



Les "mauvaises" pensées, par Kim Nataraja

Évagre eut des intuitions psychologiques profondes sur le fonctionnement de l'esprit humain. Le fait que les intuitions, qui proviennent de pensées scrutées avec attention, soient essentielles au changement et à la transformation, n'a été redécouvert qu'au 19^e siècle par Freud et Jung. C'est maintenant une hypothèse de travail communément acceptée par la plupart des psychothérapeutes et des analystes. Bien des paroles d'Évagre ne détonneraient pas dans un manuel moderne de psychothérapie.

Dans son enseignement sur la 'garde des pensées', il distingue les 'mauvaises pensées' ou 'démons' suivants comme les plus importants : « *Il existe huit catégories de pensées générales de base, qui incluent toutes les pensées. Viennent d'abord celles de la cupidité, puis celles de l'impureté, l'avarice, la tristesse, la colère, l'acédie, la vanité et enfin l'orgueil.* » Nous avons déjà rencontré le 'démon de l'acédie', la sécheresse spirituelle avec son sentiment d'« à quoi bon ? » ou 'il ne se passe jamais rien', si efficace pour nous empêcher de persévérer dans la voie de la méditation. Les plus importantes sont la cupidité, l'avarice et la recherche d'estime : « *Parmi les démons qui s'opposent à notre pratique de la vie ascétique, trois groupes combattent en première ligne : ceux qui s'occupent des appétits cupides, ceux qui suggèrent les pensées d'avarice, et ceux qui nous incitent à rechercher l'estime des hommes. Tous les autres démons suivent derrière et, à tour de rôle, attaquent ceux qui sont déjà touchés par les trois premiers groupes.* » Il est facile de voir combien ces 'démons' sévissent encore à notre époque !

La cupidité amorce donc l'ensemble du processus et s'applique à tous les aspects de la vie, et pas seulement à la nourriture ; elle est considérée comme une forme d'attachement obsessionnel à tout, y compris les aptitudes physiques et intellectuelles, la connaissance et les biens matériels, aussi minimes soient-ils. Elle peut même s'étendre aux relations sexuelles, et par là au manque de 'chasteté'. La cupidité était vraiment considérée comme une attitude générale d'immodération ; de ce fait, dans la vie ascétique, elle pouvait s'appliquer davantage à un jeûne extrême qu'à manger trop de nourriture. De plus, le danger était que cela pouvait à son tour facilement conduire à se laisser gouverner par les démons de la 'vanité' et de l'« orgueil ». Abba Isidore le prêtre disait : « *Si tu jeûnes régulièrement, ne te gonfles pas d'orgueil, mais si cela te donne une haute idée de toi-même, alors tu ferais mieux de manger de la viande. Il vaut mieux manger de la viande que de se gonfler d'orgueil et de se glorifier soi-même.* »

La préoccupation pour la nourriture et le jeûne peut conduire non seulement à l'« orgueil », mais aussi à l'« avarice ». L'ascète pourrait refuser de rompre le jeûne et de partager un repas avec un frère qui appelle, par souci de ne pas avoir assez de nourriture pour se garder en bonne santé. Ce faisant, il transgresse la vertu importante de l'hospitalité.

La 'tristesse' et la 'colère' étaient considérées comme des démons associés. Par 'tristesse', Évagre ne désigne pas une peine véritable ou la dépression, mais une tristesse qui surgit lorsque les désirs sont contrariés. Elle s'accompagne souvent d'une 'colère' envers ceux qui ont des aptitudes ou des biens que les ascètes convoitent.

Évagre considère les pensées 'désordonnées' ou 'mauvaises' de la 'vanité' et de l'orgueil' comme les démons les plus dangereux, même lorsque l'ascète est déjà bien avancé sur le chemin : « *L'esprit de vanité est des plus subtils et il se développe facilement dans l'âme de ceux qui pratiquent la vertu. Il les conduit à désirer que leurs combats soient connus publiquement, à rechercher la louange des hommes ... Le démon de l'orgueil est la cause de la chute la plus néfaste pour l'âme, parce qu'il pousse le moine à nier que Dieu est là pour l'aider et à considérer qu'il est lui-même la cause de ses actes de vertu.* »

Cette forme discursive de méditation, la 'garde des pensées', constitue un élément essentiel dans le cheminement spirituel, conduisant à la connaissance de soi et à la connaissance de la Présence divine.