

Pour Matthieu Ricard, l'altruisme est un remède à tous les maux

À un moment où notre société s'interroge sur son avenir, Matthieu Ricard nous invite à faire de la bienveillance la colonne vertébrale de nos choix de vie. Moine bouddhiste tibétain, il nous rappelle dans son avant-dernier ouvrage "Plaidoyer pour l'altruisme" que celui-ci n'est ni une utopie ni un vœu pieux, mais une urgence, en convoquant à cet effet avec érudition et pédagogie la philosophie, les neurosciences, l'économie ou encore l'environnement.

Nous avons rencontré Matthieu Ricard en fin d'année dernière et après les événements tragiques qui ont marqué ce début 2015, son message résonne avec encore plus de force.

Le JAS : Scientifique de formation, devenu moine bouddhiste, votre itinéraire est atypique. Comment s'inscrit votre ouvrage sur l'altruisme dans ce parcours ?

"Plaidoyer pour l'altruisme" m'apparaît plus que mes ouvrages précédents comme le témoignage de l'aboutissement d'une vie. Une vie à la fois scientifique, même si cette carrière dédiée à la science et au goût de la rigueur scientifique fut brève, et une vie passée en Orient auprès de grands maîtres spirituels. Je vais avoir 69 ans, et toute mon existence s'est

nourrie des qualités de leur sagesse. Ils m'aident à devenir un meilleur être humain en essayant de démêler les mécanismes de la souffrance et du bonheur, de l'égoïsme et de l'altruisme.

La publication du livre d'entretien avec mon père (voir encadré ci-contre) m'a, en quelque sorte, replongé dans le monde occidental. Je me suis retrouvé mêlé à la vie intellectuelle, aux questions économiques, scientifiques, sociologiques, environnementales, etc. Tout cela a enrichi ma réflexion. Par le passé, j'ai écrit sur la quête du bonheur. Mais en écoutant le dalaï-lama qui, dans ses



Une rencontre chaleureuse avec Matthieu Ricard

conférences publiques met systématiquement l'accent sur la bonté, la compassion, la solidarité... il m'est apparu de plus en plus clairement que, plus important encore était de reconnaître l'existence de l'altruisme véritable. D'abord parce qu'il n'y a pas de bonheur égoïste. Ensuite parce qu'il faut dire et répéter qu'il est possible de cultiver, de magnifier ce potentiel d'altruisme. Cela a été montré d'abord par les sciences contemplatives et c'est aujourd'hui corroboré par les neurosciences, l'épigénétique. C'est essentiel,

car nous, êtres humains, changeons lorsque nous nous entraînons à quelque chose ; et cela vaut pour l'altruisme. Face aux défis auxquels nous sommes aujourd'hui confrontés, il nous faut passer à un changement collectif, changement de culture, de société, d'institutions...

LE JAS : Comme vous le soulignez, l'histoire s'accélère. Quel rôle doit jouer l'altruisme face à cette accélération du temps ?

Conséquence de notre capacité à dominer la nature, même si cela ne peut être que de façon éphémère et

illusoire, nous sommes aujourd'hui la force majeure qui va déterminer les conditions de vie des générations futures. C'est une responsabilité inédite et cette nouvelle dimension nous a pris totalement au dépourvu. Il y a aujourd'hui un dialogue de sourds entre nos dirigeants et les spécialistes de l'environnement. Ces derniers savent ce qui se passe et se désespèrent de l'inertie des premiers.

Le pouvoir politique dépend aujourd'hui tellement des sondages qu'il conduit les élus à peine en place à s'inquiéter des prochaines élections. C'est paralysant et cela mine la volonté sincère qu'ils pourraient avoir d'accomplir des tâches qui se révéleraient indispensables sur long terme. Or, là encore, le seul concept qui peut fédérer autour de cette exigence d'un monde meilleur, c'est la considération d'autrui.

LE JAS : Vous défendez l'idée d'altruisme, démontrez qu'il est compatible avec l'Humain. Pensez-vous aussi qu'il faille se projeter dans l'action publique pour essayer de transformer cette aspiration d'altruisme en quelque chose de concret ?

Concrètement, construire un monde meilleur signifie bâtir une économie positive, solidaire, au service de la société, quel que soit le nom qu'on lui donne. Autrement dit, une économie qui n'est pas basée sur la maximisation du profit. Se préoccuper du sort des générations à venir est le défi ultime de l'altruisme dans le sens où ces gens n'existent pas encore, nous ne les croiserons pas, mais nous avons un devoir immense envers eux afin que jamais ils ne disent ou n'écrivent : "Vous saviez et vous n'avez rien fait".

Selon moi, la grande révolution du XX^e siècle est l'essor des organisations non gouvernementales (ONG), de la société civile, qui ont pris en main le sort d'autrui. Et, parce qu'elles naissent et partent du terrain, ces ONG accomplissent souvent chacune dans leurs spécialités ce que l'État n'est pas en capacité de faire. Or il me semble que les maires sont vis-à-vis de l'État, l'équivalent le plus proche de ce que sont les ONG. Les maires incarnent en effet plus que tout autre cette société civile, tout simplement du fait de leur proximité avec celle-ci. Comme vous le dites dans votre dernier ouvrage, ils pourraient donc être la force motrice du changement, notamment en collaboration avec les associations. Leur collaboration serait puissante et efficace.

LE JAS : Vous êtes riche d'une double expérience, celle vécue dans notre pays et celle liée à votre engagement spirituel, religieux. Quel regard portez-vous sur l'in-

dividualisme en France ? Ne freine-t-il pas ce retour à l'altruisme ?

L'Europe en général n'est pas si mauvaise que cela ! Par rapport aux États-Unis, la France est un pays très solidaire, même si de l'intérieur on ne s'en rend pas toujours compte. Aux États-Unis, l'individualisme est généralisé et le narcissisme est érigé en vertu. C'est d'ailleurs la posture de la philosophe Ayn Rand dont l'idée centrale est que l'État ne doit en aucun cas s'immiscer dans la vie des individus, sauf pour ce qui concerne les protections publiques et les infrastructures publiques, etc. Quasi inconnue chez nous, Ayn Rand est considérée en Amérique du Nord comme l'une des penseuses les plus influentes au XX^e siècle. Cette école de pensée considère que prendre une partie des revenus des citoyens pour organiser l'accueil des orphelins, l'aide aux laissés pour compte ou personnes âgées, c'est du vol. On se rend compte, dès lors, que notre État providence est une merveille. À nous de veiller à ne pas tomber dans le piège de l'ultralibéralisme. Je reste optimiste, mais il faudrait minimiser ce risque. C'est pourquoi il faut un système institutionnel, non pas qui impose l'altruisme, ce qui est bien évidemment impossible, mais qui donne un cadre permettant à tous les altruistes de coopérer sans risque de récupération. ■

Son parcours

Matthieu Ricard est moine bouddhiste, auteur, traducteur et photographe à ses heures.

Né à Aix les Bains en 1946, il est le fils de l'artiste peintre Yahne Le Toumelin et du philosophe Jean-François Revel avec qui il a écrit en 1997 le best-seller mondial "Le Moine et le Philosophe". En 1967, son premier voyage en Inde va bouleverser sa vie et après avoir terminé son doctorat en génétique cellulaire à l'Institut Pasteur en 1972, il décide de partir vivre dans l'Himalaya.

Matthieu Ricard réside aujourd'hui au monastère de Shechen au Népal et se consacre aux projets éducatifs, médicaux, et sociaux de l'association Karuna-Shechen qu'il a fondée. Toujours intéressé par les sciences, il participe à différents programmes de recherches en neurosciences sur les liens entre l'esprit et la méditation.

Celui qui est aussi l'interprète français du dalaï-lama est l'auteur de nombreux ouvrages, dont "Plaidoyer pour le bonheur", "L'art de la méditation", "Psychologie positive : le bonheur dans tous ses états", "Chemins spirituels" ou, dernier en date, "Plaidoyer pour les animaux".