

Plus malin QUE LA HAINE

Sortir du cercle vicieux du mal, ne plus chercher des boucs émissaires à notre souffrance pour essayer de la soulager véritablement, quel énorme défi!

TEXTE ALEXANDRE JOLLIEU ILLUSTRATION TASSILO



Alexandre Jollieu est une personnalité d'exception. A 38 ans, le philosophe valaisan a déjà publié *Eloge de la faiblesse*, *Le métier d'homme*, *La construction de soi*, *Le philosophe nu* et *Le petit traité de l'abandon*. Autant de livres, autant de succès qui dépassent nos frontières. Si l'écrivain rencontre une telle adhésion, c'est sans doute parce qu'il touche, sans détour, le cœur. Avec des mots simples, de la chaleur, de l'empathie. Et de l'écoute. Alexandre Jollieu, qui anime de nombreuses conférences, reste proche de ceux que l'existence malmène. Nous lui avons demandé de nous parler de toutes ces interrogations de l'âme. De nous donner aussi des pistes pour nous aider à mieux vivre. Retrouvez-le dans ces colonnes toutes les deux semaines.

Malgré un titre un peu racoleur qui laisse à croire qu'on a à faire à un énième bouquin de développement personnel bourré de clichés, le livre de Jack Kornfield, *Bouddha, mode d'emploi*, est une véritable mine d'or. De ce trésor, je retire un exemple, à pratiquer à fond. La tentation du tourisme spirituel n'est jamais bien loin. Et on ne se dirige pas vers la sagesse comme on fait ses courses. Il s'agit de persévérer, d'user un outil jusqu'à ce qu'il nous transforme radicalement. Parmi le large éventail des exercices qui sauvent, Jack Kornfield montre un état d'esprit, une force d'âme qui me bouleverse et qui est d'une brûlante actualité. Il rapporte la vie édifiante d'Yitzhak Frankenthal, cet homme d'affaires israélien qui a vécu le pire du pire: la mort de son enfant, abattu par des terroristes palestiniens. Qu'imaginez de plus tragique? Quelques jours après l'assassinat de son fils, c'est un père que le courage et la bonté n'ont nullement déserté qui se rend devant la résidence du premier ministre israélien: «Je ne veux pas imposer ma morale aux soldats et aux politiciens. Mais si les forces de sécurité devaient maintenant frapper en représailles et tuer des Palestiniens innocents, je leur dirais qu'elles ne valent pas mieux que les assassins de mon fils. Même si elles découvraient que son assassin est en train de projeter

une autre attaque meurtrière, s'il était entouré d'enfants et de civils innocents, je leur interdrais de le faire. Ne cherchez pas vengeance, faites tout votre possible pour éviter et prévenir la violence, la mort de tous ces Israéliens et Palestiniens. Mais ne tuez pas, au nom de mon fils, s'il vous plaît, écoutez-moi.» Plus tard, ce père habité par une bonté profonde et tenace, et par une incapacité viscérale à tomber dans l'esprit de vengeance, fondera l'institut Arik, du nom de son fils. L'institut aura

pour vocation la réconciliation et la paix. Quel plus grand courage que de ne pas se laisser gagner par la révolte et la haine?

Le chemin de la paix

Dans *La pesanteur et la grâce*, Simone Weil écrit: «Ne pas oublier qu'à certains moments de mes maux de tête, quand la crise montait, j'avais un désir intense de faire souffrir un autre être humain, en le frappant précisément au même endroit du front.» Sortir du cercle vicieux du mal,

ne plus chercher des boucs émissaires à notre souffrance pour essayer de la soulager véritablement, quel énorme défi! Un ami dans le bien m'a conseillé de ne plus lire les commentaires des internautes sur les sites d'information. Ceux-là, si souvent partiaux, ne peuvent qu'inciter à la haine. Qu'il est difficile de s'abstenir de prendre parti, de désigner un coupable. Etre plus doux que ces colères, tirer du bon et du très bon même des plus sombres blessures, voilà la redoutable ascèse. Et pour ce faire,



ÊTRE PLUS DOUX QUE CES COLÈRES, TIRER DU BON ET DU TRÈS BON MÊME DES PLUS SOMBRES BLESSURES, VOILÀ LA REDOUTABLE ASCÈSE.

user de moyens habiles et de beaucoup d'humour pour sortir du trou. Et, en parlant de trou, Jack Kornfield raconte le génie de son maître, Ajahn Chah. Un jour, des villageois vinrent trouver le sage et lui présentèrent une dame soi-disant possédée. En Occident, nous dit-il, on lui aurait fourgué des antidépresseurs et attendu que ça se calme. Mais notre homme était bien plus malin. Il demanda que l'on creusât une imposante fosse et qu'on allumât un feu pour accueillir un chaudron d'eau bouillante. Il expliqua que la seule façon de chasser le mauvais esprit était d'enterrer là cette femme. Non sans malice, il ajouta: «Cela devrait marcher.» La malheureuse s'apaisa brusquement. Commença une lente confession. Le sage pouvait enfin prodiguer un traitement de fond à cette âme troublée.

Devant la tourmente, dans l'épreuve, nous sommes nous aussi priés de découvrir l'expédient qui nous sort des tristes passions, du chagrin ou de la haine et ramène la paix. De cette histoire, retenons que c'est l'expérience qui soigne. En renouant avec l'instinct de conservation et les forces de vie, cette brave femme a été comme réveillée. Guérir c'est poser des actes qui nous aident à renaître. Mais attention avant d'asséner des électrochocs à notre entourage, sachons prudemment adapter la médication au malade et surtout soyons tendres et généreux, plus ingénieux que le mal et les blessures. ■



PHOTOS: ZOÉ JOBIN