

REMÈDES DE L'ÂME

Une bibliothèque intérieure

Une tradition ancienne rapporte qu'au seuil de la bibliothèque sacrée de Ramsès II se lisait cette inscription grecque : ψυχῆς ἰατρεῖον — lieu de guérison de l'âme, ou, dans une traduction plus libre et peut-être plus juste encore, remèdes de l'âme.

Il est peu de formules qui disent avec une telle économie de mots ce que les livres ont représenté pour certaines civilisations et, plus secrètement, ce qu'ils ont fini par représenter pour moi. Ils ne sont pas de simples dépôts de paroles, ni des réserves inertes où le savoir attendrait patiemment d'être consulté. Ils sont des instruments de métamorphose intérieure, de discrètes pharmacopées de l'esprit, des chambres de résonance de la mémoire et des lieux singuliers où plusieurs temps peuvent cohabiter sans se détruire.

Les livres ont toujours exercé sur moi une fascination presque orphique.

Toute bibliothèque est, au fond, une conversation entre des régions hétérogènes du temps : temps linéaires ou circulaires, historiques ou mythiques, simultanés ou divergents, parfois morts depuis des siècles et cependant encore capables de nous atteindre.

Ouvrir un livre, c'est franchir une frontière singulière.

C'est entrer dans un territoire où les morts continuent de parler.

Certaines idées y survivent à ceux qui les ont conçues avec une obstination que la seule biologie ne saurait expliquer.

Peut-être est-ce pour cette raison que Borges imagina le Paradis sous la forme d'une bibliothèque, et qu'Umberto Eco reconnut en elle non seulement une archive du savoir, mais une formidable machine dressée contre l'oubli.

Les morts continuent de parler là où les livres demeurent ouverts.

Mais toute bibliothèque est aussi une autobiographie involontaire.

Les livres que nous choisissons, ceux que nous délaissions, ceux auxquels nous revenons vingt ans plus tard, et ceux encore que nous n'ouvrons plus mais dont la présence nous accompagne, finissent par composer une cartographie secrète de notre existence.

Aucun itinéraire intellectuel n'est entièrement voulu.

Il y a des rencontres fortuites, des maîtres imprévus, des lectures qui arrivent trop tôt et d'autres dont le sens ne se révèle qu'après que la vie nous a suffisamment instruits pour les comprendre.

Montaigne le savait mieux que quiconque. Il fit de lui-même la matière de son livre, non par narcissisme, mais parce qu'en se prenant pour objet d'examen il découvrait en lui quelque chose qui dépassait son propre cas : « chaque homme porte la forme entière de l'humaine condition ».

C'est peut-être là l'une des justifications les plus profondes de toute écriture personnelle digne de ce nom : parler de soi jusqu'au point où le soi cesse d'être privé et rejoint l'humain.

Les récits biographiques qui façonnent chaque existence sont irréductiblement singuliers, car tout être humain résulte d'une convergence particulière entre nature, culture et histoire.

L'analogie avec le jeu s'impose presque d'elle-même.

Les cartes nous sont distribuées sans que nous ayons été consultés.

Nul ne choisit son corps d'origine, sa première famille, le siècle où il vient au monde, certaines blessures précoces ni les événements qui commencent à façonner son caractère bien avant qu'il ne soit capable de les nommer.

Mais l'essentiel ne réside pas entièrement dans la main reçue.

Quelque chose commence dans la manière de la jouer.

L'espace de la liberté s'ouvre précisément là où la facticité cesse de suffire à expliquer une vie.

Entre le hasard et la nécessité — ou, plus exactement, suspendu entre les deux — l'homme avance sur ce que l'on pourrait appeler le précipice de la liberté.

Maurice Merleau-Ponty parlait d'une liberté en situation : jamais absolue, jamais désincarnée, toujours prise dans un corps, une histoire, une époque et des circonstances que nous n'avons pas choisies.

Mais une liberté limitée n'est pas pour autant une liberté illusoire.

Peut-être n'est-elle liberté que parce qu'elle rencontre une résistance.

Sans cette faculté de prendre distance avec ce qui lui advient, l'homme ne serait qu'un automatisme biologique d'une extrême sophistication : un organisme doté d'un système nerveux admirable, capable de réagir à d'innombrables stimuli, mais incapable de s'interroger sur eux.

L'existence commence là où l'homme cesse de seulement réagir et commence à s'interroger.

Une part considérable de notre époque pourrait peut-être être comprise comme une lente abdication de cet exercice intérieur de la liberté.

En échange, on nous propose des substituts toujours plus efficaces : confort, distraction, consommation, vitesse, visibilité, excitation, divertissement.

Jamais nous n'avons disposé d'autant de possibilités, et il n'est pas certain que nous sachions mieux quoi en faire.

Jamais la liberté n'a été aussi constamment invoquée, et peut-être jamais n'a-t-il existé une industrie aussi perfectionnée pour anticiper nos désirs, capter notre attention et orienter nos choix.

Je voudrais donc que ces pages fussent moins une présentation qu'un lieu discret où puissent se rassembler paroles, intuitions, expériences et questions.

Dans une autre tradition culturelle, j'aurais pu recourir non aux mots mais aux idéogrammes ; ou, cédant à une tentation plus ascétique encore, à quelques signes, peut-être à quelques phonèmes.

Car aucune langue n'est innocente.

Toute langue transporte avec elle une métaphysique tacite.

Et tout système symbolique modèle autrement l'expérience du monde.

J'ai étudié la médecine, la psychiatrie, la philosophie, l'anthropologie et quelques autres disciplines appartenant à cette tâche humaine interminable : tenter de comprendre l'homme.

J'ai traversé des universités plusieurs fois séculaires, des hôpitaux, des bibliothèques, des salles de cours et des géographies diverses à la poursuite de cet étrange être vivant que les Grecs nommèrent *ἄνθρωπος*.

Dans le *Cratyle*, Socrate propose à Hermogène une étymologie philosophique d'*anthrôpos* : l'homme serait celui qui ne se contente pas de voir, mais revient sur ce qu'il a vu, l'examine, le considère et fait de sa propre perception un objet de pensée.

L'exactitude philologique importe ici moins que l'intuition anthropologique.

L'homme serait ainsi l'animal capable de faire problème de sa propre expérience.

Il voit, et sait qu'il voit.

Il souffre, et peut demander ce que signifie sa souffrance.

Il désire, et peut interroger la légitimité de son désir.

Il sait qu'il mourra et, parce qu'il le sait, il construit des tombeaux, des religions, des bibliothèques, des hôpitaux, des poèmes et des métaphysiques.

Montaigne avait compris que la philosophie ne pouvait contourner cette connaissance de la mort. Le chapitre des *Essais* intitulé « Que philosopher c'est apprendre à mourir » reprend l'idée ancienne selon laquelle la pensée doit aussi nous apprendre à ne pas vivre sous la terreur de notre propre fin.

Mais apprendre à mourir n'est pas cultiver la mort.

C'est apprendre à donner à la vie sa juste mesure.

Je serais tenté, ici, de mettre un point final.

Mais les points finaux appartiennent davantage à la syntaxe qu'à l'existence.

La vie conclut rarement avec la netteté d'un paragraphe.

La *Lebenswelt*, le monde de la vie de Husserl, ressemble bien moins à un traité systématique qu'à un manuscrit couvert de ratures, de gloses marginales, d'interpolations, de fragments perdus et de pages qui ne seront jamais écrites.

Ces pages ont, en réalité, une double destination.

D'une part, offrir une image nécessairement fragmentaire de celui qui les écrit.

D'autre part, tenter de répondre — dans les limites qui sont les miennes — à quelques-unes des questions qui surgissent dans le domaine auquel j'ai consacré une part considérable de mon existence : la psychopathologie et la psychiatrie.

Henri Ey avait compris la maladie mentale à partir du trouble qu'elle introduit dans la liberté humaine, et cette intuition demeure d'une remarquable fécondité anthropologique.

Car derrière d'innombrables manifestations psychopathologiques se trouve altérée, d'une manière ou d'une autre, la relation entre liberté, désir, volonté, affectivité et réalité.

La maladie psychique n'est pas seulement un assemblage de symptômes.

Elle est aussi une modification de la manière d'habiter le monde.

La dépression altère l'expérience de l'avenir.

La manie déforme la mesure du possible.

La psychose transforme le statut même de la réalité.

L'obsession peut convertir la liberté en rituel.

L'angoisse transforme la possibilité en menace.

L'impulsivité raccourcit dangereusement la distance entre le désir et l'acte.

Le trouble mental apparaît ainsi non seulement comme un événement clinique, mais comme une fracture anthropologique.

La nosographie contemporaine — y compris le Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders — peut cartographier avec précision nombre de ces configurations.

Mais classer n'est pas encore comprendre.

Une taxonomie peut nous dire comment nommer un syndrome.

Il est infiniment plus difficile de comprendre ce qu'il advient de la liberté d'une personne lorsque son monde se rétrécit jusqu'à devenir inhabitable.

C'est en ce sens que l'ancienne conception d'une psychiatrie pensée comme étude d'une certaine pathologie de la liberté conserve une force particulière.

Et c'est ici que l'angoisse devient inévitable.

Kierkegaard comprit peut-être avant beaucoup de cliniciens que l'angoisse n'était pas seulement un affect pénible ni un symptôme destiné à disparaître sous l'effet d'un traitement.

Elle était aussi le vertige de la possibilité.

Seul un être placé devant ce qui peut encore advenir peut éprouver l'angoisse dans son sens véritablement existentiel.

L'animal a peur.

L'homme, lui, anticipe.

Il peut imaginer la catastrophe avant qu'elle n'arrive, souffrir de futurs qui n'auront jamais lieu et désespérer devant des possibilités qui demeurent pourtant ouvertes.

Mais cette même faculté qui produit l'angoisse rend aussi la liberté possible.

Seul celui qui peut se tromper peut choisir.

Seul celui qui peut perdre peut risquer.

Seul celui qui peut échouer peut véritablement agir.

Je voudrais enfin m'arrêter sur la valeur symbolique d'un autre nom : Eudemoniapsyche.

Le terme grec εὐδαιμονία, central dans l'Éthique à Nicomaque d'Aristote, est souvent traduit par « bonheur ».

Le mot français est trop pauvre.

L'eudaimonia n'est pas un état agréable ni une satisfaction passagère. Elle désigne une vie accomplie, une forme d'épanouissement où la raison, le caractère, l'action et la vertu trouvent une certaine consonance.

Pour Aristote, le bien suprême ne réside ni dans la richesse, ni dans les honneurs, ni dans la gloire, ni même dans le plaisir pris isolément.

Il réside dans une certaine excellence dans la manière même de vivre.

La modernité tardive semble avoir progressivement remplacé cette ancienne question —

Comment faut-il vivre ?

— par une autre, beaucoup plus immédiate :

Que me manque-t-il encore ?

Peut-être l'une des mutations anthropologiques les plus profondes de notre temps réside-t-elle précisément là.

Le sujet contemporain vit dans une économie permanente de comparaison, d'exposition et de reconnaissance.

Il doit se montrer, se produire, s'expliquer, s'optimiser, se mettre à jour.

Il ne suffit plus d'exister.

Il faut produire des signes visibles attestant que son existence mérite d'être regardée.

C'est pourquoi de nombreuses formes contemporaines de souffrance peuvent aussi être pensées comme des altérations du désir, de l'affectivité, de la volonté et de notre rapport à la limite.

Dépression, anxiété, angoisse, pathologies narcissiques, compulsions, impulsivité, bipolarité, psychose ou certaines configurations de la personnalité ont des structures et des étiologies différentes et ne sauraient être confondues.

Mais chacune révèle, sous un angle distinct, combien la vie psychique dépend de la difficile négociation entre ce que nous désirons, ce que nous pouvons, ce que nous sommes et ce que la réalité permet.

Peut-être Eudemoniapsyche pourrait-il désigner l'état d'une âme qui serait parvenue à une certaine réconciliation avec cette distance.

Non l'abolition du conflit.

Non une sérénité perpétuelle et impossible.

Encore moins une vie sans souffrance.

Mais la connaissance de sa propre mesure.

La sagesse grecque savait que la limite n'était pas seulement privation.

Elle pouvait être aussi une forme d'intelligence.

Notre époque, en revanche, semble éprouver une difficulté croissante à l'accepter.

C'est de là qu'est né, un jour, le néologisme dys-eudémonie : la fausse promesse d'accomplissement qui finit par produire l'exact contraire de ce qu'elle annonce.

Une humanité entourée de possibilités et pourtant chroniquement insatisfaite.

Saturée d'informations et affamée d'orientation.

Constamment exposée aux autres et profondément seule.

De plus en plus convaincue que toute limite constitue une injustice personnelle.

Obsédée par l'idée de prolonger indéfiniment la jeunesse, de multiplier les expériences, d'accumuler la reconnaissance et d'éloigner de l'horizon tout rappel de notre fragilité.

Montaigne écrivait encore de son âme qu'elle était « toujours en apprentissage et en épreuve ». Toute la dignité de l'humain se trouve peut-être dans cette formule : non point s'achever, mais demeurer capable de se reprendre, de se corriger, de s'éprouver.

Peut-être notre tragédie ne consiste-t-elle pas seulement à avoir cessé de croire aux dieux.

Peut-être consiste-t-elle surtout à avoir commencé à exiger de nous-mêmes les attributs autrefois réservés au divin.

Omniprésence.

Omnipotence.

Jeunesse indéfinie.

Disponibilité absolue.

Visibilité permanente.

Une existence sans échec, sans vieillissement, sans perte et, finalement, sans mort.

Mais l'homme qui prétend abolir toutes ses limites ne devient pas plus grand.

Il perd seulement la mesure de l'humain.

Les Grecs possédaient un mot sévère pour nommer cet égarement :

ὑβρις — *hýbris*.

Et c'est peut-être pour cette raison que les livres demeurent, après tout, des remèdes de l'âme.

Ils nous rappellent que d'autres ont aimé avant nous.

Que d'autres ont eu peur, trahi, pardonné, vieilli, souffert et disparu.

Ils nous rappellent qu'aucune angoisse individuelle n'est entièrement dépourvue de généalogie.

Ils nous rappellent aussi que ce qui nous paraît irréductiblement nôtre a parfois déjà trouvé ses mots chez quelqu'un qui est mort depuis des siècles.

Montaigne avait fait de lui-même la matière de son livre.

Nous faisons peut-être tous la même chose, à notre insu, avec notre existence.

Nous nous écrivons dans nos choix, nos renoncements, nos fidélités, nos blessures, nos lectures.

Et contre l'illusion moderne selon laquelle chaque vie commencerait à partir de rien, la bibliothèque nous restitue à la longue conversation que les hommes poursuivent avec eux-mêmes depuis qu'ils savent qu'ils sont mortels.

C'est peut-être là sa vertu thérapeutique la plus profonde.

Non pas nous fournir des réponses définitives.

Mais nous empêcher de croire que nous sommes les premiers à poser les questions.