

Alexandre Jollien, PHILOSOPHE

Voici peu, le hasard m'a installé devant une émission qui abordait la problématique de la haine du corps. Bien sûr, pour étayer le débat, le réalisateur avait réuni sur le plateau une personne obèse, une jeune femme qui avait un très long nez. Bref, tous les invités partageaient une volonté frénétique de transformer leur physique en se «relookant».

C'est alors qu'une page de l'Ethique, de Spinoza m'est revenue à l'esprit. La proposition 29 de la troisième partie de l'Ethique affirme effectivement que «le Mépris de soi consiste à avoir de soi-même, par Tristesse, une moins bonne opinion qu'il n'est juste.» Je perçois dès lors qu'au-delà de la trivialité, tout réside précisément dans le regard que l'on nourrit sur soi. L'individu qui peine à s'apprécier se ruera sans doute vers l'autre pour glaner quelques approbations, le réconfort qu'il ne trouve pas en lui. Ainsi peut œuvrer en nous une dialectique de la compensation, moteur aveugle, qui nous enjoint de fuir le réel au nom d'un idéal supposé meilleur, idyllique, sans ombre. Mais le rêve et la réalité ne font pas toujours bon ménage. Quand nos attentes nous lancent dans une course effrénée qui interdit à jamais la satisfaction et le repos, elles nous épuisent.

C'est ainsi que Spinoza peut nous éclairer en invitant à nous évaluer avec justesse. Me plaît l'appel qui nous prie de nourrir envers soi une juste opinion. Par conséquent, il s'agit de renvoyer pareillement l'affabulation qui exagère, dénature le réel et le dénigrement qui dévalorise nos qualités et ne sait tirer profit des talents qui habitent un être humain.

L'auteur de l'Ethique m'interroge avant tout sur le rapport que je cultive à l'endroit de ma personne. Si je perçois qu'une neutralité demeure impossible,

je devine qu'il s'avère délicat de ne pas devenir un juge implacable ou, au contraire, un laxiste qui se complaît dans ce qu'il est. Il sied donc de s'ajuster à la réalité pour tenter d'être plus véridique. Dès lors, nous nous regarderons sans crainte, nous ne nierons rien de nous pour essayer de nous bâtir au sein même de nos automatismes, de nos faiblesses, de nos petits penchants, des habitudes qui nous façonnent. Au fond, l'essentiel reste la façon dont je m'envisage, la manière dont je vis avec ce corps, ce donné qui est moi et qui, paradoxalement, m'échappe. Si je ne puis le maîtriser tout à fait, je peux, plus justement, l'habiter. C'est avec lui, en lui que je peux découvrir ma joie.

Peut-être convient-il, dans un premier temps, de revenir à soi, de dévoiler le désir profond qui nous meut. Pourquoi désirons-nous changer, qu'espérons-nous obtenir par ce changement? Souvent, les envies du jour viennent masquer une aspiration plus fondamentale. Partant, pour se réapproprier soi-même, il s'agit de quitter la surface pour repérer les véritables moteurs qui nous animent, ce qui donne de la valeur à nos vies, ce qui nous aide à nous lever le matin.

Ainsi, l'ambition de devenir quelqu'un d'autre peut-elle constituer le but d'une existence. La philosophie, la sagesse, comme la chirurgie esthétique peuvent faire miroiter que la félicité sera pour plus tard. Quand je serai beau, je serai heureux, lorsque mon âme sera sage, je goûterai enfin la jubilation, autant dire jamais. C'est toujours un réflexe sécuritaire qui nous laisse accroire qu'en accomplissant telle prouesse, qu'en acquérant tel produit, nous nous approchons de la joie parfaite. Il n'en est peut-être rien. L'amour de soi pourrait-il se défaire des conditions afin d'aimer la réalité de notre individu? Aussi ne se conjugue-t-il pas au futur. Il n'y a rien à attendre, mais tout est à bâtir dans l'instant.

Pour ma part, je n'ai jamais espéré trouver le bonheur dans les mains d'un chirurgien. Je l'ai longtemps cherché dans les écrits d'Epicure, Spinoza ou

Montaigne... Mais peut-être s'agit-il d'une seule et même illusion. Assurément, nous nous trompons lorsque nous déléguons à un autre le soin de nous rendre aimable ou heureux. La satisfaction de soi dont parle Spinoza se récolte au quotidien, rien ne sert donc d'améliorer les apparences, de masquer les blessures. Il convient plutôt de composer avec elles pour célébrer la vie telle qu'elle se donne. Spinoza, dans la préface de la quatrième partie de l'Ethique, affirme à cet égard que, par réalité et perfection, il entend la même chose. J'y trouve un lumineux appel à la conversion. Je suis parfait, non pas parce que rien ne me manque, mais parce que, à l'instant, je ne peux être autre chose que ce que je suis. Il s'agit d'apprécier cet être parfait bien que fragile, car il recèle en son sein mille possibilités, mille facultés. Mais si une vue bornée se focalise sur les perspectives à venir, un regard bienveillant revient vers soi pour savourer tout ce qui a déjà été réalisé, obtenu.

En somme, Spinoza me délivre de l'espérance pour m'aider à m'ouvrir à la confiance. Grâce à lui, je n'espère plus être heureux, je n'attends plus l'instant béni où je m'aimerais, mais avec abandon, j'adhère maintenant à ce que je suis. Cette confiance ne congédie pas le progrès, au contraire, mais elle refuse que celui-ci soit la condition de notre bonheur. On ne s'aime pas si l'on pense qu'on s'appréciera dès lors que notre physique sera plus gracieux. On ne s'estime pas non plus en présumant que la philosophie va nous rendre splendides, sereins. Avec nous, c'est la vie que nous devons chérir, non l'idéal. Aussi, si j'affectionne Spinoza, c'est précisément parce qu'il n'élabore pas des théories qui nous font croire en des jours meilleurs, mais à l'opposé, il nous enracine dans un présent et, ce faisant, nous ouvre paradoxalement à l'avenir.

Il serait certainement le dernier à interdire la chirurgie esthétique pour autant qu'elle ne soit qu'un moyen, si elle aide à vivre, si s'en méfierait peut-être lorsqu'en nous promettant le bonheur, elle nous voue à une amère déception.

Vers un amour de soi?

Verbania: un livre dans le temps!

ANNA RIVA

Il ne suffit jamais, il presse, il fuit, il est incessant, quand il passe il est perdu mais quand nous arrivons à le trouver il est gagné et nous ne savons pas comment le tromper. C'est le temps, un concept dont on parle beaucoup dans la société actuelle et qui est protagoniste de «Tempo Lento», le dernier livre de Marco Travaglini, journaliste et expert de la montagne et du tourisme ainsi que conseiller à la Région Piémont pour le Verbano-Cusio-Ossola. «Tempo Lento» (Editions Lupieri), un



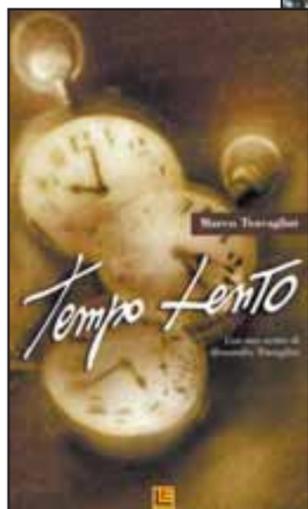
volume de 100 pages, est construit comme un patchwork de couleurs et se présente tout de suite comme une curieuse invitation à réfléchir.

Un temps plus lent, une société plus juste

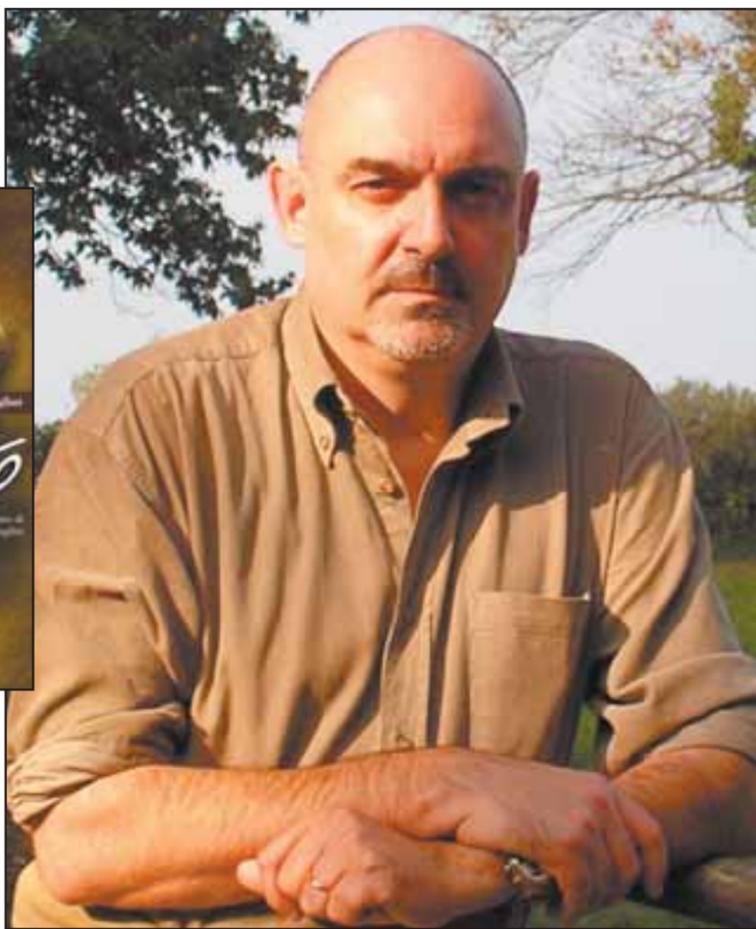
Le temps lent n'est pas le temps d'un progrès fou qui consume ses propres ressources en produisant injustices sociales, pollution et solitude. Marco Travaglini cite de grandes personnalités comme Berlinguer qui avait déjà parlé en 1977, dans un discours au théâtre Eliseo de Rome, de la nécessité de prendre en compte les pays du tiers monde et d'introduire une politique d'austérité liée au respect de l'environnement pour contraster les injustices sociales. Alex Langer voit la quintessence de notre civilisation dans les mots olympiques «citius», «altius», «fortius», des devises qui, selon le grand poète et journaliste, devraient être transformées en «lentius», «profundis», «soavius». Présence constante dans le livre, la pensée de Mario Rigoni Stern, célèbre auteur du «Sergent de la Neige», qui a parlé du sens de la neige et de la nécessité de récupérer la capacité d'observation des éléments de la nature.

Le rythme de la nature et sa sagesse

Le royaume du temps lent est le monde de la nature. Il faut que tout ralentisse dans notre vie et notre société pour se rapprocher des rythmes de la



nature, source d'enseignement pour la vie, qui n'a pas été influencée par le temps du fast-food. Mais le temps lent était aussi le temps de la vie quotidienne des populations des Hautes-Alpes d'antan. A travers des portraits unis par le subtil fil conducteur du temps lent, Travaglini nous emmène dans un monde encore lié au rythme de la nature et des valeurs qui étaient à la base de la vie quotidienne de populations tels que les Walser, qui habitaient les inaccessibles vallées de l'Ossola. On rencontre le temps des arbres qui est écrit dans les cercles de leur tronc, le temps de la lune qui est la montre des agriculteurs, le temps de la lippa, un jeu traditionnel qui est en opposition avec le temps frénétique des jeux vidéo, le temps de prendre en compte l'importance de l'eau, richesse des Alpes et source de vie qui doit être protégée et valorisée.



Marco Travaglini, auteur de ce superbe ouvrage sur le temps. LDD

Le temps lent, c'est la révolution!

Le temps lent est un concept dont la normalité devient subversive dans une société dominée par les impératifs de la compétition, du dépassement des limites, d'une vélocité qui phagocyte nos journées et nos émotions. Un rythme de vie différent cela signifie beaucoup de choses: un tourisme plus lent, plus doux, plus profond, plus res-

pectueux de l'environnement, plus de solidarité, plus de temps pour les autres et pour nous-mêmes. Oui, le temps lent ça pourrait être la révolution! Le livre finit avec un chapitre – écrit par le fils de l'auteur, Alessandro Travaglini – consacré au Bettelmatt, «Rolls Royce des fromages italiens», un produit précieux, symbole de la lenteur, de l'attente et de la patience des gens de la montagne.

MAIS ENCORE...

AOSTE Exposition «Passions dans le bois»

Le sculpteur de Cogne Dorino Ouvrier, un personnage de premier plan dans le panorama de l'art et de l'artisanat valdôtain, présente 25 œuvres jusqu'au 30 juillet au Fort de Bard. Autodidacte, son art est significatif, son langage incisif, sa force et son empreinte originales.

INDE Alpinistes turinois à la conquête du Gasherbrum II

La Province soutient l'escalade de la 13e montagne la plus haute du monde, dans la chaîne montagneuse du Karakorum. L'expédition partira le 20 juin.

VCO Le défi du lac Majeur

Il s'agit d'une petite America's Cup locale qui implique les centres qui se reflètent dans les eaux du lac. Elle se déroulera en 3 rounds les 18 juin, 1er et 2 juillet pour la finale.

Vous pouvez, en consultant notre site web www.alp-info.ch, avoir accès à l'intégralité des articles publiés ci-dessus dans leur version originale et également à des informations à caractère commercial.