

Tout est bien ...



Jean Martin

La période estivale est l'occasion de se distancer de la pression du quotidien, de ne plus avoir le nez «collé sur le guidon», pour prendre une métaphore cycliste. Et de faire des lectures non professionnelles; celle dont je vais parler m'a rappelé un souvenir. Que je relève ici être attiré par la nature sauvage, montagnes, glaces éternelles, endroits peu peuplés. J'aime découvrir des «bouts du monde», des fins de terre – des Finistère, selon le nom de la pointe de la Bretagne. Ainsi en Patagonie et Terre de Feu, au Groenland ou Spitzberg, lors de treks au Népal ... [1].

J'ai fait il y a dix ans un voyage au Sahara, au sud-ouest de la Libye. Le désert exerce une magie particulière. Beauté des couleurs et des formes – dunes, champs de pitons rocheux rouges-noirs, émerveillement devant les rares fleurs et arbustes ... et la voûte étoilée du ciel nocturne! Durant ce voyage, lors de la pause de milieu de journée impérative pour nos guides touareg, j'allais me promener seul. Revenant vers mes compagnons, j'ai dit un jour: «Si je devais mourir ici – par exemple d'une piqûre de scorpion, certains sont très mauvais – merci de dire à ma femme et à mes enfants que ma dernière phrase a été «Tout est bien».» Cela paraît un peu ridicule mais je l'ai ressenti ainsi. J'ai des sentiments semblables en parcourant des finistères ou simplement en me promenant en forêt.

Cet été, je lisais «L'esprit de l'athéisme» du philosophe André Comte-Sponville [2]. L'athéisme n'est pas vraiment ma ligne – je suis un membre régulier de l'Eglise réformée vaudoise –, mais il est toujours stimulant de se frotter à des esprits substantiels et pénétrants. Il y parle, chez lui et d'autres, d'expériences proches de mes modestes sensations de plénitude comblée. Citations: «C'est ce que chacun peut ressentir, la nuit, en regardant les étoiles. Il n'y faut qu'un peu d'attention et de silence. Il suffit que la nuit soit noire et claire, qu'on prenne le temps de contempler, de se taire ... L'obscurité, qui nous sépare du plus proche, nous ouvre au lointain. On n'y voit pas à cent pas; on voit, même à l'œil nu, à des milliards de kilomètres [...]. Blaise Pascal y voit une source d'inquiétude. J'y vois plutôt un océan de paix, du moins lorsqu'il m'arrive de sentir plutôt que de penser» (p. 156–158).

A propos de Marc Aurèle, qui pensait qu'il n'y avait rien de terrible dans la mort: «Marc Aurèle veut moins nous rassurer que nous aider à grandir, moins nous consoler que nous libérer. Prendre conscience de sa petitesse, c'est déjà en sortir. C'est en quoi l'expérience de la nature est une expérience spirituelle [...]. La contemplation de l'immensité, qui rend l'ego dérisoire, rend l'égo-centrisme en moi, donc aussi l'anxiété, un peu moins oppressants. Quel calme, soudain, lorsque l'ego se retire! [...] C'est ce que les Grecs appelaient *ataraxia* (l'absence de troubles).»

Au fond, c'est ce que Freud appelle le *sentiment océanique*, «un sentiment d'union indissoluble avec le grand Tout et d'appartenance à l'universel». Comte-Sponville cite les expériences de mystiques et un passage de Richard Jefferies: «L'éternité est là, maintenant. Elle est autour de moi dans l'éclat du soleil. Je suis en elle comme le papillon qui flotte dans l'air. Rien n'est à venir. Tout est déjà là.» Et il ajoute: «Des expériences comparables sont vécues sur tous les continents, dans des climats intellectuels et spirituels fort différents, et cela ne rend les convergences que plus spectaculaires. Le «sentiment océanique» n'est pas un dogme, ni un acte de foi. C'est une expérience» (p. 158–164).

Lui-même l'a connu à quelques reprises: «Vous marchez dans la campagne. Cela avait commencé comme un divertissement puis c'est devenu autre chose. Comme un plaisir plus subtil, plus profond, plus élevé. C'est comme un pèlerinage dans l'immanence [...]. Comment pourriez-vous désirer autre chose?» (p. 176–177). Pour ma part, c'est comme cela que je le sens. Certains évoqueront alors les endorphines. Peut-être, mais tout est-il dit pour autant?

Excellente chose que de prendre du recul, d'être à l'écoute du monde, de notre *Umwelt* et de qu'on peut appeler en allemand la *Mitwelt* où, sans qu'il soit besoin d'être au bénéfice de capacités exceptionnelles de perception, on vit des sentiments de plénitude et sérénité – ceci sans préjudice à la dimension transcendante à laquelle une partie d'entre nous sont attachés.

Jean Martin*

* Le Dr Jean Martin, privat-docent, est ancien médecin cantonal vaudois et membre de la Commission nationale d'éthique.

1 Martin J. Des racines pour avancer. Vevey: Editions de l'Aire; 2005. Voir notamment cinq textes dans le chapitre «Voyages, nature, différences».

2 Comte-Sponville A. L'esprit de l'athéisme – Introduction à une spiritualité sans Dieu. Paris: Albin Michel; 2006.