

REVIVRE ? VIVRE !

1. Les Stoïciens ont une devise de pensée et d'action que je vous propose d'adopter pour quelques moments : *« ce qui dépend de nous »*.

"J'espère qu'il fera beau demain..." "Esclave !" répond Epictète :

Tu n'as pas de pouvoir sur les nuages et les vents !

Occupe-toi d'avoir des vêtements pour le chaud et le froid, la pluie et le sec : cela dépend de toi. Occupe-toi d'être en forme physiquement pour affronter tous les temps au mieux : cela dépend de toi...

2. Toute vie a des limites.

Et souvent, nous appelons "société" le fait de ne pas y penser !

Mais même dans l'agitation de notre vie sociale, toute vie a des limites, des déterminations.

Or, disait Jean-Paul Sartre,

"ce qui compte,

Ce n'est pas ce que la vie fait de nous

Mais ce que nous faisons

De ce que l'on fait de nous."

Etre libre, si nous suivons Epictète et Sartre, ce serait donc :

1/ faire ce qui dépend de nous.

2/ rétro agir sur nos contraintes.

3. A partir de ces premières – et primaires- hypothèses méthodologiques et éthiques,

Que puis-je vous dire dans un domaine que je connais si peu ?

Que je ne connais que dans les lignes des livres!

Mais aussi – il est vrai...

Dans la chaleureuse et rigoureuse parole humaine de Jean-Luc. Truelle.

4. Au travers de plusieurs philosophies, c'est-à-dire de plusieurs sensibilités à notre humanité, je vais d'abord vous dire

l'importance de ce que nous savons –et que je sais donc avec vous -

et

l'importance de ce que je ne sais pas.

5. Tout d'abord ce que je sais, et que nous savons depuis et avec Aristote,

(Éthique à Nicomaque livre 1 chapitres 1 et 2...et le mot éthique ne nous est pas indifférent) :

"Toute technique, toute recherche rationnelle, de même que toute action et que tout choix délibéré, paraissent tendre vers quelque bien".

"Le bien est donc ce vers quoi toutes choses tendent"

"Or, comme il y a une multitude d'actions, de techniques, de services, il y a aussi une multitude de fins : la fin de la médecine, c'est la santé, celle de la stratégie la victoire..."

6. Or, dans notre cas, pourquoi m'avez-vous demandé de venir et de parler d'un point de vue philosophique ?

Parce que vous êtes dans l'embarras :

Vous qui savez poursuivre une fin, la santé, avec toute votre expertise scientifique et toute votre humanité, vous atteignez une limite :

Et je vais me permettre de donner une métaphore terrible :

- Un ami médecin aux urgences m'avait parlé de tentatives de suicide et des personnes arrachées *in extremis* à la mort grâce à ses soins ; oui, mais après, après...

Que feront-ils ces suicidés sauvés, de cette vie ressuscitée, de cette vie restituée malgré eux ?

Qu'est-ce qu'une vie, si elle n'a pas de sens ?

Qu'est-ce qu'une vie, si on ne lui DONNE pas de sens ?

si on ne lui RE-DONNE pas un sens ?

7. Vous entendez bien avec moi la nuance :

La vie, notre vie n'a pas de sens ; nous le lui donnons .

Une pomme est absurde : « n'a pas » de signification ;

En revanche, elle a une couleur, une saveur.

A nous de la désirer et de la goûter.

La réalité n'a pas de sens : c'est l'être humain qui donne valeur et sens aux choses, à la vie, à SA vie.

Mais comme cela est difficile quand ce que nous aimons semble perdu !

Non, je ne mange pas, je ne veux plus manger de tarte aux pommes ?

Pourquoi ? Parce que celles de ma mère étaient si délicieuses. Et ma mère est morte.

Aucune tarte désormais n'a plus de goût.

Je ne peux l'oublier.

Et ce passé merveilleux m'empêche de vivre.

8. En effet

L'être humain, normalement, ne sait pas être amnésique.

Ou pour le dire mieux, il est incapable d'oublier volontairement.

Imaginons que je vous dise –par exemple- le nombre "34".

Maintenant, essayez de l'oublier !

Cela ne devrait pas être difficile puisque c'est sans intérêt... !

Ca y est, vous l'avez oublié ?

Non, n'est-ce pas...

Et plus vous voudrez oublier ce nombre, plus vous vous en souviendrez

... et c'est peut-être même la seule chose dont vous vous souviendrez à la fin de la journée !

Et si vous ne pouvez oublier ce pauvre nombre qui ne vous touche pas,

Comment pourrions-nous oublier

Le temps où nous étions heureux et insouciantes ?

Le temps où nous étions en bonne santé ?

Ainsi,

Parce que l'être humain n'est pas amnésique, il vit dans la douleur du passé :

Il est nostalgique.

9. Cela n'est pas trop douloureux ni trop grave -en général-

Quand ce que je perds,

tout le monde le perd comme moi : par exemple l'enfance.

10. Mais c'est incomparablement plus difficile à vivre

Quand ce que je perds, ce qui m'échappe à moi,

Les autres, en revanche, en gardent la jouissance :
Par exemple mon intégrité physique, intellectuelle, émotionnelle et psychique.

Voilà qui nous conduirait à une réflexion bien triste
S'il n'y avait pas d'autres propriétés de l'être humain :

- . l'unicité de chaque personne,
- . la liberté de tout être pensant,
- . et par conséquent la plasticité de nos comportements.

Revenons un instant à Aristote qui nous dit

L'*unicité* de la finalité ; mais nous ouvre la *multiplicité* des moyens "sur mesure" :

"Quel est le bien suprême ? sur son nom, tout le monde est généralement d'accord : c'est le bonheur, comme l'appellent les gens cultivés comme le vulgaire ; et tous assimilent le "bien vivre" et le "bien agir" au fait d'être heureux"

"Mais sur la manière d'atteindre le bonheur, on n'est plus d'accord !"

11. Et il est vrai que le bonheur, chacun le voit à partir de ses valeurs, de ses attentes,
souvent ...à travers ce qui lui manque !

Chacun se persuade que le bonheur,
Ce serait d'avoir justement ce que je n'ai pas,
ou ce que je n'ai plus.

Et c'est précisément cette conception du bonheur

...qui rend tant de gens malheureux !

Cela n'est pas le propre des traumatisés crâniens.

Chaque chirurgien plasticien voit venir des personnes qui rêvent d'avoir le nez ou les lèvres de
quelqu'un d'autre.

Chaque parent se désole de voir son enfant ne pas s'aimer et rêver de ressembler à telle idole
ou tel modèle inaccessible.

12. Et pourtant chacun mesure le bien que nous font les idéaux
Que nous pouvons essayer de réaliser,
Et le mal que nous font les idéaux impossibles.

Pouvons-nous, pourrions-nous être heureux de ce que nous avons ?

de ce nous sommes ?

de ce que nous pouvons être et devenir ?

13. Le stoïcien Epictète voyait un homme pleurer :

« - Pourquoi pleures-tu ? »

« - Un ami est mort ! »

« - L'aimais-tu donc immortel ? !

Si tu l'avais aimé mortel, tu l'aurais mieux aimé et aujourd'hui tu ne pleureras pas ».

14. Prenons un autre exemple :

Certes, j'ai deux bras et deux jambes qui m'obéissent au doigt et à l'œil...
mais je n'en ai pas moins des performances limitées.

Quand je vois dans un stade un grand champion de course ou de saut en hauteur,

Suis-je pour autant jaloux ?

Non, n'est-ce pas.

Certes, je l'admire et je l'applaudis,

Mais je ne souffre pas de ses exploits.

15. Comment faire pour s'accepter en acceptant ses limites ?
Comment déployer la plénitude de notre humanité dans les limites étroites de toute vie.

« *Ce qui importe, dit un autre stoïcien, Sénèque, ce n'est pas la vie longue mais la vie belle, la vie pleine et par conséquent la vie heureuse* ».

16. Oui, c'est bien joli, et bien facile à dire,
Mmais quand il y a une faille, une fêlure, une brisure...
une vie pleine est-elle possible ?

Tout ce que je verserai dans le réceptacle abîmé de ma vie ne va-t-il pas couler et se perdre par ce trou, cette cassure ?

La vie du traumatisé est-elle condamnée à être comme le tonneau percé des Danaïdes de la mythologie :

les Danaïdes ne cessaient de le remplir,
et il ne cessait de se vider.

17. Même si chacun comprend la nostalgie et le découragement,
Chacun sait et chacun sent
que la liberté humaine vient à sa façon, en toute humanité, à bout de toute contrainte.

Le Poète Sophocle nous le dit dans Antigone :

tout être humain est cet être capable de dire non au destin,
et le chœur de cette pièce sublime chante :

"Entre mille merveilles, merveille entre toutes se dresse l'homme."

A part la mort, il n'est pas d'obstacle dont il ne triomphe par la parole et la pensée.

18. *"Deviens ce que tu es"*

Telle est ainsi la devise implicite de tout homme :

Tu es différent ?

mais justement

Nous sommes tous différents :

nous ne sommes ni des abeilles ni des fourmis !

Et la différence n'est pas une inégalité

Ou plutôt la différence ne doit pas, ne doit plus être traitée comme inégalité !

19. Je dirige un institut de médiation

À l'Institut Catholique de Paris.

Je suis médiateur ;

J'interviens dans les conflits si divers entre des personnes.

Et parmi ces conflits, des conflits de discrimination !

Je travaille en médiation pour la "HALDE",

La "Haute Autorité française de Lutte *contre* les Discriminations et *pour* l'Egalité",

et je vois tous les jours

la lutte de nos sociétés contre le préjugé et ses mille formes et variantes,

la lutte courageuse

des hommes et des femmes qui veulent être respectés,

qui veulent être reconnus dans leur différence,

qui veulent l'égalité dans la différence.

C'est un combat psychique, un combat moral et un combat politique.

20. Mais il y a aussi des conflits entre une personne et elle-même,
...même si c'est du fait des autres !

Ce dont souffre le grand brûlé ou le traumatisé crânien

- entre autres -

C'est du regard des autres.

Souffrance du rejet, souffrance de la pitié.

Lui-même est entré dans sa nouvelle situation par la violence.

Et l'agression des hommes vient s'ajouter à l'agression matérielle et physique primitive.

Pourtant Aristote - encore lui -

nous disait déjà, toujours dans son Ethique

que la véritable égalité est celle qui intègre la différence

que la véritable justice est la justice équitable distributive :

ainsi dit-il en substance

qu' il ne viendrait à l'idée d'aucune personne juste et sensée,

de donner la même nourriture

au bébé et à l'adulte, au malade et à l'athlète en pleine forme.

Donne à chacun ce qui lui convient,

Ce qui lui permet d'être pleinement lui-même.

21. Et nous les médiateurs, nous savons un peu
combien est grand le besoin des êtres en souffrance,
en difficulté relationnelle avec les autres et avec eux-mêmes.

- Besoin tout d'abord de comprendre l'imbrication de notre problème intérieur et extérieur :

Si je ne m'aime pas,

Si je doute de moi,

Comment oserai-je espérer que les autres m'aiment, m'acceptent, me fassent confiance ?

Et si les autres ne m'aiment pas, ne me reconnaissent pas,

Comment n'aurais-je pas des doutes sur moi-même ?

Comment ne douterai-je pas d'être, de pouvoir être acceptable, aimable ?

- Il y a donc un besoin de passer des attentes aux besoins et des besoins aux projets.

Je viens avec des attentes, des désirs, des regrets...

Mais quels sont mes véritables besoins et ... les possibles.

22. Le champ du possible paraît d'abord si petit, si dérisoire,
Quand je le regarde du haut de mes rêves.

Mais quand je reprends pied dans le réel,

le chemin se dessine de lui-même sous mes pas.

Un grand philosophe l'a dit :

"Pas à pas, pas après pas, je ne connais que ce chemin".

Ce philosophe est le grand champion Michael Jordan.

Et il a profondément raison.

Il n'y a pas pour un homme de chemin tracé d'avance.

Le chemin, ce sont mes pas qui l'inventent, un par un.

Les vieilles sagesse méritent quelquefois notre attention :
Oui, le chemin de la sagesse se compose de mille pas...
dont le premier est à la pointe de notre chaussure.

Malheureux celui qui sur le chemin
pense à au temps tranquille où il était si bien chez lui.

Malheureux celui qui sur le chemin
pense à l'arrivée encore lointaine.

Heureux celui qui apprécie à chaque pas
le paysage qu'il voit
et la petite, toute petite fraise des bois qu'il cueille au bord de l'étroit chemin sinueux et escarpé.

23. Héraclite, le philosophe de la dialectique nous le rappelle :
- *le combat est le père de toute chose*
mais aussi
- *le temps est le père de toute chose.*

La capacité intérieure des êtres humains
est infinie dans des limites finies ;
Et notre tâche
lorsque nous accompagnons ceux qui luttent
pour reconquérir leur être, pour reconquérir leur souveraineté intérieure
notre tâche
Est délicate.

24. Pour ma part, je ne peux ici que faire place
à un poème
du philosophe Kierkegaard.
Ce texte est le premier
Que je lis aux futurs médiateurs
Aux futurs pacificateurs de conflits
C'est sur ce texte que je voudrais terminer.
... mais avant de le lire avec vous,
au fait,
avez-vous oublié
le nombre sans intérêt
que je vous avais indiqué en vous invitant à le chasser de vos pensées ?
non, n'est-ce pas ?
Nous vivrons tous avec la mémoire de ce que nous étions « avant » :
Jeunes et beaux il y a trente ans,
Ou avec notre intégrité physique et psychique avant notre accident :.
Pas d' « ardoise magique », pas de « page que l'on tourne »,
Pas de « deuil que l'on ferait » selon l'expression si galvaudée :
Voilà pourquoi j'ai écarté le titre qui m'était proposé : « redonner sens à la vie ».
Ce serait mourir à ce que l'on a été
Au lieu d'en faire un souvenir riche et fondateur de ce que nous sommes et pouvons être,

Ainsi que nous le faisons de notre enfance lointaine mais non perdue, non pas morte mais vive et vivifiante en nous.

Mais il est temps que je m’efface pour entendre avec vous les paroles vivifiantes du philosophe :

*« Si je veux réussir
à accompagner un être vers un but précis,
je dois le chercher là où il est
et commencer là, justement là.
Celui qui ne sait faire cela, se trompe lui-même
quand il pense pouvoir aider les autres.*

*Pour aider un être,
je dois certainement comprendre plus que lui,
mais d'abord comprendre ce qu'il comprend.*

*Si je désire avant tout montrer
Ce que je sais,
C'est parce que je suis orgueilleux
Et cherche à être admiré de l'autre
Plutôt que de l'aider.*

*Tout soutien commence avec humilité
Devant celui que je veux accompagner ;
Et c'est pourquoi je dois comprendre
Qu'aider
N'est pas vouloir maîtriser
Mais vouloir servir.*

*Si je n'y arrive pas,
Je ne puis aider l'autre ».*

(Sören Kierkegaard, traduction B-M Barth)