

Le karma

ET LES ANGES GARDIENS

La souffrance de l'autre peut me terrasser, m'anéantir. Elle peut aussi m'inviter à me demander ce que je puis faire pour lui.

TEXTE ALEXANDRE JOLLIEN ILLUSTRATION TASSILO



Alexandre Jollien est une personnalité d'exception. A 37 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 Jollien, 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.

Chaque jour, je prends davantage conscience qu'on ne maîtrise pas grand-chose dans cette vie, que tout est donné et que l'extrême joie peut parfois côtoyer la plus grande souffrance.

En pénétrant dans la salle des urgences de l'hôpital de Sinchon-Yonsei, je me suis quand même dit que j'avais une sacrée chance. Tout au long de mon parcours, il s'est toujours trouvé une âme secourable pour me soutenir et me donner de magnifiques coups de pouce. Le Bon Dieu a placé de très talentueux et méritoires anges gardiens pour veiller sur moi et m'éloigner du pire. Pour l'heure, c'est un moine coréen, ami de Matthieu Ricard, qui m'aide à tenir debout après une méchante chute au judo qui laisse de tenaces souvenirs à ma cheville gauche. Je me rappelle encore l'entraînement. Ça ne rigole pas! On court, on tombe, on se relève. La vie, en un mot! Parfois, j'ai même droit aux huées de mes camarades. Je comprends qu'il faut par moments se débarrasser de toute psychologie, se délivrer complètement du qu'en dira-t-on et continuer sa route, tranquillement. La discipline coréenne au judo m'apprend aussi à laisser la critique faire son chemin, ne pas la prendre personnellement et l'accueillir comme une occasion d'un progrès nouveau. Je me souviens également de Maître Eckhart, qui invite à se départir de ce que les philosophes appelleront le moi social.



Oui, nous sommes plus que ce que nous percevons, plus que ce que nous apparaissons aux yeux des autres. Oui, autrui est toujours plus profond que ce que je crois. Alors il m'arrive d'éclater de rire de ce petit Suisse qui gigote par terre, après s'être cassé la figure. Mais l'exercice continue quand le maître de judo crie de sa grosse voix: «No smile!» Non, ça ne rigole pas et pourtant la vie est un jeu grave et léger...

En entrant dans la voiture, j'ai dit au moine: «J'ai un très mauvais karma ces

jours-ci!» Il m'a répondu: «Tu as vu la femme que tu as! Au contraire, tu en as un excellent et le plus beau des karmas c'est de rencontrer la voie spirituelle et la pratiquer toujours plus profondément.» En traversant Séoul aux côtés de mon «sain protecteur», je contemple cet homme en robe rouge, aux yeux bons et au sourire profond. Jamais je ne décelé la moindre trace d'agacement sur son visage. Zéro stress! De quoi faire pâlir d'envie l'ego mais, précisément, il s'agit de se détacher de tout, y compris de l'idée d'être

débarrassé du stress. Une chose semble invariablement vraie: moins on a d'objectifs personnels, plus on peut rester ouvert à l'imprévu.

Me départir du cher moi

Les mystiques chrétiens comme les sages bouddhistes m'apprennent à me départir du cher moi pour être totalement attentionné et proche des gens. Une petite fille de dix ans sort de l'ascenseur, recroquevillée de douleur. Elle regarde son bras cassé. Une vieille dame se présente au comptoir avec

* **Maître Eckhart, c'est...**

un théologien et philosophe dominicain, le premier des mystiques rhénans. Il enseigna à Paris, puis prêcha à Cologne et Strasbourg.

* **Le moi social, c'est...**

ce que le philosophe Pascal désignait comme moi «imaginaire». C'est-à-dire le masque, conscient ou inconscient, que nous portons face aux autres.

* **Le karma, c'est...**

une notion qui désigne le cycle des causes et des conséquences liées à l'existence des êtres sensibles.

un œil au beurre noir, un jeune homme est amoché de partout... La souffrance de l'autre peut me terrasser, m'anéantir. Elle peut aussi m'inviter à devenir moi-même un ange gardien. Très concrètement, pourquoi ne pas me demander ce que je puis faire pour soulager celui qui traverse une épreuve. Mon serein ami me réapprend à considérer la vie comme un miracle. Il me rappelle que nous côtoyons nos proches pour une très courte période finalement. Nous sommes des voyageurs et pour un instant très bref, nous rencontrons nos enfants, nos pères, nos mères, nos femmes, nos maris comme dans une gare. Pourquoi dilapider un temps si précieux en sachant que, ce soir même, les êtres qui me sont chers peuvent disparaître à jamais? Il ne s'agit pas de verser dans la peur mais de voir tout le gaspillage émotionnel que génèrent nos querelles, nos vains désirs et nos rancunes. Le Christ conseillait de pardonner septante fois sept fois. Quelle haute et belle invitation à débayer pour de bon le terrain de notre esprit, à libérer notre cœur pour accueillir à bras ouverts nos faiblesses, nos échecs, nos rechutes, nos petites sans nous laisser aigrir!

Dans la salle d'attente, on crie les noms des patients et, bientôt, j'entends: «Alexssi», «Monsieur Alex!» Nous traversons un couloir bondé de monde. Je ne suis qu'une petite goutte dans un océan infini. Je me prends vraiment trop au sérieux. Heureusement des anges veillent... ■

PHOTO: ZOË JOBIN