

Exemple de dissertation rédigée :
Faut-il nous réjouir d'être conscient ?

Qui n'a déjà éprouvé une grande joie en se laissant aller au sommeil ? Lorsque nous dormons, nous perdons temporairement notre conscience, et nous ne semblons pas être angoissés à cette idée ; bien au contraire, laissez de côté les troubles de la conscience, le temps d'une nuit ou d'une sieste, nous paraît plutôt être un soulagement : on lâche prise, on s'abandonne dans les bras charmants et apaisants de Morphée... Pourquoi éprouver un tel contentement lorsque nous passons de l'état de conscience à l'état de sommeil, si ce n'est parce que certains troubles habituels venant de la conscience s'effacent temporairement ? En entrant dans le sommeil, nous ne ressentons plus cet ennui qui peut tyranniser notre conscience en nous rappelant en permanence que nous ne faisons rien, avec la honte qui accompagne cette inaction ; en entrant dans le sommeil, nous oublions le temps d'une nuit les problèmes obsédants qui rongent notre conscience toute la journée. Ainsi, l'expérience du sommeil, en tant qu'elle représente la perte temporaire de la conscience, semble montrer que l'état de conscience comporte des inconvénients importants ; est-ce à dire que nous devrions nous plaindre d'avoir reçu cette conscience dont nous ne pouvons nous débarrasser et qui nous accompagnera toute notre existence ? Cependant, il est intéressant de remarquer, que si une machine à rêve existait, nous permettant de réaliser dans une forme de sommeil permanent tous nos fantasmes et nos désirs, mais que cela impliquerait la perte de notre conscience, il n'est pas certain que beaucoup de personnes accepteraient d'utiliser une telle machine. Comment se fait-il qu'une promesse de bonheur ininterrompu ne suffit pas à nous décider d'abandonner notre conscience ? Ne serait-ce pas parce que, malgré les inconvénients que l'on peut trouver en elle, la conscience nous accorde un certain nombre de privilèges dont on ne peut pas accepter de se débarrasser aussi facilement ? En effet, la conscience, en nous permettant de nous raccrocher au réel, en nous donnant le sentiment d'exister, en nous permettant de "savoir qu'on sait" pour reprendre l'expression d'Alain, nous offre malgré tout une quantité non négligeable d'avantages, et il faut sans doute y réfléchir à plus d'une fois avant de les abandonner. Face à cette hésitation devant les avantages et les inconvénients de la conscience, il paraît légitime de se poser la question : faut-il se réjouir d'être conscient ? Autrement dit, est-ce que la somme des avantages de la conscience apporte plus de jouissance que la somme de ses inconvénients ? Pour tenter de répondre à cette interrogation, il paraît intéressant de commencer par analyser les différents griefs que l'on peut reprocher à la conscience ; puis, nous pourrions nuancer les reproches que nous aurons fait en montrant les avantages essentiels contenus dans la conscience ; enfin, nous pourrions essayer de voir plus loin, en montrant que la conscience nous apporte des éléments qui dépassent le problème de la jouissance : la conscience nous révélerait d'abord les invariantes exigences de la condition humaine. En répondant à la question posée, nous parviendrions alors à mieux comprendre les éventuels avantages que nous avons à être conscient, et ainsi à mieux nous comprendre nous-mêmes, ce qui est essentiel pour mieux vivre notre existence.

Afin de mener à bien cette réflexion, il est sans doute utile de commencer par détailler les différents griefs de la conscience afin de comprendre pourquoi il n'est pas si évident de se réjouir de la présence en nous de cette faculté.

La conscience est une faculté qui retient en nous des sensations, des sentiments, des idées. Cela peut être utile et bénéfique lorsque nous voulons travailler sur une idée ou sur un sentiment, mais la plupart du temps, ces idées et ces sentiments nous troublent ; nous sommes passifs face à eux ; ils engendrent des douleurs que nous ne parvenons pas à maîtriser. Ainsi, une déception, s'il est peut-être utile d'en avoir conscience afin de chercher à la dépasser et à améliorer notre rapport au réel, finit souvent par devenir obsessionnelle, et alors la conscience, au lieu d'être une faculté salutaire, devient une instance de torture : un traumatisme nous hante, revient en permanence dans notre tête, sans répit, à chaque instant. Par exemple, lorsque nous éprouvons une souffrance d'amour, le bon sens nous indique qu'il faudrait être capable de passer à autre chose et aller de l'avant ; mais la conscience fait que nous restons bloqués sur cette souffrance, qui nous hante et dont nous ne parvenons pas à nous débarrasser, comme on peut bien le voir dans les différents volumes de *La recherche du temps perdu* de Proust. Plus frappant encore, la mauvaise conscience, qui nous rappelle que nous avons fait des fautes graves et que nous sommes coupables, peut réellement devenir une source de torture mentale ; ainsi, Raskolnikov dans le roman de Dostoïévski *Crimes et châtiments*, est hanté par son crime et finit par se rendre à la police pour apaiser sa conscience. Ainsi, en réfléchissant sur la conscience, on s'aperçoit qu'il est fréquent de vouloir oublier nos malheurs ou les malheurs du monde ; mais malheureusement, nous ne pouvons jamais vraiment le faire ; la conscience est une lumière que nous ne parvenons jamais à éteindre volontairement ; alors que nous avons tant besoin d'obscurité reposante, la conscience vient à chaque fois raviver nos peines. La conscience, malgré son utilité

pour agir sur soi et le monde, apparaît donc comme une faculté dont le fonctionnement nous apporte inévitablement une forme de souffrance.

En outre, la conscience apparaît comme une faculté de scission. Autrement dit, la conscience, par nature, tend à différencier ce que nous sommes, notre être (ce qu'on appelle la conscience de soi), de ce que nous ne sommes pas, du monde extérieur. Un enfant, ou un animal n'ayant pas cette conscience de soi développée, ne ressent pas cette irréductible séparation entre le moi et le monde. Mais quand notre conscience nous rappelle en permanence que l'être que nous sommes est condamné à être à jamais singulier, à n'être jamais fondu dans l'ordre des choses, nous pouvons ressentir du trouble et du mal-être. Quand je regarde le ciel étoilé, que je pense à l'infinité du temps et de l'espace et que je prends conscience de ma finitude, je peux m'exclamer, comme Pascal : « Le silence éternel de ces espaces infinis m'effraie » : ma conscience demande du sens, et je n'obtiens qu'une fin de non recevoir, un silence pesant qui me renvoie à mon existence solitaire et absurde. C'est le même sentiment qui a été exprimé dans différentes œuvres d'art, allant du mythe de l'androgynie dans le *Banquet* de Platon, où ce dernier explique que l'homme essaye de guérir d'une blessure de sa nature en cherchant l'amour et en pratiquant des rapports sexuels, ou encore par Michel-Ange quand il représente le premier homme, Adam, séparé par un mince espace de la main de Dieu. Cela signifie que l'homme est particulièrement sensible, du fait de sa conscience, à la séparation inévitable qui existe entre lui et les autres entités du monde ; il essaye en permanence de combler cette séparation (que ce soit par la religion ou par l'amour), mais nous savons tous que cela est une entreprise vaine, et que l'homme demeurera toujours seul dans sa propre conscience. Ainsi la conscience, en plus d'être une faculté qui engendre la souffrance, est également une faculté engendrant le sentiment d'être seul à l'intérieur de soi-même, jamais parfaitement uni au monde, toujours d'une certaine manière étranger au monde.

Si la conscience nous permettait d'avoir à l'esprit uniquement des éléments agréables et bénéfiques pour notre existence, sans doute que cette faculté nous paraîtrait sans défaut. Or, le fait que la conscience puisse être le véhicule de sentiments difficiles à accepter est un reproche sérieux que nous pouvons lui adresser : en effet, ce n'est pas seulement de petites déceptions, ou de faibles traumatismes que la conscience nous rappelle en permanence ; la conscience nous rappelle notre condition humaine, dans ce qu'elle a de plus tragique et absurde. L'homme, seul parmi les êtres vivants, a la conscience de sa finitude, de sa mort inévitable ; il sait que, quoiqu'il fasse, il est condamné, d'une manière ou d'une autre, à périr dans le néant. Cette conscience de la mort peut rapidement devenir un fardeau difficilement soutenable, un poids qui nous empêche d'apprécier la vie. La mort devient alors une obsession nous conduisant à l'inaction ; on ne profite plus du moment présent ; à force de penser en permanence à la mort, c'est comme si nous étions déjà d'une certaine manière déjà mort. On devient spectateur de notre propre vie ; on la voit défiler devant nos yeux ; on se sent faible et passif face au temps qui nous écrase, nous vieillit et nous tue. D'où un sentiment de nostalgie par rapport à notre enfance, quand nous étions encore insouciant, quand notre conscience n'était pas encore assez développée pour nous faire penser à ses problèmes sérieux et graves ; plus on grandit, plus on se rapproche de la mort, et plus on prend conscience de celle-ci. Cela engendre souvent des angoisses difficiles à dissiper ; on sent que la vie n'a peut-être pas de sens ; et l'on regrette de n'être pas un animal pouvait jouir simplement de l'existence, sans souffrir en permanence des anticipations de la mort inéluctable. On peut ainsi penser au roman marquant de Tolstoï, *La mort de Ivan Ilich*, qui raconte comment un fonctionnaire, simple et semblable à chacun de nous, apprend qu'il est condamné à mourir, et comment cette pensée le hante de manière terrible. Et justement, le seul moment où le personnage semble libéré de la peur de la mort, c'est quand il perd conscience ; quelques secondes avant de mourir, il se sent réconcilié avec lui-même et avec le monde, justement parce qu'il perd sa conscience qui le faisait tant souffrir, qui était pour lui créatrice d'un sentiment horrible d'absurdité et de vacuité.

Ainsi, nous voyons que nous pouvons trouver des griefs non négligeables de la conscience ; mais si nous sommes honnêtes, nous sommes forcés de reconnaître que d'un autre point de vue, la conscience apporte également des avantages considérables.

De prime abord, il est important de noter que la conscience est avant toute chose une faculté d'action. La plupart des spécialistes s'accordent pour dire que la conscience, comme d'autres organes ou facultés, s'est développée pour des raisons de survie, ou du moins afin que l'homme puisse plus facilement survivre. La nature ne fait rien en vain, comme le disait déjà Aristote ; si la conscience est apparue, c'est qu'elle correspondait à des besoins précis. Quels sont ces besoins ? A quoi nous sert concrètement la conscience ? On peut appuyer notre réflexion sur les idées du philosophe français Bergson qui a insisté sur le rôle pragmatique de la conscience en montrant que la conscience permettait à la fois d'anticiper l'avenir et de retenir le passé ; la conscience permettrait de mieux agir sur le présent du fait de la liaison qu'elle permet entre le passé et le futur. En effet, imaginons un homme qui découvre pour la première fois le feu, et qui s'aperçoit qu'il peut cuire de la viande ; il pourra par la suite se souvenir de cette expérience et la répéter quand il en aura le besoin. Cet exemple éloigné nous rappelle à quel point tous les hommes, dans leur vie quotidienne, essayent de faire un usage de leur mémoire et d'utiliser leur conscience pour réaliser des

tâches sur le long terme. Un animal ne peut pas s'appuyer à ce point sur les leçons de son passé et encore moins prévoir un projet sur le long terme ; seul l'homme est capable de créer un édifice immense sur qui demande parfois plusieurs générations, comme la construction d'une cathédrale.

Par ailleurs, la conscience – et cela dérive directement de ce que nous avons vu précédemment – est également la faculté qui nous permet de prendre des choix de vie. Imaginons un instant que nous perdons notre conscience : nous serions en permanence dirigé par nos instincts immédiats, nous ne parviendrions jamais à prendre du recul sur nous-mêmes, à réfléchir sur le sens de nos actions possibles. Un animal, aussi impressionnant soit-il, est toujours condamné à réaliser les mêmes actions ; il suffit d'observer les mouvements répétitifs et prévisibles d'un chien pour en être convaincu. L'animal réagit plus qu'il n'agit, car ses actions dérivent d'un instinct quasi-automatique. Concrètement, cela signifie que l'homme a un grand pouvoir de création sur sa propre existence ; il est, en quelque sorte, le sculpteur de sa propre vie. Comme le dit Paul Valéry : « Je suis né plusieurs, je suis mort un », aphorisme qui signifie qu'à notre naissance, nous nous retrouvons face à une multiplicité indéfinie de destins possibles, que nous pouvons choisir au fur et à mesure de notre évolution grâce aux choix que nous permet de faire la conscience. C'est là ce qui fait tout l'intérêt d'une existence humaine et qui fait sa singularité. Nous ne sommes pas des êtres impersonnels qui appartiennent sans véritable singularité à une espèce générale ; nous avons tous la possibilité de nous rendre unique, fier d'être nous-mêmes, en construisant une vie propre à nous-mêmes. Il n'y aura jamais deux Napoléon ou deux César ; il n'y aura jamais un second nous-mêmes. C'est par la conscience donc que nous parvenons à faire de notre existence un destin intéressant et singulier.

Enfin, quand nous parlons de conscience, nous pensons aussi à la conscience de soi, qui est particulièrement développée chez nous. Cette conscience de soi fait que nous pouvons nous regarder dans un miroir et reconnaître que nous sommes la personne que nous voyons en face de nous. Nous pouvons nous prendre nous-mêmes comme un objet de connaissance ; nos méditations peuvent se diriger vers notre intériorité : nous savons qui nous sommes, nous savons que nous savons qui nous sommes, et cela a des implications riches et avantageuses. Si je m'analyse moi-même, dans un effort d'introspection, je peux reconnaître en moi des imperfections ; je peux admettre que j'ai tendance à être facilement en colère par exemple. Une fois la colère récurrente est mise en évidence, je peux essayer de lutter contre ce tempérament néfaste. En d'autres termes, la conscience de soi me permet de m'améliorer moi-même en me rendant capable de trouver les points sensibles sur lesquels mes efforts doivent se diriger pour me rendre chaque jour plus parfait, plus proche d'un idéal que je me suis formé. De surcroît, c'est également cette conscience de soi développée qui nous permet de nous rendre compte aussi bien de notre malheur (et alors nous pouvons agir pour essayer de remédier à cette situation) que de notre bonheur : c'est d'ailleurs pour cette raison que certains spécialistes hésitent à parler d'un "bonheur animal". Le bonheur est peut-être réservé à l'homme, car la notion de bonheur implique que l'on sache avec acuité que nous sommes contents de notre état. Un animal ressent du plaisir, mais jamais il ne peut se dire, en prenant du recul sur lui-même avec satisfaction : "je suis heureux", ou "je dois encore réaliser tel objectif pour me sentir heureux". Par la conscience, nous sortons de l'aveuglement des autres êtres vivants ; la lumière de la conscience peut éblouir, mais si nous savons comment l'employer à bon escient, elle peut surtout nous éclairer.

Ainsi, nous voyons que les avantages de la conscience peuvent être tout aussi convaincants que les inconvénients ; nous nous retrouvons face à une opposition stérile, et l'individu seul peut subjectivement répondre à la question posée, en fonction de la résonance plus ou moins grande qu'ont sur lui les arguments en faveur ou en défaveur de la conscience. Pour répondre correctement à la conscience, nous devons donc nous efforcer de changer de perspective en nous intéressant à la manière dont nous utilisons la conscience.

Pour avancer dans la réflexion et dépasser l'antagonisme stérile, il faut cesser de se placer dans une logique artificielle de l'évaluation, comme si on pouvait définitivement dire qu'il aurait mieux fallu naître sans conscience ou que nous sommes chanceux de nous retrouver dans cette situation. Ce n'est pas en raisonnant avec des « si », en jouant avec les possibles pour imaginer des scénarios improbables que l'on comprendra mieux notre rapport à la conscience. Partons donc, plus simplement, d'un constat : nous naissons avec la conscience, qu'on le veuille ou non, et à moins de se noyer dans les narcotiques ou de se laisser glisser vers le néant, nous devons faire avec la conscience. Nous savons que nous sommes un « roseau pensant » comme le dit Pascal et que nous ne changerons pas notre nature. Plutôt donc que d'émettre des jugements de valeurs plus ou moins rigoureux sur la conscience, nous devons nous attacher à la comprendre, et plus spécifiquement, à essayer de déterminer les conditions à remplir pour pouvoir vivre au mieux avec notre conscience. C'est uniquement en procédant avec cette méthode que nous pouvons répondre de manière satisfaisante à la question posée ; et d'ailleurs, dès que l'on essaye de s'exprimer sur une faculté naturelle en l'homme, il nous faut procéder de la même manière. Ainsi, il est absurde de se demander s'il n'aurait pas mieux fallu naître sans raison, ou sans langage, ou sans jambes ; de même qu'il est absurde de regretter de n'être pas né avec des ailes, ou avec la pensée omnisciente. Nous devons composer avec ce qui nous est donné, ce qui ne signifie rien d'autre que nous devons accepter notre

condition humaine et apprendre à la maîtriser. Et qu'est-ce qui définit mieux notre condition humaine que la conscience ?

Le point qui semble fondamental pour comprendre les conditions que nous devons remplir pour apprécier le rôle de notre conscience est que la conscience redouble nos affects. Quand j'ai peur, je sais que j'ai peur, et c'est ce mouvement de l'émotion à la conscience et de la conscience à l'émotion qui irrigue les affects avec une intensité propre à l'homme. Ce n'est pas du tout pareil d'avoir peur et de savoir que l'on a peur, en effet : dans le premier cas, l'émotion apparaît, influe sur le comportement, et sitôt la source de la peur éloignée, la vie reprend tranquillement son cours ; dans le second cas, l'émotion agite l'esprit tout entier pendant que l'émotion est ressentie, et surtout l'émotion, en restant présente dans la mémoire de l'individu de manière conscience, continue à manifester ses effets néfastes. Les animaux n'ont pas besoin de psychologues... L'homme est l'animal qui ressasse en permanence ses affects en multipliant leur présence par le prisme de la conscience. Mais une fois cela expliqué, une idée essentielle apparaît en toute netteté : la conscience, en tant qu'elle est ce prisme intensifiant et redoublant les affects, peut tout autant être une source de torture qu'une source d'euphorie : tout dépend des affects qui sont intensifiés et redoublés par la conscience. Et une fois que l'on prend justement conscience de cette disposition particulière à nos affects, nous pouvons plus rigoureusement nous donner comme tâche de mieux diriger, dans la mesure de nos moyens, notre existence pour favoriser les bons affects plutôt que les mauvais. La conscience n'est donc ni bonne ni mauvaise en soi, elle est un instrument dont on peut faire un usage épanouissant ou un usage aliénant selon notre attitude : la conscience de la mort peut être une source de crainte et de désespoir comme elle peut nous aider à mieux vivre l'instant présent en nous incitant à ne pas remettre au lendemain incertain ce qui peut être fait aujourd'hui.

Or, c'est justement une mission que se sont donnés un certain nombre de philosophes : par une analyse de la psychologie humaine, déterminer une méthode pratique permettant de concrètement améliorer notre existence, ressentir plus de joie et moins de peine. La philosophie fait le pari que l'homme a la capacité de connaître son esprit, et par cette connaissance (donc par la conscience qu'il a de son esprit), de rendre possible une vie meilleure. *L'éthique* de Spinoza peut beaucoup nous apprendre pour résoudre la question que nous examinons en ce moment. D'après Spinoza, il existe deux types de passions qui peuvent nous affecter : les passions tristes et les passions joyeuses. Une passion triste est une passion qui diminue notre puissance d'exister, qui affaiblit notre être, qui nuit à notre bien-être ; une passion joyeuse augmente notre puissance d'exister, renforce notre être, favorise notre bonheur. Or, la plupart des hommes se laissent aller au hasard de l'existence sans réflexion, sans prendre du recul sur leur vie et leurs passions, et se contentent de subir passivement le hasard des rencontres : s'ils sont chanceux, les passions joyeuses seront plus fréquentes, certes, mais pourquoi abandonner une question si importante au destin ? L'homme doit se ressaisir, prendre conscience de lui-même et de ses passions, apprendre à connaître le monde et les hommes pour pouvoir prendre les bonnes décisions et agir efficacement autour de lui afin de favoriser concrètement les passions joyeuses et d'être réellement le maître de son destin.

Finalement, la conscience apparaît comme une faculté particulièrement troublante : on peut certes s'embêter à faire un tableau comparatif des avantages et des inconvénients de la conscience, mais le résultat s'avère forcément confus, car la conscience se révèle être une réalité ne présentant pas des caractéristiques bien fixes et définies puisque variables selon l'usage que les hommes en font. Les effets concrets de la conscience sur notre bonheur dépendent avant tout de ce que nous sommes et de ce que nous éprouvons. Un homme qui est dépressif va voir la conscience comme le plus pesant des fardeaux, comme une malédiction qui ne peut se dissiper qu'à la mort ; on comprend alors qu'il puisse s'indigner qu'on se réjouisse de la conscience, lui qui ne connaît que la conscience malheureuse, la conscience qui multiplie inutilement le malheur et paralyse l'homme dans l'échec ! Mais quand un homme est sain d'esprit et de corps, la conscience s'harmonise plus facilement avec notre être et multiplie notre puissance sur nous-mêmes et sur le monde, apparaissant ainsi comme un bien suprême. Avec la conscience, les affects de l'homme débordent sur des extrêmes ; seul un être conscient peut connaître la tentation désespérée du suicide ou sentir avec acuité le bonheur d'exister et de participer à un monde riche et fascinant. Dans tous les cas la conscience est un privilège, qui, sous cette forme, est le propre de l'homme : c'est à nous d'en faire un instrument de bonheur plutôt qu'une source de torture, car justement parce que nous sommes conscients, nous pouvons prendre du recul pour réagir face à nos expériences internes et face à la réalité du monde ; il ne nous faut donc pas nous contenter de platement nous réjouir de la conscience, mais il nous faut prendre conscience des conséquences qu'impliquent la conscience. Les philosophes comme Spinoza qui nous proposent une grille de compréhension des affects parviennent à esquisser un chemin pour que, par la conscience, l'homme tente de maîtriser son parcours dans l'existence ; c'est un appel à élever notre niveau de conscience qui demande efforts et patience ; ce n'est que lorsque nous acceptons cette exigence et que nous parvenons à augmenter la maîtrise de notre vie que nous pouvons nous réjouir d'être conscient.