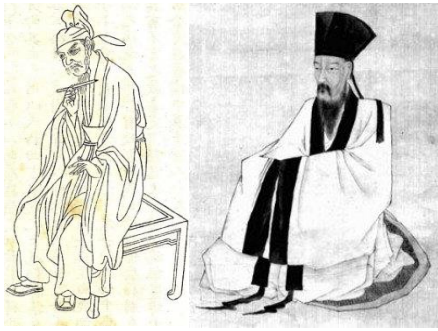


## I- L'école du cœur et l'esprit de santé de Wang Yang Ming



LU JIU YUAN & WANG YANG MING

心即理 XIN JI LI => « Le principe est le cœur »

L'école du cœur, résolument en opposition avec le courant de ZHU XI (1130-1200) établi sur la quête du savoir traditionnel et livresque, se réfère certainement à une inspiration taoïste plus profonde à travers le courant Huang(di) Lao(zi) et la publication du GUANZI « Quatre traités de l'Art de l'Esprit » XIN SHU composés dans l'académie de Jixia sans l'état de Qi, entre le IV et le II siècle (époques des royaumes combattants), où il est mis en évidence un lien de réciprocité entre la culture de soi (prendre soin de son corps) et le gouvernement de l'état.

### 1- Esprit de santé, esprit de sainteté

Pour WYM, l'esprit de santé équivaut à l'esprit de sainteté 聖 SHENG et de rectitude

正 ZHEN ... Et l'esprit, c'est le cœur. Le cœur possède le potentiel, il est le principe directeur du corps, la perfection morale, c'est par lui que l'on approfondit et que l'on cultive sa nature à son maximum. Rien n'est possible hors du cœur.

Tout d'abord, la santé est retenue dans sa teneur étymologique : sainteté... et la sainteté est la

constitution originelle de notre esprit. Le concept de 天理 TIAN LI (principe cosmique ou desseins du ciel) est envisagé comme vivant au cœur et dans le coeur de chaque individu. Pour prendre conscience de cette constitution, l'être humain est tenu de développer la part céleste dont il a hérité. Hors, connaître la nature humaine consiste à la mettre en œuvre, l'homme possède en lui le pouvoir d'y accéder. La référence au taoïsme ancien est forte : exemple dans des extraits du Liezi : « Tout corps individuel, qu'il soit plein ou vide, en action ou au repos, est en constant rapport avec l'univers et en communication perpétuelle avec tous les autres êtres » Livre 3 chap.4 « L'homme est par nature semblable au ciel et à la terre, car il recèle en lui-même les propriétés viriles des cinq éléments. » livre 7 chap15 Liezi

心之本體

XIN ZHI BEN TI

La constitution originelle de l'esprit => la nature propre reçue du ciel, unité de l'être participant à la

Cette appartenance céleste justifiant à elle seule la nature fondamentalement bonne de l'homme MENGZI, et s'opposant à d'autres débats en cours justifiant l'inverse XUNZI, deux personnages influents qui ont fréquenté en leur temps et participé aux débats de l'académie de Jixia dans l'état de Qi (IV-IIème siècle).

## 2- Esprit de santé, esprit de rectitude

Ensuite l'esprit de santé est aussi conduit par un sentiment moral **良心** LIANG XIN de rectitude et de loyauté.

Rectifier son cœur **正心** ZHENG XIN consiste à rendre sincère sa pensée. En s'examinant, en s'explorant à l'intérieur, l'homme parvient à la connaissance véritable et à la sagesse. Une connaissance totale innée, cette connaissance intuitive, c'est le « ciel agissant ». Opiniâtre éclairée, innée, naturellement bonne, une connaissance qui dépasse toute dualité y compris celle de la vie et de

la mort où l'esprit tout entier se trouve serein et délier, c'est ce que WYM nomme le LIANG ZHI **良**

**知**. Grâce à cette perception intuitive, l'homme apprend avec sincérité à « ordonner les choses » **格物** GE WU, il met chaque chose, chaque être, chaque phénomène, à sa juste place...

Dès lors, il parvient par une acceptation plus large et absolue à englober toutes choses, n'excluant rien ni personne, au-delà de tout clivage, le cœur de l'homme s'étend finalement jusqu'à l'univers. Ainsi présentés, **l'univers et l'homme sont considérés comme faisant qu'un seul et même corps**, un seul tout au sein duquel le cœur de l'homme agit comme le principe directeur de l'univers... « *Le grand homme est celui qui conçoit le ciel, la terre et les dix mille êtres comme un seul corps.* » WYM.

Il faut combattre l'erreur courante qui nous porte à chercher à l'extérieur, que chacun cultive la foi de rentrer en lui-même et il constatera son propre discernement, le sens du vrai et du faux, « *connaît sans avoir besoin de réfléchir et agit sans avoir besoin d'apprendre.* » De mon propre cœur, ma propre conscience, grâce à ma propre intuition, tel un jaillissement naturel et spontané dans une présence infaillible, émerge la véritable connaissance et celle-ci est apparente par notre action, notre pratique, ce concret qui nous appartient en propre. C'est en appréciant les actes que l'on peut se mettre en lien avec la connaissance la plus intime du cœur. **Le cœur et le corps sont en relation de réciprocité.**

**心身** XIN SHEN = Psychosomatique (terme psychiatrique)

## 3- Cœur et Corps, Connaissance et Action

Cette unité de la connaissance 知 ZHI et de l'action 行 XING forge la nécessité de solidariser l'esprit (le cœur) au corps. Cette unité est fondamentale à l'esprit de santé. Le corps, ce « moi extériorisé » du cœur rend sensible et porte à l'extérieur l'expérience intérieure du cœur. « *La dilatation du cœur rejaillit sur le corps ; quand le cœur est grand et large, le corps lui-même prend de l'ampleur.* » (La Grande Etude DA XUE).

心身健全 XIN SHEN JIAN QUAN « Être sain de corps et de cœur(d'esprit) »

Réaliser le bien et écarter le mal, dans son corps, dans son cœur, voilà l'esprit de santé , l'esprit de

l'homme parfait 聖人 SHENG REN « *qui exige l'identité de la connaissance (CŒUR) et laisse de côté l'identité de la forme* » (corps) Liezi Livre 2 chap.18.

#### 4- L'acquisition de l'expérience selon Wang Yang Ming

XIN DE 心德 = Fruit que l'esprit retire de l'étude et de l'expérience acquise.

Revenons à la voie essentielle de l'adaptation aux circonstances pour mettre en application de l'enseignement de WYM, étape par étape, par essais et erreurs où il suggère un investissement continu dans l'action. Selon WYM, la réflexion doit être conduite autour de quatre principes :

► le cœur esprit "XIN" est impartial et spontané (par nature celui-ci n'exclut rien ni personne et est sans bien ni mal). Il est le principe directeur de toute chose en parfait accord, en parfaite adéquation avec les « desseins du ciel » (circonstances et événements).

► la pensée est partielle et parcellaire, oui et non, bien et mal est son mouvement, elle saisit une chose pour en laisser passer mille. Rendre la pensée sincère ZHENG XIN permet de poser toute chose à sa

juste place GE WU afin de ne rien travestir des circonstances. Dans ce cas, la pensée SI

reprend sa vocation première en tant que espace TIAN 田 d'expression du cœur XIN 心

心投意合 XIN TOU YI HE « Elan du cœur, idées concordantes » => être en parfaite harmonie

► Connaître ce qui est bon par nature grâce au regard du cœur, c'est la connaissance intuitive et innée LIANG ZHI. Elle est le lien de confiance absolue qui nous relie de façon permanente au « ciel agissant » par l'intermédiaire de notre cœur esprit XIN. L'adéquation aux circonstances s'opère en même temps que se renforce notre adhésion à la connaissance innée. Voilà pourquoi, le LIANG ZHI est l'élément central de l'enseignement de Wang Yang Ming.

► Rectifier la pensée de toute vision erronée dans l'analyse du résultat de chaque action, c'est la méthode pour nourrir en retour (FEED BACK). C'est la perception du résultat qui nous porte à analyser notre adaptation aux circonstances. Le résultat est comme une flèche plantée dans une cible. L'analyse du résultat et de notre adéquation aux circonstances est dans l'écart existant entre la flèche et le centre de la cible. Tout écart provient du manque de sincérité et de confiance envers notre cœur esprit XIN.

L'adaptation aux circonstances, c'est porter un regard aigu et scrupuleux, grâce à notre connaissance (perception innée et intuitive) LIANG ZHI, sur le cœur esprit XIN, la pensée SI, l'action XING et le fruit de l'action XING GUO en les mettant en rapport et en affirmant leur réciprocité. L'adéquation parfaite aux circonstances, c'est la connaissance et l'action qui se relient spontanément.

La vie du cœur est un élément fondamental de l'expression de la santé et du bien-être, le cœur est au centre de toutes les préoccupations, ses vertus essentielles sont loyauté, sincérité et rectitude. C'est en suscitant le lien naturel existant entre le cœur et le corps que nous restituons l'unité fondamentale propice à l'esprit de santé. C'est en faisant de nos actes, l'expression extériorisée de la vie de notre cœur (réalisant le bien et écartant le mal) que nous réalisons l'expérience qui unit connaissance et action et révélons « l'esprit de santé ».

Cette expérience, nous mène au cœur des enseignements de Wang Yang Ming. L'attention portée est d'une part, à la racine de la connaissance au plus profond de notre cœur auréolé d'un lien céleste. Cette connaissance intime, intuitive faite du cumul de nos expériences innées (célestes) et acquises (terrestres) nous donne le pouvoir de l'adaptation aux moments et aux circonstances et nous permet de raisonner sur la pensée qui conduit l'action et le fruit de l'action qui sont considérés comme la matérialisation de la connaissance du cœur dans le corps. La mise en relation systématique du cœur et du corps renvoie directement au lien absolu de la connaissance avec l'action, ce qui montre que l'esprit de santé présent dans le cœur de chaque être se manifeste bel et bien dans le corps par l'action. L'action n'étant que le produit d'un cumul d'expériences rafraîchi en permanence par la richesse de l'instant, au gré des circonstances pour s'intégrer proprement au monde.

Essai de modélisation de la pensée de Wang Yang Ming

XIN XING = activité de l'esprit

