



Dans le toboggan de la vie

PAR ALEXANDRE JOLLIEN ILLUSTRATION SILKE WERZINGER

LES OCCASIONS DE SE CASSER la tête pour rien donnent une vague idée de l'infini. Tenez, au jardin public, au lieu de m'éveiller au miracle du moment, j'épie, je guette! Surtout que ma progéniture ne se fasse pas mal. Soudain, un cri. «C'est bon, ce n'est pas la mienne qui pleure.» Que

d'égoïsme dans ce réflexe! Pourquoi le sort des autres bambins ne devrait-il pas me concerner? Ah! la chair de ma chair aurait-elle plus de prix que les milliards d'enfants qui grandissent sur la terre? Y aurait-il un monopole de l'affection? De son côté, bienheureuse, tout entière à sa joie, ma fille ne

perd aucune miette de la vie. Elle se fiche des ruminations paternelles. «Tiens, il a un drôle d'air celui-là, là-bas!» – «Bon sang, pourquoi elle passe à côté de la poubelle maintenant?» Stop, stop! Le mental, comme à sa fâcheuse habitude, me joue de sacrés tours.

Mais c'est là, à ce moment précis, que je dois pratiquer. Dilgo Khyentse Rinpoché a une jolie image pour dire la nature de la méditation. Et elle s'applique pile-poil à la circonstance: «Ces trains de la pensée et ces états d'esprit sont en constant changement. Comme les formes des nuages dans le vent. Mais nous y attachons une grande importance. Un vieil homme regardant les enfants jouer sait très bien que leurs jeux sont de peu de conséquence. Il ne se sent ni exalté ni bouleversé

par ce qui s'y passe. Tandis que les enfants prennent cela très au sérieux. Nous sommes exactement comme eux.» Relativiser, ne pas se prendre au sérieux, laisser couler... D'accord. Mais comment?

Par peur de s'en ramasser plein la figure, on peut adopter une distance dangereuse, un recul pathologique, une incapacité à se laisser vivre. Vivre c'est souffrir, immanquablement. Alors halte à cette timidité qui nous empêche de nous engager, soi-disant pour ne pas nous choper de claques! Il ne nous faut pas être des zombies, ni des morts-vivants mais, au contraire, exister à fond. Se jeter à l'eau, nager, boire la tasse, flotter aussi dans le quotidien, mais sans trop nous prendre au sérieux, comme un vieillard observe des enfants.

Mon jeu à moi

Soudain, ma fille crie: «Papa!» La voilà coincée dans le toboggan maintenant. Au milieu de la pente, elle ne peut ni remonter ni descendre. «Mais Céleste, lâche, laisse-toi aller, il n'y a pas de danger, vas-y!...» Me rappeler que je pourrai me dire exactement la même chose la prochaine fois que je me sentirai coincé moi aussi. Je ne suis plus un enfant. Par une espèce de méfiance morbide, je me suis coupé de ce lien naturel à la vie.

Dans *Le mystère des saints innocents*, Charles Péguy énonce une prière qui m'interdit la suspicion généralisée et le délire sécuritaire; elle dégomme aussi culpabilité et ressassements: «Je n'aime pas, dit Dieu, l'homme qui ne dort pas. Celui qui brûle, dans son lit, d'inquiétudes et de fièvre. Je suis partisan, dit Dieu, que tous les soirs on fasse son examen de conscience. C'est un bon exercice. Mais enfin il ne faut pas s'en torturer au point d'en perdre le sommeil. A cette heure-là, la journée est faite, bien faite. Il n'y a plus à la refaire. Il n'y a plus à y revenir. Ces péchés qui vous font tant de peine, mon garçon, eh bien, c'est bien simple mon ami, il ne fallait pas les commettre. A l'heure où tu pouvais encore ne pas les commettre. Maintenant c'est fait, va,

Il est en nous une partie INDEMNE, intacte, que nul choc ne vient altérer

dors. Et demain, tu ne recommenceras plus.» Que nos blessures aient occasionné des mécanismes de défense, mille automatismes, c'est clair. Mais pas à pas, s'en libérer, voilà ce qui nous attend!

Savoir descendre le toboggan de la vie, réaliser que c'est peut-être ça, l'art de se laisser glisser, de nager dans l'existence sans s'épuiser à résister. Je rentre à la maison après avoir traversé bien des carrefours bondés de voitures. Je serre une petite main, fort et tendrement. Et quand je ferme le verrou de l'appartement, je me sens enfin en sécurité. L'exercice, à présent, sera d'oser cette sécurité en plein air, dans les parcs publics avec les poubelles, la circulation, les cris... Dès demain, ce sera mon affaire, mon jeu à moi...

ALEXANDRE JOLLIEN

A 38 ans, le philosophe valaisan a déjà publié de nombreux livres, avec un succès qui dépasse nos frontières. Si l'écrivain rencontre une telle adhésion, c'est sans doute parce qu'il touche, sans détour, le cœur. Sa chronique paraît toutes les deux semaines.

ILLUSTRATION: SILKE WERZINGER/COLAGENE.COM