

[Home](#) > [Problèmes Moraux et Psychologiques](#) > [Optimisme et candeur](#) > L'Islam recommande l'optimisme

Optimisme et candeur

La conscience tranquille

Plus qu'à toute autre chose, l'homme aspire, tout au long de sa vie, à préserver la tranquillité de sa conscience, sans cesse mise à rude épreuve. Faire face aux difficultés de la vie, sans s'être armé au préalable d'une conscience fortement établie, c'est aller tout droit à l'échec. Plus nos difficultés seront alourdies, et plus notre besoin de paix intérieure sera grand, impérieux et profond. Nous devons donc, dès à présent, apprendre à éviter les pièges de l'affectivité, et à nous réfugier dans la tranquillité d'âme et la stabilité.

La quête de l'opulence, de la puissance, de la gloire et de la jouissance est vaine si l'on espère par elle parvenir à la paix intérieure. Tous les efforts en ce sens seront inutiles, car la source du bonheur se trouve en l'homme lui-même, tout comme d'ailleurs la source du malheur.

«Prétends-tu n'être qu'un petit ver.

Alors qu'en toi se cristallise l'univers.

Ton remède est en toi, mais en as-tu conscience?

Et ton mal vient de toi, en as-tu clairvoyance?»

Le remède— comme l'a dit l'Emir des Croyants— se trouve donc en l'homme même.

Les ressources précieuses de l'énergie spirituelle de l'homme sont à cet égard de loin supérieures à celles que peut offrir la réalité objective. Toutes les conditions du bien-être extérieur, et tous les moyens utilisés à cette fin sont transitoires et éphémères, et ne pourraient jamais assurer à l'homme le calme intérieur total. Seules la pensée et les qualités morales présentent un caractère de permanence, et c'est grâce à elles que les hommes se libèrent du recours à la précarité.

Epictète, le célèbre philosophe stoïcien du I^{er} siècle enseignait:

«Il faut apprendre aux hommes qu'ils ne trouveront pas le bonheur et la bonne fortune là où ils les

cherchent aveuglément et à tâtons. Le vrai bonheur n'est pas dans la force et le pouvoir. Ni Nemrod ni Euclyos n'étaient heureux, en dépit de leur puissance exceptionnelle. La félicité n'est pas dans la richesse et les biens incalculables. Crésus ne fut pas un homme heureux, malgré tous ses trésors et ses coffres innombrables. Le bonheur ne saurait se concevoir dans le pouvoir et les prérogatives politiques: les consuls romains n'en goûtèrent point du fait de leur vaste puissance.

Néron, Sardanapale et Agamemnon avaient coutume de pleurer et de se lamenter de leur sort, conscients qu'ils furent d'être les jouets des événements et des vicissitudes, alors qu'ils disposaient de tous les avantages et de tous les privilèges de leur rang. Il faut chercher le vrai bonheur en soi et dans sa conscience.»

Reconnaissons que la résolution de beaucoup d'énigmes stupéfiantes de la nature, et la multiplication des moyens du bien-être à notre époque, n'ont pas suffi pour susciter l'avènement d'une vie sans inquiétude et sans agitation. Non seulement, elles n'ont pas pu réduire les douleurs de la vie, mais elles ont aussi ajouté à l'humanité un train nouveau de soucis, de manies et de troubles.

Par conséquent, pour se prémunir contre les frustrations incessantes de la vie, et pour écarter le voile obscur qui tend à envahir notre âme, nous éprouvons un besoin impérieux de pensées claires. La pensée qui est à juste titre la plus noble de nos facultés, tout comme elle a pu conférer à l'homme la suprématie sur les éléments naturels, et causer des transformations bouleversantes dans tous les aspects de la vie, peut aussi assurer son épanouissement; de là son rôle fondamental.

Un esprit éclairé est une source intarissable. Il transporte l'homme à des horizons dépassant ses préoccupations matérielles, et le fait accéder à un monde meilleur.

L'homme dont les facultés intellectuelles sont achevées et parfaites, peut résister comme un roc devant les vicissitudes de la vie, et demeurer imperturbable aux coups du sort qui jalonnent le cours de son existence. Pour garder sa présence d'esprit et ne pas céder à l'émotion et aussi pour se maintenir toujours loin des excès dans l'un ou l'autre sens, nous devons conférer à nos idées des critères évaluant nos comportements, nous permettant de demeurer sur la bonne voie, et de nous armer contre le découragement et la perplexité.

Un savant occidental dit à ce propos:

«Il se peut que nous ne puissions pas trier les quelques rares individus ayant des affinités morales ou autres avec nous, mais nous sommes libres dans le choix de nos idées. Nous jugeons comme nous l'entendons. Les contraintes et les circonstances de toutes sortes que nous percevons dans le milieu extérieur ne pénètrent pas nos esprits pour nous contraindre à adopter des idées que nous ne voulons pas.

Nous devons par conséquent faire nôtre les pensées justes, et en repousser les défectueuses, car nous nous dirigeons toujours vers où nous guide notre esprit. En d'autres termes, ce sont nos idées qui nous

orientent. Ne nous permettons donc pas de penser mal; et n'occupons pas nos esprits à des choses que nous condamnons, ou que nous regretterons en fin de compte. Ce sont de pareilles idées qui font naître le sentiment de déchéance et conduisent à mille malheurs. Tâchons d'être toujours en quête de la perfection, et non de la dégradation, et nourrissons-nous d'espoirs ardents et d'objectifs sublimes. Car la pensée saine est la clef de toute réussite et de tout bonheur.»

Les effets de l'optimisme

Tout comme l'organisme vivant est perturbé par toutes sortes de maladies, de même il existe différents facteurs comme les mauvais défauts et habitudes troublant le calme moral. Un esprit aussi fort soit-il ne peut se développer sans règle morale, et l'on ne peut jouir réellement du bonheur que si notre comportement est conforme et compatible avec nos idées. D'où la nécessité de déraciner en soi les défauts qui portent ombrage à notre vie, et d'y semer à leur place les graines de la sérénité.

L'optimisme, la vision optimiste des choses, et la confiance en autrui, sont précisément des facteurs concourant à l'instauration de l'équilibre psychique, et sont des garants du bonheur et de la sérénité, contrairement au pessimisme qui réduit l'intensité de l'activité morale. On peut comparer l'attitude optimiste à une lumière sous laquelle s'élargissent les horizons de vue, et s'accroît en l'homme l'amour de la bonne oeuvre. La vie prend davantage de sens pour lui, et devient plus douce et plus attrayante. Son jugement des hommes sera plus avéré. Il ressentira moins la douleur sous toutes ses formes, ses espoirs seront plus ardents, et ses rapports avec ses semblables demeureront au beau fixe.

Rien n'atténue la complexité des problèmes autant que l'attitude optimiste. Celle-ci n'agit pas seulement au moment de la satisfaction, mais permet à l'homme de garder son sang froid devant les circonstances négatives, et de faire face à ces dernières avec clairvoyance et espoir, de façon à rayonner toujours de gaieté et d'enthousiasme.

Le besoin de conquérir la confiance d'autrui est nécessaire, et exige que l'on prenne en compte l'importance de la bonne opinion envers les autres, cette règle jouant un rôle direct dans le bonheur individuel et collectif. Le degré de confiance régnant entre les individus indique le degré de cohésion et de progrès social.

Quand la confiance fait totalement défaut, la société entre dans la décadence et la dégradation. La bonne opinion entre les gens engendre la coopération, la collaboration et la confiance mutuelle. On peut vivre dans une coexistence pacifique si les rapports sont régis par la concorde alliée à la confiance, mais sans cette dernière et dans un climat de susceptibilité, on ne saurait parvenir à l'entente, chacun se montrant critique envers son voisin.

Il est établi qu'une telle société ne sera société qu'au sens apparent et formel, sans effet réel utile. On a dit à raison que la bonne opinion entre les gens est une manifestation de la foi, et rien ne peut se faire sans la foi et l'espoir.

Plus grande sera la confiance envers les gens, et plus forte sera celle des gens envers nous. Cette loi est vérifiée dans toute forme de société. Mais n'oublions pas qu'il y a une grande différence entre l'optimisme et la crédulité. Se faire une bonne opinion ne signifie pas se soumettre entièrement à n'importe qui, ou à obéir aux autres sans réfléchir sur leurs intentions, ou encore sans les examiner dans leurs actes. Et partant nous n'avons pas à généraliser cette règle aux gens qui sont des délinquants notoires.

En un mot cette règle de la bonne opinion n'est pas un principe excluant toute particularité, et n'est pas applicable à l'ensemble des individus et en toutes circonstances. Quelle que soit notre bonne opinion des gens, et notre volonté de ne voir dans leurs actes que la concrétisation de bonnes intentions, nous ne devons pas en perdre de vue les conséquences et devons faire preuve de prévention et de perspicacité.

L'Islam recommande l'optimisme

En répandant ses enseignements, la doctrine islamique a semé au plus profond des coeurs des croyants la graine de l'optimisme et de la candeur, créant ainsi les conditions favorables à l'épanouissement de la société.

Le noble Prophète– que les salutations et les bénédictions de Dieu soient sur lui et sur sa Famille avait cette qualité si développée en lui que les hypocrites y voyant une faiblesse, le lui reprochèrent comme le rapporte le Coran:

«Et il y a parmi eux ceux qui tourmentent le Prophète et disent: 'Il est tout oreille', Dis: 'Tout oreille au bien pour vous, il croit en Dieu, et fait créance aux croyants'...»

L'Islam enjoint aux musulmans de faire régner la bonne opinion entre eux, les uns envers les autres, et à considérer leurs actes respectifs, d'abord comme des actes guidés par la bonne intention, ou du moins à les supposer tels. Nul n'a le droit de mésinterpréter l'attitude d'un musulman à moins d'avoir des raisons ou des témoins à preuve.

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

«Tiens les actes de ton frère pour bons, jusqu' à ce que te vienne la preuve de ce qui t'en rendais perplexe. Et ne pense pas en mal d'une parole sortie de la bouche de ton frère, quand tu peux lui trouver une bonne interprétation.»

La bonne opinion à l'égard d'autrui attire amitié et affection.

Les Imams de l'Islam, Ali à leur tête, ont évoqué, en différents termes, cette qualité disant par exemple:

«Quiconque se fait une bonne opinion des gens, gagne leur coeur.»

Le docteur Marden dit:

«Quand vous rencontrez quelqu'un, tâchez de ne voir en lui que les bons côtés, ses bonnes qualités morales et psychologiques, puis essayez de grossir à vos yeux ce que vous lui trouvez de belles qualités. Si vous arrivez à garder ce conseil en tête, vous vivrez une vie sans nuage, et vous verrez que chacun essaiera de vous plaire et de chercher votre satisfaction, et de s'attirer votre amitié.»

L'influence exercée par la bonne opinion et l'optimisme est telle qu'elle peut s'étendre même aux pensées et actes des corrompus. Elle est en somme capable de préparer le terrain à une réforme de ces derniers.

L'Imam Ali dit:

«La bonne opinion préserve du péché.»

Dale Carnegie nous apporte le témoignage suivant à ce propos:

«J'eus récemment un entretien avec l'un des directeurs des , Exchange Buffets', groupe de vingt-six restaurants qui fonctionnent d'après un système spécial, le système de l'honneur'. Dans ces établissements, dont la fondation remonte à 1885, on ne présente jamais d'addition aux clients. Vous commandez ce que vous voulez. vous consommez, faites votre compte vous même et réglez à la caisse en partant. Pas de contrôle. pas de fche, rien. «Mais vous avez bien quelques surveillants?» m'écriai-je. stupéfait. «Vous ne pouvez pas être sûrs de tous vos clients!»' – Nous ne surveillons rien du tout, me dit le directeur. Peut-être y a-t-il des resquilleurs nous l'ignorons. Mais nous savons que notre système a du bon, sinon il nous eût été bien difficile de faire prospérer notre entreprise pendant plus d'un demi-siècle.' Aux «Exchange Buffets» chacun se sent traité en honnête homme, en homme d'honneur. Aussi, tous- riches, pauvres, voleurs ou mendiants- veulent mériter la confiance qu'on leur témoigne.»

«Si vous avez affaire à une fripouille, disait encore Mr. Lawes, directeur du pénitencier de Sing Sing, et autorité en la matière, s'il en fut, si vous avez affaire à une fripouille, vous n'avez qu'un moyen d'en tirer quelque chose de bon: feignez d'avoir confiance en lui, traitez- la comme un honnête et respectable citoyen, admettez d'emblée qu'il est loyal, «régulier». Il sera si flatté de votre confiance qu'il essaiera peut-être de la mériter.»'

Gilbert Robin dit pour sa part:

«Ayez confiance en les enfants, je veux dire comportez- vous à leur égard comme envers des innocents purs. Oubliez leur passé, et effacez de votre mémoire toutes leurs mauvaises actions. Essayez même de confier des responsabilités- fussent- elles au- dessus de leurs capacités- à des enfants qui ne respectent pas les règles d'hygiène ou de la morale, à ceux qui fuient la maison ou leur devoir. Plus encore, faites de sorte que l'accomplissement de ces nouvelles responsabilités leur inspire le sentiment de s'être améliorés et d'en être dignes. On peut ainsi aplanir la voie à la réforme des personnes en leur

faisant confiance et en ayant un comportement respectueux envers elles. La plupart des actes blamables sont des réactions destinées à combler un vide ressenti par leur auteur. Cyril Bert préconisait de très bonnes méthodes pour lutter contre les mauvaises tendances, disant qu'il fallait confier des sommes d'argent en dépôt à des enfants habitués aux larcins, et des tâches physiques plaisantes aux enfants désœuvrés et négligents.»

L'optimisme est une garantie de sérénité. L'Emir des Croyants dit:

«La bonne opinion est source de calme pour le coeur, et de pureté pour la foi.»

Elle atténue les douleurs et l'amertume de la vie.

«... elle allège le malheur.»

Le docteur Marden dit:

«Rien n'enjolive à nos yeux la vie, n'efface la douleur, et ne nous aplanit la voie du succès autant que l'optimisme et la bonne opinion envers autrui. Evitez les pensées douloureuses tout comme les maladies et leurs graves conséquences, Aérez votre esprit par des pensées joyeuses et tâchez de vous délivrer des préjugés,»

Les musulmans doivent avoir entre eux des rapports dénués de toute fâcheuse arrière-pensée les uns envers les autres. L'Imam Ali recommandait aux Croyants de penser toujours en bien de leurs frères, et d'agir de façon à ne pas décevoir cette attente chez eux et à ne pas tomber sous leur médisance:

«Ne déçois pas l'attente de celui qui te crédite d'une bonne opinion,»

Ali- que la paix de Dieu soit sur lui-, continue ainsi:

«La conjecture de l'homme est le critère de son intelligence, et ses actes sont les témoins les plus authentiques de son tréfond,»

Celui qui se fait une mauvaise opinion des gens, en subit les conséquences lui-même. Pour cette raison, l'Imam a fait de la bonne opinion du musulman envers son frère en Dieu, une preuve de sa capacité spirituelle, en disant:

«Celui qui dément une mauvaise opinion envers son frère ou s'en garde lui-même préservera son esprit et calmera son coeur.»

Samuel Smiles dit:

«Il a été prouvé que l'homme doté d'une nature puissante et de la grandeur d'âme, est naturellement souriant, et porté à la bonté, et a un caractère avenant et bienveillant en toute chose et toute personne. Les personnes sages, distinguent derrière tout nuage noir et épais, un soleil éclairant et lumineux, et

derrière toute épreuve et tout malheur, ils devinent un bonheur qu'ils s'emploient à réaliser. Ils tirent un supplément de force de toute douleur et de toute catastrophe, et puisent davantage de courage, de savoir et de connaissance de toute affliction et tristesse. Une nature comme celle-ci connaît sûrement le bonheur, et il est juste qu'on l'envie, car elle confère au visage une lumière et un sourire permanents. Leurs coeurs débordent de clarté, et tout se présente à leurs yeux en toute netteté, beau et attrayant.»

L'Imam Jaafar Sadeq 6e Imam du chiisme fait de la bonne opinion un droit mutuel des musulmans entre eux.

«Le Croyant a droit que son frère croyant... ne le démente pas.» dit-il dans un long hadith.

La foi est assurément le facteur favorisant le plus l'optimisme. Si tous les hommes partageaient la même foi, il aurait été naturel qu'ils eussent confiance les uns envers les autres. C'est la perte de la foi qui est le mal funeste qui corrompt en l'homme sa confiance dans les autres et le rend susceptible à leur égard. Le croyant s'appuie sur cette force absolue quand il ressent une faiblesse ou une incapacité. Il implore le secours de Dieu, source de toute force pour surmonter les difficultés. Ce qui a sur la formation de son esprit un impact profond.

Source URL:

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