

ART DE VIVRE

ÉLOGE DE LA SAGESSE

Émile ARON*

N'est-il pas insensé de faire l'éloge de la sagesse face à un public aussi raisonnable. Mais les nouvelles du monde que nous captions sur les ondes ou que nous lisons dans la presse nous incitent à penser qu'une partie de nos contemporains a perdu le sens de l'humain et sacrifie son bonheur de vivre. La seule recherche qui devrait s'imposer, c'est l'art d'être heureux.

Lorsque j'ai décidé de faire une carrière médicale, je me suis plongé dans l'œuvre d'Hippocrate, publiée en quatre volumes suivant la traduction de Littré par Georges Duhamel.

Le serment d'Hippocrate est imposé à tous les étudiants en médecine qui se présentent au Doctorat. Il date de près de cinq cents ans avant Jésus-Christ, à l'époque de Périclès, de Platon, de Sophocle et d'Euripide. Il promulgua solennellement et pour la première fois les règles de moralité médicale en honneur à l'École de Cos. C'est le plus ancien texte connu en ce domaine dans la civilisation occidentale.

Malgré ce qu'on en croit généralement, ce serment est entièrement différent de celui encore prêté aujourd'hui lors de la soutenance des thèses. Ce dernier est le serment dit de Montpellier.

Le serment d'Hippocrate comporte deux parties. La première concerne les constitutions et les buts de la confrérie des médecins, la deuxième, les rapports unissant les médecins et leurs malades. Il proclame, pour la première fois, cette vérité éternelle qu'est le respect de la vie humaine. Il contient tous les principes de la morale professionnelle.

* Président d'honneur de l'Académie de Touraine.

Il donne des renseignements précieux sur l'organisation intérieure du collège des Médecins, sur les règles initiatiques secrètes et le libre exercice de la médecine. L'invocation par laquelle commence le serment prouve son caractère initiatique : *« Je jure par Apollon médecin, par Asclepios, par Hygie et Panacée, par tous les dieux et déesses que je prends ici à témoin, que de toutes mes forces, et selon mes connaissances, j'accomplirai ce serment tel qu'il est écrit ».*

Jeune médecin, j'ai participé, en 1937, à la croisière d'Hippocrate, organisée par Laignel-Lavastine, Professeur d'Histoire de la Médecine à la Faculté de Médecine de Paris.

Sous le platane où Hippocrate officiait, des collègues illustres nous ont fait part de leur érudition hippocratique. Les réflexions du père de la Médecine, quatre siècles avant Jésus-Christ, ont une modernité stupéfiante.

Je vous en cite quelques-unes sous forme d'aphorismes : *« S'il y a lieu de secourir un homme étranger et pauvre, c'est surtout le cas d'intervenir, car là où est l'amour des hommes est aussi l'amour de l'Art ».* *« Il faut observer les fautes des malades ; il est arrivé plus d'une fois qu'ils ont menti au sujet des choses prescrites et que, ne prenant pas les remèdes désagréables, ils ont succombé ; le fait de ne pas avouer et la faute est rejetée sur le médecin ».*

Voici les conseils de bonne santé d'Hippocrate : *« Il faut de la modération dans le sommeil, le boire, le manger, le travail, l'usage de femme ».*

« Primum non nocere – en latin, surtout ne pas nuire –. Aux grands maux, les grands remèdes. La médecine est l'art d'imiter les procédés curatifs de la nature. Le médecin se doit d'être d'une couleur et d'un embonpoint conformes à son tempérament. Si le public lui voyait le corps piètre et perdu, comment le croirait-il capable de soigner la santé des autres ?

Un des aphorismes d'Hippocrate vient à mon secours : *« Toutes les choses qu'exige la sagesse se trouvent dans la médecine ».*

La sagesse est la plus ancienne vertu souhaitée dès le début de notre humanité. Les philosophies successives ont considérée bonne la vertu de l'intelligence, sœur de la raison. La sagesse est définie comme la santé de l'esprit et du cœur et la conduite de la vie est fondée sur la raison.

La sagesse n'est pas oubliée dans l'Ancien Testament où nous pouvons lire et commenter *Le Livre de la Sagesse*.

Depuis l'Antiquité, les esprits cultivés s'interrogent sur la sagesse. Le premier auteur, qui mérite d'être cité, est Sénèque, né à Cordoue, précepteur de Néron, compromis dans une conspiration et qui se suicida. Son livre est intitulé *De la constance du sage*.

Pour aider son ami Sérénus en proie au doute et à l'ennui, Sénèque expose les principes fondamentaux du stoïcisme et les moyens de parvenir à la sérénité et à la tranquillité de l'âme. Mêlant habilement des exemples concrets à des analyses psychologiques d'une grande finesse, Sénèque nous guide sur le chemin du bonheur et de son austère grandeur. Ce traité du savoir-vivre est d'une étonnante modernité.

Luc Ferry, philosophe de notre temps, a étudié avec brio *la Sagesse des mythes pour apprendre à vivre*. Contrairement à une idée reçue, écrit-il, la mythologie ne se réduit pas à une succession de contes et de légendes. Une pléiade de leçons de vie et de sagesse apportent des réponses à l'antique question de «la vie bonne».

Le célèbre philosophe s'empare de la guerre de Troie pour argumenter sa thèse. Homère, auteur de l'*Iliade* et de l'*Odyssée*, vivait en l'an 900 avant Jésus-Christ et devenu âgé, aveugle et pauvre, il aurait erré de ville en ville en chantant ses poèmes.

L'*Iliade*, connue dès l'Antiquité classique, est une épopée en 24 chants et 15 693 vers, racontant les effets funestes, pour les grecs, de la colère d'Achille lors du siège de Troie.

Achille, amené par Ulysse au siège de Troie, s'y couvrit de gloire. Retiré sous sa tente à la suite d'un chagrin, il se décida à retourner au combat le jour de la mort de son ami Patrocle. Au combat, il tua Hector, mais blessé au talon par Pâris, il succomba : c'était en effet le seul point de son corps qui n'avait pas été trempé dans le Styx et n'était, de ce fait, pas invulnérable.

C'est à partir du XVIII^e siècle, qui fut si souvent tenté de remettre la mythologie en usage, que «talon d'Achille» qualifia le point faible d'un individu.

Pour Diderot, la sagesse consiste à remplir ses devoirs envers la société.

L'ignorance, l'imprudence, la hardiesse ont parfois une responsabilité dans notre destin ! La philosophie, d'après Diderot, serait le nom le plus ancien de la sagesse...

Le terme sagesse a été associé à une dent, la troisième molaire. L'idée communément admise est que l'appellation de « dent de sagesse », désignant la troisième molaire, fait référence à sa date d'éruption qui intervient beaucoup plus tard que les autres dents, dents de lait. Lorsqu'elle émerge sur l'arcade dentaire, entre 16 et 21 ans (en général), l'homme est censé être devenu plus sage qu'un enfant ou un adolescent, deux âges au cours desquels les autres dents ont fait leur éruption.

Les romains appelaient déjà la dent de sagesse *dens sapientiae* et de nombreuses langues ont repris, *grosso modo*, cette dénomination. Les nuances qu'on peut constater, d'une langue à une autre, accréditent l'idée selon laquelle l'étymologie fait référence à l'âge d'éruption de la dent, sans qu'il y ait une association avec la pathologie induite par cette éruption. Ainsi, on trouve la *wisdom tooth* (dent de sagesse) des anglais, la *dente del giudizio* (dent du jugement) des Italiens, la *muela del juicio* (molaire du jugement) des Espagnols, ou encore la *dente do siso* (dent du bon sens) des Portugais. Ces qualités mentales sont acquises en principe à l'adolescence.

Si les Turcs font directement référence à l'âge d'éruption et la nomment *yas disî* (dent de vingt ans), les arabes *ders-al-a'qel*, les maltais *darsa ta'l-ghaqal* et les perses *dandan-e aghl* reprennent l'idée que l'éruption de cette dent coïncide avec une certaine maturité de l'esprit ; dans ces trois langues, elle est appelée molaire de l'esprit, de la raison. Et beaucoup la perde !

Mais toutes les langues n'usent pas de la sagesse pour nommer la dent. Les Coréens, un brin poétiques, l'appellent *Sa-rang-nee* (dent de l'amour), associant les douleurs des premiers sentiments amoureux avec les douleurs (fréquentes sans être systématiques) de l'éruption de la troisième molaire. Les Japonais sont plus terre à terre et l'appellent *oyaszhirazu* (inconnue des parents) car elle apparaît à un âge où l'enfant a déjà quitté le domicile familial. On est ainsi moins embarrassé lorsque la nature nous a privés de cette troisième molaire, ce qui n'est pas vraiment rare.

Une profession médicale très respectable a mérité également de s'associer à la sagesse. Ce sont les sages-femmes qui assurent les maternités. Elles

sont ainsi désignées car sagesse vient du latin *sapiens*, la connaissance ; elles sont instruites de leur art et l'exercent parfaitement.

Au cours des siècles, les définitions que les bons esprits ont décernées à la sagesse méritent, au XXI^e siècle, d'être rappelées. J'en ai recueilli quelques-unes : la sagesse est la fille de la prévoyance ; subordonner le rêve au possible, c'est la suprême sagesse ; la sagesse est la lumière de l'esprit ; la civilisation a changé le sens du mot « sagesse » ; se définir, c'est une espèce de sagesse ; le plus ancien nom de la philosophie fut la sagesse.

Le destin des individus dépend, le plus souvent, de l'absence de sagesse. On le constate dès la grossesse. Le syndrome d'alcoolisme foetal souligne la responsabilité des parents dans les tares héréditaires.

Dans une propriété, La Boisnière à Château-Renault, est installé un service pour recueillir et soigner les enfants handicapés, âgés de 8 à 16 ans. Sur mes conseils, Madame Chevrollier a recherché l'alcoolisme éventuel des parents dans leur descendance. L'alcool et le tabac sont les plus grands ennemis de la santé des français, en particulier de ceux qui manquent de sagesse quant à leur consommation. L'étude a concerné 200 sujets de cet institut médico-pédagogique. Voici les résultats : 1 débile léger, 82 débiles moyens, 94 débiles profonds, 23 psychotiques. Si l'on exclut les enfants dont l'accès au dossier nous est interdit, nous retiendrons que dans 41 % des cas, nous trouvons au moins l'un des deux parents alcooliques.

Les soins coûteux donnés à ces enfants, victimes de l'erreur de leurs parents, sont dignes de notre solidarité nationale. N'oublions pas, à ce propos, les crimes du système nazi qui a euthanasié tous les pauvres enfants traités dans les asiles. Est-ce que les écervelés, en traçant sur nos murs la croix gammée, approuvent ces crimes ?

La France détient le plus fort taux de mortalité des adolescents de 15 à 24 ans en Europe. En 1982, 8 258 décès ! Les accidents de la route représentent la première cause de décès (42 % des garçons et 32 % des filles). Les jeunes sont principalement victimes de la vitesse, liée à l'ivresse, et de la circulation à moto. Quatre-vingts pour cent des conducteurs de moto tués sur la route ont moins de 24 ans !

Aujourd'hui, les enfants de 7 à 12 ans affichent des signes d'adolescence qui ne sont pas forcément en accord avec leur maturation psycho-affective.

L'influence du milieu dans lequel s'épanouit un enfant conditionne son avenir. La mémoire est la faculté primordiale d'un être et les impressions du nouveau-né seront enregistrées et retenues. Le processus cérébral qui correspond à l'hominisation se manifeste morphologiquement par le développement des lobes frontaux chargés de l'analyse des informations transmises par la vue et l'ouïe. Notre cerveau, immature à la naissance, a une remarquable capacité d'apprendre. Je suis tenté d'affirmer que le propre de l'homme est sa capacité d'apprendre et de retenir. Par des exercices appropriés, la mémoire peut être développée et enrichie. La pensée, expression de l'activité mentale, s'exprime par le langage qui apparaît correctement vers la sixième année.

Henri Bergson publia *Matière et Mémoire* en 1910. « *Nous sommes en grande partie faits de ce que nous avons appris et retenu. La mémoire est une propriété fondamentale* ». Il faut la cultiver.

On ne naît pas sage ; un enfant n'est pas méchant, mais ne peut connaître ni le bien, ni le mal. L'éducation est donc prioritaire et elle revient aux parents qui ne doivent pas ignorer que l'être humain a une faculté d'imitation et une mémoire qui composent sa responsabilité. Jean-Jacques Rousseau dans l'*Émile*, nous apprend, et nous l'approuvons, que l'enfant naît bon et qu'un dressage est nécessaire comme pour un petit chien ! Et il ajoute : « *Le vrai bonheur appartient aux sages* ».

La lecture de l'œuvre de Sénèque, « *La constance du sage* » surpasse bien des livres contemporains de morale. « *Pour préserver, écrit-il, quelque chose d'aussi fragile que le chemin du bonheur, aucun moyen n'est assez puissant si nous n'entourons de soins toujours attentifs et vigilants une âme toujours prête à trébucher* ».

L'enfant, et surtout les adolescents, sont la cible de maffias qui profitent, par intérêt financier, de l'attrait de la jeunesse pour les paradis artificiels, pour braver les conseils et satisfaire son goût pour les excès. À l'alcoolisme, la vitesse et l'imprudence, s'ajoute actuellement le trafic des stupéfiants.

À titre d'exemple, j'insiste sur les dangers du hachisch qui se développe et parce qu'un de nos illustres compatriotes, né à Montrésor, Moreau de Tours, l'a étudié. Son livre *Du hachisch et de l'aliénation mentale* a été réédité par les soins du docteur Claude Olivenstein. Voici quelques extraits de sa présentation de l'ouvrage : « *Hachisch, que de crimes on commet en ton nom ! Entre la fureur paranoïaque de ceux qui y voient l'incarnation moderne de*

Satan et de Belzébuth et le zèle néo-rousseauiste de ceux qui y voient les poils du dos de Vishnou, il faut raison garder. »

Pour ce faire, il est sain de retourner lire ce qui a été écrit sur la question en dehors des périodes où le hachisch est devenu un problème idéologique de pouvoir, de répression et de libération. *« Une fois l'angoisse de la première heure passée, résultat de la confrontation avec le poison, angoisse telle qu'on se demande si on ne va pas tomber évanoui..., on peut se laisser aller à un certain courant, qui ressemblerait à du bonheur. L'ai-je cru ? Je ne suis pas sûr du contraire. Pourtant, tout au long de ces heures inouïes, je trouve dans mon journal ces mots, écrits plus de cinquante fois, gauchement, difficilement : Intolérable, Insupportable. Tel est le prix de ce paradis ! »* (dans *Les paradis artificiels*, œuvre d'Henri Michaux).

Enseigner la sagesse aux enfants et aux adolescents est un problème urgent de société. Ce sujet concerne surtout le sexe masculin qui constitue de par le monde 90 % des criminels, des pédophiles, des violeurs. Il convient de les persuader qu'ignorer la sagesse aboutit toujours à la perte du bonheur de la vie. Les enquêtes actuelles nous apprennent que les toxicomanes sont de plus en plus nombreux et jeunes. Les drogués actuellement dès l'âge de 15 ans consomment du cannabis à 85 %. Des stupéfiants plus récents que l'héroïne, la cocaïne comme l'ectasy, ont de plus en plus d'utilisateurs. L'ectasy désigne à l'origine une molécule chimique particulière, la MDMA (34 méthylènedioxyméthamphétamine), responsable des effets psycho-actifs.

La composition d'un comprimé présenté comme étant de l'ectasy est souvent incertaine ; la molécule MDMA n'est pas toujours présente et peut être mélangée à d'autres substances : amphétamines, analgésiques (substances qui atténuent ou suppriment la douleur), hallucinogènes, anabolisants. L'ectasy peut également être coupé avec de la caféine, de l'amidon, des détergents ou du savon.

Effets et dangers : les usagers d'ectasy recherchent la sensation d'énergie, de performance et la suppression de leurs inhibitions (les blocages, les défenses et les interdits tombent).

À l'effet de plaisir et d'excitation s'ajoute une sensation de liberté dans les relations avec les autres. Une consommation régulière et fréquente amène certains à maigrir et à s'affaiblir ; l'humeur devient instable, entraînant parfois des comportements agressifs. Cette consommation peut révéler ou entraîner

des troubles psychiques sévères et durables. En cas d'association avec d'autres substances, les risques sont accrus.

Pour regarder l'adolescence en face, les auteurs spécialistes reconnus dans le domaine de la psychologie de l'enfant et de l'adolescent, nous entraînent chez les 7 à 12 ans pour analyser ce qui œuvre et s'élabore en sourdine – la période de latence n'est pas forcément aussi calme que les théories nous le font croire – et pour tenter de découvrir les turbulences de l'adolescence depuis l'âge de raison.

Aujourd'hui en effet, les enfants de 7 à 12 ans affichent des signes d'adolescence qui ne sont pas forcément en accord avec leur maturation psycho-affective. Quel est le sens de cette période ? En quoi a-t-elle une fonction intégrative et préparatrice de la poussée de développement intérieur ? Quels sont les effets et la bonne utilisation des nouvelles technologies dont nos jeunes sont friands ? Ces nouveaux objets sont-ils des supporters d'échanges familiaux ou bouleversent-ils nos repères culturels ? Comment devient-on adolescent dans les familles actuelles, homo-parentales, monoparentales, migrantes... ? Devant nombre d'enfants qui consultent un psychiatre pour des troubles du comportement ou pour échec scolaire, ne faudrait-il pas penser un dispositif de prévention des troubles de la pré-adolescence ?

On propose de nombreuses pistes d'action et de réflexion pour accompagner les jeunes en difficulté et soutenir leurs parents dans leur rôle d'éducateur et dans leur devoir de transmission.

Jusqu'ici, les médias ont signalé les conséquences de l'alcoolisme, des drogues, de la violence à l'école, avec des crimes au couteau commis par des enfants, les accidents mortels de la circulation à la sortie des discothèques, des cambriolages, etc. Comment vivre avec sagesse ? C'est un problème que les philosophes se sont posé depuis l'Antiquité. Citons Sénèque qui nous a légué *De la constance du sage* et tous les grands esprits de la Grèce, car nous ne devons pas oublier les leçons athéniennes.

Platon écrit dans *Gorgias*, « *Mais regarde, bienheureux, si la noblesse et la bonté d'âme ne consistent qu'à sauver sa vie ! Car cette vie, cette vie unique, qu'elle soit longue ou qu'elle soit courte, c'est en fait ce qu'un homme, vraiment homme, doit laisser de côté, ce n'est pas à cela qu'il doit dévouer l'amour de son âme* ».

Nos philosophes contemporains, André Comte-Sponville et Luc Ferry, ne se sont pas éloignés de ce grand problème de la philosophie de tous les temps en publiant *La sagesse des Modernes* en 1998 (édit. Robert Laffont). Comment vivre, écrivent-ils dans l'avant-propos de l'ouvrage ? C'est la question principale, puisqu'elle contient toutes les autres. Comment vivre d'une façon plus heureuse, plus sensée, plus libre ? Dans le monde tel qu'il est, puisqu'on n'a pas le choix. À l'époque qui est la nôtre, puisque tous les choix en dépendent. Pour transformer le monde ? Pour se transformer soi ? L'un et l'autre. L'un par l'autre. L'action est le chemin. Mais qui ne vaut que par la pensée qui l'éclaire.

Le maximum de bonheur dans le maximum de lucidité : c'est ce que les Anciens appelaient « sagesse », qui donnait sens à leur philosophie et à leur vie.

Freud a orienté d'une façon décisive les recherches sur l'inconscient. Ceux qui, après lui, en poursuivirent l'étude, furent des disciples – appliqués, dissidents ou originaux – qui, bon gré mal gré, bénéficièrent des schémas apportés par le Maître.

Après une pénible période de solitude qui dura une dizaine d'années, la science nouvelle éveilla vite, en effet, la curiosité de médecins et de psychologues. Dès 1906, Bleuler et son assistant, C.G. Jung, appliquent à Zurich les méthodes analytiques. Simon Ferenczi, un hongrois, Jones, un anglais, travaillent sur la psychologie freudienne. En 1910, s'organise une « *Association, psychanalytique internationale* » dont Jung est élu président. Elle groupe les noms des premiers freudiens : outre ceux déjà cités – Abraham, Otto Rank, Stekel, Brill, Sacha, le pasteur Pfister, Théodor Reik, Alfred Adler...

Freud était très intolérant avec ses disciples, et il maintint toujours, avec une ténacité inouïe, les thèmes directeurs de sa doctrine. Il ne voulut jamais rien céder d'essentiel. Cette intolérance est tout à sa gloire. Freud avait rencontré beaucoup de difficultés pour faire admettre ses vues et c'est grâce à ce courage intellectuel, à cette fière personnalité, que la psychanalyse avait pu se constituer. Pourquoi aurait-il modifié, ensuite, son attitude ?

Pendant, des dissidences se produisirent, en même temps que des notions nouvelles se révélaient. Entre 1914 et 1976, on conçoit que la science de l'inconscient, personnifiée par la psychanalyse, ait pu s'agréger des éléments nouveaux.

En ce qui concerne Adler, la scission s'effectua dès 1907 avec une étude sur les *Infériorités organiques et leur retentissement psychique* (plusieurs ouvrages d'Adler ont été traduits en français dont *Le tempérament nerveux* et *Connaissance de l'homme*).

Sentiments d'infériorité et volonté de puissance. L'originalité de la position d'Adler par rapport à celle de Freud se trouve dans le rôle que celui-ci attribue à la volonté de puissance et au sentiment d'infériorité dans la détermination du psychisme inconscient. Adler part de l'observation suivante : lorsqu'un individu naît avec des organes déficients, avec une infériorité organique constitutionnelle, le sentiment de cette infériorité trouble, hélas, son équilibre mental.

Les inconscients sont nombreux et dangereux. La conscience est une faculté de l'esprit qui peut être développée. Elle inspire la sagesse.

Freud a étudié avec talent l'inconscience. Cette science qui consiste à rechercher chez un individu les pulsions qui le déterminent, pour le meilleur ou pour le pire, mérite d'être développée.

La vie mentale recèle encore trop de secrets que les recherches futures pourront peut-être élucider. Souhaitons que la biologie l'emporte sur la sanction carcérale.