

Spiritualité et science

Sujet à traiter :

Le cheminement sur une voie spirituelle est-il compatible avec les activités scientifiques?

Plan :

- I) Qu'est ce que la spiritualité ?
- II) La démarche scientifique
- III) Incompatibilité entre spiritualité et science ?
- IV) Conclusion

I) Qu'est ce que la spiritualité ?

Il y a une dizaine d'années je ne savais pas ce que la spiritualité signifiait. Et sa traduction en langue vietnamienne «tâm Linh» possède une connotation fortement superstitieuse. Ce terme évoque généralement chez mes compatriotes et moi même des phénomènes mystérieux, inexplicables et traduits aussi par des noms comme « ngoai cảm, thần giao cách cảm, lên đồng, ma nhập, mộng du, bóng đè... » qui n'ont rien avoir avec la spiritualité.

Même en France, la spiritualité fait encore peur à beaucoup. En effet, malgré l'augmentation importante des chercheurs de sens, on peut dire aussi chercheurs de spiritualité, depuis quelques décennies, la spiritualité apparaît encore nébuleuse quand on la relie à une grande tradition religieuse (le christianisme, le bouddhisme, l'islam, le hindouisme...) car souvent on ne voit pas les différences entre spiritualité et religion. De plus, dans la même tradition on a, souvent, des spiritualités différentes, par exemple dans le christianisme on a la Prière du cœur, la Contemplation, les Exercices Ignaciens, la Lectio Divina... . C'est pourquoi il est plus exact de parler des chemins de spiritualité (comme des chemins de la foi) plutôt que de la spiritualité en singulier car chaque chemin spirituel est propre à la personne qui le poursuit.

D'autre part, la spiritualité fait peur parce qu'elle a été fortement exploitée depuis des décennies par les sectes pour attirer leurs victimes. Essayons donc d'y voir clair.

1.1- Différence entre spiritualité et religion

Souvent on les oppose. Et de façon caricaturale, les adversaires des institutions religieuses proclament que la spiritualité est ce qui libère tandis que la religion est ce qui asservit. En réalité, la différence se situe au niveau d'implication de la personne, niveau individuel pour la spiritualité et niveau collectif pour la religion.

Une religion est un ensemble considérable d'éléments. En premier lieu, un rassemblement important de personnes, les grandes religions regroupent des centaines de millions, voire de plus d'un milliard, de fidèles. Puis, un volume impressionnant de textes sacrés, sans cesse lus et commentés, précisant les façons de concevoir le Divin, les normes d'appartenance, les méthodes spirituelles. Et aussi des rites jalonnant les jours et saisons, précisant les comportements personnels ou sociaux. Enfin une organisation plus ou moins importante, plus ou moins souple.

La spiritualité concerne les personnes plus que les groupes car elle part d'une expérience individuelle. Il est en effet donné à beaucoup d'êtres humains d'expérimenter des moments

d'émerveillement, où ils sont traversés par quelque chose qui les dépassent, une entrée de l'Infini dans leur monde quotidien, un éveil à l'Immense. Il y a de nombreux témoignages dans la littérature. Comme exemple, je peux vous recommander «La nuit de feu», un roman autobiographique d'Éric-Emmanuel Schmitt, romancier et auteur des pièces de théâtre talentueux, qui a rapporté son expérience de moment d'émerveillement ou d'heure étoilée ou d'illumination ou numineux lors d'une excursion dans le désert au sud de l'Algérie.

En réalité il est important de souligner que le couple religion-spiritualité est très complémentaire même s'il est souvent dissocié. C'est ainsi qu'une religion qui ne se nourrit pas de spiritualité se détériore en dogmatisme, intellectualisme, formalisme,... Inversement, une spiritualité vécue en dehors de toute religion risque fort de se dégrader en individualisme, en recherche d'états supérieurs de conscience, ou tout simplement de s'affadir.

Pour aller un peu plus loin dans la définition de la spiritualité, la façon la plus simple passe, à mon avis, par l'utilisation du modèle de doubles dimensions de l'être humain.

1-2- Double dimension de l'être humain et définition de la spiritualité

Les philosophes et sociologues depuis l'Antiquité jusqu'aujourd'hui ont proposé diverses analyses et modèles relatifs aux besoins et aux comportements de l'être humain. Mais le modèle de **double dimension** (ou de conscience) de l'Homme présenté par Karl Graf Dürckheim* me semble le plus général et le plus adapté à notre objectif de comprendre la spiritualité. Selon ce maître de spiritualité chacun de nous possède deux dimensions : une dimension existentielle et une dimension essentielle.

- **La dimension existentielle** de la vie est faite pour gérer l'existence. Elle englobe toutes les activités qui permettent à un être humain de vivre, à savoir, avoir une profession, une responsabilité dans son foyer, avoir une place dans la société, s'engager dans la cité, posséder des liens avec les autres, pouvoir bénéficier des loisirs, des plaisirs dans la vie...
- **La dimension essentielle** qui se manifeste de nombreuses façons (pendant des moments appelés moments numineux) : émerveillement devant la nature, devant l'enfant qu'on a engendré, être saisi devant une grande œuvre d'art ou par une célébration religieuse ou laïque, se sentir sans crainte devant la mort... C'est la dimension de l'Infini qui habite tout homme.
- Pour les chrétiens ces deux dimensions sont exprimées dans la Bible par les termes « Fils de l'Homme » et « Fils de Dieu » appliqués au Christ qui les vit en plénitude.

La spiritualité est donc définie **comme tout ce qui permet de développer la dimension essentielle** de la vie et de lui permettre d'éclairer le quotidien.

Permettez-moi d'illustrer cette définition par les activités d'une association de vie spirituelle que je connais bien. Dans La Maison de Tobie, chaque adhérent, après une période d'essais et de tâtonnements sur divers activités ou exercices au quotidien est invité à choisir son chemin de vie spirituelle qui comprend trois niveaux physique, psychique et spirituel. Au niveau physique l'association propose une dizaine d'activités comme le yoga, le Taïchi, l'exercice énergétique, la calligraphie... dans lesquelles l'effort est mis sur la respiration, le lâcher-prise, la vigilance etc. Au niveau psychique une douzaine d'Expériences Symboliques

différentes sont proposées. Dans chaque expérience (stage de cinq jours) le stagiaire est invité à entrer dans sa propre profondeur pour y faire ressortir les points d'ombre, pour être au clair avec lui-même. Enfin au niveau spirituel, l'adhérent a le choix entre trois voies des traditions classiques : la Prière du cœur de l'Orthodoxe, la Contemplation du Catholique et le Zen du Bouddhisme japonais, dans lesquelles on peut bénéficier de trésors d'expériences du passé. Il est aussi évident pour nous que l'adhérent peut combiner une activité chez nous avec une autre dans une autre association ou institution. Le but est que chacun trouve son chemin et persévère à le poursuivre.

*[Autre définition de la spiritualité : Maurice Bellet, dans la décennie 2000-2010, a proposé la définition suivante du spirituel (reprise dans la charte de l'association « Démocratie et Spiritualité » : « **ce qui fait appel à l'intériorité de l'homme, lui fait refuser l'inhumain, l'invite à s'accomplir dans une recherche de transcendance et à donner du sens à son action, le met à l'écoute des autres et le porte à donner, échanger, recevoir** ».*
Il s'agit donc un appel, d'une invitation qui lui est adressée au fond de lui-même à s'engager au service de l'homme dans un esprit de réciprocité, mai aussi à prendre du recul par rapport à cet engagement et à lui donner du sens.]

1-3- Caractéristiques communes des personnes engagées sur leurs chemins de spiritualité

En observant les personnes qui sont sur leurs chemins de spiritualité on peut constater quelques caractéristiques communes :

a) La première caractéristique est une reconnaissance **de l'acteur divin** ou **des êtres supérieurs et surnaturels** (ou, depuis quelques décennies, reconnaissance **des valeurs humaines et universelles**). Par exemple, Dieu créateur et la trinité dans le cas du christianisme, le Brahman et ses avatars dans l'Hindouisme, les Bouddhas et Bodhisattvas dans le Bouddhisme, l'amour ou la liberté dans cas des athées (avec la spiritualité laïque). Cette reconnaissance se traduit souvent sous forme d'une croyance : il y a quelqu'un qui œuvre en moi pour me transformer par l'intermédiaire des évènements, rencontres, intuitions, lectures...

[Je me limite, pour les exemples dans cet exposé, au cas des chrétiens car je pense que le Dr Trĩnh Đĩnh Hũ est plus compétent que moi pour vous donner des informations sur la spiritualité bouddhiste. D'autre part, sauf quelques représentants célèbres comme André Comte Sponville ou Luc Ferry, le nombre des personnes cheminant dans la spiritualité laïque est encore très limité dans le monde ainsi qu'en France]

b) La deuxième caractéristique est un travail pour **mettre l'égo** (ou le moi) **à sa place**. Il s'agit de mettre en veilleuse la toute puissance de l'Avoir, du Pouvoir, du Savoir pour ne pas être leur esclave. Ces choses (l'Avoir, le Pouvoir et le Savoir..) sont éminemment utiles pour la vie existentielle mais elles doivent être mises au service de plus grand qu'elles.

Permettez-moi de vous souligner que ce travail ne vise surtout pas à l'élimination de l'égo comme certaines mauvaises interprétations l'ont suggérée. Une idée juste (et facile à retenir) est qu'il faut le traiter comme un enfant : un travail d'éducation doit être poursuivi toute la vie durant. Si je suis trop dur avec mon enfant, soit il se rebellera et vivra dans

l'insolence et la provocation, soit il souffrira de dépression et la vie s'étouffera en lui. De même avec l'égo. Il faut que je découvre l'art difficile et exigeant de savoir ce que je peux lui accorder, quels sont les joies, les plaisirs de la vie que je lui permets, et ceux que je lui refuse. Je ne gagnerai pas à ce que l'égo se rebelle, et parvienne à me mettre tant de bâtons dans les roues que le chemin spirituel devient impossible.

c) La troisième caractéristique est la capacité de pouvoir **vivre dans l'instant présent**, de ne pas regretter les moments de bonheur du passé (car ils n'existent plus) et de ne pas trop rêver des réussites futures (qui sont souvent sources des inquiétudes et de déceptions car les choses, souvent, ne se passent pas comme on le souhaite). C'est aussi un des conseils du Bouddha dans un poème du soutra « L'homme qui sait vivre tout seul » (Kinh người biết sống một mình) très connu des bouddhistes. Les épicuriens aussi préconisent de vivre au présent et non dans les souvenirs ou l'attente du futur. Dans la société actuelle on est conditionné par la vitesse et la performance: la peur de ne pas répondre à ces critères fait qu'on a tendance à oublier le présent et ne pense qu'au futur avec l'angoisse de ne pas à la hauteur.

d) La quatrième caractéristique des personnes sur leurs chemins de spiritualité est leurs **chemins de transformation** du mode de vie qui favorisent en général l'être au détriment de l'avoir, les richesses de l'intériorité aux valeurs superficielles, la paix intérieure au réussite matérielle... Ces richesses qui nous habitent sont inouïes. Cependant nous négligeons souvent les neuf dixième de notre potentiel.

e) La cinquième caractéristique est leurs désirs **d'approfondissement des relations avec les autres** : elles (ces personnes) cherchent des rencontres à un autre niveau que dans les rencontres habituelles : plus profondément que le niveau des émotions, attirances ou agacements.

f) La sixième caractéristique constatée est leurs volontés **de se rendre utiles** aux autres en cultivant en même temps les vertus humaines comme la bienveillance, la compassion, la fraternité, le don etc.

II) La démarche scientifique

Avant d'examiner la compatibilité entre spiritualité et science, je voudrais vous parler de la méthode scientifique qui est le pendant du chemin de vie spirituel. Comme celui-ci, il n'y pas une seule méthode car chaque discipline scientifique s'occupe de ses problèmes dont la nature est différente de ceux des autres disciplines : La méthode utilisée en physique des particules est différente de celle de la chimie industrielle. Les spécialités différentes dans un même domaine, par exemple, le neuroscience et la psychiatrie, ont aussi des méthodes d'investigation différentes. Cependant ces méthodes ont toutes la même démarche scientifique c'est-à-dire une ligne directrice commune qui peut se résumer en trois étapes :

La première étape est l'observation et limitation du phénomène ou de l'objet à étudié afin d'obtenir les données objectives et répétitives.

La deuxième étape est la formulation d'une ou des hypothèses / de théorie / de modèle d'explication.

La troisième étape comporte des vérifications ou expérimentations pour tester la validité des hypothèses ou de la théorie de la deuxième étape.

En général, la troisième étape conduit à une reformulation de la théorie ou à une amélioration du modèle ou à un changement de paradigme. Et on refait la boucle des trois étapes précédentes. De ce fait, on observe que la démarche scientifique est un processus autocorrectif. De nouveaux faits peuvent invalider ou provoquer le réajustement d'hypothèses ou de théories anciennement formulées.

Un point caractéristique important à noter est que la démarche scientifique implique la répétabilité, la reproductibilité, la testabilité des expériences. Elle demande aussi une honnêteté et un sens de l'éthique de la part du chercheur qui doit confronter ses travaux à ceux d'autres scientifiques et s'expose ainsi à la critique. Cette confrontation permet d'assurer la validité des théories car elles ne sont acceptées que si elles survivent aux tests d'invalidation de la communauté scientifique (de la même discipline).

L'histoire a montré que les théories scientifiques ne prétendent pas donner, en général, des connaissances absolues. Leurs validités sont relatives car limitées dans les conditions bien spécifiées et aussi dans le temps car de nouvelles théories, plus générale, remplacent les anciennes (comme exemple très connu, on peut citer le cas des théories de la Relativité). Cependant même limitée dans le temps, leur efficacité est incontestable. Les sciences et technologies ont changé complètement le monde avec les développements exponentiels des transports, de la communication radio, de l'informatique, des lasers, des vaccins, des énergies renouvelables, etc.

III) Incompatibilité entre spiritualité et science ?

A priori il n'y a pas de conflit entre la spiritualité et la science car elles s'occupent des domaines de connaissances et des besoins différents de l'être humain. Rappelons que la démarche scientifique permet de remettre en question la validité relative des relations de causalité connues pour rechercher celles dont le domaine de validité est plus grande. Elle permet, en explorant l'inconnu, de découvrir des connaissances nouvelles. Elle a joué un rôle déterminant dans les sociétés humaines depuis le 19^{ème} siècle. Cependant elle ne peut pas répondre aux questions métaphysiques de l'homme (comme celle formulée par Leibniz « Pourquoi il y a quelque chose plutôt que rien ? »), ni proposer le bonheur, ni la sagesse, ni le sens de la vie... En un mot, la science s'occupe de tout ce qui est mesurable, quantifiable ou modélisable dans des domaines bien définis et souvent limités. Du côté de la spiritualité on peut dire comme Jean Claude Ameisen « Nous sommes faits de poussières d'étoiles, mais ce qui brille en nous est d'une autre nature que ce qui brille dans les étoiles. Chacun de nous est plus que ce que nous pouvons en mesurer ». En effet l'intériorité, la conscience, la créativité, la part de sacré, le goût, la peur, la frustration, l'amour, la paix intérieure ... sont-ils des grandeurs mesurables ?

La question sur l'incompatibilité de ce paragraphe résulte du conflit ancien entre la religion et la science (qui reste encore dans la mémoire des scientifiques) et qui se manifeste encore aujourd'hui à travers des groupes extrémistes (mais très minoritaires) des deux côtés. Il est peut-être intéressant de rappeler ici quelques éléments historiques des relations entre science et religion (principalement avec l'Eglise catholique) :

Galilée a été condamné par l'Inquisition le 22 juin 1633 à la réclusion à vie pour avoir affirmé que la Terre tourne autour du Soleil et sur elle-même (Il faut attendre Jean Paul II pour que l'Église réhabilite le savant italien en 1992 !). Cependant on ne peut pas parler de quatre siècles d'opposition ou de conflit. L'opposition existait surtout à l'époque du scientisme, au 19^{ème} siècle, dans le contexte d'une science en plein développement et surtout en pleine expansion sociale. On avait le sentiment que la science allait tout expliquer et qu'il ne serait plus nécessaire de recourir à d'autres explications - surnaturelles – pour décrire le fonctionnement du monde et la vie de l'homme. Ce scientisme s'est trouvé confronté à un christianisme qui est devenu plus affectif, irrationnel, émotionnel que ne l'avait été la grande tradition théologique de l'âge « classique ».

Il est à noter aussi qu'aux 17 et 18^{ème} siècles beaucoup de savants étaient aussi des croyants. Isaac Newton, qui a révolutionné les sciences au tournant du 17^{ème} siècle, ne se consacrait pas qu'à la physique et les mathématiques. Sa vraie passion était la théologie et l'alchimie. « La gravité explique le mouvement des planètes, mais elle ne peut expliquer ce qui les met en mouvement. Dieu gouverne toutes choses et sait tout ce qui est ou tout ce qui peut être », a-t-il écrit. Au 19^{ème} siècle, le père de la génétique, Gregor Mendel, est moine. Et c'est au chanoine Georges Lemaître, astronome et physicien, que l'on doit la théorie du big bang, au début du 20^{ème} siècle. Au Moyen Age, le musulman Avicenne, philosophe est auteur d'une œuvre monumentale notamment dans le domaine de la médecine.

En réalité, les relations entre les institutions religieuses et les scientifiques se sont apaisées depuis le début du 20^{ème} siècles : les sciences ne prétendent plus qu'elles vont résoudre tous les problèmes de ce monde. Et les religions acceptent d'interpréter les textes sacrés de façon symbolique. Des deux côtés, il y aurait une acceptation implicite des domaines de compétence différents (la situation appelé NOMA, [Non Overlapping Magisteria **ou** Magistères sans chevauchement, par l'évolutionniste Stephen J. Gould avant sa mort) et aussi une acceptation d'une certaine complémentarité dans les questions se trouvant à la frontière commune.

IV) Conclusion :

Depuis quelques décennies la science et les technologies ont révolutionné le mode de vie des sociétés humaines. Leur domination permanente sur la Vie est telle qu'on a l'impression que seules les dimensions existentielles de l'homme subsistent et en plus, elles sont soumises à une uniformisation croissante dans tous ses secteurs. L'absence de la dimension essentielle se traduit, pour chaque individu, par la perte du sens de la vie, perte de la place dans l'existence et un sentiment de frustration aiguë. Ce phénomène n'est pas nouveau mais il s'est répandu partout avec une vitesse vertigineuse et menace maintenant l'humanité dans son fondement. Car comme a prévu peut-être François Rabelais depuis la Renaissance: « Science sans conscience n'est que ruine de l'âme ». La spiritualité apparaît comme un moyen de lutte efficace contre cette ruine car la vie spirituelle n'a pas d'autre but que de devenir réellement humain. Le chemin spirituel, un travail au quotidien et aux trois niveaux physique, psychique et spirituel, permettrait, à la longue, une paix intérieure, un sens de la vie et une disponibilité de rendre service aux autres. Autrement dit, une vie accomplie. Le dialogue entre les scientifiques et les maîtres de spiritualité est à développer car il permettrait de limiter les déviations néfastes et dangereuses de la science (vers le matérialisme) et de la spiritualité (vers les manipulations des sectes) ./.

Vu Thien Han, 1^{er} juin 2021

Notes :

(*) Livre «*L'homme et sa double origine*» de **Karlfried Graf Dürckheim** (1896-1988), éd du Cerf, 1977 et éd Albert Michel, 1996. Il a été à la fois maître de méditation Zen, philosophe, psychologue, directeur d'un centre de thérapie initiatique dans la Forêt noire en Allemagne./.

Info complémentaires :

Autres personnalités sur le dialogue « Science et Religion » :

Thierry Magnin, (*docteur en théologie et en physique des matériaux, ancien professeur à l'Ecole des Mines, vicaire général du diocèse de Saint-Etienne*), pense plutôt à un nouveau dialogue entre science et religion après les grands conflits historiques et le scientisme du XIX^{ème} siècle. Il cite le théorème d'incomplétude de Kurt Gödel (1906-1978) et pense que ce concept fait entrer davantage le scientifique dans le mystère du monde. Le mot mystère étant entendu come «ce qu'on n'aura jamais fini de comprendre» (Ce sens du mystère est aussi central pour beaucoup de croyants). Les logiques de l'antagonisme développés en physique quantique (onde/corpuscule, continu/discontinu, séparabilité/non séparabilité ...) rejoignent celle des théologiens apophatiques.

Charles Townes, prix Nobel de physique en 1964 (découvreur du laser), a une position relativement extrême qui affirme que les différences entre la science et la religion sont largement superficielles et que si l'on observe leur véritable nature, on se rend compte que les deux domaines possèdent des caractéristiques quasiment identiques : Foi en Dieu et foi en l'existence d'un ordre dans la nature; Révélation et découvertes accidentelles [ou intuitives, très proches de la révélation]. Science et religion représentent toutes deux les efforts de l'homme pour comprendre son univers.

William Phillips, prix Nobel de physique en 1997, parle de la beauté de l'univers, les précisions étonnantes des constances de la physique pour la Vie et y voit des « empreintes de Dieu ». Il écrit : « Mon appréciation scientifique de la cohérence et de la merveilleuse simplicité de la physique renforce ma croyance en Dieu ».
