



CANNARSA BASSO / OPALÉ

Une sainte taoïste à la maison

La vie nous donne ses maîtres. Nul besoin de traverser les océans pour trouver ces guides. Formé à la philosophie occidentale, rompu aux textes d'un Spinoza ou d'un Aristote, j'ai souvent délaissé le corps et force est de constater que la raison, l'intellect ne m'ont pas prodigué la paix de l'âme tant désirée. Aujourd'hui, j'essaie de pratiquer le zen, le dépouillement intérieur, de laisser tomber une à une les étiquettes pour retrouver la nudité du réel, sa simplicité. Le mot est lâché, le philosophe de la lutte veut gagner en simplicité ou plutôt perdre en complexité. Je suis de plus en plus convaincu : l'ascèse, c'est d'en faire moins...

Sur cette route, je rencontre Lao Zi que je connais peu, que je comprends peu. Il m'aide cependant. Au chapitre XXIII du *Daode Jing*, le *Livre de la voie et de la vertu*, il est dit : « Une bourrasque ne dure pas la matinée entière. Une averse ne dure pas jusqu'à la fin du jour, et qui en est l'auteur ? Le ciel-terre. » Et voilà qui convertit mon rapport aux bourrasques intérieures. J'abandonne peu à peu les armures, les carapaces pour laisser les bourrasques se lever et s'estomper. Toujours, l'ego complique, rigidifie le réel. Lao Zi a raison de dire : « Tumeur que tout cela ! » Et de réhabiliter l'homme simple qui vit au-delà de l'ego et savoure précisément la saveur du présent.

C'est le mental qui me déloge de l'ici et maintenant, qui me détache du détachement, qui me tient à sa merci en somme. Il me coupe du réel et me plonge dans l'artifice. Autant dire que la légèreté me quitte et la simplicité,

celle qui échappe à mesure qu'on la cherche, m'est étrangère. En lisant les mots de Lao Zi, je suis frappé comme le saint taoïste est comparé à un petit enfant. Pourquoi ? J'ai la chance de contempler ma petite fille de quatre mois et de me laisser enseigner par elle. Sur la table à langer, elle m'observe en gigotant ses mains, tout sourire. Serait-elle une sainte taoïste ? Et pourquoi pas.

Je vois sous mes yeux l'image d'une joie sobre, d'une confiance totalement ouverte et donnée, d'une disponibilité incroyable. Et je m'imagine à sa place, sur le dos, incapable de partir, de parler, de m'asseoir. Aurais-je cette joie simple ? Assurément, je voudrais être ailleurs, être entouré, faire des choses, me lancer des défis, me jeter dans des aventures, faire pour être quelqu'un. Je réalise devant ce petit être que tout est déjà là, qu'il s'agit de faire un avec la nature, et d'abord, faire un avec sa nature.

Ne pas nier le corps, ne pas refuser ses besoins les plus simples, être vigilant à ce qui se passe à chaque instant en la nature. Mais qu'est-ce que la simplicité ? Je me pose la question et voilà que tout se complique. Dans *Esprit zen, esprit neuf*, Shunryu Suzuki me renseigne. « La vraie pratique du zazen consiste à être assis comme on boit de l'eau quand on a soif. Alors, vous avez le naturel. Il est tout à fait naturel de faire un petit somme quand vous avez très sommeil mais faire un somme juste parce que vous êtes paresseux, comme si c'était le privilège d'un être humain de faire un somme, ce n'est pas le naturel. »

En résumé, être naturel, c'est peut-être déjà ne pas se contraindre à être quelqu'un. Moins dilapider de force pour jouer un personnage. Juste être ce que l'on est. Et devant ma fille, je repense aux mots de Nietzsche : « *Deviens ce que tu es et fais ce que toi seul peux faire.* » Être naturel, c'est peut-être oublier son ego pour accomplir ce qu'il y a de plus singulier en soi et qui nous est donné ●

Né en 1975 en Suisse, Alexandre Jollien a vécu dix-sept ans dans une institution spécialisée pour personnes handicapées physiques. Il est philosophe et écrivain. Parmi ses ouvrages, *Éloge de la faiblesse* (Cerf, 1999), *Le Métier d'homme* (Seuil, 2002), *La Construction de soi* (Seuil, 2006) et *Le Philosophe nu* (Seuil, 2010).