

Le Café philosophique du Village

Session Automne 2019 – 3^e rencontre

Rencontres du	12 et 14 novembre 2019
Thème	Avons-nous besoin de compassion ?
Textes en appui	André Comte-Sponville : <i>Petit traité des grandes vertus</i> . Presses Universitaires de France, 1995, p154-177 Marie-Josée Bernard : La compassion, l'auto-compassion : pour traverser et transformer les épreuves... Site La Conversation, édition du 8 octobre 2017

Synthèse de la discussion

La compassion est-elle nécessaire au vivre-ensemble ? Oui, la compassion est nécessaire au vivre-ensemble parce qu'elle est écoute et possibilité de soutien à autrui. Elle est le fait de se reconnaître à travers l'autre, reconnaître notre propre humanité en lui. On est égaux. Il n'y a rien de condescendant dans la compassion. Ce n'est pas de la pitié. Elle se manifeste envers nos semblables et de plus en plus envers l'ensemble du vivant. Un peu partout il existe des réseaux formels et informels de solidarité. La solidarité est de la compassion en acte.

Être compatissant envers un itinérant, c'est de me dire que s'il est rendu là, c'est parce qu'il a vécu des choses difficiles. C'est chercher à comprendre plutôt qu'à juger hâtivement. C'est de ne pas réduire la personne à un seul acte condamnable. C'est se dire qu'elle est plus que ça et qu'il y a certainement de la beauté en elle. Et puis l'être humain est perfectible, il peut s'améliorer. C'est aussi chercher à comprendre l'édifice sociétal qui produit cette misère humaine là, me renseigner, réfléchir, prendre position pour que ça change et agir quand c'est possible.

Soyons francs, il y a beaucoup d'individualisme aujourd'hui. Plusieurs ne voient pas le pouvoir de la compassion dans le vivre-ensemble. Moi-même, j'ai du mal à avoir de la compassion pour les personnes qui maltraitent les enfants. Ça ne m'intéresse pas d'avoir de la compassion pour un extrémiste musulman. J'ai d'autres batailles à mener. Je ne peux pas non plus, être « toujours » compatissant. J'ai des limites. Les respecter, n'est-ce pas de l'auto-compassion ?

Faut-il combattre nos manques de compassion et pourquoi ? La compassion est une vertu, alors il faut y travailler. Comme disait Kant : « La compassion ne se commande pas, cependant on a le devoir de la cultiver ». Individuellement, il faut travailler sur soi, questionner nos jugements et les remettre en cause de temps à autre. Et qu'est-ce que c'est que cette pitié envers l'autre qui m'habite, n'est-ce pas le regarder de haut ? On juge souvent sans connaître la vie qui a été celle des gens qu'on condamne. Compatir avec un bandit, ce n'est pas accepter son geste condamnable, c'est voir en lui la souffrance qui l'a mené là. On a eu un exemple cet automne d'un manque de compassion envers les étudiants étrangers du PEQ (Programme de l'expérience québécoise). La réforme du programme n'a pas passé. Pourquoi ? Parce des gens de partout au Québec se sont élevés contre la réforme. C'est dire que la société civile peut combattre le manque de compassion dans notre société, en prenant position et en se solidarisant. Collectivement nous avons donc ce pouvoir. Manifestons-nous.

C'est bien beau, mais compatir à tout, quand même c'est trop ! Chercher à s'ouvrir davantage, à juger moins hâtivement, c'est tout de même avancer dans la compassion. L'information peut nous aider à développer notre compassion. Il y a des reportages bien documentés qui vont au cœur de la vie des gens. Ce type d'information peut nous aider à comprendre et à être plus compatissants. Mais il faut s'alimenter

aux sources reconnues qui se basent sur des faits. Quant aux médias sociaux et certains chroniqueurs d'opinion qui cherchent à salir les gens, il faut s'en éloigner.

Quelle différence y-a-t-il entre avoir pitié de soi et avoir de la compassion pour soi ? Il y a du jugement et de l'accusation dans la pitié. Elle me jette par terre. Elle fait de moi une victime larmoyante. Elle me retire ma dignité. C'est de l'apitoiement. La pitié m'enlève mes moyens, me condamne à l'impuissance. Comment réagissons-nous devant quelqu'un qui s'apitoie sur son sort ? Plusieurs réactions indésirables peuvent se produire chez nous : l'impatience, le découragement, le goût de fuir, le sentiment d'impuissance, comme si on essayait de soulever un corps mort. La pitié de soi est donc plutôt stérile.

Quant à l'auto-compassion, elle me fait prendre conscience de ma vulnérabilité, sans me flageller et sans dramatiser à outrance. C'est humain de faire des erreurs ou d'avoir des douleurs physiques. Certes, ce n'est pas facile quand beaucoup d'émotion nous envahit mais viendra un moment où elle va retomber et notre discernement va reprendre le dessus. Il faut se dire, comme nos pères disaient : « j'ai perdu une bataille, mais je n'ai pas encore perdu la guerre ». L'auto-compassion, c'est se permettre de prendre du recul et de panser nos blessures en se disant que je vais revenir enrichi de cette expérience. Et c'est faire cela par considération et amour pour l'humain que je suis.

Les élans de générosité de la population sont-ils une marque de progrès social ? Est-ce vraiment par compassion ? Tous ces élans me semblent souvent motivés par la pitié ou la culpabilité d'avoir beaucoup quand d'autres en ont moins. Mais cela peut être aussi un mouvement de sympathie pour la famille, quand la mort brutale d'un enfant survient. Pensons aux peluches déposées devant les maisons endeuillées. Est-ce suivi d'actions pour corriger la situation ? Pas souvent. Pensons aux armes à feu aux États-Unis, rien ne change. Il reste, qu'il y a dans tout cela le désir d'atténuer la souffrance de l'autre quel que soit le motif qui nous pousse vraiment. Il y a aussi une question de culture. Les anglophones avaient la réputation de donner plus que nous. Étant une société plus prospère maintenant, avons-vous fait vraiment du progrès de ce côté ? Dans les années 50, nous avions la Saint-Vincent-de-Paul et la Guignolée existe depuis longtemps. Nous donnions à la hauteur de nos moyens, non ? Le progrès ne se trouve-t-il pas dans la capacité des médias de nous interpeller ? On dirait qu'ils prennent le relais de l'Église. On parle aux infos des difficultés des banques alimentaires quand vient Noël, du manque de refuges pour les sans-abris quand vient l'hiver. Il y a aussi toutes sortes de levées de fonds, pensons aux maladies du cœur et au cancer du sein. Nous sommes beaucoup sollicités et il faut prendre garde. Il y a de la fraude ici comme ailleurs. Que faut-il voir dans ces élans, un progrès social ou technologique pour rejoindre plus de gens ? La question reste en suspens.

La compassion a-t-elle sa place en politique ? Oui, la compassion a sa place en politique. On le voit à travers les politiques sociales du pays. Certains pays travaillent plus que d'autres à réduire les inégalités sociales. Nos politiques sociales sont plus développées que celles des États-Unis. Tous entrent en politique avec des convictions et le désir de changer les choses. Certains arrivent avec des convictions sociales fortes, mais la machine politique leur met des freins et le pouvoir d'agir n'est pas ce qu'ils pensaient. Cela réclame beaucoup de détermination, de connaissance des systèmes et d'habiletés. Plusieurs autres, ne pensent qu'à l'économie. De toute évidence, la compassion pour leurs semblables n'est pas une priorité. Et puis, il y a ceux qui se laissent pervertir par le pouvoir et l'argent.

Avons-nous besoin de compassion ? C'est nécessaire, même essentiel pour le vivre-ensemble. Individuellement, il faut travailler chacun pour faire grandir en soi la compassion. Par ailleurs, il arrive des moments de plus grande vulnérabilité dans la vie où la compassion vis-à-vis de soi, l'auto-compassion, nous aide à reprendre pied. D'ailleurs, tout ce qui est vulnérable dans le monde du vivant appelle la compassion. Il faut y répondre. Nous sommes tous liés. La survie de l'humanité en dépend.