

ACROPOLIS

Un regard philosophique sur le monde

Acropolis est la revue de l'école de philosophie de Nouvelle Acropole France

SOMMAIRE

Novembre 2024 n°366

- 2 **ÉDITORIAL**
Une culture qui fait vivre...



- 4 **SOCIÉTÉ**
Le métavers
Le danger de la réalité artificielle

- 7 **PHILOSOPHIE**
La Simone Weil
Éloge d'une philosophe engagée à
la vie fulgurante



- 9 **ART**
De Canaletto à Guardi,
Venise prend une allure mystique

- 12 **PSYCHOLOGIE**
La dichotomie de l'esprit et du
cœur

- 16 **PHILOSOPHIE**
Peur et courage

- 18 **À LIRE**
Lao Zi, le dragon de sagesse



- 21 **PRATIQUES PHILOSOPHIQUES**
Mesurer ses progrès

- 23 **CULTURE**
Symbolisme de la spirale



Une culture qui fait vivre...

Thierry ADDA

Président de Nouvelle Acropole en France

Nous avons besoin d'une culture qui fasse grandir et qui aide les individus à vivre, alors qu'aujourd'hui la culture ne propose plus guère que des offres standard en relation avec des produits de consommation.

Ainsi, les mots « fast-fashion » ou « trottinettiste » ont fait leur entrée dans le dictionnaire, mais il n'est pas sûr qu'ils nous soient d'une grande utilité pour saisir la complexité. De même, selon l'étude de 2024 du centre national du livre (1), les jeunes français de 16 à 19 ans consacrent en moyenne quotidiennement 5h10 aux écrans (hors temps passé devant un écran pour l'école, les études ou le travail), pour 12 minutes de lecture d'un livre chaque jour. Comme le dit Eugénie Bastié : « Quand il n'y a plus de culture dominante, la contre-culture s'épuise. Et internet ne fait qu'accélérer le conformisme, tuant la créativité et l'originalité au profit de contenus standardisés plaisant au plus grand nombre » (2).

Plutôt que de nous plaindre de cette situation à laquelle, à vrai dire, nous ne pouvons pas grand-chose, voyons le verre à moitié plein et les opportunités que nous offre notre monde. Car le problème auquel nous sommes confrontés n'est pas tant l'absence d'une véritable culture que l'effarante diminution du nombre de personnes cultivées. Une personne cultivée saura toujours trouver dans le bric-à-brac impressionnant de la modernité, les innombrables opportunités d'apprendre et de grandir en humanité, grâce aux musées, livres, expositions, vidéos, sites... Tout est là, mais noyé, immergé dans le grand flux de la consommation de masse. Car une personne cultivée n'a pas seulement des connaissances, les connaissances l'ont transformée !

On apprend à se cultiver, comme on retourne un regard vers soi pour voir ce qui nous manque et ensuite le chercher autour de soi, et non comme on prend ce qui nous fera plaisir dans l'instant.

Se cultiver, c'est faire germer en soi de nouvelles choses, ce n'est pas un hasard si dans notre langue, le travail de la terre et celui de l'esprit ne peuvent se mesurer qu'à leurs fruits ; il est des terres arides et des esprits secs, comme il se trouve des terres fertiles et des esprits féconds, capables d'embrasser des réalités multiples pour en tirer une synthèse riche et nuancée. La nuance, voilà ce qu'est ce fruit rare que fait naître la culture, quand nous cherchons à comprendre pour pratiquer, et non à consommer pour ressentir.

Notre monde a désespérément besoin de nuances ; partout où notre regard se tourne, nous ne voyons que violence et rejets, invectives et incompréhensions, fractures et scissions entre des parties qui s'opposent et se rejettent de manière chaque fois plus brutale, simpliste, et chaotique. Pour autant, si nous voulons réellement sortir de cette perspective sans tomber dans l'accablement, les possibilités de nourrir notre regard sont toujours là, si nous voulons nous en saisir.

Vouloir comprendre, s'ouvrir à autre chose que notre environnement connu, se donner des perspectives historiques, dialoguer avec des idées opposées voire étrangères à soi, construisent en l'individu un socle de réflexion qui, peu à peu, l'ouvre à la complexité du monde. Il apprend par l'expérience que les jugements expéditifs et les approximations rapides sont rarement exacts et qu'il faut du temps et de la détermination pour commencer à se faire une idée précise des choses en ayant pensé par soi-même.

Difficile quand on a étudié profondément un sujet d'être catégorique et de donner des opinions à l'emporte-pièce, car le diable est dans les détails, et la pratique nous apprend l'humilité et la tolérance, car si nous découvrons ainsi bien des belles choses, nous prenons conscience également de réalités qui font vaciller les convictions que l'on pensait les mieux acquises. Bref, en cheminant ainsi, l'individu construit un rapport chaque fois plus sain aux contradictions, devenant plus apte à élever sa conscience en intégrant l'infinie complexité des situations humaines.

Lentement, sans le chercher, nous cultiver ainsi nous rend philosophe ; lentement, la confrontation aux faits sans les réduire, aux grands auteurs classiques, à l'art et à la beauté comme élévation, nous conduisent à penser de manière autonome, en nous libérant des préjugés de notre temps et du regard des autres. On ne comprend plus la nuance, on la pratique comme une forme de liberté intérieure qui nous fait refuser toutes les cases, toutes les étiquettes et tous les dogmes. Il faut toute la vie pour apprendre à vivre, disait Sénèque, alors commençons dès maintenant à vivre en partageant cet autre regard sur la culture, celui qui fait grandir les hommes en humanité en leur apprenant la profondeur et la nuance. ■

(1) <https://centrenationaldulivre.fr/sites/default/files/202404/Les%20jeunes20et20la20lecture%20-%20Rapport%20complet.pdf>

(2) Eugénie Bastié : « Occident, les quatre cavaliers de la décadence », *Le Figaro*, 24/04/2024

© Nouvelle Acropole



Le métavers

Le danger de la réalité artificielle

Ilanit ADAR
Formatrice à Nouvelle Acropole

La réalité virtuelle a envahi notre espace et nos loisirs, notamment avec l'arrivée du « Metavers ». Quelle conséquence sur notre vision du monde et notre interaction avec celui-ci ?

Depuis le début de la pandémie de Covid-19, de nombreux aspects de la réalité à laquelle nous sommes habitués ont changé. Tout à coup, la réalité est devenue un endroit instable et inconfortable à vivre. Bon nombre de nos besoins fondamentaux en matière de rencontres sociales et d'interaction humaine sont devenus très limités. Cette situation a eu un impact psychologique, et les émotions telles que l'incertitude, la confusion, l'anxiété et la peur de l'avenir ont augmenté de façon spectaculaire dans notre société.

Créer une réalité virtuelle...

Dans cette atmosphère, il existe un désir commun et naturel de « revenir » à la réalité

telle qu'elle était avant la pandémie ou, si possible, de « créer une nouvelle réalité ». Cette deuxième option a incité de nombreuses entreprises du secteur technologique à accélérer le développement du « Métavers ».

Le Métavers (1) est un espace virtuel où nous pourrions à la fois, interagir les uns avec les autres, et convertir fondamentalement la plupart de nos activités dans le **monde réel** en activités dans le **monde virtuel**. Comme le prédit Mark Zuckerberg : « Du moment où nous nous réveillons le matin au moment où nous allons nous coucher, nous pouvons sauter dans le métavers et faire presque tout ce que l'on peut imaginer » (2).

Au premier abord, cette solution pour un monde « meilleur » semble très attrayante. Imaginez que chacun d'entre nous puisse construire son propre monde, en utilisant ses paramètres préférés, comme dans un jeu. Imaginez que vous puissiez vous construire une nouvelle identité en utilisant un « avatar » et agir dans le monde de manière plus ouverte et plus libre. Imaginez que vous vous rendiez au travail dans l'espace virtuel sans avoir à quitter la chaleur de votre lit par une journée très froide, et qu'après le travail, vous rencontriez vos amis ou partiez en voyage dans un endroit exotique.

Il est relativement facile d'imaginer que les gens voudront passer la plupart de leur temps dans une telle réalité virtuelle, plutôt que de faire face aux défis sans fin de la vie réelle.

... n'est pas sans danger

D'autre part, nous ne pouvons pas ignorer les dangers du Métavers. Il suffit de regarder le film documentaire *The Social Dilemma* (3) (Netflix, 2020) pour prendre conscience de la profondeur de ces dangers. Deux d'entre eux sont bien décrits dans ce film : l'addiction progressive de l'humanité à la technologie et donc le désir d'« être connecté » et l'exploitation des faiblesses humaines par les entreprises technologiques afin d'augmenter leurs profits.

Au-delà de ces deux dangers, il y en a un autre important : la perte de sensibilité humaine et la capacité d'éprouver des émotions subtiles !

Plus nous nous engageons dans des environnements artificiels, plus nos sens délicats s'affaiblissent, par opposition aux instincts et impulsions brutes qui sont renforcés. Nous pouvons déjà observer des cas où les gens sont tellement engagés dans leurs jeux cellulaires, qu'ils ignorent leur environnement, y compris quelqu'un qui est

assis à côté d'eux, et qui a besoin d'aide. De plus, la vie elle-même contient beaucoup d'énergies vitales qui sont nécessaires pour vivre sur cette terre. Plus nous nous exposons à l'air libre et à la beauté des éléments naturels, et plus nous interagissons physiquement les uns avec les autres, plus nous nous chargeons de « forces vives ».

Se changer pour changer la réalité

À la lumière de ce qui précède, si la réalité actuelle est difficile et que la réalité virtuelle avec toutes ses tentations menace un aspect important de notre humanité, que pouvons-nous faire pour éprouver l'espoir, et non le désespoir, en pensant à notre avenir ?

Les philosophes classiques et les grands penseurs d'Orient et d'Occident nous ont déjà proposé une réalité nouvelle et meilleure ! Une réalité que nous pouvons construire avec nos propres forces intérieures et qui peut influencer notre environnement. Par exemple : s'il y a un manque de justice et de moralité autour de nous, nous pouvons être plus justes et plus moraux dans nos actions ; s'il y a trop de peur autour de nous, nous pouvons donner un bon exemple de la façon d'être un peu plus courageux ; si les gens autour de nous sont obsédés par l'argent, nous pouvons leur montrer une vie plus équilibrée où l'argent n'est qu'un outil pour atteindre des objectifs plus importants, etc.

Le grand dirigeant de l'Inde, Mahatma Gandhi, a très bien exprimé cet esprit : « Soyez le changement que vous voulez voir dans le monde ». Des mots similaires ont été prononcés plus tôt par le philosophe Platon : « La ville est ce qu'elle est parce que les citoyens sont ce qu'ils sont », et aussi par le sage Confucius : « Tout développement social commence avec le développement individuel ». Ils, et beaucoup d'autres sages, ont souligné le lien entre l'état intérieur de l'être humain et l'état général de la société.

Transformer sa vie

Maintenant, imaginez votre propre vie et demandez-vous : est-ce que je vis d'une manière qui me semble être la bonne ? Ai-je trouvé quelque chose de valable de vivre ? Est-ce que je vis ma vie comme une aventure où je suis le héros, capable de surmonter les obstacles sur mon chemin ? Comment et où puis-je découvrir la force intérieure nécessaire pour affronter ces obstacles ?

Ces questions peuvent être un bon point de départ pour transformer notre vie en un voyage vraiment beau ! Un voyage qui nous apportera tout ce que nous pouvons trouver dans l'espace virtuel, et bien plus encore ! Un voyage vivant qui crée progressivement l'harmonie en nous-mêmes, avec les autres et avec la nature.

Comme le disait Marc Aurèle, philosophe et célèbre empereur romain : « Celui qui vit en harmonie avec lui-même, vit en harmonie avec l'univers ».

Ce voyage est le chemin philosophique, ou le chemin d'évolution, qui appartient à tous les êtres humains. Mais il faut un peu de courage pour le reconnaître et commencer à l'emprunter. N'attendez pas que la réalité change d'elle-même, ou que des réalités artificielles prennent le contrôle de votre vie ! Commencez dès maintenant à vous construire et à construire votre réalité, et aidez les autres à faire de même. Cette aventure vous donnera non seulement une réalité dans laquelle vivre, mais aussi un sens à votre vie. ■

(1) Univers virtuel en ligne développé par l'intelligence artificielle qui permet à des personnes d'agir entre elles en temps réel grâce à des avatars, dans un espace 3D avec des réalités augmentées

(2) www.theverge.com/22588022/mark-zuckerberg-facebook-ceo-metaverse-interview

(3) En français *Derrière nos écrans de fumée*

Cet article a été originellement publié sous le titre : *Le metavers, une perspective philosophique.*

Traduit de l'anglais :

<https://library.acropolis.org/the-metaverse-a-philosophical-perspective/>

© Nouvelle Acropole

Rencontre avec une philosophe

Simone Weil Éloge d'une philosophe engagée à la vie fulgurante

Andréa THE

Formatrice en philosophie à Nouvelle Acropole



Simone Weil (1909-1943), se distingua par sa militance, son engagement à corps perdu dans les événements du XX^e siècle (défense des ouvriers, engagement viscéral contre l'Allemagne nazie). Philosophe en action, elle n'en fut pas moins mystique, préoccupée par la nécessité pour l'homme de se réenraciner et de se relier à ses besoins de l'âme.

Avez-vous déjà imaginé une famille où les jeux seraient remplacés par des livres ? C'était le cas dans la famille Weil. Les enfants parlaient le grec ancien pour ne pas être compris des adultes et lisaient Platon dans la langue originale. Ces enfants sont devenus des prodiges, André, mathématicien de renom, et Simone, philosophe engagée. Ils ont grandi dans un environnement cultivé et agnostique.

Une vie engagée au service des opprimés

Simone est de santé fragile, sujette aux migraines. Elle négligera très tôt son apparence physique. Son regard est perçant derrière ses petites lunettes rondes. Elle voit la vie avec lucidité. Son regard n'aura de cesse de se tourner vers les opprimés, et ses actes se feront pour la liberté.

Avec son intelligence acérée révoltée, elle parvient toujours à ses fins. Pendant ses études à l'École Normale Supérieure, elle lance une cagnotte pour les chômeurs et insiste auprès du directeur pour avoir son soutien financier. Lasse de ses sollicitations, il accepte à la condition de rester anonyme.

Le lendemain est placardé sur tous les murs : « Faites comme votre directeur, donnez anonymement. »

À 20 ans, elle est professeure agrégée de philosophie, et pourtant, elle décide de tout quitter pour travailler dans une usine afin de vivre la condition ouvrière. Thème qui deviendra central dans ses écrits. Le philosophe se doit de vivre l'expérience pour engager ses idées sur un terrain utile et concret pour l'être humain.

Elle est l'image de l'anarchiste, agnostique, syndicale et rebelle et pourtant dix ans plus tard, elle écrira que l'ordre et la hiérarchie sont des besoins de l'âme.

Les besoins de l'âme

Qu'est-ce qui a provoqué ce changement ? Un choc face à la barbarie.

En 1936, elle s'enrôle aux côtés des anarchistes et des révolutionnaires pour la guerre d'Espagne. Mais il n'aura fallu qu'un mois face à la barbarie et la violence qu'elle observe dans les deux camps pour qu'elle porte un regard critique sur la révolution et son propre militantisme.

En Italie, entendant des chants chrétiens reflétant la transcendance de la souffrance, elle est touchée par cette force qui permet aux opprimés de continuer d'œuvrer, de vivre et d'aimer. Dans une église, elle ressent intimement l'ordre de se mettre à genoux ce qu'elle fait dans un acte d'obéissance à quelque chose qui la dépasse et qu'elle reconnaît, et ne cessera jamais de reconnaître.

Le combat pour la justice

Lors de la Seconde Guerre mondiale, ses origines juives ne lui permettent pas d'être sur le front et au centre des combats pour la justice. Cette mise à l'écart la révolte et la met dans un vécu d'impuissance. Elle décide de manger peu comme les rationnés, tombe malade et meurt à 34 ans en 1943.

Avant de mourir, elle lègue *L'Enracinement*, le prélude pour une déclaration des obligations envers l'être humain commandé par le Général de Gaulle pour relever la France au sortir de la guerre. Texte dans lequel elle décrit les besoins de l'âme dont le premier est l'ordre intérieur.

Simone Weil est de la lignée des platoniciens, elle a la conviction que la nature de l'être humain est le Bien. Et elle avait sur sa table de chevet le livre hindou la *Bhagavad Gîta* qui illustre le combat intérieur.

Si elle était assise parmi nous aujourd'hui ou si c'était elle qui nous enseignait, quel serait son message ? Quel serait le message de cette femme qui a écrit, il y a 80 ans, un traité pour relever la France par des valeurs humanistes ? ■

© Nouvelle Acropole

À lire

Articles parus dans la revue Acropolis

- . Louissette Badie, *Rencontre avec Simone Weil, philosophe de la renaissance intérieure*, revue N° 171 (avril 2001)
- . Louissette Badie, *Hommage à Simone Weil, rencontre avec Monique Broc Lapeyre*, revue N°308, mars-avril 2009
- . Françoise Béchet, *Simone Weil, éduquer aux besoins de l'âme*, revue N°302, décembre 2018
<https://revue-acropolis.com/simone-weil-eduquer-aux-besoins-de-lame/>
- . Louissette Badie, *Simone Weil, la philosophie grecque, un sujet de réflexion, un exemple de vie*, revue N°316, mars 2020
<https://revue-acropolis.com/simone-weil-la-philosophie-grecque-un-sujet-de-reflexion-et-un-exemple-de-vie/>
- . Françoise Béchet, *interview de Thierry Adda, Simone Weil, philosophe en quête d'essentiel*, revue 336, janvier 2022
<https://revue-acropolis.com/simone-weil-philosophe-en-quete-de-lessentiel/>
- . Marie-Agnes Lambert, *Pascal David, philosophe engagé dans la pensée de Simone Weil*, revue N°339, avril 2022
<https://revue-acropolis.com/rencontre-avec-pascal-david-philosophe-engage-dans-la-pensee-de-simone-weil/>

Articles sans auteur

- Simone Weil et la science*, revue N°207, janv.-févr. 2009
- Simone Weil, une philosophie de civilisation*, revue N° 212- févr. à mai 2010

Dossier

- Simone Weil, philosophe de l'absolu*, dirigé par Louissette Badie et Hélène Serre, Éditions Nouvelle Acropole, 2009

Conférences à voir sur YouTube

- Simone Weil, L'enracinement , #10 Les philosophes de l'âme*
Par Annaelle Mehr, formatrice en philosophie à Nouvelle Acropole
https://www.youtube.com/watch?v=_9H0YrdEKfs
- Simone Weil, Les besoins de l'âme , par Michael DECLoux, formateur à Nouvelle Acropole*
<https://www.youtube.com/watch?v=QXDTRoON7W4>

Podcasts

- Simone Weil, les besoins de l'âme, enseignements pour aujourd'hui*
Par Michael Decloux, formateur en philosophie à Nouvelle Acropole
<https://www.buzzsprout.com/293021/episodes/13898700-simone-weil-les-besoins-de-l-ame-enseignements-pour-aujourd-hui>



De Canaletto à Guardi, Venise prend une allure mystique

Didier LAFARGUE
Journaliste à Bordeaux

Ville de paradoxes, Venise exprime un mystère indéniable. Celui-ci se dégage peu à peu à travers l'œuvre de deux peintres.

Venise est un mythe et comme telle se caractérise par ses paradoxes. Comme le disait Jean Cocteau, elle est « double », ses canaux reproduisant l'image de ses façades, expression d'une poésie du reflet.

Par ailleurs, la mort est l'apanage de la cité ; construite sur des pilotis, Venise s'enfonce et à terme est condamnée. Ce caractère inclassable attaché à la cité lagunaire lui donne son mystère, celui du latic (réseau) de

rues dans lequel se perd le promeneur. L'illusion est le propre de la cité, celle qui transparait dans ses décors de théâtre.

Cet aspect si particulier, deux peintres du XVIII^e siècle au style bien différent, Canaletto et Guardi, se sont impliqués, chacun à leur manière, à le transcrire dans leur art. Si Canaletto a exprimé sa fascination pour la grandeur de la ville, Guardi a fait entrevoir la vanité des ambitions humaines.

Une ville qui s'affirme dans sa majesté

Profondément pénétré par son admiration pour sa ville natale, Canaletto (1697-1768) (1) l'a montrée en pleine gloire en axant, dans son tableau *Le bucentaure retournant au Môle le jour de l'Ascension* (Moscou, musée des beaux-arts Pouchkine, 1729), ses préoccupations sur son maître officiel, le doge. En l'occurrence, l'œuvre frappe par une volonté d'affirmation de soi, tant de la part de la ville que de celle de Canaletto lui-même. Elle donne le sentiment que, sachant sa ville menacée à terme d'engloutissement, le peintre avait la volonté d'en prendre le contrepied en s'efforçant de « la consolider et la solidifier, affermir ses assises, lui conférer une consistance compacte et résistante » (2).

Fils d'un décorateur de théâtre, Canaletto avait commencé sa carrière en peignant des décors. Venise frappe par son caractère théâtral et ses façades sont autant d'arrière-plans merveilleux servant de toiles de fond à une vie effrénée. Le théâtre, vie manifestée, incite le spectateur à apprécier celle-ci dans toute sa substance.

Le Bucentaure est le point de convergence du tableau. Bateau d'apparat lourdement décoré, il apparaît aux Vénitiens telle une extraordinaire machine théâtrale. Par rapport à lui se situent les embarcations. Une minutieuse description des activités donne à la toile un aspect documentaire fantastique. Prédomine l'atmosphère de fête, exprimée par la lumière et le sens des couleurs. La clarté splendide qui illumine au fond le palais des doges se répercute sur l'ensemble de l'œuvre.

Si l'on sait qu'à l'époque où Canaletto peignait ce tableau, Venise connaissait la décadence, on réalise que le théâtre qu'elle représente donnait à voir une vie illusoire. Les masques arborés par des personnages installés sur une gondole au premier plan expriment ce

que chacun désire être intimement, quand il a du mal à mordre sur la réalité.

Stabilité de la vie dans toute sa dignité

Canaletto s'est penché sur le cœur de sa cité et a tenté d'en faire percevoir l'éternité, ainsi dans sa *Vue de la place Saint-Marc à Venise* (Paris – Musée Jacquemart André – 1740).

Différente du précédent tableau, l'œuvre dégage une impression de sérénité et de stabilité. La volonté de glorifier Venise de la part de l'artiste l'a incité à la représenter dans ce qu'elle avait de solide et d'intangible. Ce véritable « bijou ciselé » que représente la basilique Saint-Marc vue de façon frontale, considérée d'une certaine hauteur, avec les procuraties s'étendant à droite et à gauche, est mis en valeur par les jeux d'ombre et de lumière. La perspective donne une impression d'étirement et de profondeur. Est conférée à la place une impression de force et de puissance.

Par-dessus tout, le tableau est humanisé par la profusion de personnages. C'est la vie de tous les jours montrée de manière équilibrée par le peintre, en particulier par l'intermédiaire des boutiques sur les ailes. La diversité est de règle parmi ces figures. Les individus se dressent seuls ou par petits groupes ; les animaux ne sont pas oubliés et on les voit de-ci de-là stationner en certains endroits.

Un désir d'évasion

Francesco Guardi (1712-1793), venant après Canaletto, a lui aussi été séduit par la cité lagunaire. À la Venise étincelante de son prédécesseur s'opposait celle fuyante et incertaine qu'il s'est attaché à dépeindre, par exemple dans *Le doge part pour le Lido à bord du Bucentaure, le jour de l'Ascension* (Paris, musée du Louvre, 1780), réalisée d'après un dessin de Canaletto mais à sa manière.

Chez Canaletto, l'atmosphère de fête était prétexte à montrer une Venise dans sa gloire monumentale. Chez Guardi, elle invite au rêve et à la poésie. Si le premier veut donner une impression de stabilité, le second favorise la méditation. Les monuments de Venise semblent lointains et donnent l'impression de reculer pour permettre au spectateur de rêver. À la différence de la lumière éclatante et des couleurs chatoyantes de Canaletto, on relève une lumière estompée donnant à l'œuvre un caractère aéré. Tout représente une fête de la magie, de la poésie et de la beauté.

Le bucentaure ne tient plus le même rôle que dans la toile de Canaletto où il arrivait au terme de sa course. Là, il s'en va ; on le sent vibrer et bouger. Des couleurs pâles donnent un sentiment de mélancolie. Quant aux personnages, ils sont représentés comme des pantins, ont une allure fantomatique accordée à celle que le peintre a finalement donnée à sa ville. Le ciel, les individus, le

mouvement des embarcations, tout donne l'impression d'une Venise qui s'en va et se rapproche irrémédiablement de sa fin. Un mystère transparaît dans le caractère vague des objets et des êtres, signe « d'un chant désespéré, d'une sombre annonce du destin » (3).

L'illusion, caractéristique de Venise, se dégage d'une confrontation entre les deux peintres. Elle suggère que dans cette ville les choses sont autres qu'elles-mêmes et ont un pouvoir de métamorphose. Au-delà de l'envers du décor représenté par la pollution ou la saleté, un œil disposé à voir la beauté aura conféré à la ville une dimension réellement mystique. ■

(1) Giovanni Antonio Canal, plus connu sous le nom de Canaletto, peintre, graveur vénitien

(2) Alain Buisine, *Un Vénitien dit le Canaletto*, Éditions Zulma, 2001, page 63

(3) Dario Succi, *Francesco Guardi Itinéraire d'une aventure artistique*, Éditions Anthèse, 1995, page 118

© Nouvelle Acropole



La dichotomie de l'esprit et du cœur

Archana SAMARTH
Nouvelle Acropole Angleterre

Il semble que nous vivions dans un monde de dichotomies, un monde où existent des idées fortement contrastées. La cause ne viendrait-elle pas d'une autre dichotomie, celle du cœur et de l'esprit ?

Nous pouvons dire qu'avec toutes les percées technologiques modernes, l'humanité progresse et pourtant, nous pouvons aussi dire qu'il y a une régression des valeurs humaines comme en témoignent les conflits, les séparations, la pauvreté, la malnutrition et les maladies du corps et de l'esprit qui prévalent dans le monde d'aujourd'hui. Ce phénomène est étroitement lié à une autre dichotomie fondamentale de notre époque, celle du cœur et de l'esprit, et en est peut-être le résultat.

La dichotomie entre le cœur et l'esprit

Le cœur dit une chose et l'esprit une autre, ce qui provoque la confusion et le conflit sur ce qui est juste. Qui devons-nous écouter ? C'est ce que l'on constate chez certains jeunes, par exemple lorsqu'ils sont sur le point de faire un choix de carrière : dois-je poursuivre ce qui m'intéresse vraiment ou serait-il juste de faire ce qui est considéré comme plus

prestigieux et plus rentable financièrement ?

À l'époque où nous vivons, l'esprit, considéré comme l'aspect le plus développé de nous-mêmes, est privilégié, et nous nous identifions fortement à l'esprit. Nous avons tendance à suivre le dicton philosophique « Je pense, donc je suis », attribué au philosophe français du XVII^e siècle, René Descartes. Ce dicton suggère que nos pensées, nos opinions, nos préférences et nos préjugés font de nous ce que nous sommes. Le cœur, quant à lui, est considéré comme émotionnel, irrationnel, inconstant, peu fiable et le plus faible des deux.

Cette identification du moi intellectuel est renforcée dans notre société dès l'enfance. Mais la question persiste : est-ce tout ce qu'il y a en nous, OU y a-t-il plus que cela dans notre identité ?

Explorons la véritable nature du cœur et de l'esprit, pour voir si, en les comprenant mieux, nous pouvons apprendre à optimiser l'utilisation de ces outils afin qu'ils nous servent comme ils sont censés le faire.

LA NATURE DE L'ESPRIT

Les pensées, les opinions, les croyances, l'analyse, le raisonnement, la réflexion sont toutes des activités de l'esprit. Et la pensée est peut-être l'outil le plus utilisé par l'esprit. Nous pensons tout le temps : avec conscience et parfois avec moins ou pas de conscience. Mais, savons-nous vraiment comment penser ? Des choix que nous regrettons par la suite, des doutes paralysants et des opinions non fondées sur des faits suggèrent que nous n'utilisons pas nécessairement cette faculté de la meilleure façon possible.

La capacité de penser et de choisir est une opportunité mentale unique que seuls les humains possèdent ! Nous pouvons planifier, organiser et utiliser la logique pour analyser les informations. Cela nous permet de nous prendre en charge et de donner une orientation à notre vie. Il existe cependant des obstacles communs à une pensée correcte, des pièges dans lesquels la plupart d'entre nous sont tombés à un moment ou à un autre.

Pensée fantaisiste, pensée égocentrique et pensée circulaire

Un piège courant est celui de la pensée fantaisiste, c'est-à-dire lorsque nous ne prenons pas en considération les facteurs pertinents. Par exemple, lorsque nous arrivons en retard à un rendez-vous, c'est peut-être parce que nous n'avons pas tenu compte de la circulation, une réalité extérieure, et que nous avons sous-estimé le temps nécessaire pour arriver à destination. Sauter aux conclusions et juger sans rassembler les faits est une tendance humaine qui peut conduire à des réactions impulsives que nous regrettons par la suite.

Notre pensée peut parfois être égocentrique,

c'est-à-dire que nous n'envisageons les situations que de notre propre point de vue, sans prendre en considération un autre point de vue, ce qui nous limite.

À l'inverse, nous avons tendance à nous laisser facilement influencer par les autres, comme dans le cas de l'influence des pairs ou de la société, ou de la mentalité grégaire (« Les autres le font, donc c'est forcément bien »). Cela peut nous amener à prendre de mauvaises décisions, même si nous sentons que nous ne sommes pas authentiques.

Parfois, la colère et le ressentiment accumulés conduisent à la tendance à s'enfermer dans les mêmes pensées, encore et encore, de manière circulaire et non constructive. Ces habitudes mentales sont assez courantes et suggèrent que nous n'utilisons pas toujours notre esprit de la manière la plus efficace.

L'esprit est un outil merveilleux, un don de l'humanité qui nous distingue des animaux, mais nous devons le développer de manière consciente et avisée. Nous devons apprendre à utiliser notre esprit en mettant de l'ordre dans nos pensées encombrées, à clarifier nos idées en les interrogeant, en enquêtant et en laissant la raison les guider. Travailler avec notre esprit de manière consciente plutôt qu'habituelle.

Apprendre à travailler avec l'esprit

Il est possible d'apporter plus de conscience à la façon dont notre esprit fonctionne :

- En apprenant à travailler avec ordre, priorités et temps, c'est-à-dire en se disciplinant mentalement.
- En ayant un véritable dialogue, un véritable échange de pensées et d'idées en étant prêt à écouter et à comprendre ce que les autres nous disent.
- En réduisant l'attention portée aux mauvais souvenirs désagréables et aux pensées négatives afin de laisser la place à de nouvelles idées et de reconnaître les opportunités du présent.

- En dirigeant notre esprit plutôt que de le laisser se disperser. Comme le dit le Seigneur Krishna dans la Bhagavad Gîtâ : « Chaque fois que l'esprit s'égare, en raison de sa nature vacillante et instable, nous devons le ramener sous le contrôle du Soi » et que l'esprit peut être contrôlé par une « pratique et un détachement » constants. Comment pratiquer le détachement ? En développant une vision plus globale de la vie. Une perspective philosophique qui nous aide à connaître notre véritable nature et à savoir qui nous pouvons être. Reconnaître le fonctionnement de notre esprit, le regarder de manière objective et détachée plutôt que de se laisser complètement dominer par lui.

LA NATURE DU CŒUR

Nous pouvons dire que le cœur est plus important que nous ne le savons ou ne le pensons.

D'un point de vue scientifique et physiologique, le cœur est au centre du corps et de là, il transmet la vitalité du sang dans toutes les directions.

D'un point de vue métaphysique, le cœur est comparé au soleil dans le système solaire. D'un point de vue philosophique, le cœur est considéré comme le siège de la conscience morale, de l'intelligence, de l'intuition et de la spiritualité.

Le cœur, concept médical et des anciennes traditions

La médecine moderne commence à reconnaître le concept de « cerveau cardiaque ». En 1991, le Dr Armour a découvert que le cœur possède son propre « petit cerveau », capable d'apprendre, de se souvenir et même de sentir et de ressentir (1). Cela suggère que la science ne fait que rattraper progressivement ce que la sagesse ancienne savait déjà !

« Le cœur est la demeure de l'homme spirituel, tandis que l'homme psycho-intellectuel habite la tête... » écrit Helena Petrovna Blavatsky.

De nombreux textes sacrés anciens appellent les disciples à préserver la pureté de leur cœur. Il ne s'agit pas seulement de la pureté des sentiments, mais aussi du large éventail d'actions que Siddhartha Gautama a proposé à travers le Noble Sentier Octuple : paroles, actions, intentions, pensées, efforts, moyens de subsistance, attention et concentration justes.

Purifier le cœur

Comment pouvons-nous purifier le cœur ? En comprenant la nature de nos domaines psychologiques et en les gérant en conséquence.

Les émotions sont des réactions soudaines et intenses qui peuvent changer aussi rapidement qu'elles viennent, comme une tempête. Par conséquent, les décisions fondées sur des émotions fortes ne sont souvent ni stables ni durables.

En outre, les sentiments de ressentiment, de culpabilité, d'envie, de haine, etc. nous emprisonnent et nous empêchent de voir les gens et les situations avec un esprit clair.

En revanche, les sentiments tels que la compassion, la gratitude, le courage, etc. sont des sentiments plus profonds, plus stables et plus durables. Ils font également ressortir ce qu'il y a de meilleur en nous.

On dit « qu'il y a des sentiments qui rident le visage et l'âme et il y a des sentiments qui leur donnent l'éclat de la jeunesse ». (2)

Purifier le cœur signifie le libérer de l'enchevêtrement des émotions turbulentes et nourrir des sentiments complémentaires provenant des sphères supérieures de nous-mêmes. Cela signifie évoquer consciemment en nous le courage face à la peur, la tolérance au lieu de la colère, nous corriger et nous racheter au lieu d'agoniser dans la culpabilité, et surmonter les impulsions égoïstes par la générosité. Cela peut sembler difficile, mais c'est possible lorsque nous sommes déterminés à être le meilleur de nous-mêmes.

Intégrer le cœur et l'esprit

Nous pouvons conclure que le cœur et l'esprit sont tous deux essentiels pour nous, chacun à sa manière.

Lorsque nous apprenons à travailler avec eux de manière consciente, nous pouvons exprimer le meilleur de ce qu'ils ont à offrir et commencer à reconnaître notre véritable potentiel. Pour répondre à la dichotomie mentionnée au début, il ne s'agit pas d'une question de cœur OU d'esprit. Nous devons mener notre vie avec le cœur ET l'esprit.

Ce dont le monde a besoin aujourd'hui, c'est de cette approche unifiée, que ce soit en médecine, où les spécialistes se réunissent et proposent un traitement global plutôt qu'une intervention spécifique à un organe, ou sur le plan social, où les communautés doivent se réunir et apprendre à coexister harmonieusement.

Ce qu'il faut, c'est harmoniser les voix de notre cœur et de notre esprit : « Le cœur donne la direction et l'esprit l'exécute. Cours dans cette direction » dit Rumi.

L'intégration du cœur et de l'esprit nécessite l'union de nos pensées, de nos émotions les plus pures (sentiments) et de nos aspirations les plus élevées (valeurs, idéaux), les trois convergeant vers l'action.

Travailler avec eux de manière fragmentée conduit à une approche déformée et superficielle. Se rapprocher de notre potentiel humain le plus élevé signifie s'efforcer de se rapprocher des archétypes de la Beauté, de la Bonté, de la Vérité et de la Justice.

Pour ce faire, le cœur et l'esprit doivent marcher main dans la main, à l'unisson et en harmonie. ■

(1) Référence :

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31728781/>

(2) Article de Délia Steinberg Guzman, *Que faisons-nous du cœur et de l'esprit? (What do we do with the heart and the mind ?)*, paru en 2019 en anglais

Article traduit du site <https://library.acropolis.org>

© Nouvelle Acropole

Peur et courage

Délia STEINBERG GUZMÁN

Ancienne Présidente de l'organisation Internationale
Nouvelle Acropole (O.I.N.A.)



La peur est le plus grand adversaire sur le chemin de la sagesse ? Nous le savions déjà. Mais nous devons en faire l'expérience.

La sagesse ne consiste pas à se remplir la tête d'idées qui ne sont jamais appliquées (précisément par peur ou par lâcheté, ou par confort, qui est une autre forme de peur et de lâcheté) ; la sagesse consiste à apprendre à vivre, à évoluer, à devenir plus déterminé et plus confiant.

Il est évident que pour atteindre la sagesse, il faut parcourir de nombreuses routes non tracées, il faut percer la forêt compliquée des expériences.

Rester en retrait par peur, en croyant éviter ces rencontres avec la vie, c'est retarder l'inexorable dessein de la vie. Pire encore, cela nous condamne à vivre ce qui nous attend dans l'ombre perpétuelle de la peur, dans le regret des opportunités retardées dans l'attente du héros intérieur, dont la naissance a été avortée au milieu du confort médiocre préféré par ceux qui ne veulent pas surmonter les obstacles.

La vie est un trésor de sagesse dès lors que nous apprenons à vaincre la peur à chaque pas. C'est votre vie, vos pas. N'ayez pas peur.

Comment reconnaître le courage authentique ?

Alors que certains parlent d'un courage ancré dans la réflexion et d'un courage ancré dans l'instinct, nous pensons, avec Platon, que

lorsque ces dualités s'opposent brutalement, elles reflètent une incapacité de l'individu à établir un ordre intérieur. Quand il y a ordre — autre nom de la justice — il y a accord entre la réflexion rationnelle et les émotions, aussi instinctives soient-elles.

Si l'instinct l'emporte, le courage se transforme en témérité, poussant l'être humain à affronter des dangers qui le dépassent ou qui ne font que renforcer sa vanité. Dans ce cas, nous sommes plus proches de l'échec que de la victoire. À l'inverse, si c'est la froideur qui prévaut, nous n'avons peut-être pas affaire à une personne courageuse, mais simplement à une personne indifférente.

Or, nous le savons bien, dans notre monde de dualités, cette indifférence ne constitue guère une vertu : celui qui ne connaît pas la peur, qui ne l'a jamais ressentie, ne peut pas reconnaître le courage, la capacité à la surmonter.

On en déduit donc que le courage est un sentiment élevé, élevé précisément par son alliance avec l'intelligence. Le courage — l'aspect « spirituel » de l'âme selon Platon — lorsqu'il agit au nom des instincts, n'est pas tant du courage qu'une force instinctive déchaînée.

Maîtriser la colère et développer le courage

La personne qui a tendance à se mettre en colère est asservie de deux manières. D'abord, elle est son propre esclave, car une partie de son âme, la plus grossière et la plus brute, peut l'emporter sur son âme raffinée et réfléchie. Deuxièmement, elle est également l'esclave des autres... la perte de sa propre maîtrise de soi l'expose à la manipulation de ceux qui peuvent exploiter la situation à leur profit. L'âme du colérique est entre les mains des autres...

Comme il est facile de mettre en colère le colérique avec des arguments qui le font exploser ! Comme il se laisse facilement guider par les décisions de ses « propriétaires » circonstanciels !

Celui qui contrôle la situation lui fait croire qu'il est l'artisan de ses actes et de ses paroles, mais tout était prédéterminé...

Il est bon de maîtriser la colère, et encore bien meilleur de la remplacer par le courage.

Le courage met en jeu notre vrai cœur, l'âme humaine authentique. Le courage, c'est l'audace de voir les choses telles qu'elles sont, de tempérer nos émotions, d'écouter, d'interpréter les idées, de choisir ce qui est valable et d'écarter ce qui ne l'est plus, d'agir avec justice.

Peur et ignorance

De quoi avons-nous peur ? De ce que nous ne connaissons pas, de ce que nous ne savons pas affronter. Alors qu'est-ce que notre peur, notre doute ? L'ignorance, purement et simplement.

Lorsque nous savons, lorsque nous apportons la lumière, lorsque nous voyons tout ce qui est autour de nous et en nous, la peur et le doute disparaissent. ■

Article tiré du site anglais : <https://library.acropolis.org>

© Nouvelle Acropole

Rencontre avec
Jean-Pierre Ludwig

Lao Zi, le dragon de sagesse

Isabelle OHMANN

Rédactrice en chef de la revue Acropolis



Lao Zi (Lao Tseu pour les Occidentaux) est un sage chinois, contemporain de Confucius, considéré comme le père du taoïsme, dont le « Do De Jing » (Tao Tö King pour les Occidentaux) est un texte majeur. De ce sage, il faut retenir les concepts du mouvement créatif des opposés, le non-agir, le vide et la recherche de l'équilibre intérieur.

Jean-Pierre Ludwig, philosophe, professeur de Qi Gong, praticien en médecine traditionnelle chinoise s'intéresse depuis longtemps aux sagesse anciennes orientales, notamment celles de la Chine. Après avoir écrit il y a plusieurs années un livre sur Confucius (1), Jean-Pierre Ludwig, a édité un deuxième ouvrage sur Lao Zi (2). La revue Acropolis l'a interrogé sur le sujet.

Revue Acropolis : *En quoi la connaissance des anciens philosophes chinois peut-elle nous être utile de nos jours ?*

Jean-Pierre LUDWIG : De façon générale, la sagesse de tous les temps et de tous les lieux est toujours utile dans des moments de grande perte de sens, et c'est certainement ce qui caractérise notre période actuelle. Et les problématiques auxquelles se confronte l'humanité ne sont pas nouvelles, l'être humain évoluant peu, car il ne faut pas confondre évolutions techniques et évolution intérieure. Notre vie collective est aujourd'hui confrontée aux égoïsmes, violences, à l'avidité, au court-termisme matérialiste, au besoin de paraître, d'accumuler, etc., comme

à bien des époques de l'histoire. Si d'autres époques ont pu canaliser ou contenir ces plaies plus ou moins efficacement à travers les valeurs morales, par le biais des religions ou de la pratique de la philosophie, les difficultés n'en sont pas moins communes, et les conseils semblables, quelle qu'en soit la provenance géographique ou la profondeur historique.

S'agissant des sources chinoises, il y en a de multiples, mais celles de Lao Zi et de Kung Zi (Confucius) sont les plus déterminantes.

A. : *Pouvez-vous en dire plus sur le sujet ?*

J.P.L. : La légende raconte qu'ils se rencontrèrent une fois, et que Lao Zi fit grande impression sur Confucius.

Lao Zi renferme le mystère. Sa vie est très peu connue, mais son influence immense. Il évoque le principe de Vie Une universelle, atemporelle, qui ne peut être décrite en soi, et que toute qualification rétrécit. Il nous invite à aller au-delà des perceptions sensorielles, des interprétations intellectuelles, pour tenter de capter par nos sens profonds l'expression de cette Vie-Une qu'il qualifie de *Dao*.

De cette posture très originale pour notre époque découlent de multiples dimensions de l'existence et il nous recommande des postures intérieures qui peuvent changer notre vie.

A. : Mais quelle différence avec Confucius ?

J.P.L. : Confucius a une démarche très différente. Alors que Lao Zi s'intéresse à cette source « hors du monde » qui conditionne tout notre monde, et ne peut être qualifiée au risque de la réduire, Confucius, tout en faisant référence à ce même concept de *Dao*, lui donne une dimension plus humaine, plus historique ou anthropomorphe. Il s'intéresse davantage à la vie de la société humaine, et aux conditions d'existence d'une société civilisée et donc du ciment et des interrelations nécessaires entre êtres humains, sans lesquelles on tombe dans le désordre et la barbarie.

A. : Pour revenir à Lao Zi, quels sont les fondements de sa pensée ?

J.P.L. : Pour lui, comme chez d'autres sagesse anciennes ou même chez les philosophes présocratiques, les choses viennent, non pas de l'évolution matérielle, mais d'un plan indicible, du « haut », du « ciel », en un mot, d'un plan précédant la manifestation définie comme le monde que nous connaissons. À la manière de nos réalisations matérielles qui voient le jour parce qu'on y a rêvé, pensé, puis qu'on y a mis du cœur pour les incarner, l'univers viendrait d'un plan « autre » avant de s'être peu à peu développé dans le concret. Il s'agit un peu de « cosmogénèse » semblable à notre cosmogénèse scientifique du *Big Bang* avec d'autres mots et une vision moins matérielle...

Il est très clair dans un chapitre du *Dao De Jing* (3), qui est l'ouvrage qui lui est attribué. « Le Dao donna naissance au UN, le UN donna naissance au DEUX, le DEUX donna naissance

au TROIS, et le TROIS donna naissance aux dix mille êtres ».

Ce chapitre 41 du *Dao De Jing* fait référence à l'origine qui est mystère (le *Dao*), aux trois plans « pré-cosmiques » que l'on trouve dans nombre de cosmogénèses anciennes, dont celle grecque d'Hésiode, qui, lorsqu'elles ont « bouclé » ce premier cycle ternaire, donnent naissance à la « manifestation », le monde que nous connaissons, dans lequel elles continuent à être actives, car l'origine n'est pas un moment historique, mais une matrice.

A. : Mais en quoi tout ceci peut nous être utile, en dehors d'une ouverture culturelle sur d'autres visions des choses ?

J.P.L. : Détrompez-vous, tout ceci peut être profondément concret si l'on va un peu plus loin.

Nous avons vu l'analogie entre l'expression de l'univers à partir d'un plan indicible non manifesté, non mesurable matériellement, et notre vie quotidienne où tout ce que nous faisons part de l'indicible (nos pensées) avant de s'exprimer concrètement.

De même, la source dont parle Lao Zi, le *Dao* est-elle atemporelle, comme notre pensée qui fut à l'origine de l'action, et qui continue à l'irriguer, à l'orienter si nous restons concentrés et ne partons pas dans le « zapping » et la dispersion ? À chaque moment, nous pouvons réensemencer, enrichir notre action en nous replongeant dans la pensée ou la vision qui nous a inspirée au départ.

Historiquement, si nous voulons redonner vie à un mouvement, une idée, un rêve, il nous faut nous replonger dans cet état, revenir « in illo tempore » comme le disait l'anthropologue des religions Mircea Eliade (4). Et dans ce plan, tout est éternellement en potentialité, donc vivant.

A. : Comment revenir à cette dimension originelle ?

J.P.L. : À chacun de nos anniversaires, nous avons l'opportunité de relancer une « nouvelle » vie pour un nouveau cycle annuel. C'est la régénération intérieure que permet de vivre l'anniversaire si on ne le limite pas à une dimension de commémoration et de décompte quantitatif. Il s'agit d'un nouveau départ, d'une nouvelle naissance !

Pour relancer un pays qui se désagrège, tombe dans la dysharmonie et ne sait plus ce qui l'unit, il est important de retrouver cette origine qui dans toutes les visions anciennes, et chez Lao Zi également est une dimension d'UNITE, le *Dao*, qui englobe tout et ne laisse rien hors de lui, car il est la source de tout. Cette origine ne peut être une fracture, une opposition, une ségrégation, un éclatement. Sinon, pour plagier Lao Zi, « ce n'est pas le véritable *Dao* ».

Ceci n'est qu'un aspect du *Dao De Jing* de Lao Zi, dont nous pourrions faire d'autres développements, mais un aspect qui me semble déterminant dans notre actualité. ■

(1) Jean-Pierre Ludwig, *Confucius, l'Idéal de l'homme de bien*, Éditions Maisons de la philosophie, collection *Petites conférences philosophiques*, 2017, 76 pages, 8 €

(2) Jean-Pierre Ludwig, Lao Zi, le dragon de la sagesse, Éditions Ancrages, *Rencontres philosophiques*, 2024, 96 pages, 10,90 €

(3) Lao Zi, *Dao De Jing (Livre de la Voie et de la Vertu)* décrit l'équilibre entre les pôles de l'univers, le Yin et le Yang, le féminin et le masculin

(4) Historien des religions, mythologue et romancier romain (1907-1986) , auteur de nombreux ouvrages sur l'histoire des religions, les mythes

© Nouvelle Acropole

#12 Mesurer ses progrès

Isabelle OHMANN

Rédactrice en chef de la revue Acropolis



« Garde tes pensées, mets-les par écrit, fais-en la lecture, qu'elles soient l'objet de tes conversations avec toi-même et avec un autre. » Épictète

Comment parvenir à mesurer quelque chose d'aussi intangible que nos progrès dans la pratique philosophique ? Comment savoir si nous sommes devenus meilleurs, si nous avons réellement surmonté cette colère ou cette mauvaise habitude ?

Pour nous situer, nous avons, bien sûr, notre sentiment subjectif mais, parfois, comme rien n'est parfait, nous retombons dans nos anciens travers et nous avons l'impression de faire du sur-place. Or ce n'est peut-être pas totalement vrai.

Si nous faisons une analogie avec des pratiques sportives ou artistiques, nous comprenons qu'il est important de rendre objectifs les résultats obtenus sur le moment mais aussi dans le temps. C'est ainsi que les sportifs prennent note de leurs performances à chaque entraînement, les personnes qui font un régime surveillent leur poids quotidiennement, celui qui a arrêté de fumer comptabilise les jours, etc. Ceci permet de déterminer une trajectoire d'amélioration et donc de mesurer ses progrès. Dans cette même veine, Epictète disait à ses disciples : « si tu veux te débarrasser d'un tempérament coléreux, compte chaque jour passé sans te mettre en colère. »

Garder mémoire

Pour garder mémoire de nos expériences rien de tel que de les coucher sur le papier. C'est

pourquoi les anciens philosophes avaient l'habitude de consigner leurs observations sur eux-mêmes. Sénèque disait que chaque jour nous devons demander à notre âme de rendre des comptes. C'est ainsi que, à la fin de chaque journée, le pratiquant écrivait un bref compte rendu de ses comportements. Il pouvait l'écrire pour lui-même, comme un journal intime ou le partager avec son maître. Ainsi Marc Aurèle, tout empereur de Rome qu'il est, pratique l'examen de conscience avant de s'endormir, passe en revue sa journée, et commente ses comportements qu'il confie à son journal, publié sous le titre « Pensées pour moi-même ». Il s'en ouvre également à son maître, Fronton : « Rentré chez moi, avant de me tourner sur le côté pour dormir, je déroule ma tâche, je rends compte de ma journée à mon très doux maître ».

L'exercice spirituel de la tenue du cahier

Il s'agit donc d'instaurer un examen de soi régulier. Car, comme le dit Socrate, « une vie sans examen ne vaut pas la peine d'être vécue ». Mais comment le faire de manière efficace ?

Car le piège du journal intime est de tomber dans l'anecdotique ou dans la culpabilisation de soi-même ou des autres, ce qui ne va pas beaucoup nous aider dans notre examen de nous-même.

En réalité, il ne s'agit pas tant de décrire notre journée que d'interroger notre âme. L'examen de conscience a pour but de constater si nous nous sommes comportés comme nous l'avions décidé et, le cas échéant, de noter ce qui s'en est éloigné. C'est pourquoi les philosophes nous proposent de centrer ce retour journalier sur soi autour de questions précises. Nous pouvons retenir

celles instaurées par les pythagoriciens :
« Qu'ai-je fait aujourd'hui ? Qu'ai-je omis ?
Que ferai-je mieux demain ? »

On trouve une formulation légèrement différente chez un autre philosophe, Sextus :
« De quel démon t'es-tu guéri aujourd'hui ?
Quel vice as-tu combattu ? En quoi es-tu meilleur ? »

Quoiqu'il en soit, tous insistent pour que cet examen soit quotidien, car un jour efface l'autre et l'on a tendance à oublier très rapidement ce qui s'est passé. ■

© Nouvelle Acropole

Symbolisme de la spirale

M.A. CARILLO de ALBERNOZ et M.A. FERNANDEZ
Nouvelle Acropole Espagne



La spirale est un symbole présent dans de nombreuses traditions et également dans la nature et dans l'univers. Elle a inspiré de nombreux philosophes, artistes et concepteurs depuis des millénaires.

Selon Mircea Eliade (1), le symbolisme de la spirale est assez complexe et d'origine incertaine, mais on peut dire que, pour la plupart des traditions anciennes, les spirales sont le symbole de la création et de l'évolution de l'Univers tout entier.

Mouvement et rythme universel de cycle

Ceci pourrait être décrit schématiquement comme des ensembles spiralés qui génèrent les mondes et leurs cycles de naissance et de mort, d'évolution ou d'involution, selon les différentes variantes dans les multiples combinaisons de l'existence.

Les dernières découvertes confirment qu'environ deux tiers de toutes les galaxies existantes, y compris la nôtre, apparaissent avec cette forme géométrique de croissance partant d'un point central, reliant même leur développement au nombre « pi » (π), appelé « nombre d'or » par les Grecs anciens et à leurs énigmatiques séries mathématiques.

Dans le système hiéroglyphique de l'Égypte ancienne, la spirale désignait les formes cosmiques en mouvement, la relation entre l'unité et la multiplicité manifestées.

Les premiers habitants de l'Europe les

gravèrent également dans des grottes et sur des pierres : de nombreux menhirs et dolmens portent des spirales, attribuées plus tard à la culture celte qui les utilisait pour décorer ses ustensiles rituels et ses bijoux.

Conquérir son propre centre

Dans la mythologie grecque, on distinguait la spirale créatrice ou dextrogyre (2), attribut de la déesse Athéna, et la spirale destructrice ou lévogyre, un tourbillon vers la gauche, attribut de Poséidon. Pour ces peuples, le seuil entre le monde des hommes et celui des dieux était symbolisé par le mont Hélicon, résidence des Muses et dont la cime était toujours enveloppée de nuages, qui représentaient la frontière entre la Terre et le Ciel. La montée symbolique par les versants de l'Hélicon se faisait en l'entourant d'un mouvement en spirale, dont le diamètre se réduisait à mesure que l'on approchait du sommet. Cette ascension spiralée qui permettait d'atteindre ainsi, peu à peu, le point le plus élevé, signifiait avoir réussi à conquérir son propre centre ou synthèse, accéder à l'unité du divin en soi (l'enthousiasme du dionysiaque) depuis la multiplicité du monde terrestre.

Par la pratique des arts, notamment de la musique (inspirée d'Apollon, père des Muses qui y vivaient) et de la dialectique (la méthode socratique pour parvenir à la connaissance de soi), c'est-à-dire par l'exercice de la volonté qui nous permet pendant cette ascension de travailler l'intuition du divin et la raison purement humaine, on s'intégrait, en atteignant le sommet, à son propre Être intérieur.

Après cette ascension symbolique et en faisant ensuite le chemin inverse de la descente, le candidat renaissait et revenait avec de nouvelles forces pour s'intégrer dans le monde, étant désormais un peu plus sage pour pouvoir transmettre ses expériences aux autres.

Une forme de la nature

Galaxies, tornades, coquillages, drains d'écoulement, semences ailées en forme

d'hélice comme celle de l'érable qui, avec leur doux vol en spirale, pollinisent les fleurs pour générer de nouvelles plantes, tiges en spirale pour pouvoir grimper en s'enroulant sur d'autres, boutons dont les feuilles sont délicatement pliées en spirale ascendante comme une promesse de perfection et de beauté qui atteindra sa plénitude dans la fleur... Toute la Nature semble être dans une obsession constante de la forme spiralée.

Chaque fois qu'il y a dans l'Univers un mouvement d'expansion ou de contraction, il se produit une spirale, qui rappelle la célèbre phrase de Pythagore : « Dieu, lorsqu'il crée, géométrise ». ■

(1) Historien des religions, mythologue, philosophe et auteur roumain (1907-1986)

(2) Qui dévie à droite le plan de la lumière polarisée

Article traduit de l'espagnol, paru sur le site

<https://bibioteca.acropolis.org>

© Nouvelle Acropole

ACROPOLIS

Un regard philosophique sur le monde



Revue de l'association Nouvelle Acropole

Siège social : La Cour Pétral

D 941 - 28340 Boissy-lès-Perche

www.nouvelle-acropole.fr

Rédaction : 6 rue Véronèse - 75013 Paris

Tel : 01 42 50 08 40

<http://www.revue-acropolis.com>

secretariat@revue-acropolis.com

Directeur de la publication : Thierry ADDA

Rédactrice en chef : Isabelle OHMANN

Reproduction interdite sans autorisation.

Tous droits réservés à FDNA - 2024 - ISSN 2116-6749

© Toute reproduction partielle ou intégrale

des textes contenus dans cette revue,

doit mentionner le nom de l'auteur,

la source, et l'adresse du site :

<http://www.revue-acropolis.com>

Autorisation de publication à demander à : secretariat@revue-acropolis.com

Crédit photos : © Nouvelle Acropole - © Unsplash.com - © Adobe Stock.com