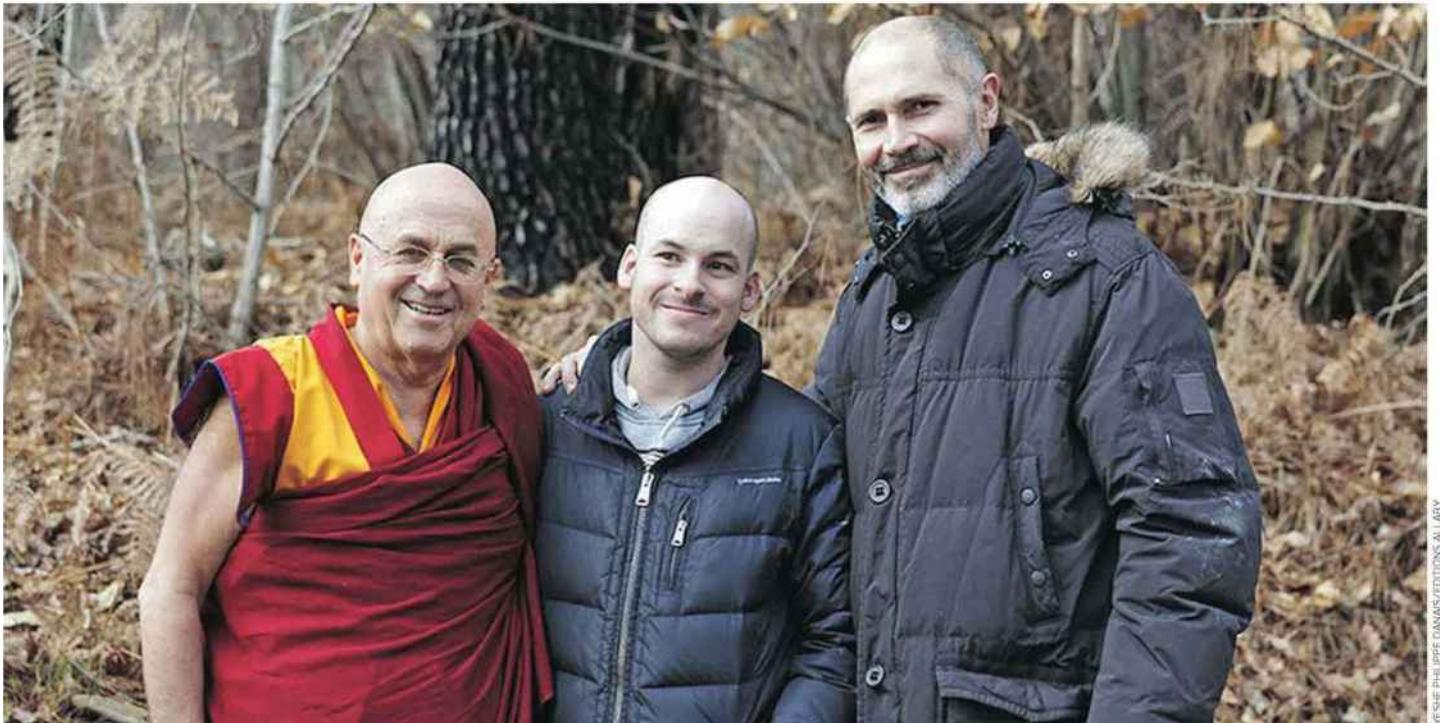




## REPORTAGE

# CHAMPS LIBRES



Le moine bouddhiste, Matthieu Ricard, le psychiatre, Christophe André, et le philosophe, Alexandre Jolien, se sont retrouvés pour dix jours de travail intensif dans une maison au cœur d'une forêt, en Dordogne.

# Le moine, le philosophe et le psychiatre: le livre de leur sagesse



Mohammed Aïssaoui  
maïssaoui@lefigaro.fr

U ne affiche incroyable, un casting d'enfer : Christophe André, Alexandre Jollien et Matthieu Ricard publieront le 13 janvier un livre à six mains, *Trois amis en quête de sagesse* (L'Iconoclaste-Allary Éditions). C'est un peu comme si, au cinéma, Depardieu, Delon et Belmondo jouaient ensemble. Dans le monde de l'édition, le psychiatre, le philosophe et le moine sont des poids lourds. « À eux trois, ce sont près de quatre millions d'exemplaires cumulés », nous informe Sébastien Rouault, chef de groupe Livre chez GfK, institut d'études qui réalise chaque semaine le classement des meilleures ventes. Et d'ajouter : « Ces auteurs ont du succès, non seulement lorsqu'ils publient un nouveau titre, mais également avec leurs ouvrages précédents qui, une fois passés en poche, deviennent des références et se vendent à des milliers d'exemplaires chaque année. »

D'ailleurs, ces trois auteurs préparent une tournée digne d'une star. Elle débute le 13 janvier aux Folies Bergère - c'est déjà complet - et passera par le Grand Palais de Lille le 9 mai...

Pour arriver à publier ce genre de livre, il a fallu une solide logistique : deux maisons d'édition ont uni leurs forces ; et beaucoup de patience, chacun des protagonistes possédant un emploi du temps aussi chargé que celui d'un premier ministre. Ils ont mis trois années avant de coordonner leur agenda. Un homme comme Matthieu Ricard, bientôt soixante-dix ans, prend l'avion une fois par semaine. Le philosophe Alexandre Jollien vit en Corée du Sud. Si le psychiatre Christophe André acceptait toutes les invitations, il prononcerait une dizaine de conférences par jour.

L'histoire du livre est aussi fascinante que le livre lui-même. Il y a d'abord les titres auxquels on a échappé. Les trois amis ont souvent phosphoré et voilà ce qu'il en est sorti : *Trois hommes dans un hammeau*, *Les Tontons flingueurs de l'ego*, *Les Plombiers de la gratitude* ou *Les Pipelettes du Périgord*. Mais les éditeurs ont opté pour un plus sage *Trois Amis en quête de sagesse*, avec une couverture apaisante qui sied au genre.

Ont-ils vraiment pensé au titre *Les Pipelettes du Périgord* ? Alexandre Jollien éclate de rire : « À vrai dire, ce titre m'aurait beaucoup plu car l'auto-dérision sur le terrain de la vie spirituelle est toujours la bienvenue », répond l'auteur d'*Eloge de la faiblesse*. « Au fond, ajoute-t-il, nous ne voulons pas faire croire qu'il y a des recettes miracles, avec une baguette magique. Le progrès intérieur est le résultat d'une ascèse quotidienne. Il faut aussi dire qu'une vie spirituelle, un engagement solidaire ne vont pas sans une légèreté... » Les trois amis pensaient à ce projet depuis longtemps. « Voilà trois ans maintenant que nous avons décidé de nous retrouver pour écrire ensemble un livre sur la manière

À eux trois, ils pèsent quatre millions d'exemplaires. Matthieu Ricard, Alexandre Jollien et Christophe André publient un ouvrage à six mains. Sa préparation et son lancement ressemblent à la sortie d'un film à gros budget. Histoire de la fabrication d'un best-seller.

de conduire son existence. Pas un manuel assenant des leçons, mais un ouvrage parlant de nos convictions et de notre expérience. Il nous semblait que nos trajectoires, si différentes, nos trois "métiers" - philosophe, moine, psychiatre - permettraient peut-être un croisement fécond de points de vue sur les grands sujets qui interrogent tout être humain lorsqu'il réfléchit à la manière dont il mène sa vie », affirment-ils en préambule.

Le projet n'a réellement pris forme qu'en janvier 2015. Comme le début d'un tournage - d'ailleurs, les conversations ont été filmées. « Pendant dix jours, nous nous sommes retrouvés dans une maison qui se situe au cœur d'une forêt, en Dordogne, et pas loin d'un temple bouddhiste », raconte Matthieu Ricard. Le lieu choisi est Saint-Léon-sur-Vézère, sur la Côte de Jor, en Périgord noir. La maison appartient à une amie de la mère de Ricard, qui, elle, vit dans un monastère bouddhiste voisin. Les discussions - enregistrées - sont « thématiques », et les horaires stricts : 9 heures-midi. Déjeuner (forcément végétarien). Reprise de 15h30 à 18 heures. Après la séance, certains vont préparer celle du lendemain. Par exemple, André a besoin de petites fiches. Les séances sont ouvertes à des amis de passage. « Nous ne voulions surtout pas de modérateur, c'est insupportable, il n'aurait pas pu être dans le rythme de l'amitié et de la conversation. Et, surtout, nous avons pris le parti de ne jamais interrompre l'autre avant qu'il aille au bout de son idée, qu'il dise qu'il a fini. On se passait le relais », souligne Matthieu Ricard.

### Un « monstre » de quatre-vingts heures d'enregistrements

Après ces dix jours de séances quotidiennes, le travail d'édition commence. Catherine Meyer est aux manettes du début du projet jusqu'à la parution. Nicole Lattès, l'éditrice attitrée de Matthieu Ricard, les dirigeants des maisons d'édition, Guillaume Allary et Laurence d'Aboville pour Allary Éditions, Sophie de Sivry pour L'Iconoclaste, lui prêtent main-forte. « Quand il a fallu décrypter les bandes, j'ai eu le sentiment de me retrouver face à un monstre. Quatre-vingts heures d'enregistrement ont été retranscrites ! », se souvient encore, émue, Catherine Meyer. Elle se confronte à des « rushes » qui, mis bout à bout, forment près de dix mille pages ! « En fait, je compare ce travail à celui d'une monteuse d'un long-métrage... » Le cinéma, on y revient. Coupes, chasse aux répétitions, élagage, passage de l'oral à l'écrit qui n'est jamais évident - à la lecture de ses propos, Matthieu Ricard pousse un « mais quel charabia ! ». Ce premier travail de lissage est considérable. Ensuite, les trois amis n'en ont pas fini. « Chacun a repris et a fourni

Ces trois auteurs ont du succès lorsqu'ils publient un nouveau titre, mais aussi avec leurs ouvrages précédents qui, une fois passés en poche, deviennent des références

SÉBASTIEN ROUAULT, CHEF DE GROUPE PANEL LIVRE CHEZ GfK



*un travail énorme, cela a pris du temps, aussi*», explique l'éditrice. Durant cet exercice, les ego peuvent faire des dégâts. Mais ici chacun accepte de toucher un tiers des droits d'auteur : il n'y a qu'une star, c'est le livre.

Résultat : sur la forme, un ouvrage réussi, alerte, souvent drôle, le lecteur a le sentiment d'être partie prenante dans une conversation entre amis, sans pédantisme ni afféterie. Anecdote amusante : à la relecture, l'un des trois veut ajouter une citation, histoire d'illustrer un propos. « Non, non, non, pas question ! », s'écrie Matthieu Ricard. Et d'apuyer : « Une citation, soit tu la connais par cœur et elle te vient naturellement, soit tu ne la connais pas et tu ne l'ajoutes pas ! », explique, dans un large sourire, le moine bouddhiste.

### **Garder l'idée de « l'essentiel »**

C'est une question d'efficacité : « *Quand quelqu'un vous parle, c'est tellement plus fort.* » Il faut préserver aux propos un air naturel, et garder l'idée de « l'essentiel ». À la fin de chaque thème, trois ou quatre pages de conseils résumant leur pensée. Entre eux, les auteurs appellent cette partie « le conseil de l'autobus ». Explication ? À chaque fois, il leur fallait répondre à cette question : « *Imaginez que ce soir tu traverses la route et tu te fais écraser par un autobus, qu'est-ce que tu retiens d'essentiel ?* » Si l'on compte bien, les trois amis ont dû penser à se faire écraser une bonne cinquantaine de fois... Plaisanterie mise à part, ces pages de conseils pratiques avaient une autre portée, « *il faut que ce soit un livre utile* », martèle Catherine Meyer.

Il est beaucoup question d'amitié entre eux, mais ce livre, signé par trois vedettes de l'édition, n'est-ce pas aussi un joli coup marketing ? C'est Jollien qui répond : « *Ce livre est né d'une profonde amitié qui nous nourrit tous trois au quotidien. Durant cet échange, j'ai vraiment eu l'impression d'entrer dans une sorte de laboratoire philosophique et spirituel. À plein temps, nous avons, dans ce beau coin de Dordogne, exploré les grands chantiers d'une existence. C'était magnifique de vivre au quotidien ensemble, de partager de succulents repas végétariens, de rire et d'échanger sur des sujets qui comptent énormément à nos yeux. Pour moi, c'était une véritable retraite spirituelle, une plongée au fond du fond. C'était touchant de croiser, toujours d'humeur égale, Christophe au saut du lit comme à l'heure du coucher. Ce qui m'a touché aussi, c'est la volonté d'écrire pour transmettre un message, de faire œuvre utile. Cette motivation a imprégné tout notre séjour.* »

Mais ne visent-ils pas le créneau du développement personnel, très juteux sur le plan éditorial ? « *À mes yeux, la notion de développement personnel est biaisée car on risque fort de faire du bonheur, de la sagesse, un objet de consommation, une manière de dorloter son petit ego alors qu'une vie spirituelle authentique, c'est justement s'oublier un peu pour se donner complètement à son prochain* », répond le philosophe qui a écrit *Le Métier d'homme*. Pour les auteurs, l'aventure humaine est une réussite indéniable. Mais pour les éditeurs, l'enjeu est de taille – le premier tirage est de 90 000 exemplaires. Il semble que sur ce plan-là, aussi, les espoirs soient permis. Verdict le 13 janvier. ■