



Alexandre Jollien

“Je cherche à devenir un ouvrier de paix”

RENCONTRE Le philosophe, qui a suivi un maître spirituel en Corée du Sud, publie *Vivre sans pourquoi*, journal de bord de sa nouvelle vie asiatique et de sa quête intérieure. Il nous confie les raisons de son exil.

PROPOS RECUEILLIS PAR CHRISTILLA PELLÉ-DOUËL

COLLECTION PERSONNELLE

Ce n'était pas gagné de l'interviewer. Finalement, à l'occasion d'un bref séjour européen et d'une retraite spirituelle avec ses deux amis le moine bouddhiste Matthieu Ricard et le psychiatre Christophe André, l'entretien a pu se faire au téléphone. Il y a confirmé ce que son dernier ouvrage laissait pressentir : *Vivre sans pourquoi* est le livre de l'apaisement d'Alexandre Jollien. Ce beau journal de la vie coréenne est un « bi-goût » : mi-récit de sa quête spirituelle, de la difficile méditation *zazen* auprès de son guide, un jésuite professeur de bouddhisme dans une université de Séoul ; mi-récit de sa vie quotidienne, de ses soucis d'adaptation à la vie coréenne, de ses journées avec ses enfants, sa femme. Alexandre nous avait bouleversés par la profondeur de sa réflexion sur la complexité à vivre avec un corps handicapé et à se débarrasser des exigences de l'ego dans *Le Philosophe nu*. Aujourd'hui, épanoui, il parle moins de souffrance que d'émerveillement, de vie spirituelle. Ce qui ne l'empêche pas de rigoler avec ses amis coréens, de raconter avec humour comment il a été traité d'ivrogne dans un bar, en raison de sa démarche titubante, ni d'aller danser dans les boîtes de nuit de Séoul. Un sacré type, Alexandre ; et surtout pas un type sacré !

En Corée du Sud, avec sa famille, Alexandre Jollien est revenu à une vie simple, solidaire et connectée à l'autre.

Psychologies : Comment allez-vous, Alexandre ?
Alexandre Jollien : Je vais bien. Mais l'annonce des attentats [du 7 janvier, à Paris, ndlr] m'a bouleversé. J'ai vu les marches en France, j'espère que ces drames seront l'occasion de sortir d'un égoïsme effréné et du fanatisme. Il nous faut nous extraire du dogmatisme : lorsqu'on s'accroche à des idées, à des principes, cela peut finir par des fusils à la main.
L'émotion est très grande. Quel regard portez-vous sur ces événements, vous qui êtes si proche et si lointain ?
A.J. : Ces violences spectaculaires peuvent nous faire réfléchir à d'autres plus discrètes, de notre quotidien. Par exemple, celle qui peut s'exercer sur notre femme, nos enfants, presque à notre insu. Cette épreuve pointe l'urgence d'un travail spirituel pour devenir solidaires et le besoin d'une éducation qui inaugure le dialogue. C'est magnifique d'avoir vu des gens de différentes confessions se côtoyer, dans le respect de la vie, au cours des marches. Ce le serait plus magnifique encore que cet élan se poursuive. >>>

>>> **Qu'est-ce qui vous a mené en Corée du Sud ?**

A.J. : Je voulais trouver un maître spirituel qui soit à la fois grand connaisseur du bouddhisme, qui le vive profondément et qui soit engagé sur un chemin de foi. Je l'ai rencontré en Belgique, lors d'un séminaire. Il pratique à Séoul, mais, s'il avait été dans le Gers, je serais parti dans le Gers ! En Corée, j'ai découvert le contact avec une autre culture, la dureté de se sentir étranger, de se débattre avec la difficulté de la langue, avec une certaine solitude, l'isolement social. C'est dans cette expérience que s'enracine aussi la quête spirituelle, loin d'un idéal désincarné. J'ai la chance extrême de pouvoir vivre cela en famille. Cela m'a rapproché de mes enfants, de ma femme. Cela m'a déconnecté de certaines mondanités liées à mon métier de conférencier. Ce voyage en Asie est aussi une aspiration à me former pour devenir un ouvrier de paix. Cela peut paraître prétentieux, mais c'est ce que je cherche.

Avoir suivi un maître spirituel, n'est-ce pas en contradiction avec votre recherche en tant que philosophe, en tant qu'homme en chemin vers la liberté intérieure, dont vous parliez dans *Le Philosophe nu* ? Seriez-vous tombé sous l'emprise d'un gourou ?

A.J. : Dans la vie, je suis comme attiré par la bonté. C'est cela qui m'importe. Si un homme est fondamentalement bon et dépris de lui-même, il démontre qu'il n'est pas un charlatan. La vocation d'un maître spirituel est de nous délivrer de l'illusion, des attachements et, but ultime, de notre ego. Cette relation est par essence purement gratuite. Il n'y a aucune allégeance. D'ailleurs, il me dit souvent : « Alexandre, vous êtes libre de reprendre vos billes à chaque instant. » Mais il est vrai que le risque est grand de tomber sur des charlatans. Sur le chemin spirituel, nous sommes invités à tuer intérieurement toute idole, et, si le maître spirituel devient un obstacle à la liberté, c'est un devoir de s'en détacher totalement. Je le vois aussi comme un garde-fou, un enseignant, mais absolument pas comme quelqu'un qui téléguide ses disciples. Au contraire. Il nous met devant une liberté abyssale, il interdit toute possibilité de fuite. C'est pourquoi je suis allé si loin, en Corée, parce que je n'ai pas trouvé plus près de gens suffisamment libérés, suffisamment ancrés dans une pratique, et c'est dommage.



Le journal d'un homme de bien

L'arrivée à Séoul, le parcours d'un homme assoiffé d'intériorité, les petits bonheurs de la vie familiale : *Vivre sans pourquoi* est la chronique, apparemment toute simple, du quotidien du jeune philosophe en exil asiatique volontaire. Apparemment... parce qu'il fallait être gonflé pour se lancer dans pareille aventure, en étant père de jeunes enfants et handicapé moteur de surcroît. Jamais il ne dissimule ses angoisses, sa solitude, ses difficultés pour parvenir à suivre le rude enseignement de son maître spirituel. Et c'est bien ce qui nous le rend cher.

Vivre sans pourquoi, L'Iconoclaste-Seuil, 336 p., avec un CD audio MP3, 17,50 €, en librairies le 5 mars.

“ Vivre à l'étranger m'a coupé de la mondanité où l'on existe sous le regard de l'autre. C'est décapant ”

ALEXANDRE JOLLIEN, PHILOSOPHE

Dans cette démarche de partir en Asie, vous avez entraîné toute votre famille. N'y a-t-il pas quelque chose d'excessif, comme une prise de pouvoir de votre part ?

A.J. : Il faudrait leur demander. Ma femme suit la même voie que moi. Elle fait d'ailleurs plus de retraites que moi, elle est plus assidue. Ce n'est pas du tout du forcing, une décision imposée. Cela a été réfléchi. Les enfants sont dans une école coréenne. Ils ont des amis. Régulièrement, nous leur posons la question : « Quel est votre choix ? Voulez-vous rester ? rentrer ? » Donc, ce n'est pas une décision capricieuse de foutre le camp en Corée. C'est aussi l'occasion de passer de la sphère individuelle à la sphère familiale. Je n'ai jamais été aussi proche de mes enfants et de ma femme que depuis que nous vivons là-bas. Nous y faisons l'expérience d'une vie sans « pourquoi ». Ma femme était aussi désireuse que moi de partir, et nos enfants, grâce à Dieu, sont tellement bien intégrés que je crois que c'est un cadeau !

Pouvez-vous m'en dire plus sur votre maître spirituel ?

A.J. : C'est un père jésuite. Je le vois une fois par semaine. Il m'invite à la pratique de la méditation. Il n'est pas psychiatre, il n'est pas là pour panser mes blessures. Je cherchais à suivre des retraites unissant les Évangiles et la pratique de la méditation. Le jour où je lui ai envoyé un message pour lui dire que je souhaitais m'initier davantage avec lui, sa réponse a été : « Venez, aucune objection. » C'était génial ! Mon meilleur ami, Bernard Campan¹, a eu un maître, Arnaud Desjardins. C'est la seule fois où nous nous sommes un peu engueulés, à propos de cette notion

de « maître ». Je lui ai dit : « C'est n'importe quoi ! Le maître, c'est vraiment la dépossession de soi, l'aliénation. Comment peux-tu dire “maître” ? Nous sommes tous des humains. » Et, dix ans après, me voilà à l'école d'un « maître » ! Je le vois comme un devancier, pas un gourou. Il m'éveille à la liberté. **Est-ce que la rencontre avec votre maître et cette retraite en Corée ne sont pas une manière de vous protéger de votre propre « gourouïsation » ? de vous échapper d'une sorte de ferveur dont vous faites l'objet, en France comme ailleurs ?**

A.J. : Non, je ne me voyais pas ainsi. Ma première aspiration, c'est vraiment de me transformer intérieurement, de passer un cap dans la liberté et l'amour. Inconditionnel. Mais, c'est vrai, vivre à l'étranger m'a coupé de la mondanité où l'on existe sous le regard de l'autre. C'est décapant.

Pourtant, nous avons l'impression que vous étiez sur un chemin de pratique intensive, déjà loin sur la voie de la spiritualité. Et voilà que l'on a le sentiment que vous repartez de zéro, pour suivre quelqu'un, comme une figure paternelle.

A.J. : D'après ce que je vis, je n'étais pas si avancé que cela dans la vie spirituelle ! Mon maître n'est pas là pour m'apaiser. Si vous voyiez nos échanges, cela n'a rien de paternel ! C'est même rude, parfois. Mon mode de vie ne tient pas d'une retraite dans un monastère : nous vivons au quinzième étage d'une tour, je prends des cours à l'université, je fais les courses, je passe l'aspirateur, je vais chercher mes enfants à l'école, à la garderie, il m'est arrivé d'aller en boîte de nuit. C'est très ancré dans la vie quotidienne, très incarné. Je suis moins dans une démarche intellectuelle pour résoudre les problèmes, sans plus me référer uniquement à Spinoza ou à Heidegger, que dans l'expérience d'une pratique quotidienne. Il y a aussi un retour massif à la foi de mon enfance, et c'est parce que je suis habité par cette foi que j'ai choisi de rencontrer ce maître spirituel chrétien, qui m'encourage à aller à fond dans le bouddhisme, tout en approfondissant ma foi, sans aucun dogmatisme, sans appropriation.

Le dalaï-lama avait remarqué que la pratique de la méditation pour les Occidentaux était peut-être une voie détournée pour revenir à leur foi d'origine. Qu'en pensez-vous ?

A.J. : Chaque religion est un absolu en elle-même, et je trouve déplorable cette attitude de certains chrétiens qui « utilisent » le bouddhisme uniquement comme une psychologie, alors qu'il s'agit d'une sagesse immense, au

DATES CLÉS

ALEXANDRE JOLLIEN

est né en 1975 à Sierre, en Suisse.

Il est atteint d'athétose à la suite de l'enroulement du cordon ombilical autour de son cou. De 3 à 20 ans, il vit dans une institution spécialisée.

1997 : il entre à l'université de Fribourg, où il étudie les lettres et la philosophie.

1999 : *Éloge de la faiblesse* (réédité chez Marabout, 2014).

2010 : *Le Philosophe nu*, prix Psychologies-Fnac 2011 du meilleur essai pour mieux vivre sa vie (réédité chez Points, 2014).

2013 : il part vivre en Corée du Sud pour approfondir sa recherche spirituelle.

cœur de l'intériorité même. Toute vie spirituelle s'enracine dans un dialogue et une disponibilité, sauf à mourir. J'ai été à la messe de Noël. Il y avait là un maître bouddhiste. J'en étais ému aux larmes. Le zen me décape aussi de tout un vernis social, intellectuel, pour revenir à la simplicité d'une vie si possible solidaire et connectée à l'autre.

En parlant de décapage, vous êtes-vous éloigné de la philosophie ?

A.J. : Je constate que les concepts ne nous guérissent pas. Je ne mets pas au placard ma formation philosophique, mais une heure de méditation, de retour au corps, au souffle, à la perception, m'apporte davantage que des heures d'étude. Cela dit, je continue à lire, à étudier la philosophie ! Je reviens aux auteurs grecs. Mais, dans ce qui m'habite fondamentalement, le silence m'apporte beaucoup plus. **N'y a-t-il pas de votre part de l'impudeur à révéler des choses aussi intimes sur vous, votre famille, votre vie intérieure ? N'est-ce pas en contradiction avec votre envie d'en finir avec l'ego ?**

A.J. : Non, au contraire. Pour moi, il y a la volonté de ne pas jouer de rôle. Je voudrais faire œuvre utile et transmettre des choses qui réellement me rapprochent de la paix et de la joie. L'impudeur, ce serait de parler derrière un masque, de jouer un rôle.

Vous voulez transmettre quelque chose ?

A.J. : Plutôt témoigner de ce que je vis. L'impudeur, ce serait de prendre un ton

professoral. Dans ce livre, « je » est le moyen le moins narcissique de parler de mon expérience. Le risque était grand d'employer un ton de conseiller, que je suis bien incapable de tenir. Ce journal m'a demandé énormément de travail. Il est le produit d'un dépouillement radical, imposé par les circonstances. J'essaie de me dégager de la pitié et de la condescendance. J'en ai souffert dans mon enfance. On finit souvent par intérioriser le regard des autres. Je ne veux plus être coupable, ni rendre les autres coupables. Écrire, c'est prendre un risque. *Le Philosophe nu* m'a coûté très, très cher. Il y a eu des malentendus. Il m'a été reproché une fascination pour les corps des hommes et, au niveau religieux, un certain syncrétisme... J'avais besoin de me ressourcer. De retrouver une vie plus simple, moins mondaine. Et c'est venu par ce voyage en Corée. En partant loin, je suis retourné vers mes origines, je me suis retrouvé.

1. Sur la profonde amitié qui lie Alexandre Jollien et le comédien Bernard Campan, lire notre article « Dialogue entre Bernard Campan et Alexandre Jollien, le bonheur d'être amis », dans Psychologies magazine n° 262 (avril 2007) et sur Psychologies.com.