

Introduction

La liberté intérieure de l'être humain

Ces derniers temps, je me suis particulièrement intéressé à la question de la liberté. Les mots de la Bible à propos du Christ qui nous a libérés (Galates 5, 1), ont pris pour moi une signification nouvelle. Cette question était centrale dans la philosophie grecque et comme instinctivement inhérente à l'idée même d'existence. C'est pourquoi les écrits du Nouveau Testament faisant état de la liberté qui nous vient du Christ sont aussi une réponse à l'aspiration grecque. Les auteurs néotestamentaires se réfèrent à ces concepts de liberté développés dans la philosophie stoïcienne. Revenant à cette philosophie, je me suis arrêté sur cette phrase d'Épictète : on ne peut être blessé que par soi-même. Et à mon grand étonnement, j'ai découvert qu'elle était continuellement citée par les Pères de l'Église. Chez Jean Chrysostome on trouve même un texte intitulé : « Personne ne peut être blessé sinon par lui-même » (*Quod qui seipsum non lae-*

7

dit, nemo laedere possit = PG¹ 52, 459-480). Lisant ce texte, j'ai été surpris de voir comment ce Père de l'Église faisait référence à la Bible et avec quelles citations il choisissait d'en étayer sa thèse, tirée d'Épictète. Malheureusement ce document n'existe pas en allemand. Je l'ai trouvé uniquement en grec et en latin dans l'édition de Migne datée de 1770.

L'écrit provocant de Jean Chrysostome

L'essai de l'évêque de Constantinople, qui date certainement des années 400, m'a tellement fasciné que, pour mon plaisir personnel, j'en ai traduit les principaux passages. Et, ces derniers temps, j'ai utilisé plus fréquemment cette phrase provocante dans l'accompagnement spirituel qu'on me demandait et dans les travaux de groupe que j'avais à conduire. Les réactions ont été très diverses. Dans un premier temps, j'ai rencontré le plus souvent une résistance. Le concept était considéré comme trop simpliste. Il y a, disait-on, tant de souffrances qui nous viennent de l'extérieur et que nous ne pouvons absolument pas éviter. D'autres pensaient que, s'il en était ainsi, je leur ferais alors porter la responsabilité de tout ce qui n'allait pas chez eux. Mais, passée la première exaspération, beaucoup ont commencé à se dire qu'il pouvait y avoir quelque chose de vrai dans cette affirmation. Se référant à leurs propres souffrances, ils se ren-

1. *Patrologia graeca* (Patrologie grecque).

daient compte qu'effectivement celles-ci venaient en partie d'eux-mêmes. Une femme me disait qu'elle pourrait, à partir de sa propre expérience, écrire tout un roman sur cette question. C'était même son problème permanent.

Il est toujours déplaisant qu'une sentence apparaisse comme une loi absolue. C'est pourquoi je voudrais dire tout de suite que cette opinion de saint Jean Chrysostome n'est pas applicable dans toutes les circonstances. Nous ne pouvions pas, par exemple, éviter les blessures qui nous ont été faites alors que nous étions enfants. Nous n'avions alors aucune possibilité de nous y soustraire. Par contre, c'est moi qui choisis de me les remémorer sans cesse et, donc, de souffrir de nouveau ou au contraire de faire la paix avec elles et de m'en libérer. Bien sûr, le temps nécessaire pour se détacher de ses vieilles blessures dépend de chacun. Dans la thérapie, il est même souvent important de revivre consciemment ses anciennes épreuves et de laisser s'épancher la douleur éprouvée autrefois mais qu'on a voulu trop vite effacer. C'est alors seulement qu'elle pourra être éloignée. Mais aujourd'hui on constate aussi la tendance à cultiver ses blessures. Le philosophe français Pascal Bruckner a décrit ce penchant d'une plume avertie dans son pamphlet *Je souffre donc je suis*.

Contre cette tendance, aujourd'hui largement répandue, à « prendre la place convoitée qui est celle de la victime » (Bruckner 145), Chrysostome émet une thèse radicalement opposée, à savoir « qu'aucune victime n'est victime d'un tiers, mais que chacun connaît le sort qu'il s'est lui-même

attribué » (RAC² 647). En lisant chez Brückner à quel excès peut conduire l'idéologie de la victime, on comprend que la thèse de l'évêque du IV^e siècle fait l'effet d'une bombe. Si aujourd'hui, par exemple, une femme atteinte d'un cancer au poumon parce qu'elle a trop fumé tente une action en justice contre les producteurs de tabac, les accusant d'une mauvaise information par rapport aux dangers qu'il présente et gagne son procès ; si une autre femme met son chien à sécher dans le four micro-onde et qu'il lui soit donné raison dans le procès intenté contre l'usine de fabrication, alors on comprend jusqu'où peut aller l'idéologie de la victime. Se considérer comme victime signifie se déclarer exempt de faute et attribuer celle-ci à quelqu'un d'autre. Face à cette idéologie, il vaut la peine au moins de réfléchir sur l'affirmation de Chrysostome, sans qu'il s'agisse pour autant d'en faire une contre-idéologie. En effet, ce ne sont pas les idéologies qui aident à aller de l'avant. Il s'agit, par contre, de prendre au sérieux la personne concernée, dans ce qui fait son histoire concrète et de l'aider, avec sa vie et aussi ses souffrances, à réfléchir d'une façon aussi créative que possible.

Une analyse approfondie de la thèse stoïcienne, selon laquelle c'est nous qui nous blessons peut au moins remettre en question cette idéologie de la souffrance, selon laquelle il faudrait toujours se sentir mal et tout serait désolation. Cette analyse devrait nous amener à réexaminer notre propre

2. *Reallexikon für Antike und Christentum* (Dictionnaire de l'Antiquité et de la Chrétienté).

10

nous sommes prisonniers, les manières de voir trompeuses qui falsifient la réalité et à cause desquelles nous nous faisons souffrir. Plus nous faisons un avec Dieu, plus nous devenons libres. Nous aspirons tous à la liberté. La vraie liberté n'est pas l'affranchissement d'une domination extérieure, mais plutôt la liberté intérieure, la liberté face au pouvoir du monde, la liberté devant la puissance d'un autre, la liberté vis-à-vis des pressions internes et externes. Parce que pour moi la voie mystique y conduit, je voudrais présenter trois passages tirés des derniers livres du Nouveau Testament qui, à mon avis, en décrivent le chemin. Il s'agit de la Lettre à Tite puis de la Première et de la Seconde Lettre de Pierre. Pour beaucoup d'exégètes, ces textes tardifs ne représentent plus le vrai message de la Bible. Ils sont suspects, en particulier pour certains auteurs protestants. Ces derniers parlent d'un catholicisme primitif et déplorent que le message paulinien, qu'ils considèrent comme le noyau du Nouveau Testament, n'y soit plus conservé dans sa radicalité. Mais, au cours de ces dernières années, j'ai ouvert les yeux et mieux compris combien ces écrits sont importants pour le dialogue en cours avec les autres religions et pour une confrontation avec d'autres parcours spirituels. En effet, ici, on a cherché à traduire le message de Jésus en tenant compte du génie du monde hellénique. Le milieu grec était imprégné de la philosophie grecque, de la gnose, un mouvement très répandu dans un monde qui aspirait à l'illumination, marqué par les cultes à mystère qui avaient adopté certains éléments de la piété orientale. C'est ainsi que ces

12

façon de voir. Bien sûr, la thèse ne doit pas nous conduire à nier ou à banaliser la vraie souffrance. Le respect pour la souffrance humaine est une attitude chrétienne. Ce qui est pour moi décisif dans cette thèse, c'est que l'évêque de Constantinople, et avec lui les Pères de l'Église, aient généralement considéré le chemin spirituel comme une méthode également thérapeutique, comme un itinéraire qui nous amène à analyser avec maturité nos blessures et notre histoire. L'objectif de ce cheminement spirituel est la guérison et la libération de l'homme. Le Christ est l'homme libre, dont le destin n'est pas déterminé par la souffrance qui s'abat sur lui de l'extérieur ou par le monde, mais par Dieu. Celui qui est marqué par Dieu, qui est né de Dieu, celui-là est vraiment libre. Voilà le message fondamental de la Bible et ce qu'ont expérimenté les premiers chrétiens. C'est à cette expérience de liberté intérieure que cet ouvrage se propose de conduire.

La voie mystique comme voie de liberté

Pour l'Église des origines, le chemin d'une expérience progressive de Dieu est aussi celui d'une liberté toujours plus grande. Pour moi, la voie mystique est l'authentique chemin vers la liberté. Pour cette raison, je voudrais décrire dans ce livre certains aspects du parcours mystique selon le Nouveau Testament. Sur le chemin mystique, nous rencontrons d'abord notre propre vérité. Et c'est seulement la vérité qui nous rendra libres. Sur ce chemin, nous découvrons le schème dont

11

textes tardifs pourraient nous indiquer un chemin pour formuler dans un langage actuel et d'une façon nouvelle le message de Jésus, afin de pouvoir dialoguer avec la spiritualité orientale.

La psychologie transpersonnelle et la mystique

Au cours de ces trente dernières années, la psychologie transpersonnelle s'est particulièrement intéressée aux expériences orientales de méditation ainsi qu'aux aspects de la mystique chrétienne, dans laquelle elle a découvert un chemin thérapeutique. C'est pourquoi je voudrais développer le message chrétien de la liberté comme il est exprimé dans la prédication de Jean Chrysostome et dans les passages bibliques que j'ai cités, en le mettant en dialogue actif avec la psychologie transpersonnelle. Il doit être clair que la liberté constitue un aspect essentiel du message chrétien et que chaque chemin spirituel authentique conduit finalement à la liberté intérieure. Alors l'expérience de Dieu et celle de la liberté intérieure sont intrinsèquement liées.

13

Personne n'est blessé par un autre que lui

Le philosophe stoïcien Épictète

Épictète est né aux environs des années 50 à Hiérapolis. Il était esclave et avait été tellement battu par son maître qu'il en était devenu boiteux. Il fut emmené à Rome en esclavage et mis au service d'Epaphrodite, un esclave libéré par Néron qui le traitait de façon inhumaine. Près de lui, Épictète a appris qu'une personne qui a été blessée a tendance à faire subir à d'autres les souffrances qu'elle a dû supporter. Comme esclave, Epaphrodite aurait dû être sensible au sort d'Épictète, mais c'est le contraire qui s'est produit. N'ayant pas assimilé ses propres souffrances, il les a transférées sur les autres. Nous sommes là en présence d'une loi fondamentale que l'actuelle psychologie ne cesse de décrire. Les blessures qui n'ont pas été « travaillées » nous condamnent à nous faire du mal ou à en faire aux autres. Si nous ne faisons pas

souffrir les autres, c'est à nous-mêmes que nous allons infliger une souffrance, soit comme auto-punition ou auto-dévalorisation, parfois même comme auto-mutilation. Certaines maladies donnent l'impression d'être une sorte d'auto-punition : par elles, le refus expérimenté dans l'enfance se transforme en refus et en haine de soi. Ou bien nous recherchons inconsciemment les situations dans lesquelles se reproduisent les blessures de l'enfance. Nous avons des chefs coléreux et indignes d'estime qui nous blessent comme l'a fait le père autoritaire, brutal et capable de frapper sans raison lorsqu'il était sous l'emprise de l'alcool et devant qui il n'y avait aucune échappatoire possible. Il peut aussi arriver qu'un partenaire fasse subir à l'autre les brimades dont il a souffert dans son enfance de la part de son père ou de sa mère.

Le chemin vers la liberté intérieure

Épictète a assimilé ses blessures. De fait, toute sa philosophie tourne autour de cette question : comment l'être humain peut-il être libre en face des blessures qui lui sont infligées par les autres ? Il reconnaît que l'homme peut être libre à la condition qu'il le veuille. Cette liberté s'exprime avant tout dans le concept que nul ne peut nous blesser si nous n'y consentons pas. Une autre personne peut nous blesser uniquement si nous-mêmes nous nous blessons et nous faisons du mal. Chez Épictète, cette thèse revient continuellement. Elle est l'expression de la liberté intérieure, qui appartient à la nature humaine. L'être humain est libre inté-

rieurement. S'il se laisse blesser par les autres, c'est de sa faute. Car quand un homme est totalement lui-même, quand il a trouvé son équilibre, il ne peut alors être blessé par personne, nul n'a pouvoir sur lui. Épictète revient sans cesse sur ce concept fondamental : « Personne ne peut faire du mal à autrui, mais chacun, à travers ses propres actions, se fait du mal ou du bien » (RAC 607). La liberté intérieure est exprimée dans la conclusion de son livre qui adopte la pensée de Socrate : « Pour ce qui me concerne, Anytos et Melitos peuvent me tuer, mais ils ne peuvent me causer préjudice » (607). Le philosophe stoïcien distingue entre les choses qui sont en notre pouvoir, qui nous appartiennent et font partie de nous et celles qui ne dépendent pas de nous.

Pour Épictète, l'ascèse consiste à « empêcher les choses extérieures de fouler le territoire sacré du Moi authentique. C'est pourquoi l'homme doit en premier lieu, au moyen du « connais-toi toi-même », découvrir et délimiter son être véritable, son AUTOS » (RAC 608). Le chemin qui mène à ce moi intérieur passe d'abord, selon Épictète, à travers l'examen de notre perception de la réalité. Une voie importante conduit à la liberté intérieure : elle consiste à se faire une juste représentation (*dogma*) des choses, qui souvent sont différentes des idées qui orientent nos actions et les faussent ainsi que des représentations considérées comme valables dans notre milieu. Épictète écrit : « Les hommes ne sont pas déconcertés par les événements, mais par l'idée qu'ils s'en font » (RAC 609). Ce n'est pas la mort qui est terrible, mais la représentation

que nous nous en faisons. Ce n'est pas le vase brisé qui nous blesse, mais le fait que nous considérons ce vase comme indispensable, que nous y tenons de tout notre coeur, qu'il est lié à notre identité. Ce n'est pas la perte d'une somme d'argent qui nous fait mal, mais le concept que nous nous sommes fait de l'argent, l'idée ancrée en nous que nous en avons absolument besoin et que sans lui nous ne pourrions pas vivre.

Si l'homme se fait une juste représentation des choses, il ne souffrira plus à cause de la matière, mais seulement à cause de Dieu. D'où l'importance, pour Épictète, de la *prohairesis*, ce qui signifie littéralement préférence, choix, libre volonté, dogme. Épictète la décrit comme « la capacité fondamentale et essentielle rendant la nature humaine capable d'un agir moral. Elle examine les représentations de l'intellect ou *dogmata*, elle décide de notre mode d'agir en face des représentations qui tiennent de la fantaisie, elle représente le noyau de la personnalité » (RAC 606). On pourrait dire aussi que la *prohairesis* est le vrai Soi-même, le coeur le plus intime de la personne ou encore la conscience, l'instance intérieure qui juge tout. Celui qui se laisse guider par son vrai Soi « n'ambitionne rien de ce qui n'est pas en son pouvoir, ne craint rien ». Il « a fait de son Moi une forteresse inaccessible et inexpugnable ou règnent la liberté, l'*atharaxia* (la tranquillité), l'*apatheia* (l'impassibilité), l'*eustatheia* (la fermeté, le calme), l'*euroia* (la félicité, littéralement un riche courant), en un mot la béatitude. À travers la conquête de son moi et par le moyen de la connaissance, l'être humain devient

semblable à Dieu » (RAC 609). Ici émerge donc une conception semblable à celle de C.G. Jung pour qui la personne atteint son vrai Soi quand elle s'ouvre à l'image de Dieu. Dieu habite l'intimité de l'être humain. Et quand Dieu habite en l'homme, celui-ci atteint son vrai Soi.

Le second pas de l'ascèse consiste à mettre des limites aux représentations que nous découvrons en nous-mêmes et à dominer les réactions que suscitent ces représentations. Épictète connaît trois niveaux de réactions face aux représentations de l'esprit : l'*orexis* (la demande, la quête), l'*horme* (le mouvement intense, le désir) et la *sykathathesis* (l'assentiment). L'homme peut évaluer consciemment ses réactions par rapport aux choses, s'il se demande à propos de tout quelle est la relation avec l'homme intérieur. La question suivante l'y aide : *ti pros eme* : En quoi cela me regarde-t-il ? Qu'est-ce que cela me dit ? Qu'ai-je à faire de cela ? Comprenant ainsi l'ascèse, Épictète a indiqué un chemin à l'humanité : celui qui consiste à se libérer de la puissance de la réalité extérieure pour faire l'expérience de la réalité intérieure comme partie essentielle de la dignité humaine.

L'attitude envers Dieu

L'expérience de la liberté intérieure détermine aussi notre conduite envers les autres et envers Dieu. Dans ses relations à l'autre, l'homme a besoin de trois vertus : la netteté ou la limpidité (*katharotês*), la fidélité (*pistis*) et surtout la pudeur (*aidos*).

Table des matières

Introduction - La liberté intérieure de l'être humain	7
L'écrit provocant de Jean Chrysostome	8
La voie mystique comme voie de liberté	11
La psychologie transpersonnelle et la mystique	13
I - Personne n'est blessé par un autre que lui	15
- Le philosophe stoïcien Épictète	15
Le chemin vers la liberté intérieure	16
L'attitude envers Dieu	19
L'homme comme témoin de Dieu	22
Épictète et la psychologie transpersonnelle .	24
Épictète et la théorie de la communication .	25
Liberté et conscience des frontières	28
Liberté et passion pour les hommes	31
- L'écrit de Jean Chrysostome	34
La foi comme chemin de liberté	41
Le problème du mal fait à soi-même	43
- Figures bibliques de la liberté	51
Les jeunes dans la fournaise	51
Joseph en Égypte	54
Job	66
La maison sur le rocher	73