

LE TEMPS

Philosophie Samedi 4 septembre 2010

Alexandre Jollien: «La joie conduit au détachement»

Par Patricia Briel

Dans son nouveau livre, le philosophe handicapé Alexandre Jollien ausculte ses passions et se met à nu. Il découvre un chemin de liberté dans l'adhésion au réel.

Genre: Essai

Réalisateurs: Alexandre Jollien

Titre: Le Philosophe nu

Studio: Seuil, 198 p.

Samedi Culturel: Dans votre livre, vous parlez du combat que vous menez contre les passions. Cette lutte vous a-t-elle conduit à modifier votre définition de la sagesse?

Alexandre Jollien: Reprenant à mon compte la définition faite par les philosophes grecs de la sagesse, j'ai longtemps cru que celle-ci était l'ataraxie, c'est-à-dire l'absence de troubles, la tranquillité de l'âme. Aujourd'hui, j'ai compris que la sagesse consiste à vivre avec ses passions sans que celles-ci ne nous rendent esclaves, à tenter de trouver une joie inconditionnelle qui ne se laisse pas altérer par les petits tracés du quotidien. Cette attitude nous permet de cheminer vers la liberté. Car il est impossible d'éradiquer les passions, et je dirais même que ce n'est pas souhaitable. En nous évertuant à les terrasser, nous tuons la vie.

L'ataraxie est donc une illusion?

Elle peut être un danger si on la comprend de manière caricaturale, et si l'on se dit: je serai heureux une fois que j'aurai réglé tous mes problèmes. Or c'est la joie qui mène au détachement, dans la mesure où celle-ci correspond à une simple et sobre adhésion au réel, qui accepte l'imperfection du monde.

Que faites-vous du problème du mal et de la souffrance?

Le mal est un mystère. Il est vain de tenter de l'expliquer. Dire qu'il faut adhérer au réel malgré la souffrance est facile, je le reconnais. Lors d'un voyage au Népal où j'accompagnais Terre des hommes, j'ai fait le constat d'une souffrance telle qu'il m'a semblé indécent de marteler que le bonheur est intérieur. Je ne cherche pas à justifier la souffrance. Dire à quelqu'un qu'elle a un sens relève de la maltraitance. Cependant, on peut lui donner un sens a posteriori, une fois qu'on relit sa propre histoire. Cela dit, ce n'est pas la souffrance qui nous grandit, mais ce qu'on en fait.

Adhérer au réel, cela signifie déjà accepter les bons moments de la vie, ici et maintenant. C'est accepter les choses telles qu'elles sont, une fois pour toutes. Cette attitude d'acceptation de chaque instant ne signifie pas qu'il faut baisser les bras. Il s'agit plutôt de comprendre que la révolte nous affaiblit au moment où l'épreuve requiert toute notre énergie et notre force.

Vous parlez beaucoup de la joie dans votre livre, et peu du bonheur.

La joie est plus accessible et plus humble que le bonheur, généralement défini comme un état plus ou moins stable. La joie en revanche s'avère compatible avec l'épreuve. Elle est une intériorité assez vaste pour accueillir la souffrance sans la laisser nous dévaster. Développer une telle attitude au quotidien relève de l'ascèse. La joie se découvre plus qu'elle ne se conquiert. Pas besoin d'une lutte acharnée pour l'atteindre, car elle réside toujours au fond de nous. Les bouddhistes disent que nous avons tous la nature de Bouddha. Il s'agit de retrouver ce qui fait notre humanité, enfouie sous des couches d'ego.

Vous dites que la joie mène au détachement. Qu'entendez-vous par ce mot exactement?

Je comprends le détachement comme un décentrement, comme une disposition à faire peu de cas de soi. C'est évidemment très difficile quand on souffre, car la douleur conduit au repli sur soi. J'aime cette phrase de Jésus dans l'Évangile: «Celui qui veut mettre ses pas dans les miens qu'il s'oublie, qu'il se charge de sa croix et qu'il me suive.» Autrefois, j'ai haï cette phrase, car j'y décelais un certain dolorisme, un appel au sacrifice de soi. Alors qu'elle invite au contraire à s'ouvrir, à élargir son moi, à mourir à soi pour vraiment exister. Pour moi, le détachement signifie renoncer au personnage que je joue, et découvrir qui je suis réellement. Le détachement n'implique pas de se maintenir à distance de la souffrance. Au contraire, il mène à vivre à fond cette expérience afin qu'elle s'épuise.

Il faut assouvir les passions pour s'en détacher?

Non, pas forcément. Mieux vaut avoir une attitude de reddition devant les passions, car elle n'implique pas le passage à l'acte. Par exemple, il s'agit d'oser vivre la peur ou la colère sans leur obéir.

Dans votre livre, vous confessez la jalousie que vous procure la vue des beaux hommes, et vous décrivez votre addiction aux textos de l'un de vos amis. Êtes-vous aujourd'hui un homme détaché?

Pas du tout! La méditation zen, que je pratique une heure par jour depuis neuf mois, représente une bonne école pour moi. Ne pas être volontariste, s'asseoir et accepter tout ce qui se passe, notamment les vagues d'émotions, sans rester fixé sur elles... Le zen a été une révélation. J'ai découvert que le corps peut apporter la paix. Ce n'est pas avec le mental qu'on apaise les tensions.

La découverte de l'impuissance de la raison face aux passions semble vous avoir surpris?

Oui. Nourri de philosophie grecque, j'ai entretenu beaucoup d'illusions sur le volontarisme. Je croyais devoir tout maîtriser. Mais j'ai remarqué que les passions résistent à tous nos efforts pour les vaincre. J'ai notamment réalisé que le succès de mon précédent livre, *La Construction de soi*, ne réparerait pas mes blessures comme je l'avais espéré. Cette réussite ne changerait pas mon corps. Je le savais bien sûr, mais j'ai expérimenté cette déception dans ma chair. C'était d'autant plus difficile que, d'un point de vue extérieur, j'avais toutes les raisons d'être heureux. Ce constat d'échec m'a incité à prendre une autre voie. La rédaction du *Philosophe nu* m'a beaucoup aidé à sortir la tête hors de l'eau.

Vous semblez désormais engagé dans une voie plus spirituelle. Quel est votre rapport à la foi chrétienne et à l'Évangile?

Pour moi, la foi n'est pas une certitude, mais un saut dans l'abandon. Je ne sais pas si Dieu existe, mais, au fond de moi, je le crois. Je lis l'Évangile tous les jours. Je suis déconcerté par la simplicité de ce texte. Paradoxalement, il est pour moi plus facile de lire Sénèque ou Spinoza. En effet, l'Évangile ne contient pas de concepts philosophiques. Il ne donne pas de consignes de vie, il décrit un état d'esprit. En ce moment,

je médite sur l'Annonciation, et sur le oui de Marie.

Alexandre Jollien sera présent ce samedi au Livre sur les quais, une manifestation qui accueille à Morges près de 180 écrivains francophones.

LE TEMPS © 2009 Le Temps SA