

26 mars 2004  
*Qu'est-ce qu'une méditation ?*

**La méditation** concerne la philosophie et en même temps ne la concerne pas du tout ; car si l'on peut dire que des philosophes ont médité, qu'il y a eu méditations avant l'écriture de leurs œuvres, ou même que la méditation est un écrit philosophique (*Méditations métaphysiques* de Descartes, reprises par les *Méditations cartésiennes* de Husserl), il y a aussi lieu de se méfier d'un mot à la signification aussi vague ; car le mot de méditation désigne aussi une pratique liée à la religion, voire à l'ésotérisme, ou encore quelque chose de très indéterminé à mi-chemin entre réflexion et rêverie.

Si l'on tente une **première définition** à titre d'approche, il semble que la méditation est une tentative de réflexion faite par une personne et visant à approfondir sa connaissance d'un sujet, plus par sa propre capacité de raisonnement que par le rassemblement de données extérieures, et sans garantie de résultat. La méditation se trouve ainsi partagée entre sa dimension d'exercice ou d'ascèse, c'est-à-dire une certaine exigence de concentration et de méthode, et sa dimension vague, car justement il n'existe aucun modèle méthodique de la méditation, ce qui laisse une plus grande liberté au penseur, qui en contrepartie peut échouer s'il manque de rigueur.

**Pourquoi** dans ce cas chercher à déterminer plus exactement ce qu'est une méditation ? Les Méditations de Descartes et de Husserl sont trop connues pour qu'on n'y voie pas une allusion à leur titre. Ce qui amène logiquement à se tourner vers eux et à se demander : qu'ont-ils fait ? Il s'agit donc, pour le philosophe, de s'interroger sur ce qu'il fait lorsqu'il pense, et lorsqu'il pense de façon telle que sa réflexion soit appelée méditation.

**On s'interrogera donc** principalement sur :

I. les *conditions de possibilités* de la méditation, ce qui doit être réuni pour qu'on puisse appeler telle réflexion une méditation, ce qui constitue la méditation comme telle ;

II. la *place* de la méditation dans la démarche philosophique, et d'abord :

A. pourquoi la méditation et pas un autre moyen de philosopher ? avantages de la méditation, apport spécifique par rapport aux autres pratiques ? distinguer la méditation comme réflexion et la méditation comme écrit philosophique ;

B. les *risques* éventuels de la méditation, ce qu'elle cache de « l'expérience philosophique », ce qu'elle interdit d'accès ou rend moins visible, et les possibilités de renouvellement de cette pratique.

### **Qu'est-ce qui fait une méditation ?**

On part de la première définition ci-dessus. On voit qu'il n'existe a priori aucune distinction claire entre **méditation et réflexion**, voire même pensée philosophique, dans la mesure où toute réflexion ou pensée qui se prend au sérieux exige une certaine concentration et un approfondissement des questions posées. Alors pourquoi appeler ça une méditation ? **Distinction** : côté « exercice » de la méditation. On peut se demander si la méditation ne serait pas au départ une réflexion comme une autre sur un sujet donné, avec une certaine concentration et la recherche d'une connaissance, mais une réflexion à quoi s'ajouterait une sorte d' « **enfance de l'art du penseur** », entraînement, pratique, tour non pas de main mais d'esprit... => quel serait ce « tour de main » ?

Dans le choix des **sujets** ? Pas suffisant : on peut réfléchir ou méditer sur la mort comme sur un morceau de cire.

Plutôt chercher du côté de la **méthode**. Pb : l'exemple par excellence, Descartes et Husserl : la méthode fait partie de la méditation, on la crée ou même on la modifie au besoin. Descartes n'utilise pas au départ les principes du Discours de la méthode dans ses Méditations. Husserl part de rien au début des siennes. => pas vraiment de méthode de la méditation, ou alors une méthode simpliste : on réfléchit en se prenant au sérieux, en enchaînant des propositions, des idées, avec une certaine cohérence : **deux principes**, en fait : principe d'identité et principe de non-contradiction, c'est tout. Le

reste est à construire en route. Méditation pensée : on reste à réfléchir jusqu'à ce qu'on arrive quelque part. Méditation écrite : apparemment idem, mais par écrit, simplement. Approfondissement, persévérance : Descartes, une méditation par jour ; on continue à cheminer, « sauver ses erreurs », même si on tombe sur des obstacles, cf Descartes à la fin de la Première Med. et début Seconde Med., doute complet. => La méditation consiste à **pousser jusqu'au bout le procédé de toute réflexion**, de toute pensée qui se construit : elle développe la pensée dans le temps, on y passe du temps, durée inhérente à toute méditation (qui est d'ailleurs celle d'une inactivité physique, sauf quand on écrit) et dans une métaphore spatiale (qui peut être celle du papier) : on prend un « point de départ » (cf Husserl) et on avance, sans savoir où l'on va (typiquement la démarche philosophique cartésienne, on met un pas devant l'autre) jusqu'à arriver quelque part. Donc : on fait comme pour réfléchir, mais en se prenant vraiment au sérieux...

...ce qui amène à une autre distinction : la **dimension d'acte** de la méditation par rapport à la réflexion ou à la rêverie. Même si réflexion ou rêverie peuvent aussi amener des découvertes et des fondements, il y a dans la méditation quelque chose de pionnier. Descartes n'a pas l'impression, comme on pourrait le croire couramment, que méditer c'est ne rien faire : au contraire, c'est changer la pensée en acte, décisions portant sur des idées mais que l'on prend à la lettre pour les appliquer à la connaissance du monde, à la vérité ; ce dont on doute, ce qu'on réfute, on le fait « pour de bon ». Descartes, première Méditation métaphysique, début, juste avant qu'il ne commence son raisonnement : « ...désormais je croirais commettre une faute, si j'employais encore à délibérer le temps qui me reste pour *agir*. » : la méditation est un acte.

Cette dimension d'acte doit se comprendre dans le cadre du processus « **temporel** » de la méditation : quelque chose comme une aventure chronotope de la méditation, à chaque moment correspond un stade de l'avancée de la pensée et un état de la connaissance du sujet, et chaque nouveau moment ne survient que par ces actes par lesquels la pensée écarte ou admet telle ou telle proposition qui se présente. (Je réfléchis, là, maintenant, et si je fais une *epochè*, le monde, *là, maintenant*, n'a plus aucune vérité)

Enfin, on observe que la méditation, contrairement à d'autres formes de réflexion, est un exercice essentiellement **solitaire** (ce qui ne va pas sans conséquence).

Il semble donc que ce soit par ces différences (apparemment légères, il est vrai) que la réflexion se transforme soudain en méditation, on « se trouve être » en train de méditer.

### **Place de la méditation en philosophie : avantages et spécificité / risques (et renouvellement ?)**

La méditation semble le moyen de philosopher **par excellence** (une dissertation de la philosophie n'est pas loin d'une méditation, et même un sujet d'oral de l'ENS s'en rapproche), car le philosophe apparaît d'abord comme le penseur, celui qui ne fait que penser (et éventuellement mettre ses pensées par écrit). Il semble aussi le moyen premier, la **manifestation première** de la philosophie, en tant qu'elle semble remettre en jeu la *confrontation première* entre le sujet philosophant et la question philosophique (exemple : « Mais qu'est-ce qu'une méditation ? »). Mais il y a bien **d'autres** moyens de philosopher tout aussi anciens, par exemple le dialogue philosophique, oral à la Socrate ou écrit à la Platon/Cicéron/Diderot/etc. => Pourquoi la méditation plutôt qu'un de ces autres moyens ? Ce qui revient à se demander : comment se situe la méditation en philosophie ? Est-elle un outil philosophique comme un autre ? a-t-elle un statut particulier (privilegié, bafoué, méconnu) ? Trouve-t-elle naturellement sa place = a-t-elle un statut bien défini, ou a-t-elle du mal à se situer, la retrouverait-on là où on ne l'attend pas, comme présumé inaperçu ? => avantages, spécificités, inconvénients et risques inaperçus.

**Avantages et spécificités** : par rapport à d'autres moyens que la philosophie peut mettre en œuvre, la méditation a plusieurs avantages qui dessinent l'apport spécifique de cet « exercice philosophique » :

Plus que tout autre, la méditation est un mode de philosopher qui met le sujet **directement en présence** de la question qui se pose et des difficultés qui surgissent, puisque justement elle consiste à se confronter délibérément à eux, « seul et sans armes », et à faire durer cette confrontation jusqu'à ce que quelque chose (même l'aveu d'un embarras complet) se dégage. L'objet de la réflexion est là, on le considère, et la dimension d'acte donne une importance particulière à l'**évidence** rationnelle en cours de raisonnement. On peut parler à ce propos de « **sensation de concept** » (sensations fortes !).

Le dialogue comporte aussi cette dimension, mais l'approche n'est pas la même. En effet, on peut dire que si le dialogue se place, pour considérer les sujets dont il traite, du point de vue de l'intersubjectivité (on peut généraliser cette perspective au colloque entre chercheurs), la méditation se caractérise au contraire par la solitude du sujet face à son sujet, ce qui la rapproche de ce qu'Husserl (cf fin *Méd. cart.*) appelle **l'égologie solipsiste** : il n'est pas étonnant que seule la pratique de la méditation ait permis à Descartes de parvenir à l'ego cogito, que ni le dialogue, ni toute forme de philosophie collective, ne permettent. => La méditation permet de véritablement douter de tout, et même si ce n'est pas systématique, c'est là la **plus grande liberté possible** offerte à la pensée philosophique.

Enfin, on a vu la dimension d'**acte** que prend toute proposition dans le courant d'une méditation ; il faut distinguer cette dimension d'acte de celle de « puissance sensible du concept » vue plus haut ; mais elle découle tout de même de la puissance de l'évidence rationnelle en méditation, car c'est la caractère direct de la confrontation au concept qui renforce la valeur du processus de méditation et oblige plus qu'ailleurs le penseur à **être conséquent** dans sa pensée : il doit écarter ce dont il a montré l'invalidité.

**Risques ; un statut pas si bien défini ; vers d'autres possibles en philosophie ?** On voit vite en contrepartie les risques présentées par l'exercice de la méditation. On a vu qu'elle favorise une approche qui tend à être **solipsiste** et qui, si elle forme un espace de liberté considérable et d'une importance fondamentale au sens littéral du terme, comme l'a montré Husserl, ne peut suffire à une réflexion philosophique qui se veut complète.

Autre risque, moins évident et sûrement partagé avec bon nombre d'autres moyens de la démarche du philosophe : la méditation, on l'a vu, se distingue nettement de la réflexion ; elle installe donc le sujet méditant, pour méditer, dans un état, sous un point de vue différents de la réflexion « habituelle ». En un mot, elle institue un type de conscience particulier, une **conscience ultra-réflexive**, qui d'elle-même produit de la réflexion et manipule des concepts, mais se trouve éloignée par nature de la conscience « habituelle » du sujet, l'état non-philosophique ou pré-philosophique de la conscience, la **conscience pré-réflexive**. C'est peut-être pour cela qu'il a fallu attendre Husserl pour contraindre une méditation à se tourner vers le pré-réflexif et à l'examiner : les cheminements rendus possible par la méditation et les constructions conceptuelles, les conclusions qu'elle permet, risquent de se réduire, faute de rigueur ou justement par souci d'une fausse rigueur, à des constructions, des catégories, une architectonique conceptuelle, qui serait bien le produit d'une pensée raisonnée, mais ne dirait rien de l'expérience et de la connaissance que l'on a du monde *avant* d'entreprendre ce « classement ».

Pour terminer, on peut se demander si le statut de la méditation en philosophie est aussi bien défini qu'il peut en avoir l'air. N'assiste-t-on pas souvent en philosophie à la production de constructions et de raisonnements qui, quelle que soit la forme qu'ils revêtent, ne sont autres au départ que des résultats de méditations, mis sous une autre forme et « édulcorés » ? N'y a-t-il pas une présence sous-jacente de la méditation comme modèle (et, on l'a vu, modèle sans doute vague, d'autant plus qu'il passe plus inaperçu) en philosophie, et ne faut-il pas souhaiter la recherche de formes véritablement différentes de la réflexion philosophique, qui permettent d'autres approches des mêmes objets et sûrement la découverte d'objets nouveaux pour la philosophie, en s'écartant de la prépondérance du modèle en filigrane que constitue la méditation ?

\*