

Mais qui sommes-nous vraiment ?

Pierre Gallaz · Les Causeries — enpleineconscience.ch · 1:45

Si on n'est pas celui qui pense ou qui sent, alors qui sommes-nous ? Et où se trouve notre mission sur Terre ? Je ne le sais pas.

C'est justement quelque chose qui m'a toujours séduit dans la pratique méditative : on s'occupe du comment plutôt que du quoi. Cette idée de méditer au plus près de cette capacité à observer en nous-mêmes, de ne pas se laisser attraper par le moi-je, par l'identité, ni par l'objet lui-même, c'est un moyen d'être heureux. C'est une pratique qui permet d'éviter de se faire submerger par des émotions désagréables, d'avoir une forme de liberté et d'aisance pour répondre de façon appropriée à ce qu'on vit. C'est un comment.

La question du « quoi », nous pouvons la laisser à d'autres, c'est ce que je vais faire. Les scientifiques parlent de propriété émergente, la conscience comme étant une propriété émergente. Il y a une multitude de petites choses, et on ne sait comment, mais notre conscience émerge de toutes ces petites choses, de notre cerveau, de notre système nerveux. Même les esprits scientifiques les plus brillants ne savent pas très bien ce que nous sommes et où nous sommes.

Laissons donc tomber la question et soyons heureux.

Transcriptions produites localement avec de l'électricité suisse bas carbone. Corrections et reécriture par IA.