

[Home](#) > [Problèmes Moraux et Psychologiques](#) > [Le pessimisme](#) > La lutte de l'Islam contre le pessimisme

Le pessimisme

Les points clairs et obscurs de la vie

La vie est un amalgame de bien-être et de malaise, chacun s'en faisant son lot tout au long des jours limités qui lui sont prescrits. Chaque homme reçoit sa part en proportion plus ou moins chanceuse, déterminant le type de vie qui sera son destin, heureuse ou douloureuse, selon une loi implacable.

Nous ne pouvons changer en rien cette règle, ou la rendre conforme à nos vœux. Mais après avoir accepté cette réalité de la vie, il nous est possible de concentrer notre regard sur l'aspect positif et beau de l'existence, en écartant les formes laides et détestables, se tourner entièrement vers la majesté de l'univers, s'absorber dans les merveilles de la création, les subtilités de la sagesse divine, et la perfection du système universel. Ou bien, au contraire, choisir d'oublier les points lumineux et éclairants de l'existence et d'en envisager les points obscurs. En un mot, chacun pourra orienter sa pensée dans la direction qu'il veut, et se faire de la vie l'image qu'il désire.

Il faut cependant être préparé pour faire face à ce qui entrave la voie de la vie, avec sang froid. faute de quoi nous aurions à subir des dégâts irréparables pouvant causer notre ruine totale.

Certains s'imaginent qu'ils auraient pu être heureux si leur vie avait eu un cours plus fortuné, alors que leur malheur n'est pas dû aux événements, mais à la façon dont ils interprètent chaque accident de leur vie. Car l'homme a le pouvoir de neutraliser l'influence des facteurs externes sur lui-même, pour parvenir au succès.

Un écrivain connu a écrit ce qui suit:

«Nos pensées sont toujours empreintes d'insatisfaction. Dans tous les cas, nous nous plaignons. Se lamenter et pleurer font partie de la nature humaine.

Nous avons été créés de telle sorte que notre existence souffre de tout ce qui contrarie le corps et l'âme; nous sommes toujours en train d'aspirer et de désirer quelque chose de nouveau. Il nous arrive

même de ne pas savoir ce que nous voulons, et à quoi nous aspirons. Nous nous imaginons que le bonheur a échu en lot à d'autres. Nous les envions, les convoitons et souffrons. Notre nature est pareille à l'enfant difficile et capricieux, qui afflige notre âme de ses cris et de ses larmes, et nous n'aurons de répit que si nous lui apprenons à observer les réalités, et à se détacher des désirs illusoires. A force de céder à ses passions insatiables, il finit par ne plus voir que le mal, et il nous appartient de lui ouvrir les yeux sur le bien. De lui expliquer que seuls peuvent cueillir des fleurs, ceux qui arrivent à les voir. L'aveugle n'en récoltera que les épines.

Si nous surmontions nos irritations et nos erreurs de jugements, nous verrions qu'à toutes les époques— même à la nôtre qui a déchu à un point si bas, qui bouleverse chaque instant complètement notre vie, et qui confond le bon et le méchant, le sain et le morbide— nous constaterions disons— nous qu'il existe partout des belles fleurs qui invitent en tout temps, les regards perspicaces.»

Les idées exercent un impact profond dans le bonheur des hommes. Disons même que le seul facteur du bonheur est le degré d'intelligence et de pensée.

L'évènement qui sort de l'ordinaire peut sembler insupportable et pénible pour l'homme pessimiste au point de le mettre dans un état d'abattement. Alors que l'optimiste s'en remet à Dieu devant les peines inexorables. Il ne perd jamais sa combativité et sa résistance devant les épreuves. Ni sa contenance et sa patience.

Ceux qui ont pris l'habitude de se croire visés par le malheur, ne peuvent guère vivre autrement que dans l'affliction, l'angoisse et les ténèbres. Ils finiront par gaspiller l'essentiel de leur énergie, à force de se montrer vulnérable devant la moindre épreuve. Il demeureront à jamais dans l'ignorance des dons et des faveurs infinis qui les entourent.

Un savant a dit:

«La vie traite l'homme comme il la traite, et agit envers lui sur la base de la réciprocité. Si tu lui souris elle te sourit, si tu la boudes, elle te boude. Si tu te sers de ta pensée, elle te fera parvenir auprès des gens d'esprit. Si tu es clément et véridique, elle te fera entourer de ceux qui t'aimeront et qui laisseront s'épancher de leur coeur les trésors de l'amour et de l'affection.»

Bien qu'elles soient amères et insupportables en apparence, les douleurs ne manquent pas de féconder les esprits et de les faire fructifier. L'énergie spirituelle se développe à un rythme surprenant quand elle est soumise aux épreuves les plus graves. L'intelligence et l'esprit progressent par des sacrifices successifs, des efforts constants, des dons désintéressés... vers le sommet de la perfection humaine.

Les préjugés du pessimisme

Le pessimisme est une grave affection de l'âme, entraînant beaucoup de frustrations et d'échecs et un fléau pénible dont les traces sur la personnalité sont indélébiles.

Les peines et les différentes épreuves de la vie sont un foyer propice à l'apparition du pessimisme, déclenchant aussi des troubles affectifs.

Le pessimisme qui s'incruste par cette voie dans les esprits y sème des ravages.

La beauté de la création ne peut pas se manifester à une personne dont le miroir de l'âme a été ternie par la noirceur du pessimisme. Plus encore, le bonheur devient pour lui, ennui et disgrâce, et du fait de sa défiance, elle sera portée à voir dans l'action de toute personne une arrière-pensée; elle se crée toute sorte de problèmes, imaginaires et gaspille son énergie à réfléchir sur des questions qui n'ont pas et n'auront jamais de réalité.

Tout comme l'optimiste répand l'optimisme et l'espoir autour de lui, le pessimiste transmet à son entourage la consternation, l'abattement et le désespoir, et les frustre du flambeau qui illumine la voie des aspirants à l'éternité.

Les effets négatifs du pessimisme ne se font pas sentir seulement au niveau psychique, mais également au niveau somatique. Ils retardent même la guérison de certaines maladies. Un grand médecin a dit:

«Le traitement d'un malade qui marque de la méfiance à l'égard de tout et de tous est de loin plus difficile que d'essayer de sauver une personne qui veut se suicider en se jetant dans la mer. Donner des médicaments à des malades souffrant d'inquiétude et d'affliction permanentes revient à verser de l'eau dans l'huile brûlante. Pour que le remède agisse, il est nécessaire que le patient présente un moral confiant, assuré et calme.»

L'homme souffrant de la méfiance morbide, et de susceptibilité a tendance à l'isolement et à fuir carrément les fréquentations. Dans cet état, il détruit peu à peu ses aptitudes aux progrès et se confinerà à une vie morne et insatisfaisante. La susceptibilité, la méfiance et la mauvaise opinion à l'égard des gens sont des facteurs du suicide.

A quelque catégorie de la société que nous portons le regard, nous constaterons que la plupart des propos des gens entre eux reflètent la mauvaise opinion qu'ils se font réciproquement sans raison valable, et sans prendre la précaution de s'informer. Ils portent des jugements catégoriques sur autrui, en dépit de toute la faiblesse de leur esprit.

Ils se hâtent d'émettre leur opinion sans réfléchir un tant soit peu, au point que souvent leur parole expriment plus leurs propres défauts que ceux des personnes qu'ils prétendent dénigrer. Ce grand défaut rompt les liens de la concorde et de l'union, et fait perdre aux hommes la confiance entre eux, et les corrompt moralement et spirituellement.

La plupart des cas d'inimitié, de colère et de rancune portant préjudice aux individus et à la société, résultent de la susceptibilité et de la mauvaise opinion à l'égard d'autrui. Ce défaut s'insinue dans toutes les couches de la société et se retrouve même chez les hommes de science et les penseurs. De grands

savants ont tout au long de l'histoire été victimes de ce défaut qui leur a fait commettre des erreurs irréparables. Et plutôt que de servir la société, ils ont oeuvré à la rendre plus confuse, lui infusant leur poison dans les artères.

Certains ont été effrayés par la perspective de l'explosion démographique, de la pauvreté et de la misère, au point de déclarer licite tout ce qui pourrait réduire la présence humaine comme les guerres, l'assassinat. Si tous les hommes se laissaient persuader par de telles idées, il n'y aurait plus sur terre de vestige de civilisation.

Un philosophe pessimiste– type fut Aboul Alâ al Maari. Il ne voyait rien d'autre dans la vie que douleur et châtement, et recommandait aux hommes de ne pas se marier et de ne pas se reproduire, afin de cesser le cycle des châtements des générations. Dans son testament, il demandait que l'on gravât les vers suivants, sur sa tombe:

«Tel est le crime que commit mon père envers moi, je meurs pour ma part sans avoir nui à personne!»

La lutte de l'Islam contre le pessimisme

Le noble Coran a déclaré explicitement que la mauvaise opinion fait partie des péchés et a mis en garde les musulmans contre ce défaut dans ce verset:

«Ho, les Croyants! Evitez de trop conjecturer, oui, une partie de la conjecture est péché.»

L'Islam interdit aux gens de soupçonner sans raison valable leurs prochains:

«Sont illicites au musulman, le sang de son frère musulman, ses biens, et la mauvaise opinion à son égard.»

Tout comme il défend le transfert d'un bien d'une personne à une autre sans preuve suffisante, il ne tolère pas que l'on pense en mal des gens, qu'on les accuse de tous les défauts avant même qu'on ait établi les preuves irréfutables.

L'Emir des Croyants, Ali– que le salut de Dieu soit sur lui– a dit:

«Il n'est pas juste de détruire la confiance par la suspicion.»

Puis il met éloquemment en évidence les dommages que peut causer cette mauvaise habitude envers autrui, en disant:

«Garde– toi de la conjecture, car elle altère le culte, et alourdit la charge du péché.»

Il conclut en ces termes:

«La mauvaise opinion envers l'homme de bien est la pire des choses et la plus laide des formes de

l'injustice.»

«Celui chez qui domine la tendance à la conjecture et au soupçon détruira tous ses liens avec ses amis.»

Outre l'effet néfaste qu'elle exerce sur celui qui en est habitué, la suspicion a aussi ses conséquences dévastatrices sur les dispositions morales et psychologiques des autres. La victime d'une calomnie peut en effet être entraînée à la déviation, à la corruption morale et au vice.

L'Imam Ali a déclaré à ce sujet:

«La mauvaise opinion bouleverse les situations, et incite aux méfaits.»

Le docteur Marden donne l'exemple de certains patrons qui soupçonnent leurs domestiques d'être— par exemple— des voleurs, au point qu'ils finissent par le devenir. La susceptibilité, même non exprimée par la parole, exerce ses ravages et empoisonne l'esprit de la personne qui en est l'objet, et le conduit au délit.

Rappelons de même la recommandation de l'Emir des Croyants, Ali aux époux:

«Garde-toi de faire de la jalousie mal placée, car elle altère le sain, et rend suspect l'innocent.»

L'homme atteint de la susceptibilité, se prive aussi de la santé du corps et de l'esprit. L'Imam a dit également:

«Le soupçonneux ne connaît jamais le repos.»

Le docteur Alexis Carrel dit à ce propos:

«Certaines habitudes amoindrissent la capacité de l'individu à vivre, comme par exemple la tendance à tout critiquer et à tout soupçonner. Ces habitudes morales négatives influent sur le système nerveux sympathique, et les glandes endocrines, et peuvent être à l'origine d'un trouble fonctionnel ou organique.»

Le docteur Marden dit:

«La susceptibilité détruit la santé, affaiblit la force morale. L'esprit équilibré n'entrevoit jamais le mal, mais aspire toujours à rencontrer le bien; il sait que le bien est une réalité éternelle, et que le mal ne résulte que de la faiblesse des forces bénéfiques, tout comme l'obscurité dépourvue d'essence indépendante, n'est due qu'à l'absence de lumière. Cherchez toujours la lumière! car elle élimine l'obscurité du coeur et de l'âme.»

Citons encore une parole de l'Imam Ali qui met en relief le caractère anti- social de la suspicion:

«Quiconque se montre trop susceptible, finit par redouter tout le monde.»

Le docteur Farmer dit pour sa part:

«Celui qui a peur d'exprimer ouvertement sa pensée et son point de vue, dans une réunion où chacun peut librement le faire, ou celui qui de peur de rencontrer ses proches sur les grandes avenues et les lieux publics emprunte les voies secondaires et les ruelles étroites et peu fréquentées, sont tous les deux en proie, à la susceptibilité et au pessimisme.»

Le mauvais souvenir que l'on garde d'un événement ou d'une personne est aussi souvent cause de soupçons.

«Dans le tréfond de toute personne, il existe des souvenirs qui lui répugnent.» a dit l'Imam Ali.

Une autre personnalité du monde scientifique, le docteur Helen Schachter dit:

«Les personnes qui n'ont pas confiance en elles- mêmes ont une sensibilité au- dessus de la moyenne. Un rien les fait souffrir. Le souvenir de ces souffrances s'enracine inconsciemment chez elles, et influera sur leurs actes, leurs paroles et leurs pensées. Elles se montreront méfiantes sans en connaître les raisons. Car ces souvenirs sont enfouis dans leur inconscient, et ne se révèlent pas facilement.

En d'autres termes, l'homme a naturellement tendance à fuir les souvenirs douloureux, et ne veut pas de lui- même se rappeler ses souffrances. Mais l'ennemi caché et rancunier ne cesse pourtant pas ses méfaits et ses haines, et impose sa volonté à notre esprit, à notre comportement moral, au point que des fois, nous nous étonnons de nos propres actes dénués de toute justification. Mais en approfondissant notre recherche, nous verrons que ces comportements sont engendrés directement par les souvenirs enfouis dans notre inconscient.»

Les gens de caractère vil s'imaginent que tous les hommes leurs sont semblables et voient se refléter chez les autres leurs propres vices.

L'Emir des Croyants- que la paix soit sur lui- a dit que l'homme méchant ne pense du bien de personne, car il voit tout le monde à son image.

Le docteur Mann, dans son ouvrage intitulé «les principes de la psychologie» écrit dans le même sens:

«Nous entendons par projection, le mécanisme par lequel un sujet perçoit comme étant dans autrui les idées, les mobiles et les sentiments qui lui sont propres.

Cette sorte de réaction est défensive et compensatrice et se manifeste dans le but d'empêcher l'angoisse. La projection est une sorte de comparaison à soi, pratiquée inconsciemment. Quand ce type de défense se développe davantage, il devient morbide, et est considéré comme une maladie psychologique.

Il se peut que cette réaction se manifeste à la suite d'un sentiment de culpabilité. Quand l'auteur commet un acte provoquant ce sentiment, il en attribue la responsabilité à quelqu'un d'autre.»

Lors de l'Hégire, le Prophète de l'Islam arriva à Médine, venant de la Mecque. Un homme vint à lui et lui dit:

«Ô Prophète de Dieu! Les gens de ce pays sont bons et bienfaiteurs. Tu as bien fait d'émigrer vers eux.» Le Prophète lui répondit: «Tu as raison!».

Puis un autre homme se présenta à lui, et lui dit:

«Les gens de cette cité sont méchants, tu aurais mieux fait de ne pas venir vers eux!»

Le Prophète lui fnt la même réponse qu'au premier. Quelqu'un interrogea alors le Prophète, au sujet de l'identité des réponses données à des paroles contradictoires. Le Prophète lui répondit:

«Je sais ce que recèle le fond de chacun des deux. Ils étaient tous deux sincères.»

C'est à dire que chacun était sincère par rapport à ce qu'il pensait dans son tréfonds.

Il est évident que la susceptibilité et la mauvaise opinion qui sont ici objet de blâme, sont celles qui traduisent une déviation de l'esprit par habitude et persistance en elles. Ce qui est considéré comme un péché et une infraction à la Loi divine, ce sont les préjudices causés par ces défauts à autrui.

Les conjectures et les suggestions qui ne sont pas suivies d'effets ne donnent pas lieu à la responsabilité juridique, car elles ne dépendent pas de la volonté.

Ajoutons qu'étant donné que l'amertume des pessimistes procède de ce défaut pernicieux, il convient d'approfondir l'examen de cette cause et de la traiter à sa racine.

Source URL:

<https://www.al-islam.org/ar/probl%C3%A8mes-moraux-et-psychologiques-sayyid-mujtaba-musavi-lari/le-pessimisme#comment-0>