choses de cette façon mais nous les savons. Cette objectivation se traduit dans le langage, puisque nous disons : la rose EST rouge, l'eau EST chaude, les hindous SONT mystiques. Ce qui correspond proprement à une

illusion. Objectiver sans prendre conscience qu'il s'agit d'un procédé, ne peut être qu'une attitude primitive ; elle consiste et croire « aux esprits » c'est-à-dire à faire habiter chaque objet à qui nous donnons la vie par un esprit malin, une sorte de génie qui en fait n'est que la création de notre mental.

Ce que nous cherchons, c'est à obtenir une vision qui ait pour nous un sens. Nos présuppositions sont prêtes à enregistrer certains aspects de la vie et en éliminer d'autres. La Sémantique Générale formule cette constatation en disant que nous sommes intentionnels. L'intention est le récit que nous avons façonné et que nous essayons de vivre. L'expérience est anticipée, la connaissance de l'événement en devient hâtive, déformée. A la limite nous retrouvons également l'illusion. Si nous attendons une personne, nous percevons certains bruits dans la rue comme des bruits de pas. Nous croyons connaître ce que nous allons percevoir, qui constitue cependant une expérience unique, sans passé.

Nous ne devons pas pour autant méconnaître l'importance de la mémoire. Nous ne pouvons dépendre uniquement des stimulations sensorielles. Notre vie dépend également de nos connaissances, de nos habitudes, de notre imagination et par conséquent de notre mémoire, mais celle-ci ne doit intervenir qu'au moment utile pour ne pas étouffer notre adaptation aux réalités changeantes de l'événement. Le danger est d'autant plus grand que le recours à la mémoire représente une forme de paresse qui consiste à s'abandonner aux parties les plus mécaniques de la vie intellectuelle. On a établi un parallèle entre la mémoire des cerveaux électroniques et celle de l'homme, il n'est pas vain de supposer que la tâche d'emmagasiner le savoir humain puisse être un jour confiée à la machine.

Il existe un autre aspect de la mémoire que nous pourrions appeler le vieillissement. Il intervient lorsque nous donnons un rôle privilégié au passé au détriment du présent. Il est remarquable que pour les enfants dont la somme de connaissance est pauvre, le temps s'écoule lentement. Au fur et à mesure où l'homme vieillit, le temps se rétrécit et semble passer trop vite. Pour cet homme-là, les événements ne se distinguent plus, mais se ressemblent.

Pour étudier la façon dont le passé se survit, la psychologie traditionnelle établissait une distinction entre la mémoire physique dénommée habitude et la mémoire mentale désignée sous le nom de connaissance. L'habitude étant la reproduction d'un acte et la connaissance, la reconnaissance à travers le souvenir. Mais qu'il s'agisse de la reproduction d'un acte ou d'un état mental, le processus est le même. La connaissance-habitude est inscrite dans la structure psycho-somatique de l'homme. Il n'est pas possible de dissocier les deux éléments en considérant que le mental et le physique évoluent dans des sphères indépendantes.

L'organisme humain doit survivre et se reproduire ; pour cela, il obéit à certaines lois. A l'état pur, les sensations reçues sont directement interprétées par l'organisme suivant le processus qui est mis en action : le goût de l'aliment que j'ai dans la bouche déclenche le phénomène de la digestion.

Le behaviourisme qui s'est inspiré des travaux de Pavlov considère deux phénomènes : le stimulus et la réponse. Le stimulus est tout ce qui par l'intermédiaire des sens provoquera

une réponse dans l'organisme. Un coup reçu détermine une réaction physico-chimique qui peut se traduire par la colère ou un réflexe. La réponse est la réaction de l'organisme qui cherche à s'adapter au stimulus, elle est orientée et conduit à un ajustement, une adaptation. Par ajustement, il faut comprendre que l'organisme modifie son comportement de telle façon que le stimulus ne provoque plus de réaction. Si j'ai soif, je me mets en quête d'une fontaine.

Il existe de subtils liens entre les sens : la vue d'un aliment peut déclencher le réflexe de la digestion. Le toucher : nous prenons un fruit et constatons qu'il est mûr. L'odorat : nous sommes sensibles au fumet. L'avertissement de l'un d'eux suffit à dérégler le mécanisme mis en mouvement. Je suis en présence d'un met dont la préparation est agréable à l'œil mais mon odorat m'avertit qu'il est « avancé », le processus s'arrête. Il est difficile de tromper un réseau aussi serré.

Les réponses peuvent être innées et faire partie de l'essence de l'individu ou être apprises et déformées par l'habitude et les convenances sociales. Certains stimulus ne demeurent efficaces que grâce à la formation d'habitudes, provoquant des réponses qu'ils ne provoquaient pas d'abord : cela s'appelle le conditionnement.

* * *

Nous en sommes là au stade de l'animal qui est biologiquement parfait si ses habitudes n'ont pas été dérangées, c'est-à-dire éduquées ou conditionnées.

L'homme ne s'est pas contenté de cette étape, il a inventé des symboles qui sont des figures ayant une signification conventionnelle et en particulier des mots pour exprimer des perceptions et les substituer à ces dernières. Là intervient le rôle de l'éducation.

D'après l'école de Pavlov, le mot est la représentation de la sensation. La sensation est un signal, le mot est donc le signal d'un signal. La sensation de l'objet est remplacée par le mot (qui contient lui-même une image et une émotion). Il produit le même effet sans qu'il soit nécessaire que la sensation apparaisse, ou il s'intercale entre la sensation et la réaction. C'est dans ce contexte que l'on peut parler de réaction sémantique. Nous réagissons aux mots qui représentent la sensation absente, si ces mots sont mal choisis, nos réactions sont faussées. Si je dis : les Américains sont..., les Chinois sont... je réagis à des mots. Cette femme qui déclarait aimer son mari autant que son enfant réagissait à des mots qui s'étaient substitués à ses sensations-sentiments. Le procédé est encore plus flagrant lorsque le mot représente une abstraction. Il existe par le fait de cette substitution, en dehors des avantages sur le plan de la communication, des inconvénients graves qui caractérisent, lorsque nous n'en sommes pas conscients, une des maladies dont souffre la pensée. Nous devrions rester présents à cette réalité que le mot n'est pas la chose. Suivant la formule de Korzybsky : « La carte n'est pas le territoire ».

Le mot qui se trouve déposé chez l'homme est lié à une image et à une émotion. Cet ensemble représente un état idéal de la sensation qui est suggérée. Si nous entendons prononcer le mot « thé », ce mot appelle la sensation-sentiment-image d'une boisson que nous avons bue et dont le souvenir a fixé le goût et la couleur. Si nous ne connaissons pas l'objet représenté par le mot, si nous n'avons jamais consommé de thé, une image et une émotion

naissent cependant lorsque le mot est prononcé. Elles sont créées de toutes pièces par analogie : dans l'exemple choisi, avec une autre boisson qui nous semble présenter les mêmes caractéristiques. Il existe une référence à nos connaissances, dans le cas même où celles-ci ne sont pas le fruit d'une expérience personnelle. (Nous connaissons au moins par les romanciers, l'état émotionnel d'un homme dont la vie est menacée). Si, à ce moment, une tasse de thé est servie, il s'établit aussitôt un état comparatif entre la sensation présente et la sensation idéale représentée par le Mot.

Lorsque le mot remplace la sensation, la substitution est complète. Les sensations qui se renouvellent constamment en nous contiennent, nous l'avons vu, leurs charges émotives et leurs images. Le mot a déjà un passé, une histoire, il intervient donc avec sa charge émotive propre et son image qui n'ont aucun rapport avec le présent.

Les mots peuvent représenter des choses concrètes et être liés à des émotions et à des images précises : le printemps, la mer du nord, le soleil. Ils peuvent aussi représenter des abstractions et dans ce domaine le rôle de l'éducation restera toujours dangereux. Les notions de patrie, d'honneur, de social, de militant, etc., sont liées à des émotions. Si l'on parle de Dieu à un enfant, on cherchera suivant le pays ou la religion à créer en lui un réflexe de crainte ou d'amour. Dans le même ordre d'idée, le conditionnement par la publicité est révélateur. Le mot et l'image substituent le goût de l'eau minérale, suggèrent sa saveur, sa fraîcheur et quoique les rapports semblent à première vue lointains entre ce produit qui paraît inoffensif et le sexe, nous retrouvons invariablement l'image suggestive de la femme soit à côté de la bouteille qui contient le précieux liquide, soit à l'intérieur de celle-ci. Le livre de Roland Barthes : « Mythologies » analyse les situations ainsi créées dans notre pensée par l'abus de certains symboles.

Lorsque nous parlons d'un mot-chargé-de-sens, cela nous rappelle que la structure mot-image-émotion revêt une suggestion d'autant plus importante que les circonstances dans lesquelles elle est apparue sont exceptionnelles, ou bien qu'elle a été évoquée par des personnes dont on reconnaît la supériorité : parents, éducateurs, écrivains. Le mot dans ce cas sera surchargé d'émotion. Pour certaines personnes le terme « voyou » peut avoir un sens aimable et gracieux, pour d'autres, il peut représenter une injure. Cette surcharge est évidente dans les mots désignant des parties en lutte, par exemple : les partis politiques. Nous sommes souvent trop identifiés pour prendre un recul suffisant et rester conscients du fait Ces mots explosifs ont un lourd passé dont nous devenons les victimes. Il est dit que les mauvaises pensées viennent du cœur, cet organe étant considéré dans la littérature comme le centre de l'émotion, en fait, ce qui caractérise la surcharge émotive, c'est l'exagération qui est destinée à donner une vigueur nouvelle à l'expression de façon à jeter un poids supplémentaire dans la communication. Ce que nous avons dit de la surcharge en émotion s'applique également, cela va de soi, à la surcharge en image.

Le mot-image-émotion n'est pas comme on le croit souvent un moyen d'exprimer ce que l'on pense ; en fait, il est la pensée.

L'école behavioriste qui se consacre à l'étude des manifestations pouvant faire l'objet d'une observation scientifique, considère que ce que l'on appelle la pensée n'est rien d'autre que le fait de se parler à soi-même. L'observation des jeunes enfants est sur ce point

révélatrice. L'enfant manie continuellement des phrases même lorsqu'il est seul, ses jeux sont commentés, il nomme les actes qu'il accomplit, il décrit à haute voix les situations qu'il imagine. Lorsqu'il est mêlé à des grandes personnes, il écoute ou parle sans arrêt pour manipuler des formes verbales. Les premiers exercices de lecture se font à haute voix, puis, lorsque la société a mis bon ordre à ce bruit, les lèvres sont simplement remuées mais les mots continuent à être articulés en silence. La société et les éducateurs apprennent à l'enfant à se taire ; les parents ont trouvé cette formule : « lorsque les grandes personnes parlent, il faut te taire » ; les classes commencent par l'injonction « silence ! » Progressivement l'enfant apprend à ne plus remuer les lèvres (mouvement qui subsistera toujours chez certaines grandes personnes lorsque la tâche, rédaction ou lecture, demandera beaucoup d'attention). Le langage devient subvocal par conditionnement. Mais si les lèvres ont appris à être closes, les mouvements intérieurs subsistent. Dans le langage courant nous retrouvons l'expression : « Se parler à soi-même », qui correspond à la manifestation de la pensée lorsque l'on est seul. Nous choisissons d'ailleurs souvent à cette occasion un interlocuteur imaginaire, que nous essayons de convaincre.

Des observations ont été faites chez des sourds-muets qui ont permis de trouver un comportement équivalent puisqu'ils se parlent à eux-mêmes en se servant des mouvements des mains.

La pensée correspond dans ces conditions à une association de mots et les créations verbales neuves s'obtiennent en manipulant des mots jusqu'à ce qu'une structure nouvelle intervienne, qui corresponde le plus exactement à notre expérience intime.

Ces constatations ont d'ailleurs été considérablement élargies par les études de certains anthropologistes et en particulier Clyde Kluckhohn qui fait l'observation suivante dans son livre : « Mirror for man » : « chaque langage est une manière spéciale de regarder le monde et d'interpréter l'expérience... Chacun voit et entend ce à quoi il a été sensibilisé par le système grammatical de son langage, ce à quoi l'expérience l'a exercé à observer. Ce système est le plus insidieux, parce que chacun est inconscient que sa langue maternelle est un système ; parler un langage, cela semble faire partie de la nature même des choses ».

Nous ne pouvons communiquer ni penser sans employer un langage particulier qui influence en retour notre façon de penser.

Certaines formes de pensée existent dans certains pays parce que le langage approprié est présent. Par exemple le terme grec « levedia » implique à la fois la générosité, le courage, la beauté, etc... Il n'a pas son équivalent dans une autre langue et représente un ensemble d'attitudes et de sentiments qui ne se rencontrent pas chez d'autres peuples. Il en est de même pour le terme anglais « gentleman » ou l'appellation mexicaine « macho ». En l'absence du vocable, il n'existe pas de réalité correspondante. La défection de nombreux termes modernes, celui de « structure » par exemple, dans la plupart des langues révèle une lacune dans la compréhension que ce mot implique. Il n'est pas, à ce propos, étonnant de constater que le sanscrit est la langue la plus riche en mots représentant des pensées philosophiques.

Les personnes qui apprennent une langue étrangère connaissent les difficultés que l'on rencontre à traduire la pensée et les sentiments auxquels nous a habitué la pratique du français et à trouver une équivalence. Une conception primaire consiste à traduire au mot à mot, les

effets sont souvent cocasses. La personne qui emploie cette méthode se rend compte rapidement que son interlocuteur est incertain sur ses sentiments. Par la suite, si cette même personne « pense » directement dans la langue étrangère, la construction des phrases et l'emploi des expressions appropriées font naître une nouvelle façon de voir et de sentir.

La barrière du langage est, en quelque sorte, celle de la pensée. Les peuples asiatiques nous paraissent avoir des réactions imprévues, le mot étant d'une conception totalement différente, comme c'est le cas pour le caractère chinois. Mais nous sommes habitués à estimer que la façon dont nous avons appris à réagir est la meilleure, si ce n'est la seule conforme à l'ordre naturel.

Il existe un processus tenace qui tient une place importante dans la pensée, lorsque celle-ci est basée sur la mémoire, il s'agit de « l'association d'idées » qui, en fait, est une association de mots. Les mots-images-émotions s'enchaînent suivant les conditionnements qui se sont imposés : l'été nous fait penser aux vacances, les vacances à telle plage, telle plage à tels jeux, etc... Nous ne pouvons parler d'économie sans parler de conjoncture économique. Ces formes d'associations constituent de véritables couloirs de pensée et l'on éprouve une extrême difficulté à les dissoudre dans son esprit. Flaubert en avait composé le « dictionnaire des idées reçues » probablement pour les exposer au pilori et en dégoûter à jamais ses contemporains et, on peut le supposer, pour s'en débarrasser lui-même ; citons cet exemple : « la musique adoucit les mœurs; exemple : « la Marseillaise ». Il ne semble pas avoir réussi dans son entreprise puisque, il y a quelques années, Daninos reprenait ce thème inépuisable.

Une association de mots constitue donc ce qu'il est convenu d'appeler : une opinion. Cette manifestation nous apparaît comme le gage de notre liberté. Nous y sommes souvent attachés au point de prendre le risque de nous sacrifier pour elle, il semble que nous devrions plutôt être réservés à son égard et veiller à ce que son rôle soit précaire et limité.

Partant de l'événement, nous avons vu que la sensation ne permettait qu'un nombre restreint d'observations, que l'événement dont fait partie l'observateur est soumis à un changement constant (le goût du vin que nous buvons n'est pas le même au début d'un repas qu'à la fin de celui-ci, entretemps nous avons changé et le vin également), ces certitudes devraient nous rendre conscients de la relativité de nos constatations. Nos opinions ne peuvent se perpétuer si l'on admet que le propre de la vie est le mouvement.

Nous savons que la sensation représente un premier niveau d'abstraction et que le mot se trouve être l'abstraction d'une abstraction; l'opinion qui est association de mots se situe à un degré plus élevé encore, son utilisation en vue de l'adaptation à la réalité est donc très relative, elle doit faire l'objet de constantes mises au point.

Une autre caractéristique de l'opinion est d'opposer la partie au tout, elle est le domaine des demi-vérités ; or il ne faut pas oublier que les demi-vérités sont aussi des demi-erreurs. « Chaque méthode, écrit Bachelard, est destinée à devenir d'abord désuète puis nocive », et Bertolt Brecht : « dans la règle découvrez l'abus ».

Il existe un phénomène curieux de projection que nous avons déjà signalé en étudiant la perception, il s'agit de l'objectivation ; nous le retrouvons dans la façon dont les opinions

s'expriment. Il consiste à attribuer à l'objet ce qui se passe en soi; Alfred Korzybsky a employé le terme self-réflexivité pour caractériser ce comportement. Il peut s'exprimer ainsi : l'opinion que j'ai d'une situation, n'est pas cette situation, celle que j'ai d'une personne n'est pas cette personne ; l'opinion reflète plus la personne qui l'exprime que son objet. La conséquence en est grave en ce sens que nous agissons davantage par rapport aux opinions que nous avons de la vie que par rapport à la vie elle-même. Bernard Shaw écrivait inversant une formule connue : «Ne faites pas aux autres ce que vous voudriez qu'ils vous fissent, leurs goûts peuvent différer des vôtres ».

L'expérience qui consiste à demander à un certain nombre de personnes la définition de termes abstraits tels que ceux qui sont employés en politique, en philosophie, en religion, se heurte toujours à la même difficulté : chacun émet une opinion différente qui est la projection de sa forme de conditionnement. Le seul comportement raisonnable envers un mot qui représente une abstraction pure consiste non pas à définir ce qu'il est mais ce qu'il fait. Porter son attention sur ce que les choses font plutôt que sur ce qu'elles sont, détermine une orientation extensionnelle de l'individu.

L'opinion est une évaluation qui contient une présupposition, dans la majorité des cas, inconsciente : les femmes doivent rester à la maison, elles conduisent mal, les enfants doivent aimer leurs parents, les hommes sont égaux, Dieu existe, la cuisine française est la meilleure, telle personne est rancunière. Lorsque nous évaluons nous oublions que les échelles d'évaluation sont en nous et non dans la nature. Nous portons en nous nos barèmes bien avant que de les formuler, nous anticipons les événements et cependant nous cherchons à donner un caractère de généralité à ce que nous exprimons et à engager l'humanité entière pour lui faire constater l'évidence que nous désirons instaurer.

Certaines de ces échelles d'évaluation sont déposées en nous par la société, nous en construisons d'autres en partant du postulat que les événements se répètent. Cette anticipation nous fait superposer les images et manquer les éléments nouveaux. Si ces derniers s'imposent, nous les rejetons (ce n'est pas l'événement qui est stupide, qui ne cadre pas, mais mon évaluation qui est fautive). Pour l'Européen, l'Espagne est un pays pauvre, alors que le noir d'Afrique Centrale la considère comme un pays riche; nous pouvons parler de sous-développement à propos de tous les pays, les problèmes de chacun d'eux sont étrangers les uns par rapport aux autres. Si nous ne prenons pas conscience de nos postulats nous avons tendance à nous considérer comme des êtres purs devant un phénomène connu alors que la situation est inverse. Un principe de la philosophie Zen énoncé par Te Chan met en garde contre cette inconscience : Bornez-vous à n'avoir aucune chose dans votre mental, ni aucun mental dans les choses ».

Il est difficile de se rendre compte à quel point nos opinions nous tyrannisent. Un exercice salutaire consisterait à adopter les opinions contraires à celles que nous avons, nous nous apercevriions suivant une formule connue que « le monde continuerait de tourner de la même façon ». Mac Namara avait l'habitude lorsqu'un problème se posait de demander à chacun de ses collaborateurs trois solutions différentes, il ne s'agissait pas d'un concours destiné à révéler la réponse juste, mais à déceler un certain nombre de solutions relatives les mieux adaptées.

S'il existe autant d'opinions que de personnes, la difficulté reste pour un individu de savoir changer ses réactions et d'échapper ainsi aux conditions de vie qu'il se crée. C'est la partie de sa personnalité, définitive, sclérosée, inadaptée à la flexibilité que requiert la vie en mouvement, qui isole l'individu. S'il est rejeté, il en est le responsable. L'humoriste ironise juste lorsqu'il écrit : « c'est mon opinion et je la partage ». On raconte qu'une interpellation de Sir Hicks au Parlement britannique provoquant chez Churchill un mouvement de réprobation, il déclara : « Je vois que mon très honorable ami hoche la tête, mais je ne fais là qu'exprimer mon opinion à moi ! » « Et moi », répliqua Churchill, « je ne fais que hocher ma tête à moi ».

On peut définir l'opinion comme un à priori, elle caractérise l'attitude d'une personne qui a défini une solution et l'a classée dans sa mémoire. Si l'on examine la question de plus près, on se rend compte qu'une opinion ne peut être considérée uniquement comme le résultat d'une activité de l'esprit selon l'ancienne distinction qui était faite entre l'esprit et le corps. Il s'agit d'un phénomène psychosomatique ni vague ni instantané dont on peut tenter de suivre le déroulement dans le système nerveux.

Les activités mentales : la sensation, le fait d'apprendre, de se rappeler, de choisir, d'évaluer, ont un commencement dans le système nerveux et suivent dans le réseau des nerfs une certaine course qui demande un certain temps. Nous pouvons difficilement nous imaginer à quel point les routes sont variées, le système nerveux humain étant l'un des plus complexes que l'on connaisse. Dans le cas de l'opinion, l'impulsion ne choisit pas et suit un chemin déjà tracé par les habitudes acquises. C'est sur ce tracé que la vitesse est la plus grande et c'est pour cette raison qu'il faut se méfier des idées vite saisies, des livres lus rapidement et des nouvelles théories instantanément comprises. Cela demande un certain temps pour débrancher les anciens tracés ; si l'on recherche la rapidité, c'est toujours au détriment de la découverte, de la créativité et de l'adaptation. Le système nerveux offre des possibilités immenses qui sont mal exploitées.

Un exemple de la manière dont nous fonctionnons m'est fourni presque quotidiennement par l'observation suivante : mon nom s'orthographie d'une façon inhabituelle mais simple ; puisqu'il ne comporte que quatre lettres. Dans toutes les circonstances où je dois donner mon identité, j'ai toujours le soin de l'épeler de façon à éviter les erreurs ; malgré cette précaution elles se produisent avec une régularité troublante. Mes interlocuteurs sont habitués à des noms tels que Thiry ou Thierry, etc... et le nom que je leur épelle passe dans leur système nerveux par les anciens tracés. Ils entendent un bruit mais comprennent ce qu'ils savent déjà. Le docteur Kelly, professeur à l'Université de l'Ohio écrit ceci : « Les processus d'un individu sont psychologiquement canalisés par sa façon d'anticiper les événements et nous anticipons les événements en bâtissant des copies des événements passés ». La dernière de mes expériences donnait ceci : « Votre nom, s'il vous plaît ». « TIRY » et j'épelle distinctement « T. I. R. Y. » Je surveille la personne qui écrit et cela donne Thierry ; cette personne lève le regard vers moi et avec un sourire me demande : « Un seul R ? »

Une erreur semblable n'a souvent pas d'importance, cependant lorsque je veux faire rectifier, la confusion est complète, on rature, surcharge, recommence, jusqu'au moment où j'interviens en disant : « non, attendez » et j'épelle de nouveau, il est alors remarquable que la personne s'applique comme un enfant, formant avec soin ses premières lettres ; cette lenteur est le signe qu'un nouveau tracé est exploité dans le système nerveux. Je cite cet exemple personnel parce qu'il m'a été utile pour comprendre le processus, mais nous pouvons en

trouver de nombreux : il suffit de considérer les difficultés que nombre de personnes ont encore après plus de dix années à effectuer des calculs en nouveaux francs.

L'existence des circuits nerveux permet d'établir une analogie entre la pensée humaine et les cerveaux électroniques. On peut reconnaître toute une série d'adaptations semblables à celles observées en cybernétique.

Prenons, à titre d'exemple, deux cas mis en valeur par le Professeur Elwood Murray :

Je vous parle et j'émet une opinion ; si je reçois de vous un signal que j'analyse comme positif (feedback) cela m'amène à renforcer ce que je dis ; j'ajoute des arguments et puisque je suis encouragé, ces arguments seront moins serrés et tendront vers la facilité. Aux Etats-Unis, il existe un mot pour désigner la personne qui est en principe d'accord avec son directeur, c'est le « Yesman » dont le comportement peut être considéré comme dangereux par son entourage qui sera amené à se relâcher. A l'inverse l'encouragement à une certaine facilité peut être bénéfique en stimulant une imagination plus créative parce que moins traquée, c'est la méthode du « brain-storming » imaginée par Alex F. Osborne.

Si au contraire ayant exprimé une idée, j'analyse votre signal (attitude, parole, silence) comme négatif, c'est-à-dire comme un refus, alors je ne vais pas de l'avant, je resserre mon argumentation, je la rends plus dense, plus cohérente, je me rapproche des faits. C'est en se contredisant et en fouillant la contradiction que l'on est le plus près de se trouver du même avis, par l'obligation qui s'impose de serrer davantage l'événement.

De même que pour le mot, l'opinion comporte une charge émotive et une image.

La charge émotive est évidente dans les opinions suivantes « c'est inouï comme les gens deviennent mufles », « les jeunes manquent de tenue », « la politique perdra les Français », en particulier lorsque nous retenons la responsabilité de toute une classe d'individus ou de tout un peuple. Elle ne l'est pas moins dans les formules suivantes : « L'Europe doit se faire », « l'homme est né libre », « les institutions démocratiques sont les meilleures ». Ce qui rend difficile le fait de changer d'opinion, c'est que la conscience doit être suffisamment éveillée pour découvrir les charges émotives et les désamorcer.

Nous avons vu que l'opinion était un à priori. Nous avons nos idées préconçues sur la façon dont les personnes doivent agir ; si elles n'agissent pas suivant nos préjugés, elles sont antipathiques, dans le cas contraire elles sont sympathiques. Si nous disons « Untel m'a déçu », c'est que nous attendions de lui une certaine façon de se comporter qu'il n'a pas réalisé ; il semble nous avoir manqué personnellement. Une personne peut être gênée dans la conduite de son véhicule et ressentir une sensation-émotion ; mais elle peut simplement craindre qu'un autre chauffeur exécute une fausse manœuvre sans que celle-ci se réalise, elle se livrera alors à des opinions-émotions bien connues des personnes habituées à conduire. Certaines attitudes sociales sont estimées correctes et d'autres incorrectes. Nous avons en nous un schéma idéal de la façon dont l'homme devrait se comporter. Valéry exprimait la constatation suivante : « l'état d'esprit de négation devance souvent l'occasion de nier. Avant que tu aies parlé, si tu m'es antipathique, ma négation est prête, quoique tu doives dire, car c'est toi que je nie ».

L'opinion-émotion-image que l'homme peut avoir de la satisfaction de son désir, la façon dont il avait envisagé les événements, l'image qu'il en avait créée, l'empêchent souvent de s'adapter au présent et de le réaliser pleinement. Le passage du plan imaginatif à priori, c'est-à-dire de l'opinion, au plan de la réalité correspond souvent à une déception ; l'image-opinion qui est à l'origine du désir ne permet pas à celui-ci d'être satisfait. Les déceptions sont parfois graves et peuvent conduire au découragement et à l'abandon « Pour moi, je quitterais volontiers un monde où l'action n'est pas la sœur du rêve ».

Essence et Personnalité

Nous avons distingué l'état dans lequel l'homme se nourrit de sensations-sentiments de celui dans lequel il évoque le passé pour changer ses sensations en perceptions. La question se pose maintenant de savoir de quelle sorte d'homme il s'agit. En effet, les activités du monde externe ne sont pas réceptionnées ni perçues de la même façon par vous, par moi, ou par n'importe quel autre des organismes humains qui peuplent la terre par milliards. Nous constatons d'une part, avec un certain vertige, qu'il n'existe pas un être qui nous soit identique ; nous sommes conscients d'autre part que chaque personne, face à l'événement, n'engage pas la totalité de son être vrai, mais simplement une partie falsifiée, déformée.

Nous réalisons notre incapacité à conserver au monde son originalité propre. En objectivant, nous découvrons ce que nous-mêmes avons placé dans les objets, ceux-ci restent collés à nous : nous sommes auto-réflexifs. Nos perceptions ressemblent à ces photos sur lesquelles des touristes posent à côté des monuments historiques, ils manifestent ainsi le rapport qu'ils créent entre eux et l'édifice ; suivant la boutade de Voltaire : « Dieu a créé l'homme à son image, mais l'homme le lui a bien rendu ! » Chacun de nous invente son dieu, son univers, ne fait que projeter sa pensée, chacun construit les miroirs dans lesquels il se regarde.

Prenant comme point de départ ces constatations, la seule question qui ait un sens est celle de savoir « qui » se regarde. Nos sensations et perceptions sont des modifications de notre être, notre regard doit par conséquent traverser celui-ci, car il fait également partie de l'événement. L'humanité, reconnaissant depuis les temps les plus lointains l'évidence de cette recherche, a multiplié les formules : « Connais-toi toi-même, tu connaîtras l'univers et les dieux ». « Regarde en toi, tu es le Bouddha. « Le royaume des cieux est en vous ».

Le trait essentiel sur lequel insistent tous les interprètes de la Philosophia Perennis se résume dans la formule sanscrite particulièrement succincte : « Tat Tvam Asi » (« Tu es cela »). L'atman qui est le soi éternel se confond avec Brahman, le principe de toute existence. Les divisions par lesquelles nous opérons sur la nature représentent uniquement un système de conventions, si nous abandonnons ce système nous nous apercevons que notre moi n'est pas séparable du monde extérieur et forme avec lui un tout. Or, le « tout » ne peut être classé, il est inexprimable ; simplement : « il est ». Notre essence se trouve dans la même situation que le « tout », il n'existe pas de façon de l'exprimer ; seule une prise de conscience permet d'en faire l'expérience.

Cet admirable extrait de l'Upanishad Chandogya raconte l'enseignement qu'un père prodigue à son fils qui vient d'accomplir de longues études trop livresques et qui revient chez lui infatué de son savoir. Le père lui apprend ce qui ne s'enseigne pas dans les livres, « cette connaissance grâce et laquelle nous entendons ce qui ne se peut entendre, percevons ce qui ne se peut percevoir, et savons ce qui ne peut être su ».

— Apporte-moi donc un fruit de banyan, dit-il à son fils.

- Le voici, père.
- Ouvre-le, qu'y vois-tu ?
- Quelques graines minuscules, père.
- Brises-en une, qu'y vois-tu ?
- Rien du tout.
- Mon fils, dit le père, cette essence subtile que tu n'aperçois même pas contient l'être même du grand banyan. Et tout ce qui existe a pour origine une telle essence. Cela est la Vérité, cela est le Moi et Toi, Svetaketu, tu es cela.

Ensuite le père donna et son fils un sac de sel en lui disant :

- Verse ce sel dans un vase plein d'eau, et apporte-le moi.

Le fils obéit et son père lui dit :

- Maintenant donne-moi le sel que tu as mis dans l'eau.

Mais le sel avait fondu.

- Goûte l'eau à la surface du vase, dit le père, et dis-moi quel est son goût.
- Elle est salée.
- Et au milieu du vase ?
- Salée.
- Et au fond du vase ?
- Salée également.
- Il en va ainsi de ton corps, dit le père : tu n'y perçois pas la Vérité, mais elle y est partout. Et tout ce qui existe est dans cette subtile essence. Cela est la Vérité. Cela est le Moi, et Toi Svetaketu, tu es cela ».

* * *

Tous les êtres possèdent une essence. Nous comprenons que la nature essentielle d'un chat est d'être chat et qu'elle ne peut être confondue avec celle d'un chien ou d'un oiseau. Dans la famille chat chaque individu possède également une essence propre ; ceux qui ont élevé plusieurs de ces animaux ont observé que les caractères étaient différents. A la naissance de l'être, l'essence s'inscrit dans une forme qui est destinée à se développer suivant les possibilités inscrites dans sa nature. Le chat n'est pas prédisposé et être chat, il EST chat. En imaginant même les influences les plus complexes du milieu, il ne deviendra jamais chien.

L'enfant vit son essence, c'est à juste titre que nous nous étonnons de sa fraîcheur, de ses mots, de ses dessins, de sa créativité, de la qualité de ses contacts. La façon dont il se manifeste lui appartient. Par la suite, lorsque la personnalité se développe, il aime ce que, par éducation, la société lui apprend et aime. Les formes de la vie sociale s'imposent à lui, il ressent par rapport elles, son inadéquation. L'éducation le meuble, crée des habitudes de pensée, trace des routes dans le système nerveux, effectue un travail d'implantation. L'enfant apprend à aimer pour des raisons qui ne sont pas de lui, il ne peut bientôt plus distinguer ce qui lui est propre de ce qu'il a acquis, autrement dit, des réactions qui sont devenues siennes par imitation. Après quelques tentatives de révolte au cours de l'adolescence, il perd contact avec lui-même. A partir de cette époque l'essence ne se manifeste plus que rarement, elle est étouffée par la personnalité qui crée un destin différent de celui inscrit dans sa nature essentielle. C'est à travers ce destin reconstruit que la vie sera jugée et vécue.

L'essence est la vie même, elle est événement. La personnalité est construction mentale, elle est structure et ne peut atteindre l'événement. Le contact avec ce dernier ne peut être établi qu'à travers une participation de notre essence.

La psychologie religieuse est depuis longtemps ouverte à ces problèmes et nous trouvons des avertissements correspondants dans les écrits orientaux et occidentaux :

« Rien ne brûle en enfer que le moi » (Théologica Germanica)

« Je vous le dis en vérité, quiconque ne recevra pas le royaume de Dieu comme un enfant n'y entrera pas » (St-Luc).

« Eteindre l'individualité en cessant de nous identifier avec ses appartenances inauthentiques qui ne sont pas réellement nôtres. Les activités venant du dehors traversent alors le calme de l'esprit comme un vol d'oiseau dans un espace sans vent ». (Sri Aurobindo). Ces paroles nous paraissent essentiellement vraies, elles obligent à effectuer un rappel vers les zones profondes de l'être.

Nous trouvons également dans la philosophie bouddhique la précision suivante : « Il n'est dans le monde ni tort, ni vice, ni péché qui ne découle de l'affirmation du moi. Le moi est Mara le tentateur, le créateur du mal. Le moi promet un paradis féérique... Vous aspirez au ciel, mais ce sont les plaisirs du moi que vous cherchez dans les cieus et c'est pourquoi vous ne pouvez voir la félicité du vrai et l'immortalité de la vérité. Celui qui cherche le moi, doit distinguer entre le vrai moi et le faux moi ».

Freud définit la notion de personnalité en distinguant tout d'abord le « ça » constitué par les impulsions instinctives, par les réactions de l'essence, puis le « moi » c'est-à-dire la conscience que l'homme a de lui-même, enfin le « surmoi » qui se constitue par adaptation aux exigences familiales et sociales. Au cours de sa vie le « moi » de l'individu est écartelé entre son essence qui cherche à se manifester et qui demande à être satisfaite « ça » et le « surmoi » qui représente le personnage créé par la morale sociale.

En vieillissant, il devient difficile de distinguer notre nature originelle des attitudes de compensation que la vie nous a imposées. Dès l'enfance, la société sollicite de nous des talents que nous nous voyons dans l'obligation de contrefaire, des personnages paraissant mieux adaptés à la vie sociale. Adolescents, nous ne connaissons déjà plus les traits de notre vrai visage et nous engendrons des causes contradictoires qui ne peuvent produire leurs effets en même temps.

Chacun de nous possède une essence propre qu'il est seul capable de contacter. Nous la ressentons confusément à travers certains goûts de nous-mêmes qui ne peuvent tromper par leur authenticité, nous gardons l'espoir de réaliser demain ses aspirations secrètes, mais pour le moment, cette réalisation nous paraît impossible et contraire même à l'ordre social. Toutes les époques ont cherché à discerner une prédestination chez les êtres. Certaines sociétés les ont distingués suivant un système de castes : les guerriers, les prêtres, les marchands, etc... Les églises ont admis plusieurs voies de salut, reconnaissant ainsi que les individus étaient différents et que des règles communes ne pouvaient leur être appliquées. Le christianisme a distingué la voie de Marthe qui implique le salut par l'action pour ceux qui ont une disposition propre à l'action et la voie de Marie qui implique le salut par la contemplation. Ces voies

différentes se sont matérialisées dans les règles de nombreux ordres religieux. Nous retrouvons une distinction parallèle dans la description des types psychologiques établie par Jung : le terme « extraverti » désignant les personnes qui se caractérisent par une influence du sujet sur l'objet et celui de « intraverti », celles qui laissent apparaître une dépendance du sujet par rapport à l'objet.

Ces catégories sont, malgré tout, étroites puisque chaque individu est différent. La compréhension profonde que chacun peut obtenir de sa nature essentielle, qui est événement, ne doit pas être confondue avec les essais de classification de types psychologiques qui appartiennent au domaine des structures édifiées par l'esprit. Si nous prenons soin d'éviter cette confusion, nous pouvons essayer de définir intellectuellement les exigences qui amènent la création de la personnalité et les formes qu'elle revêt.

Les travaux effectués par le psychologue américain Sheldon pour déterminer des types psycho-somatiques ont été publiés sous le titre : « Les variétés de tempérament ». Ils constituent actuellement l'analyse la plus complète à laquelle nous puissions nous référer. En voici les grands traits :

Sheldon distingue trois composantes physiques et trois composantes psychiques qui sont apparentées et peuvent se retrouver à l'état pur, ou être mélangées dans des proportions variables chez un même individu : c'est le cas le plus fréquent. Pour les composantes physiques, il distingue trois catégories : l'endomorphe, le mésomorphe et l'ectomorphe.

Chez l'individu qui présente le type endomorphe, le système digestif a une place prépondérante, il est gros. A cette constitution correspond un type de tempérament appelé viscérotonie. Le viscérotonique se caractérise par la relaxation, l'amour du confort et du bien-être, la lenteur des réactions. Les plaisirs de la table tiennent dans sa vie une place importante ; il aime prendre ses repas en commun, car le second de ses traits est la sociophilie : il est avide d'affection, il aime se retrouver en société, en famille, il fuit la solitude.

Celui qui représente le type mésomorphe pur se distingue par une musculature puissante, le squelette lui-même est puissant. Le type de tempérament correspondant s'appelle la somatotonie qui se caractérise par la recherche de la lutte, le besoin d'activité et l'amour de l'aventure physique. La personne est dure, agressive, aime risquer et dominer.

Enfin celui qui correspond au type ectomorphe se reconnaît par une constitution maigre, un squelette étroit et des muscles peu apparents. Le tempérament qui s'associe à ce physique s'appelle la cérébrotonie et se caractérise par l'introversion : retenue de l'attitude, recherche de solitude, manque d'adaptation sociale, résistance à l'habitude, imagination. Le monde extérieur le domine, il se retire en lui-même restant attentif aux variations de sa conscience.

Cette description relative aux variétés de tempérament tente de saisir la nature essentielle de l'homme, celle dont il hérite à la naissance. Mais nous savons qu'il se forme chez l'homme au cours de la vie une personnalité basée sur la mémoire. Celle-ci compense les facultés qui semblent faire défaut pour une meilleure adaptation à la vie sociale, en improvisant des attitudes qui sont créées par imitation.

Prenons un exemple : le cérébrotonique est peu doué pour la vie en société et pour l'action. Il souffrira de se sentir étranger aux mouvements qui agitent le monde, aux sentiments exprimés sans retenue. Son attitude de fuite devant les contacts humains, le manque de faculté d'expression, son introspection excessive seront autant de difficultés qu'il aura à vaincre s'il veut s'adapter. Il observera alors les personnes de son entourage qui lui paraîtront mieux armées pour la lutte sociale, il enviera ceux parmi ses contemporains qui semblent si bien insérés dans la société : ceux qu'il côtoie, les personnages décrits dans la littérature, ceux qui paraissent sur les écrans. Insensiblement, il s'adjugera par imitation leur comportement. Masquant son être réel, il créera une façade lui donnant la possibilité de paraître et l'illusion de « tenir sa place », de « tenir son rôle », ou tout au moins la place et le rôle qu'il aura imaginés.

Chaque époque organise ses mythes ; chacune exerce une pression sur les individus pour les amener à créer une personnalité compensatrice. Il existe toujours un snobisme du siècle. A l'époque romantique il était de bon ton d'observer un air alanguiné et de laisser soupirer son âme. Au début de ce siècle la rondeur bonhomme du viscérotonique était proposée comme modèle. L'homme d'action se trouve actuellement sur le piédestal : le somatotonique vit son époque, il n'éprouve pas l'angoisse de l'adaptation, la société l'attend. L'ingénieur et le sportif sont les piliers de sa civilisation, l'église admettra les prêtres-ouvriers. Mais s'il domine son époque, celle-ci, malgré tout ne résoud pas tous les problèmes, ayant créé ses mythes, il en est aussi la victime, jusqu'à l'infarctus. L'équilibre qui résulterait d'une expression libre des essences est rompu, d'autant plus que s'accrédite l'espoir de faire naître des pensées justes par la seule vertu de l'action violente.

La personnalité engendre des tensions, elle laisse cet arrière-goût étrange et décevant de vivre à côté de soi, de ne pas être ce que l'on veut paraître. Les rencontres entre deux personnalités s'établissent sur un plan factice. Lorsque l'être vrai n'est pas engagé, ces rencontres manquent de réalité et de profondeur, les relations se créent sur la base de « modus vivendi » et s'y enlisent. Dans le mariage, les contacts n'existent pas au niveau des sentiments, l'homme recherche la « femme », celle dont il s'est fait une représentation idéale, il tente de faire coïncider la réalité avec sa construction mentale plutôt que de rester éveillé aux sentiments que lui inspire une personne précise dans une situation vécue. Réciproquement la femme recherche « l'homme ». Il est certain que la situation ainsi créée ne sera jamais réelle.

Le choix d'un métier lui-même se fait sous la pression de la société, les désirs de l'individu correspondent en effet rarement aux impératifs économiques et aux modes. Telle activité mieux adaptée au tempérament sera négligée, parce que jugée insuffisamment rémunératrice ou considérée comme un déclassement. Ayant construit une image de nous qui se durcit avec les années, nous l'opposons à la vie; nous nous statufions vivants, ce qui ne peut se réaliser qu'en ignorant la réalité du mouvement. Nous avons besoin d'admirer notre image de la vie, nous avons besoin de héros, nous recherchons les honneurs et l'approbation.

Mais il semble qu'il soit préférable de suivre son propre Dharma, même s'il paraît plus humble qu'un autre. Il est essentiel de saisir que nous ne pouvons être informés vraiment que par notre être vrai : notre essence est seule capable de cette information. Elle se révèle par l'ensemble des sensations-sentiments et nous renseigne par la façon dont elle réagit à ce

niveau. Elle est le domaine de la compréhension, elle participe au mouvement puisque par sa nature elle vit un continuel présent.

* * *

Nous savons que l'homme possède la faculté de concevoir dans son mental des situations statiques. Faisant abstraction du mouvement, il forme, grâce à sa mémoire, des modèles de l'univers et de lui-même. La personnalité est le domaine des perceptions et par conséquent de la connaissance, au niveau de celle-ci, les activités provenant de l'extérieur ne déclenchent chez l'individu que la mémoire : les choses ne sont pas connues mais reconnues ; par ailleurs, en procédant à des distinctions, notre connaissance devient plus riche et notre compréhension plus pauvre.

Si nous faisons le procès de la personnalité et de la connaissance, il ne faut pas perdre de vue que l'un et l'autre sont indispensables à la survie de l'être. Ce procès ne vise qu'à définir les limites et les conditions dans lesquelles leur exploitation doit intervenir. En effet, la personnalité et la connaissance qui se nourrissent d'elles-mêmes sont mortes. Nous avons des perceptions-émotions, rarement des sensations-sentiments. Cette situation nous met en déséquilibre avec notre moi profond, elle est opposée à des relations authentiques avec la vie. Il est indispensable de saisir que la véritable personnalité se constitue à partir de l'essence qui seule est active, au centre de la vie, de même que la véritable mémoire perceptive se constitue à partir des sensations qui sont nos contacts les plus directs avec l'événement. Or, le plus souvent la personnalité, la mémoire, l'appareil perceptif ne font que se renforcer en se redigérant constamment dans un univers clos.

Les formes de la personnalité sont multiples : le désir du devenir, le schéma du devenir, « vivre sa vie », qui se traduit par la recherche du plaisir (seule la compréhension à travers l'essence peut apporter la joie), construire une image esthétique de soi, cela fait partie de la personnalité. Le renoncement, l'attitude de sacrifice ne sont qu'un nouvel aspect de la personnalité, l'envers de la situation précédente. Bachelard écrivait : « L'homme veut vivre une histoire il veut dramatiser son histoire pour en faire un destin ». Nos connaissances ont augmenté dans des proportions fantastiques jusque dans le domaine des sciences humaines, nous n'en sommes pas plus sages ; les biens matériels ont augmenté dans les mêmes proportions, nous n'en sommes pas plus heureux ni plus joyeux.

On peut appliquer à la personnalité ce qui a été dit pour les perceptions : elle se situe à un niveau d'abstraction élevé puisqu'elle trouve sa nourriture dans la mémoire. Elle se complait dans un monde très abstrait où il est question d'amour de l'humanité, de notions de races, d'espèces, de théories générales qui forment un tampon entre la vie et l'être. Le personnage d'un roman de Duhamel s'exprimait ainsi : « j'aime la fraternité, mais je n'aime pas mes frères ».

Il se pose de nos jours avec acuité le besoin de comprendre les aspects différents d'une situation dans laquelle nous avons réussi, en négligeant l'ordre naturel, à rendre l'essence passive et la personnalité active. Dans son livre intitulé : « Anti pensée et monde des conflits » le Dr. Jacques M. Kalmar s'exprime ainsi : « l'homme intellectualise le milieu dans lequel il évolue et construit, modèle et conditionne toutes ses créations intellectualisées, les rapports des êtres et des choses et des êtres entre eux, dans un monde ainsi élaboré, les comportements,

les pensées, les coutumes, tout cela existe, mais n'est pas authentique. Savoir reconnaître cette inauthenticité, savoir discerner entre le réel et ce qui n'est qu'un existant dissocié du réel, représente certainement un grand pas vers le retour la compréhension, vers l'appréhension d'une connaissance d'un ordre transcendantal. Tous les malheurs de ce monde tiennent dans ce fait que nous nous sommes laissés englober dans les abîmes de l'inauthenticité ». L'essentiel de notre activité devrait consister rechercher en nous les ressorts de cette inauthenticité pour atteindre le stade de l'évidence. Mais un des aspects mêmes de la personnalité est de considérer qu'il s'agit là d'un temps gaspillé. Nous redoutons les conséquences d'une chute de tension dans notre suractivité; celle-ci nous apparaît inacceptable, nous préférons penser qu'elle serait invivable. Nous poursuivons donc notre course éperdue et confuse en rêvant à une miraculeuse intervention capable de maintenir notre organisme dans la direction appropriée.

Dans les différents ouvrages qu'il a publiés, le psychologue américain Carl Rogers nous soumet les résultats d'une enquête dans laquelle il a cherché à approfondir la compréhension des drames que nous nous jouons et dont nous sommes la victime. Il met en valeur la complexité du processus vital qui est un processus d'écoulement, de changement, où rien n'est fixe. Il constate : « Dans mes relations avec autrui, j'ai appris qu'il ne sert et rien à long terme, d'agir comme si je n'étais pas ce que je suis ». « Mon intervention est efficace quand j'arrive à m'écouter et à m'accepter et que je puis être moi-même ». Mais la personnalité intervient avec une exigence et laquelle il est difficile d'échapper, nous voulons à tout prix nous réfugier derrière des classifications, nous voulons arranger les choses sans prendre le temps de les ressentir.

Dans son livre : « Le développement de la personne » Rogers décrit les stades du processus observés en psychothérapie, par lesquels un sujet passe de la fixité à la fluidité, c'est-à-dire de l'expression de sa personnalité, de sa mémoire, de ses connaissances, de ses perceptions à la réalisation consciente de son essence, de sa compréhension, de ses sensations-sentiments. On peut observer que l'expérience immédiate est ressentie d'abord comme schématique et abstraite, la personne n'est pas consciente de ses sentiments qui sont bloqués, les problèmes personnels sont perçus comme extérieurs à soi. Ce dernier phénomène se perçoit lorsque la personne objective, généralise ses sentiments et ne les prend pas à son compte. Imaginons les phrases suivantes que nous aurions pu extraire d'une conversation courante : « Lorsqu'il pleut, on est assez facilement déprimé », « on passe un bon moment », « j'ai l'impression que nous ne nous sentons pas très bien », « je n'aime pas beaucoup parler de moi, c'est une question de pudeur ». Les sentiments pourraient fort bien être revendiqués par la personne qui les exprime sans qu'elle se sente obligée d'appeler en renfort la société, d'obtenir la caution de la foule anonyme. Elle en prend la responsabilité dans les formulations suivantes : « lorsqu'il pleut, je suis facilement déprimé », « je passe un bon moment », « je ne me sens pas très bien », « vous me demandez de parler de moi, je me sens gêné ». Dans ce dernier exemple, la personne parle d'elle-même, de soi comme d'un sujet étranger, elle se traite comme un objet. Lorsque la fluidité est entièrement rétablie le sujet lui-même s'exprime. La situation présente est ressentie par l'essence, elle n'est plus cachée, mais elle aveugle par son évidence : « Il pleut, je suis déprimé ». Suivant une formule de Rogers : le moi devient la conscience subjective de l'expérience elle-même. Cet état ne peut apparaître que s'il n'existe aucun tampon, aucun intermédiaire, entre la réalité et la conscience que l'on en a.

Le Présent et la Durée

Un jour Tanzan et Ekido voyageaient de concert sur une route boueuse, il tombait une pluie abondante. En arrivant à une intersection, ils rencontrèrent une fille charmante en kimono de soie, incapable de traverser. « Venez, jeune fille ! » dit aussitôt Tanzan et, la soulevant dans ses bras, il la transporta de l'autre côté. Ekido ne prononça pas une parole jusqu'à la nuit tombante, où ils atteignirent un temple pour s'y reposer. Alors il ne put se retenir plus longtemps : « Nous autres n'approchons pas les femmes, dit-il à Tanzan, spécialement lorsqu'elles sont jeunes et charmantes, c'est dangereux ! Pourquoi l'avez-vous fait ? » « J'ai laissé la jeune fille là-bas » répondit Tanzan, « La portez-vous toujours ? »

Cette charmante histoire du bouddhisme Zen met en scène deux moines qui ont un comportement différent par rapport au temps. L'un d'eux vit un éternel présent, il est étonné que son compagnon reste prisonnier du passé. Pour le premier, la réalité n'a pas de durée, l'événement est présent, il est ici-maintenant ; seul existe ce présent vécu, il n'a jamais été et ne sera jamais plus. L'événement est constamment changeant, l'observateur également (cette feuille sur laquelle j'écris m'apparaît à chaque instant différente, je vois se renouveler la lumière de la pièce, je me renouvelle dans le même temps). Notre moine vit en équilibre sur le fil de ses sensations-sentiments qui, semblable à l'événement, se déroule dans le présent.

Le monde extérieur tel que nous le connaissons est sans mémoire, pour cette raison il ne peut comparer deux de ses états antérieurs ; il s'agit là d'une faculté qui appartient à l'homme. Celui-ci, tel Ekido, est doué de mémoire, il veut être la mémoire d'un monde éternellement présent ; il invente donc l'histoire en élaborant un rapport entre ses souvenirs en ajustant les données de ses connaissances. Il vit dans son propre univers de perceptions, il imagine le continu, il introduit la notion de durée, déterminant ainsi une vision temporelle des événements. La notion de futur et de passé n'a de sens qu'à partir d'un point fixe fourni par l'homme lorsqu'il ignore le mouvement.

Le temps sert à découper arbitrairement la réalité : en heures, jours ou années, etc., à établir des cycles, ce qui permet de comparer deux périodes entre elles. Cependant la façon dont nous découpons le réel montre déjà nos présuppositions, nos prémisses, nos évaluations. Il n'est pas possible de penser le discontinu et de créer l'histoire sans émettre d'opinions.

Nous savons que connaître, c'est reconnaître, c'est-à-dire RELIER un événement nouveau à un souvenir. La connaissance qui élabore des structures ne se conçoit que dans la durée, la compréhension ne se réalise que dans l'instant présent. « Il n'y a que la paresse qui soit durable, l'acte est instantané », la paresse n'étant pas envisagée par Bachelard comme un concept moral dans cette formule qui ne serait pas reniée par la tradition orientale.

Les éléments qui forment la personnalité de l'individu se justifient également par la durée : le désir de la réussite, les personnages créés, la vanité, l'orgueil, le mot, la souffrance comportent une idée de continuité. Des expressions telles que : « rattraper le temps perdu », « tuer le temps » sont, à ce point de vue, caractéristiques. Krisna en donne aux hommes un

avertissement célèbre : « Je suis venu sous la forme du temps, le gaspilleur des peuples. Prêt pour l'heure qui mûrit pour leur ruine ». L'essence, par contre, se situe dans le présent, elle EST.

C'est en cherchant à définir l'attention que les notions de temps peuvent se concrétiser. Dans l'histoire ZEN citée plus haut, nous constatons que Tanzan vit l'instant présent, il est attentif. Ekido au contraire est distrait, son esprit est ailleurs, puisqu'à la nuit tombante il pense encore à la scène à laquelle il a assisté pendant la journée. L'essence de l'attention est donc la manifestation du présent, du moment de compréhension situé pour nous, très précisément, à la rencontre de l'espace et du temps : Hic et Nunc, ici-maintenant. L'acte de compréhension est instantané, il ne dure pas. Il se renouvelle à travers notre corps, lui-même constamment renouvelé, comme une expérience directe et unique. Je ne peux comprendre avec mon corps d'hier mais avec les cellules dont je dispose maintenant. Je ne peux comprendre ailleurs, mais ici.

Si nous appelons être attentif, le fait de vivre dans le présent, il apparaît que seule la sensation-sentiment nous permette de remplir cette condition. Elle seule n'a aucune référence dans le passé. Être attentif consiste donc à éprouver l'ensemble de ses sensations-sentiments à un moment donné ; cet état se manifeste librement et sans discrimination.

Nous avons vu que le continu et la durée font appel à la mémoire et à la connaissance. C'est à ce niveau que se situe la distraction qui consiste à rester en totalité ou partiellement étranger aux événements qui se déroulent au moment même (distraction : séparer une partie du tout).

La distraction partielle est appelée concentration, il s'agit en fait d'une perception au cours de laquelle nous sélectionnons arbitrairement une partie de l'événement en la figeant dans le temps et en la nourrissant ensuite par la mémoire : nous focalisons le champ de notre conscience. A l'extrême, nous connaissons l'image populaire de la distraction des grands savants.

Il existe, à l'origine de la concentration, une préconception selon laquelle un élément unique, isolé, mérite toute notre attention, le reste de l'actualité est laissé dans l'ombre.

La distraction totale, par contre, n'a aucune racine dans le présent, elle est constituée par la mémoire à l'état pur sans lien avec l'événement. Elle peut être appelée rêverie ou imagination. Les souvenirs s'associent suivant un enchaînement qui leur sont propres. Je conduis ma voiture sur une route connue, je perds conscience du chemin parcouru, absorbé par mon rêve intérieur, je n'ai rien éprouvé de ce que mon corps a vécu, j'ai le sentiment de me réveiller à la fin de mon absence. Il est difficile de se souvenir de cette forme d'imagination et de son enchaînement, la dernière image seule subsiste, de même qu'au réveil ne subsistent du rêve que les dernières impressions.

Les niveaux d'abstraction différents qui sont ceux de la sensation et de la perception se traduisent également par des notions de temps psychologique.

Nous pouvons évoquer le passé en prenant comme point de départ ce que nous

captions de l'événement : c'est-à-dire notre sensation-sentiment. Nous voyons que ce n'est pas le passé qui doit recréer le présent, mais plutôt le présent vécu qui doit évoquer le passé. Ce principe de l'ordre naturel n'est pas simple à observer. S'il était mis en application notre être serait soumis à un renouvellement constant en accord avec le mouvement de la vie, alors que l'esprit s'enlise dans l'ennui qu'apportent les rééditions du passé. Nos explications restent linéaires pour un monde qui ne l'est pas.

Il semble que depuis les débuts de l'humanité, les artistes aient eu l'idée d'utiliser les taches fortuites pour dérouter leur mémoire et obliger celle-ci à se plier au présent. Boticelli exprimait déjà cette idée au XVe siècle, Léonard de Vinci utilisait les taches sur les vieux murs, il suggère cette méthode dans son *Buch Von Der Malerei*. En 1770 le peintre Alexander Cozens publie: "A new method of assisting the invention in drawing original compositions of landscape". Cette méthode destinée à stimuler la créativité consiste à projeter des taches sur une feuille de papier et partant de celles-ci, d'organiser un paysage. Des compositions nouvelles sont ainsi suggérées. De nombreux artistes ont décrit cette méthode, entre autres le dessinateur Justinius Kerner qui a pu influencer Rorschach, créateur du test de personnalité connu sous le nom de psychodiagnostic. Victor Hugo, le psychologue Binet et bien d'autres chercheurs l'ont utilisé sans en parler. A quels besoins correspond-elle ?

La sensation proposée sous forme de tache ne se rationalise pas aisément, elle échappe à la mémoire ; elle est déroutante, en ce sens que la perception ne possède pas pour elle de modèle préétabli elle ne peut donc s'en saisir immédiatement ; l'observateur ne peut reconnaître, ses connaissances sont déjouées. Ne possédant pas de références immédiates dans le passé, il se maintient au niveau de la sensation, il ne prend pied dans sa mémoire qu'à la suite d'une recherche. Ses souvenirs subissent à ce stade une véritable manipulation puisqu'ils sont évoqués par une situation qui, de toute évidence, n'a jamais été vécue. La mémoire devient le siège d'associations nouvelles, elle fournira au cours de la perception une matière qui présentera une structure différente de celles habituellement obtenues. Le comportement de l'observateur devient créatif, il découvre l'essence de l'action alors qu'il est habituellement soumis à des réactions.

De même que la tache, l'instant présent est insolite. Si nous n'étions pas aveuglés par le péché d'intellectualisation, nous serions constamment à la recherche de nouvelles associations capables de traduire des sensations sans précédent. Pour l'enfant, à l'époque où le courant n'a pas été inversé, les structures mentales et verbales restent secondaires, elles demeurent soumises aux données des sens.

Pour prendre un exemple simple, imaginons une personne désirant écrire un poème, elle a perdu un être cher et veut exprimer sa peine. Il s'agit là d'un thème classique qui a tenté de nombreux écrivains, ce qui ne saurait faciliter sa tâche. Les bribes cent fois répétées d'autres poèmes vont lui venir en mémoire ; les mots et les images s'imposeront mécaniquement à son esprit. La tâche sera d'autant plus malaisée que ses connaissances seront étendues. Elle composera un mélange plus ou moins adroit de ses réminiscences, ou restera figée, consciente de son incapacité à exprimer sa douleur avec justesse. Si pourtant, elle prend conscience de sa peine réelle, sans rechercher un élément de comparaison, si elle est profondément troublée par un état qui n'a jamais été éprouvé dans de semblables conditions, alors, partant de ces éléments auxquels aucune règle ne s'applique, elle peut, puisant dans ses

connaissances, trouver les images, les structures verbales qui lui permettront d'approcher de ce qu'elle éprouve.

Il convient de porter d'abord le présent en soi pour ne donner ensuite que postérieurement « un sens plus pur aux mots de la tribu », par une transaction entre la compréhension et la connaissance.

Krishnamurti développe le thème suivant dans différents entretiens : « Apprendre est d'instant en instant ; c'est un mouvement par lequel on observe infiniment, sans jamais condamner, sans jamais juger, sans jamais évaluer, mais en observant seulement. Dès l'instant que l'on condamne, interprète ou évalue, on a un modèle de connaissance, d'expérience et ce modèle empêche d'apprendre ».

Nous pouvons également rapprocher deux passés, deux connaissances et créer ainsi l'histoire. Ce rapprochement s'effectue dans notre esprit lorsque celui-ci forge un lien entre deux faits enregistrés comme distincts dans nos souvenirs, pour en déduire une opinion. Par exemple : hier, le temps était brumeux, d'autre part, je me suis enrhumé : je me suis enrhumé parce que le temps était brumeux. Louis XIV était un despote, la monarchie devait disparaître sous le règne de ses successeurs : Le despotisme de Louis XIV a entraîné la disparition de la monarchie (ou est-ce la faiblesse de Louis XVI). Au travers des abstractions subies depuis que les événements ont été vécus, des sélections sévères ont été opérées, de sorte que nos connaissances n'ont qu'un rapport lointain avec les faits. Mettre en présence deux connaissances récupérées à ce niveau constitue un exercice arbitraire. Sans oser prononcer le mot d'objectivité qui ne correspond à aucune de nos activités, parler de vérité historique, c'est se leurrer gravement.

Le Non-mental et la Compréhension

Le Mental et la Connaissance

Nous avons tenté de rendre évidente la différence de nature qui existe chez l'homme entre deux états, toujours les mêmes. Nous avons employé des mots différents pour désigner la même réalité, seul l'éclairage a changé.

Le premier de ces états est celui de sensation. Si nous essayons de le caractériser par des circonstances de temps et de lieu, nous dirons de lui qu'il se manifeste dans l'instant présent et que l'essence de l'individu est le siège de cette manifestation. Nous pouvons le définir comme un état de compréhension subjective.

Le second de ces états est celui de perception. Dans cet état, la sensation n'est plus l'expérience même, elle est réduite au rôle de signal destiné à déclencher la mémoire, à réactualiser les expériences passées. La perception a son siège dans la personnalité. Elle se définit comme un état mental de connaissance objective.

Ces deux états qui traduisent notre réaction à l'événement interviennent alternativement ; nous avons le choix entre l'un et l'autre, ils ne peuvent coexister, autrement dit, occuper simultanément la conscience ; comme voie de conséquence, ils ne peuvent s'opposer.

La seule question que nous puissions poser à leur égard est celle de la priorité de l'un par rapport à l'autre. Celle-ci est évidente si l'on se place du point de vue de la meilleure adaptation à la vie qui correspond à la recherche essentielle de l'Homme. La circulation n'est efficace et n'a de sens que si elle s'effectue partant du premier de ces états vers le second : le passé ne mène pas au présent, de la perception ne peut naître la sensation, l'accumulation des connaissances n'engendre pas la compréhension. « Les hommes sont sages en proportion, non de leur expérience, mais de leur capacité d'expérience. Si nous pouvions apprendre par la seule expérience, les pierres de Londres seraient plus sages que ses hommes les plus sages » (Bernard Shaw).

Cette matière vibrante de sensations-sentiments qui s'anime en moi, qui constitue le goût de moi-même, dans laquelle il n'existe ni distinction, ni exclusion, ni séparation entre observateur et observé, cette changeante et infinie variété d'activités qui révèle mon essence, la nourrit d'une expérience vivante, actuelle, je puis l'objectiver en prenant par rapport et elle mes distances.

Ce sentiment confus de masses colorées qui vit en moi peut devenir « un arbre ». A ce niveau mes connaissances interviennent pour appauvrir mon expérience ; se référant aux schémas contenus dans mon intellect, elles la traduisent en termes favorables à l'action. Mes souvenirs-images, mes études de botanique, les descriptions des romanciers, les œuvres des peintres (comment échapper à Van Gogh devant certains paysages de Provence) sont là pour dépersonnaliser et objectiver ma sensation. A ce niveau, je perds contact avec mon essence

qui faisait partie de l'expérience vécue.

Les éléments nouveaux apportés par la mémoire n'ont pas la même valeur, ils ne font pas partie de la situation présente. A ce point de vue, l'enrichissement par le passé est factice, il éloigne de l'événement. Si je vois la façade d'une maison, celle-ci disparaît dans la profondeur que je lui prête, dans l'aménagement intérieur qui m'est suggéré, je sais que cette profondeur abrite homme, femme, enfants. Les modèles de connaissance que je porte en moi bercent mon esprit, ils endorment en lui la situation présente. Si je vérifie avec toute mon attention retrouvée, je me rends compte que cette vie imaginée derrière la façade n'est pas ce qui existe, que je suis, et proprement parler, un inadapté perdu dans ses réminiscences.

Je connais les gestes nécessaires pour pénétrer dans cette maison, l'usage de la serrure, je saurai ouvrir la porte. Les ensembles, les structures qui constituent ma mémoire rendent l'action physique possible. Celle-ci ne peut être réalisée que lorsque nous nous plaçons à un niveau d'abstraction très élevé ; il faut en effet que nous ayons défini au préalable en nous des schémas et des catégories représentant de grossières esquisses susceptibles de convenir à toutes les situations portant la même étiquette.

Au niveau de l'événement, il n'existe ni cause ni effet, au niveau non-mental de nos sensations-sentiments, qui sont notre meilleur contact avec l'événement, il n'existe également ni cause ni effet. Ce n'est que sur le niveau mental ou verbal que nous sommes à même de créer des relations de cause et effet entre les objets que nous avons distingués. Si je n'ai pas nommé l'objet « porte » ou « serrure », je ne l'ai pas reconnu ; aucun des modèles de connaissances que je porte en moi ne lui sera applicable. Eventuellement, si la catégorie « porte française » est évoquée, je suis prêt et pousser la porte vers l'intérieur, si la catégorie « porte américaine » me vient à l'esprit je tirerai vers l'extérieur.

Nos actions réussissent parce que nous nous plaçons à un haut degré d'abstraction. Comme le fait observer Korzybsky, en abstrayant, nous ne conservons que les similarités commodes pour l'esprit, nous ne tenons pas compte des différences qui sont en plus grand nombre. Sous cet aspect, la vie intellectuelle est une illusion, lorsque nous ne conservons pas la conscience d'effectuer des abstractions. Nous avons la prétention de parler au nom des choses alors que nous ne pouvons en appréhender qu'une infime partie, nous considérons d'autre part qu'elles sont statiques, aussi immuables que notre jugement. Il n'existe pas d'identité entre ce que nous disons d'une chose et ce qu'elle est en réalité. Lorsque nous disons qu'une chose « est »..., elle n'est pas cela. L'inexprimable ne peut être exprimé. Cette constatation n'a jamais laissé les penseurs indifférents. Le poète allemand Novalis l'exprimait ainsi au XVIIIe siècle : « Il faut s'étonner de cette erreur grossière que font les gens quand ils s'imaginent parler au nom des choses. Le propre de la langue est justement de ne se préoccuper que d'elle-même et cela personne ne le sait ».

Lorsque nous cherchons le « mot juste » pour exprimer un état ressenti, le goût d'une situation, nous pouvons avoir la certitude que ce mot n'existe pas. Nous voyons ainsi pourquoi il est préférable de juger une personne sur ce qu'elle fait, plutôt que sur ce qu'elle dit à propos de ce qu'elle fait, qui représente un niveau d'abstraction beaucoup plus élevé, par conséquent, plus éloigné de la réalité.

L'événement est d'une richesse inépuisable, dans la situation la plus banale, il existe

des trésors auxquels nous n'aurons jamais accès. Prendre le goût de cette situation (le goût étant le sens dont l'intériorité et la subjectivité sont les plus évidentes), c'est déceler en soi le sentiment qu'elle éveille.

Nous vivons et comprenons par nos sens à un certain niveau d'abstraction qui est notre meilleure approche du monde des événements. Ce niveau est propre à chaque individu, il n'est pas le même pour les personnes sensoriellement bien équipées et pour celles qui présentent une infirmité ne leur permettant de capter les signaux qu'en nombre restreint : ce peut être le cas des vieillards.

La sensation-sentiment nous permet d'adhérer d'autant plus efficacement à la palpitation de la vie, qu'elle anime notre être, partie intégrante de l'événement. Lorsque nous nous trouvons en présence d'autres personnes sans que la conversation s'engage, sans que nous disposions de notre esprit par quelque distraction, nous sommes conscients d'une foule de sentiments constamment changeants que nous serions bien en peine d'exprimer.

Si nous restons attentifs à nous-mêmes en mangeant un fruit, par exemple une orange, nous éprouvons une variété de sensations, différentes entre elles et d'autres précédemment connues, qui varient subtilement du premier au dernier quartier.

Partant de cette source infinie et inépuisable, on conçoit à quel point le mot, qui est une unité de perception, constitue une mutilation, puisqu'il ne retient que de vagues similarités. Nous ne possédons que le mot « orange » pour décrire ces innombrables activités enregistrées par nos sens. Notre savoir représenté par le mot constitue le verrouillage définitif. Lorsqu'il existe une référence au passé, nous pouvons être certains que les représentations intellectuelles nous possèdent.

Dans la première scène de « Peines d'amour perdues » de Shakespeare, Biron s'exprime ainsi : « Voyons, tous les plaisirs sont vains ; mais celui-là est le plus vain de tous, qui, acquis avec peine, ne rapporte que peine. Ainsi il est vain de méditer péniblement sur un livre pour chercher la lumière de la vérité pendant que cette même vérité aveugle traîtreusement la vue. La lumière se perd et chercher la lumière. Avant que vous découvriez la lumière parmi les ténèbres, vous perdez vos yeux et votre lumière devient ténèbres. Cherchez plutôt à charmer votre œil en le fixant sur un œil plus beau, qui, vous éblouissant, sera votre guide, et vous rendra la lumière dont il vous avait privé. L'étude est comme l'éclatant soleil du ciel qui ne veut pas être scruté par d'insolents regards. Les piocheurs assidus n'ont guère gagné qu'une chétive autorité due aux livres d'autrui. Ces terrestres parrains des lumières du ciel, qui donnent un nom aux étoiles fixes, ne profitent pas plus des nuits brillantes que ceux qui se promènent sans savoir ce qu'elles sont. Trop connaître, c'est ne connaître que de seconde main ; être parrain ce n'est rien que donner un nom ».

Nous savons que le mot substitue la sensation et que la pensée prend la forme d'une manipulation de mots. Or, le mot peut vivre une vie propre, détachée de l'événement. Le fait qu'il représente une abstraction à un niveau très élevé, nous permet de le charger à volonté de signification. Pour les mêmes mots nous tuons ou guérissons, justifiant ainsi des attitudes opposées ; des comportements contradictoires sont tirés des textes sacrés. Le mot « démocratie » recouvre toute une série de conceptions auxquelles il est difficile de trouver un

lien de parenté. On peut « aimer » la solitude, la bonne chère, une femme ou Dieu. Comme l'affirme une formule anglo-saxonne : « Avec dix mille morceaux de cheval blanc, on peut arriver à faire un cheval noir ».

Lorsque j'affirme : « Je vois un Africain, un protestant », je ne fais qu'extérioriser les catégories que je porte en moi. Si je pense : « c'est un homme », j'oppose suivant le cas mon concept, au monde féminin, au monde animal, au monde divin, etc... Les dualités auxquelles je me réfère, résultent d'un besoin de symétrie, mais le monde est asymétrique ; quelle symétrie existe-t-il dans la vie d'un homme entre sa jeunesse et sa vieillesse ? Dans le livre plein d'humour de Christophe : « l'idée fixe du savant Cosinus » l'auteur parle d'un ouvrage que doivent posséder à l'exclusion de toutes les autres, deux catégories de gens : 1) ceux qui sont dentistes ; 2) ceux qui ne le sont pas. Nous nous enorgueillissons de la liberté du choix, ce qui nous permet de donner libre cours à nos réactions, mais ce choix n'existe qu'au niveau verbal. Chaque fois que nous séparons, notre compréhension s'appauvrit.

Dans le cas le plus fréquent, la connaissance se nourrit de la connaissance, elle devient une matière morte propre aux jeux de l'esprit et non à de véritables relations avec la vie. Ce que nous appelons le progrès consiste souvent à remplacer un mot par un autre. Nous avons tendance par paresse à nous référer à notre mémoire ; soumis depuis l'enfance à des conditionnements mentaux, nous les renforçons constamment ; nous nous retirons dans un monde de sécurité statique, nous tournons en rond dans notre propre esprit au point de nous y ennuyer, la croyance en nos idées préconçues ne peut que devenir toujours plus aveugle ; nous restons obsédés des jours entiers et nos conversations sont de fastidieuses répétitions parce que nous avons perdu le goût des choses. « Si ton esprit est l'objet du travail de ton esprit, disait un maître Zen, comment éviteras-tu une immense confusion ». L'exercice de la pensée se situe le plus souvent au niveau de la redigestion de connaissances anonymes auxquelles l'être ne participe pas. La plus évidente des conséquences est une inadaptation que chacun ressent au fond de lui-même mais qu'il feint d'ignorer. Nous avons peur de renoncer à un monde logique, rassurant, et figé, tel que nous l'avons créé, pour un monde anarchique ; mais la connaissance, lorsqu'elle n'est pas soumise à la vie, conduit avec certitude à travers des systèmes apparemment logiques, à un comportement illogique. Nous ne pouvons sans risque séparer le monde dans lequel nous pensons du monde dans lequel nous vivons, l'un d'eux doit nourrir l'autre ; Goethe l'exprimait ainsi : « Je déteste tout ce qui ne fait que m'instruire sans m'animer directement ».

Que savons-nous de la formation de la pensée objective ?

L'observation des nouveau-nés ne se prête pas à une étude systématique du phénomène à son origine. Il semble que, à ce stade la pensée ne soit qu'un mélange confus de sensations-sentiments déclenchés aussi bien par les activités internes du corps que par les activités qui forment l'environnement. Le nouveau-né ne distingue pas entre le monde intérieur et le monde extérieur. La distinction entre le moi et le non-moi se produit vraisemblablement à la suite d'insatisfactions : froid, faim, objets durs... ; le moi s'affirme comme distinct, autrement dit, le mental objective un monde extérieur. L'essence de l'individu ne change pas, mais la personnalité prend naissance avec ce premier processus de séparation, cette première pensée dualiste.

Ce qui apparaît certain, c'est que l'activité sensorielle se développe au cours d'un apprentissage. Le jeune enfant ne distingue pas tout de suite des objets. On a pu observer que

les aveugles de naissance qui recouvrent la vue à la suite d'une opération ont besoin d'une longue période d'éducation : ils ne peuvent, à l'origine, distinguer une sphère, d'un cube, et sont dans l'obligation pour exercer leur perception visuelle de recourir aux sensations tactiles habituelles qui leur permettent de voir ».

Les travaux récents excluent l'ancienne comparaison de l'œil avec un appareil photographique. L'œil convertit la lumière en impulsions électriques « langage » du système nerveux, il ne fournit pas des images au cerveau, mais des activités neuro-électriques codées que le cerveau est capable de se représenter en objets. Cette représentation en objets est donc le résultat d'un travail d'organisation du cerveau qui transforme le non-linéaire en linéaire, l'inorganisé en organisé.

Le cerveau, en tant que mécanisme où se forme la perception, tend à grouper les activités qui lui parviennent en unités simples constituant des éléments maniables d'information : un objet est une hypothèse mentale. Les activités neuro-électriques sont décodées suivant des lois propres au cerveau stimulé par les problèmes d'adaptation et de survie. Nous savons, par exemple, que le cerveau compense la distance et se représente les objets plus grands que l'œil ne les voit (cette particularité est mise en évidence lorsque, regardant une photo, nous sommes déçus par la petitesse des objets).

Procédant à des associations, le cerveau groupe les données des sens en objets et ceux-ci en ensembles, il crée également des formes structurées dans lesquels les messages sensoriels futurs seront intégrés. Nous savons que l'activité sensorielle n'abstrait qu'une infime partie du monde qui nous environne, le cerveau est là pour remplir les blancs. La sensation est la plupart du temps réduite à la fonction d'un signal destiné à déclencher les fonctions cérébrales, c'est-à-dire à réveiller un objet mental, un ensemble ou une structure mentale. A ce niveau les sens ne nourrissent plus la pensée et ne permettent pas de vérifier les hypothèses mentales que nous avons objectivées.

Cette pensée objective forme un ensemble d'idées préconçues et d'a-priori à la fois utiles sous l'aspect de la connaissance et nuisibles sous l'aspect de la compréhension. L'erreur consiste à croire que l'on peut entièrement intellectualiser ou objectiver une situation, tous les problèmes sont des problèmes mentaux et cette forme de croyance constitue un état pathologique.

L'objectivation se présente sous l'aspect d'un phénomène de rejet, par lequel, l'organisme mental, assurant ainsi sa sécurité, place en dehors de lui ce qu'il veut contrôler. Un esprit primaire est en attente de la pensée qui vient après la pensée par un enchaînement qui lui paraît logique et auquel il s'identifie, mais ses associations ne sont que mécaniques. L'esprit secondaire recherche la pensée qui est derrière la pensée. Il subjective, ce faisant, il accepte de se prendre en charge en réintégrant dans le champ de sa conscience le monde qu'il pourrait objectiver. Il existe une profonde différence entre certaines façons de s'exprimer telles que celles-ci : « ce paysage est triste » et « je ressens ce paysage comme triste ». « Il est furieux » et « je le ressens comme furieux ». Si je proclame qu'une personne est intelligente ou stupide, je puis prendre conscience que les mesures évaluatives de cette intelligence ou de cette stupidité sont en moi. Si je m'exprime en termes de réussite ou d'échec je puis me rendre compte que je place moi-même « la barre » à une certaine hauteur ; j'entrevois ainsi la subjectivité de mon jugement et par voie de conséquence sa relativité.

En intériorisant, il me devient évident qu'un but objectif ne sera jamais atteint ; la conscience qui s'en dégage procure la possibilité d'exécuter des mouvements de pensée plus rapides et mieux adaptés.

Si j'emploie l'expression : « en définitive » je recherche, par cette formule la garantie d'une conclusion objective ; une façon différente de s'exprimer : « Ceci est ma façon de voir » représentera, au contraire, une attitude extensionnelle. « Je suis déprimé » peut signifier « tel événement n'a pas renforcé l'image que je me faisais de moi ». « Les circonstances extérieures étaient défavorables » peut sous-entendre : « mes idées préconçues sur les circonstances que je devais rencontrer m'ont fait échouer », ou encore : « Je plaçais ma réussite à tel niveau. »

CONDITIONS FAVORABLES ET MOYENS

Nous ne pouvons ignorer que les conditions de vie actuelle qui activent et renforcent la personnalité, ne sont pas favorables au développement d'une pensée nourrie et renouvelée par des actes de compréhension.

Il est difficile d'échapper aux stimulations incessantes qui encouragent la passivité, lorsque nous percevons la difficulté, le résultat n'est pas atteint pour autant ; nous ressentons le besoin d'une forme de désintoxication. Celle-ci apparaît hors de portée, si ne sont pas mis en œuvre des moyens efficaces susceptibles d'équilibrer la pression exercée. Encore faut-il que leur application constante par une recherche vivante nous apparaisse comme une nécessité ; se contenter de la connaître intellectuellement ne pourrait qu'ajouter à l'automatisme.

Nous sommes en général conscients d'un environnement dans lequel l'être est assourdi par le tumulte de la vie, Valéry s'en plaignait au temps de sa célébrité en écrivant : « ma vie est un brouhaha ». Les activités multiples et simultanées ne peuvent être accomplies que dans la mesure où l'individu s'en décharge en laissant jouer ses réflexes conditionnés par la vie sociale ; ceux-ci, qui ne devraient constituer qu'une aide, deviennent l'essentiel de la vie intellectuelle.

Une première constatation s'impose : la compréhension suppose des conditions de vie calme. Il est dit dans la Bhagavad Gita : « avant que la flamme d'or puisse brûler d'une flamme tranquille, la lampe doit être placée bien à l'abri, dans un lieu où il n'y a aucun vent ». Les expériences que nous pouvons faire, celles qui nous ont été transmises accréditent la constatation suivant laquelle il convient de « se retirer du monde ». Cette démarche consiste moins à rechercher un désert qu'une ambiance favorable. Tout travail sur l'esprit lorsqu'il se veut créatif, lorsqu'il requiert l'acte de comprendre, suggère un isolement : le moine se retire dans un monastère, le peintre ou l'écrivain se réfugient à la campagne, ou du moins, prennent leurs distances par rapport au « brouhaha » extérieur.

Nous avons déjà vu qu'il fallait se méfier des idées vite comprises, des livres vite lus, cette rapidité étant la marque de ce que nous utilisons toujours les mêmes circuits dans le système nerveux. Nous avons remarqué à cette occasion qu'une certaine lenteur était caractéristique de l'exploitation de nouveaux circuits ; lorsque nous sommes conscients de ce problème, nous recherchons ces heures de tranquillité pendant lesquelles nous reprenons contact avec nous-mêmes. Prendre le temps d'interroger son essence, cela semble devoir ralentir l'activité, en fait cela ralentit l'agitation.

Une action plus personnelle favorise l'adhésion à l'ordre naturel des opérations de la pensée : il s'agit de la décontraction dont on ne considère bien souvent, à tort, que l'aspect musculaire.

Il est certes remarquable, qu'en dehors des efforts physiques qui leur sont demandés, les muscles restent contractés inutilement et absorbent ainsi une quantité importante d'énergie

qui pourrait être mieux utilisée. Un être dont l'appareil sensoriel est déséquilibré souffre de réceptions désorganisées et faussées, les réactions aux stimuli sont disproportionnées et aggravent le déséquilibre. Lorsque nous envisageons la décontraction, la prise de conscience du phénomène est souvent limitée à quelques muscles, on parle moins par exemple de la décontraction des muscles du visage. Le docteur Jacobson dans un livre publié en 1948 : « Vous devez vous relaxer » soutenait qu'avec une pratique suffisante dans la relaxation des muscles, des yeux et de la gorge, on pouvait volontairement obtenir le silence de l'esprit. Nous sommes d'ailleurs, en général, persuadés de la nécessité de la décontraction mais nous n'y prêtons pas une attention suffisante pour que des résultats sensibles apparaissent.

Il serait faux de ne considérer que l'aspect somatique de la question, la décontraction ne peut être limitée à son aspect musculaire. Les idées reçues au moment de l'éducation, les mots, la personnalité acquise, forment chez l'individu autant de petites contractions qui l'empêchent d'accueillir l'instant présent avec innocence et sans préconception. Nous savons que l'éducation consiste essentiellement à nous sensibiliser aux aspects de certains problèmes sensibilisation aux notions de patrie, de religion, d'économie, de technique, à certains aspects du problème sexuel, etc... Nous devons apprendre patiemment à dénouer en nous de subtils liens pour atteindre ce que Hubert Benoit appelle : « le lâcher prise ».

Il convient de ne pas confondre un langage qui s'adresse à l'essence, avec un autre qui s'adresse à la personnalité : nous avons vu qu'il ne fallait pas confondre l'activité et l'agitation, il faut de même distinguer la détente de la dissolution, et l'attention de la tension ; de ce point de vue, la contraction musculaire représentée dans la sculpture connue sous le nom de « penseur » de Rodin semble peu compatible avec une véritable activité intellectuelle, ce non-sens n'a pas été commis par les civilisations dans lesquelles l'essence et la compréhension nourrissaient la personnalité et la connaissance.

Il existe des techniques de décontraction qui ne doivent être employées qu'avec discernement au risque de libérer certaines parties mais d'en bloquer simultanément d'autres. Nous avons, en effet, appris, sur un plan verbal, à diviser nos fonctions : nous distinguons des fonctions intellectuelles, motrices, sexuelles, émotionnelles et bien d'autres. Nous ne devons pas perdre de vue que ces distinctions n'existent pas dans la nature, notre comportement ne peut se décomposer, une moitié de notre individu ne peut vivre et agir en ignorant l'autre. Notre être est global, si même, nous feignons d'en négliger une partie en la sous-estimant, celle-ci existe et se manifeste. S'il peut être utile du point de vue de la connaissance d'effectuer une distinction entre des facultés dites supérieures et d'autres qualifiées d'inférieures, il n'en est pas de même si l'on se place sur le plan de la compréhension. Ce que nous traitons d'inférieur présente des aspects positifs qui échappent au supérieur. Il est dans nos habitudes de considérer que les fonctions intellectuelles se trouvent placées en haut de notre échelle d'évaluation, mais les intellectuels, riches en connaissance, sont pauvres en compréhension. Il n'existe pas d'activité inférieure ou supérieure, chez l'individu, suivant que des facultés inférieures ou supérieures sont mises en mouvement, il existe au contraire dans la réalité une présence globale qui ne se distingue pas de l'événement.

Si nous séparons sur le plan de la connaissance la pensée du sentiment, l'esprit du cœur et du corps, ces distinctions sont des entraves définitives sur le plan de la compréhension où l'être entier doit rester ouvert et disponible.

Suivant l'éducation reçue, chacun de nous tend à favoriser une fonction, nous avons vu que cette tendance apparaît dans la formation de la personnalité. La société encourage ce processus en distribuant des rôles, ses membres forment des castes : les athlètes, les intellectuels, les artistes, les techniciens, etc..., cette répartition des tâches justifiant de véritables mutilations. Les écrivains nous ont donné une image de ces personnages dans laquelle l'intellectuel s'identifie à un raisonneur impénitent, l'artiste à un rêveur et l'athlète à une masse de muscles supportant, tel un objet insolite, un cerveau atrophié. L'intellectuel se persuade qu'il ne possède aucune aptitude à la créativité artistique, il sous-entend qu'il s'agit d'un exercice réservé à une catégorie de personnes prédisposées ; persuadé qu'un barème est applicable, il renonce à toute activité dans ce domaine ; la réciproque est également vraie. Le professeur O.R. Bontrager illustre cette constatation en racontant l'histoire suivante : « Un fermier américain possédait un troupeau considérable dans une immense propriété qu'il avait fait clôturer par des fils électriques. Au visiteur qui s'inquiétait de la dépense importante de courant, le fermier expliquait que depuis déjà fort longtemps le courant ne circulait plus dans les fils. Les bêtes avaient fait pendant plusieurs semaines la désagréable expérience des décharges électriques, la présence du fil était maintenant suffisante ». Il n'existe dans les fils que l'électricité que nous imaginons, nous établissons nous-mêmes nos propres limites.

Si la compréhension ne peut se manifester que lorsque l'être tout entier est présent à l'événement, comment expérimenter cette prise de conscience de l'ensemble de nos états dans un environnement donné. L'expérience est difficile, immédiate, elle saisit par son évidence, par sa simplicité, quoique les écueils soient nombreux. Une certitude existe : la description ne peut remplacer le goût de cette expérience.

Nous pourrions tenter de la définir en disant qu'il s'agit d'une attention (sensation-sentiment-image) souple, globale, interne, diffuse, non mentale, en rapport avec l'événement présent (ici-maintenant). Durkheim la décrit comme : « la mise à disposition qui permet de se laisser saisir », ce qui met l'accent sur un ensemble activité-passivité qui est inverse de celui que nous observons habituellement en nous. La conscience se retourne comme un gant, ce qui semblait auparavant extérieur devient intérieur, ce que l'on sentait intérieur devient extérieur : en particulier le fait que l'esprit ne peut se taire, qu'il vagabonde, qu'il est perpétuellement absent ; le mental percé à jour apparaît extérieur à soi. Le processus d'intériorisation consiste à voir en soi ce que l'on croyait voir auparavant à l'extérieur.

Nous allons essayer de rendre mieux compte de cet état par l'analyse de certaines de ses caractéristiques en rappelant que cette tentative est obligatoirement partielle, qu'elle induirait en erreur les personnes qui se contenteraient de la saisir intellectuellement, sans l'expérimenter.

L'attention requise est une sensation interne de notre corps et de ce qui s'y manifeste. Nous admettons difficilement que la seule sensation dont nous soyons capables soit une attention dont le siège et l'objet se situent ensemble dans notre corps et s'y confondent. Nous savons cependant que ce n'est pas le regard qui scrute l'objet extérieur, mais que l'attention se fait plus dense autour de l'image visuelle recomposée en nous, nous ne tendons pas l'oreille mais nous écoutons en nous, ce que compose le musicien ne se situe pas au niveau de son appareil auditif mais en lui. Le potier qui centre l'argile, ne centre pas au niveau des mains

mais en lui-même. Il en est ainsi lorsqu'un état de créativité existe chez l'individu, cet état n'a nul besoin de se réserver pour des moments exceptionnels ni de se manifester extérieurement. Une personne créative est celle qui utilise la totalité de son être. Cela se traduit par la sensibilité aux sensations, l'originalité, l'ouverture aux expériences nouvelles, la fluidité des idées, la flexibilité des opinions, la prise de conscience renouvelée des influences de l'environnement. Reprenant la formule utilisée par la Sémantique Générale, on peut dire que l'ouverture à l'expérience et à la vie signifie une orientation extentionnelle de l'individu tandis que le recours à la mémoire signifie une orientation intentionnelle dans laquelle nous ne nous laissons plus saisir par la multiplicité de l'expérience mais imposons à celle-ci nos prémisses. Pour la personne intentionnelle, l'événement est maintenu au niveau de son opinion : visitant la Grèce, elle s'écriera : « on se croirait en Provence » ! Cette forme de réaction est une recherche de la confirmation de ce que nous savons déjà : si nous goûtons la cuisine chinoise, nous pouvons simplement dire ou penser qu'elle égale ou n'égale pas la cuisine française et limiter ainsi notre expérience à un état comparatif. Ce n'est pas à travers notre nature essentielle mais à travers notre éducation que nous considérons que ce qui est, est juste et ne peut exister d'une autre façon.

Rogers rapporte la constatation d'un patient qui prend conscience du processus de créativité à l'intérieur de lui-même : cette personne explique qu'elle essayait auparavant d'être ordonnée dans ses pensées, c'est-à-dire de commencer par le commencement et de progresser régulièrement jusqu'à la fin. Le choix d'un commencement et d'une fin évoque la manifestation d'une idée préconçue, d'un schéma préexistant dans la personnalité qui veut plier la vie à son exigence. Maintenant les choses se passent différemment : « Quand je travaille sur une idée, elle se développe toute entière, telle l'image latente qui apparaît au cours du développement d'un négatif dans la chambre noire. Cela ne commence pas d'un côté pour arriver à l'autre bout : cela s'étale sur toute la surface. Au début, tout ce que vous observez est un vague contour et vous vous demandez ce qui va se produire ; puis graduellement quelque chose prend forme ça et là et bientôt tout devient clair subitement ». La créativité consiste à établir de nouveaux systèmes de relations qui ont pour conséquence « de rendre » le monde étranger. Ces nouvelles relations ne peuvent être le résultat que d'une véritable sensation. Le chaos intérieur de ce que nous nommons l'inconscient est nécessaire à la créativité. Parmi la multitude des stimulations qui atteignent l'organisme, une sélection routinière est organisée pour satisfaire nos besoins immédiats. A la limite de ce que capte notre appareil sensoriel, il existe un « halo » de sensations inexprimables, changements chimiques de notre corps, changements de température, signaux visuels et auditifs se situant à la frontière du perçu, que nous refusons d'admettre dans notre monde ordonné. Nous justifions ce départage arbitraire en parlant d'inconscient.

Prenons un autre exemple : quatre personnes ont l'habitude de se réunir, chacune d'elles venant à la réunion possède un schéma de ce qui va s'entredire à l'intérieur de ce quadrilatère, chacune attend un certain entretien dans une certaine ambiance. Si l'une des personnes vient à manquer, les préconceptions sont bouleversées, les présents sont déçus ou heureusement surpris suivant la forme prise par leurs préconceptions. Chacun d'eux attend une forme de conversation vers laquelle il est orienté, il n'est pas apte à entendre ce qui lui sera adressé. Pour éviter qu'un silence gênant s'établisse à l'intérieur du triangle, chacun des membres bavarde, ayant inconsciemment effectué en lui le départage entre ce qu'il convient de dire ou de ne pas dire, conformément à l'image qu'il a de soi et suivant l'idée qu'il se fait de

la façon dont les autres le voient. La communication s'établit alors sur un plan mort d'où toute vie s'est retirée. On peut reprendre l'exemple en imaginant que les trois personnes qui se présentent au rendez-vous ne sont pas encombrées d'un schéma antérieur : elles prennent naturellement le goût de la situation nouvelle, elles sont ainsi à même de laisser se développer en elles les nuances qui nourriront ensuite l'entretien.

Il existe un exercice simple qui permet, s'il est correctement exécuté, de prendre conscience de la faculté d'attention interne : il consiste à placer à quelques mètres de soi trois objets de couleurs différentes, séparés les uns des autres par une distance de un mètre environ, de façon à ce qu'ils se situent sans effort dans le champ de vision. Il convient alors de conserver les trois objets simultanément dans son attention, sans permettre à celle-ci d'aller de l'un à l'autre. On s'aperçoit que la seule possibilité qui s'offre de les conserver ensemble dans le champ de son attention est de les porter à l'intérieur de soi, de les intérioriser. On pourrait imaginer cet exercice avec quatre, dix, cent objets, jusqu'à atteindre l'infini de l'événement qui nourrit en permanence nos sensations. Si le même exercice est effectué avec un seul objet, celui-ci semble rester extérieur, nous connaissons alors un aspect de la concentration.

Cette expérience permet d'effectuer une constatation, mais elle n'est pas susceptible de restituer un état ayant quelque permanence. Celui-ci ne peut provenir que d'une rééducation dont les grandes lignes vont être esquissées.

Nous avons rarement la conscience des sensations internes de notre corps. Il faut que nous pensions pendant un certain temps à notre bras gauche pour éprouver la sensation interne de son existence, de sa présence. Sous l'action d'un agent étranger, nous pouvons prendre momentanément conscience de notre corps : nous l'éprouvons soudain, si, par exemple, nous recevons un coup, si nous le trempons dans l'eau froide, etc... Une douleur entraînant un changement brusque d'état peut nous le révéler également. Cette conscience de soi globale peut cependant être provoquée sans intervention d'un agent étranger, elle correspond à la tentative de réponse à la question suivante : « En ce moment, comment vous sentez-vous à tous les points de vue à la fois ? »

L'approche de cet état de conscience peut être suggérée par de nombreuses techniques dont l'accès est souvent difficile. En Europe, la méthode du « Training Autogène » de Schultz semble pouvoir constituer un excellent point de départ. Cette méthode vise à la décontraction concentrative, elle consiste à prendre la position assise, de préférence dans un fauteuil confortable, et fermer les yeux, attendre le calme et à se représenter mentalement sans faire aucun mouvement la formule : « mon bras droit est tout lourd ». La sensation de lourdeur est ensuite progressivement obtenue de l'ensemble du corps ; elle est ensuite complétée dans les mêmes conditions par une sensation de chaleur, par une décontraction du plexus solaire et par un sentiment de fraîcheur du front. Le but poursuivi par cette méthode est la décontraction. Or, ce qui nous intéresse actuellement dans ces exercices, ce sont les possibilités qu'ils offrent d'évoquer la conscience de soi ; Schultz note d'ailleurs que l'état d'absorption intérieure permet d'intensifier le rendement des facultés psychiques, mais il s'agit d'une concentration des facultés d'attention sur le vécu corporel. Cette concentration a pour but d'éliminer le milieu extérieur et les états mentaux.

Cette méthode pourrait aussi bien déboucher sur une attention diffuse, où les états

mentaux seraient également éliminés, mais qui ne ferait aucune discrimination entre les sensations internes propre à l'individu et celles provoquées par le milieu extérieur. Autrement dit la méthode de Schultz amène l'homme à se retirer du monde extérieur par la concentration sur ses fonctions physiologiques en même temps que les fonctions psychiques sont mises en sommeil, il existe donc une restriction sensorielle par rapport aux activités extérieures ; on peut effectuer une expérience plus complète dans laquelle l'homme reste présent à l'ensemble de ses sensations, sans distinguer si elles sont créées en lui par des agents intérieurs ou extérieurs. Cette présence à elle seule suffit à éliminer les processus psychiques basés sur la mémoire.

Si nous prenons conscience des sensations de poids et de chaleur du corps, l'expérience ne doit pas s'arrêter à ce niveau. Elle doit être celle de la totalité de nos sensations-sentiments à un moment donné, telles qu'elles sont provoquées aussi bien par les activités internes que par celles en provenance du dehors. Dans cet état non mental, aucune sélection ne se justifie. Ce que nous appelons le corps, qui est aussi l'esprit, possède cette propriété étonnante de se trouver perpétuellement dans le présent : il fait, ici-maintenant, partie de l'événement, il n'est pas le récipient de l'attention, mais sous ses formes en modifications constantes, l'attention même. De là vient l'expression populaire qui veut que l'on se pince pour réaliser que l'on ne rêve pas. Un philosophe de l'école d'Alexandrie, Porphyre, nous a laissé cette pensée : « Quand on est présent à soi-même, on possède l'être qui est présent partout ».

Cet état de conscience de soi peut être réalisé instantanément dans certaines circonstances spéciales. Paul Reys nous donne la traduction d'un texte ancien trouvé en Cachemire qui énumère 112 moments favorables à l'apparition de ce moment bref d'intuition, mais cet état est alors éphémère. Il ne peut être prolongé que par des exercices qui débutent par la sensation de ce qu'il est convenu d'appeler le corps et qui se terminent par le goût de soi dans une situation donnée. Ce qui commence, dans les exercices imaginés par Schultz, par une concentration sur les sensations internes doit trouver son aboutissement dans une attention libre, globale, dans une présence non discriminatrice à ce qui se manifeste en soi.

Cette présence pourrait avoir un centre que de nombreux témoignages placent dans la région du plexus solaire, une étude fort intéressante est consacrée à cette constatation dans le livre de Karlfried Graf Von Durkheim : « Hara, le centre vital de l'homme ». Un ancien texte oriental conseille de tirer la sensation de son cœur vers la région du bas-ventre ou de marcher en conservant la sensation de la plante des pieds, ce qui a l'avantage de répartir l'attention dans l'ensemble du corps. Il est d'ailleurs curieux de constater que les civilisations qui considèrent la tête comme étant le centre de l'individu sont celles qui admettent une primauté de la personnalité et de la connaissance.

Il est remarquable d'observer au cours de ces exercices que lorsque la mémoire ou l'imagination interviennent il existe immédiatement une perte de la conscience de soi en tant que champ des sensations présentes, cette constatation est caractéristique du passage du plan non mental au plan mental.

Si nous envisageons de décrire un autre aspect de l'état non-mental par rapport à celui d'intellectualisation, nous pouvons dire qu'il est un état de vide disponible. La personne EST,

elle vit l'événement au fur et à mesure où il se déroule, elle ne fait appel aucun souvenir, elle n'effectue pas de projection dans le futur.

Paul Reps dans son livre : « Zen Flesh, Zen Bones » nous transmet l'histoire suivante :

« Un maître japonais de l'époque Meiji, Nan-In, recevait un professeur d'université qui venait s'informer du Zen. Nan-In versait le thé. Il remplit la tasse du visiteur jusqu'au bord et continua à verser.

Le professeur regarda déborder sa tasse, jusqu'au moment où il ne put se retenir : « elle est pleine, plus une goutte n'y rentrera ».

« Comme cette tasse, dit Nan-In, vous êtes plein de vos opinions et de vos spéculations. Comment puis-je vous montrer le Zen, à moins que vous ne vidiez d'abord votre tasse. »

Il faut admettre que la difficulté essentielle qui apparaît, lorsque nous prenons conscience de la nécessité de certains exercices, est le manque de continuité dans l'effort. Cette difficulté ne peut être vaincue que lorsque le besoin s'en manifeste avec force et lorsque des conditions favorables ont su être créées.

Le Zen, ainsi que la plupart des techniques orientales, a mis l'accent sur la phase de pensée non-verbale qu'il a développée dans la méditation sans objet, au cours de laquelle il n'existe plus de division entre sujet et objet. Il possède une technique éprouvée dans ses monastères depuis des siècles, concernant la position du corps, la respiration, l'attention globale qui sont spécialement étudiées dans les séances de Zazen. L'erreur la plus fréquente est de considérer que le résultat recherché est atteint lorsque l'esprit est contrôlé, la concentration volontaire qui en est la conséquence éloigne d'un état dans lequel la sensation de l'existence entière doit être ressentie comme un fait présent.

Voici un exemple de dialogue entre le maître et le disciple : « moi, votre humble serviteur, je suis troublé depuis longtemps par un problème, seriez-vous assez bon pour y donner votre attention ». « Je n'ai pas le temps pour une vaine délibération, quand j'ai envie de marcher, je marche ; quand j'ai envie de m'asseoir, je m'assieds ».

Les techniques de Yoga sont nombreuses, il est difficile de leur donner une définition commune ; certaines mènent à la compréhension, d'autres en plus grand nombre à la connaissance. Il existe également un yoga occidental servant de support à des théories diverses, il s'agit là d'un problème de tous les temps ; comme l'écrivait Bernard Shaw : « la conversion d'un sauvage au christianisme est la conversion du christianisme à la sauvagerie ». Etymologiquement, le terme « Yoga » signifie : lier ensemble, mettre sous le joug. Il s'agit sous un certain aspect d'une recherche visant à la liberté par le déconditionnement, à un affranchissement de la temporalité par des méthodes de concentration. L'un de ces aspects représente la recherche des moyens : la misère humaine est due à l'ignorance dont certaines techniques actives peuvent permettre de se libérer. La fin du processus se situe souvent dans une concentration mystique absorbante.

Si l'Occident a connu une évolution due à l'accumulation des connaissances, des visions historiques et des activités qui sont la conséquence d'une pensée verbalisée, cette constatation ne permet pas de conclure qu'il existe une opposition entre deux civilisations, en fait chacune d'elles a mis l'accent sur deux stades différents de la pensée. Notre civilisation

n'est pas restée entièrement démunie des techniques permettant de redécouvrir la pensée non verbale. Il suffit de feuilleter la « Petite Philocalie du Cœur » de Jean Guillaud pour se rendre compte que la psychologie orientale n'est pas seule à avoir découvert le centre vital de l'homme. Le traité attribué à Symeon le nouveau théologien, fondateur de la secte des hésychastes, supérieur d'un cloître du mont Athos, dans la « méthode de la sainte prière et attention », s'exprime ainsi : « alors, assieds-toi dans une cellule tranquille, à l'écart dans un coin et applique-toi à faire ce que je dis : ferme la porte, élève ton esprit au-dessus de tout objet vain ou passager, puis appuyant ta barbe contre ta poitrine, dirige l'œil du corps, en même temps que tout ton esprit, sur le centre de ton ventre, c'est-à-dire sur ton nombril, comprime l'aspiration d'air qui passe par le nez de manière à ne pas respirer à l'aise et scrute mentalement l'intérieur de tes entrailles à la recherche de la place du cœur, là où toutes les puissances de l'âme aiment à fréquenter ».

Avec les moyens considérables dont dispose notre époque, les études psychologiques, bénéficiant de l'apport de diverses disciplines, ont quitté le stade artisanal. Des universités américaines poursuivent des recherches sur les exercices visant à l'intériorisation, l'expérimentation des comportements silencieux, à l'étude des problèmes de communication, à l'observation des attitudes inconscientes. Un travail pratique d'expérimentation est effectué en vue du développement de la sensibilité de l'individu « sensitivity training » en particulier dans les études de relations individuelles dans un groupe (D. Groups).

La tâche n'est pas aisée pour qui veut l'entreprendre ; lorsqu'une aide appropriée peut être découverte, elle n'est pas négligeable, à condition qu'elle ne se présente pas sous la forme d'une autorité ou d'une école, ce qui poserait de nouveau avec évidence un problème d'éducation et par conséquent de conditionnement. Nous ne pouvons reconnaître à personne l'autorité de se mettre à notre place, de ressentir ce que nous ressentons, de nous maintenir sur un plan d'abstractions intellectuelles sans que notre sensibilité ait été interrogée. C'est dans la philosophie bouddhique que les avertissements ont le plus de fermeté ; un sutra proclame : « le sage cherche, mais part de sa propre pensée et non du Bouddha, l'insensé cherche, mais part du Bouddha et non de sa propre pensée ». L'apprenti disciple est rejeté loin d'un enseignement qu'il a espéré, il se trouve face à lui-même : « si sur votre chemin, vous rencontrez Bouddha, tuez-le ! O ! vous aux yeux de taupe, je vous dis : pas de Bouddha, pas d'enseignement, pas de discipline ! Que cherchez-vous sans cesse dans la maison du voisin ? Ne comprenez-vous pas que vous mettez une tête au-dessus de la vôtre ? Que vous manque-t-il en vous-même ? » Si la véritable attention est passive vis-à-vis de l'autorité, elle est extraordinairement active et riche sur le plan de l'expérience, parce qu'il n'y a aucune démission, elle se traduit par une intensification de la relation avec le vécu.

La concentration, au contraire, implique une idée de croyance, de morale, de dieu, de conceptions idéales à propos de la vie, conceptions qui deviennent le centre de l'activité mentale, dans lesquelles l'individu s'absorbe et s'immobilise, elle se traduit par une diminution de la conscience du vécu. Cette concentration mentale tire son existence de la glorification de mots représentant des abstractions au niveau le plus élevé, elle conduit à une attitude passive, statique. Lorsque la personne n'évalue pas correctement en elle ces caractéristiques, elle se place dans une situation artificielle dont elle ne pourra s'échapper, elle ne saura reconnaître ce qui est factice, de ce qui lui appartient, elle n'aura aucun désir de sacrifier ses idées fixes pour l'incertitude d'une présence. Si elle se soumet à l'attention, sa compréhension la nourrira et par

voie de conséquence les autorités deviendront inutiles.

L'artiste qui peut se manifester en chacun de nous, cherche également cette compréhension, il se débarrasse des maîtres. Ayant évité l'imitation, il cherche à découvrir sa voie, à retrouver sa vision originelle et directe. Les sciences tendent à réduire la multiplicité irrationnelle à l'unité rationaliste, autorisant ainsi l'exercice de la pensée mentale, mais l'art cherche à restituer le fait irrationnel, il rend justice à un amas de phénomènes mutuellement indépendants tels qu'ils nous sont sensibles ; il est, à l'image de l'événement, non linéaire et asymétrique. La compréhension se manifeste également dans l'intuition scientifique, elle se dégage aussi de la vie journalière à chaque instant où affleure la conscience du mouvement auquel nous participons. Les excitations ne sont jamais absentes, les messages sensoriels ne s'amenuisent que parce que nous les ignorons, parce que nous ne sommes pas intérieurement en contact avec eux.

Il existe de nombreuses façons de renoncer au contact avec nos messages sensoriels, cette forme de paresse se traduit très diversement chez chacun de nous. Elle se traduit toujours par une attitude qui consiste à interposer en tampon une activité entre la vie et soi. La classe intellectuelle, par exemple, se retranche derrière une montagne de livres qui est aussi une montagne de mots, elle abstrait en prenant comme point de départ la pensée et non un état : le « verbe » ne devient pas « chair ».

En fait nous perdons de vue, en ce sens que l'expérience ne colle pas à notre peau, l'étonnante singularité de notre état : il n'existe pas deux êtres semblables parmi les trois milliards huit cent millions d'individus qui peuplent notre planète, chacun d'eux, en outre, acquiert à chaque instant une expérience différente (deux jumeaux occupent un espace différent). L'homme imagine l'immobilité alors qu'il se trouve sur une sphère qui tourne autour de son axe à quelque quarante mille kilomètres à l'heure, accomplissant son voyage annuel autour du soleil et la vitesse de trente kilomètres la seconde. Il voudrait établir un langage commun, cette tentative ne se justifie que s'il reste conscient de véhiculer par ce langage des valeurs différentes et précaires, provenant d'une vision déformée du monde dans lequel il vit.

Vivre pleinement, c'est ne pas séparer ; or nos pensées nous séparent. Ne cherchons pas dans nos réflexions à engager l'humanité entière, ce qui est proprement une illusion et aussi la cause d'actions contradictoires. Une grande partie des malheurs de notre planète vient de ce que chacun ne cherche pas son bonheur mais cherche à réaliser le bonheur des autres, attitude qui est justifiée par toutes sortes de généralisations et d'abstractions par lesquelles les mots créent les sentiments et non l'inverse.

Il est important d'évaluer correctement le monde du langage dans lequel nous vivons. La traduction de l'événement se situe en nous, il n'existe pas au niveau de vagues formules qui tirent leur force de la répétition. Il est difficile de croire en quelqu'un qui ne croit pas à ses sentiments ; la foule anonyme ne croit pas en ses sentiments, elle croit en la vérité d'une philosophie, d'une sociologie, d'une économie... Son conditionnement se traduit dans la politique, dans la morale, dans la mode où les sentiments qu'elle ressent lui viennent par imitation. Le déconditionnement ne peut intervenir qu'au niveau de la conscience individuelle lorsque celle-ci réalise le départage entre ce que transmet la vie qui lui appartient, et les

résidus mentaux qui lui sont étrangers.

A une époque où tous les problèmes sont perçus comme extérieurs, il est utile de prendre conscience que toute évolution dans les structures sociales est subordonnée à l'homme intérieur. Se bâtir une demeure mentale n'a aucun rapport avec le fait de se libérer.

BIBLIOGRAPHIE

- Bouthoul (Gaston) : La guerre - Que sais-je ? — Presses universitaires de France, 1963.
- A. Kaufmann et J. Cathelin : Le gaspillage de la liberté — Dunod, 1964.
- Linssen (Robert) : Spiritualité de la matière — Edition Planète, 1966.
- Le Zen — Marabout Université, 1969.
- Korzybsky (Alfred): Science and Sanity — International non Aristotelian Library Publishing Company, 1933.
- Ruyer (Raymond) : Paradoxes de la conscience — Albin Michel, 1966.
- Bachelard (Gaston) : Le nouvel esprit scientifique — Presses Universitaires de France, 1963. — L'intuition de l'instant, Gonthier, 1966.
- Sheldon et Stevens : Les variétés de tempérament — Presses Universitaires de France, 1951.
- Huxley (Aldous) : La philosophie éternelle — Plon, 1948. — Littérature et Science, 1966.
- Kalmar (Dr Jacques-M.) : Anti-Pensée et monde des conflits — Edition Delachaux et Niestlé, 1967.
- Rogers (Carl R.) : Le développement de la personne — Dunod, 1967.
- Barthes (Roland) : Mythologies — Edition du Seuil, 1967.
- Pieron (Henri) : La sensation, guide de vie — Gallimard, 1955.
- Krisnamurti : Les entretiens de Saanen — Krisnamurti Writings Inc., Ojai California.
- Von Durkheim (Karlfried Graf) : Hara, le centre vital de l'homme — La colombe — Editions du Vieux Colombier, 1964.
- Kluckhohn: Mirror For Man — New York — Mc Graw — Hill, 1949.
- Reps (Paul): Zen Flesh, Zen Bones — Charles et Tuttle Rutland Vermont, 1947.
- Bois (Samuel): Explorations in Awareness — Harper et Row, 1957.

Table des Matières

INTRODUCTION	
TITRE I : STRUCTURE DE LA PENSÉE	09
Chapitre I. — Sensation et Subjectivité	11
Chapitre II. — Perception et Objectivation	16
Chapitre III. — Essence et Personnalité	26
Chapitre IV. — Le Présent et la Durée	33
Chapitre V. — Le Non-mental et la Compréhension	37
Le Mental et la Connaissance.	
TITRE II : CONDITIONS FAVORABLES ET MOYENS	43