



Progresser dans la grande santé

PAR ALEXANDRE JOLLIEN ILLUSTRATION SILKE WERZINGER

TOMBER MALADE, se coltiner un handicap, est-ce nécessairement fausser compagnie à la santé? Peut-on être frappé dans sa chair ou dans son âme et continuer à cheminer «sainement»? Dans *Le Gai Savoir*, Nietzsche nous apprend à bazarder ces dualismes à la gomme qui excluent, qui isolent, qui ratatinent l'existence. Arrêtons d'enterrer les gens sous des dossiers médicaux, des diagnostics posés à l'emporte-pièce! Interdisons-nous pour de bon de les enfermer dans un état sans appel! Et si nous commençons par recourir avec une infinie prudence à tous ces mots piégés et dire, par exemple: «Il a un handicap», plutôt que «Il est handicapé»; «Il souffre d'une dépression» au lieu de «C'est un dépressif». Car notre être, au fond du fond, reste indemne, sauf, sain, même s'il traverse l'épreuve. C'est un bonheur de lire Nietzsche, lui aussi atteint dans son corps et dans son âme: «Il n'y a pas de santé en soi et toutes les tentatives faites pour définir quelque chose de semblable ont piteusement échoué. Il faut tenir compte de ton but, de ton horizon, de tes forces, de tes instincts, de tes erreurs, et surtout des croyances et des illusions de ton âme, pour décider ce que signifie, même pour ton corps, le mot de santé. Il y a donc un nombre infini de santés du corps...» Et, plus loin, le philosophe de poursuivre: «Enfin se pose-

ALEXANDRE JOLLIEN

A 40 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 trois semaines.

rait toujours la grande question de savoir si nous pourrions nous passer de la maladie, même en vue du développement de notre vertu; et si, en particulier pour notre soif de savoir et de conscience de nous-mêmes, l'âme malade n'est pas aussi indispensable que l'âme saine: bref si la volonté exclusive de santé ne serait pas un préjugé et une lâcheté, peut-être un vestige de barbarie très atténuée, un instinct réactionnaire.»

Gardons-nous de glorifier le mal-être, les épreuves et de foncer tête baissée vers un dolorisme imbécile! Rappelons une évidence: ce n'est pas la souffrance qui nous grandit, mais ce que l'on en fait, jour après jour. D'où l'absolue urgence d'une manière de vivre qui intègre les revers de fortune, les petits et gros pépins. La morbidité s'abrite dans nos luttes intérieures, la tyrannie des passions tristes, l'obstination à suivre un chemin qui ne mène nulle part, l'entêtement à rester familier de ce qui nous tire vers le bas. Un pas de plus et nous pouvons abandonner tant de refus, de jugements, de ressentiments et d'attentes débiles pour oser une joie de vivre et une vraie générosité, délestés de tant de poisons mentaux.

Qu'est-ce qu'aujourd'hui progresser dans la grande santé, celle qui est si large qu'elle peut accueillir ce qui ne va pas? Ici, rien n'est statique. Etape par étape s'invente un équilibre, avec les bons moments, les peines, les obstacles et les ressources du jour. Et si la santé véritable résidait dans ce faire avec, embrasser la vie sans retenue?

Le 29 octobre prochain aura lieu à Lausanne le Pink Challenge, une course organisée pour sensibiliser au quotidien des femmes frappées par le cancer du sein. Le regard sur la maladie et sur le corps qui éclipse la norme dérange. Et une épreuve supplémentaire peut s'abattre sur celui ou celle qui doit se bagarrer avec les assauts d'un mal: affronter des yeux réducteurs, moqueurs ou condescendants qui justement ne savent pas assumer le tragique d'une existence avec simplicité et générosité.

Souffrir sur la durée réclame assurément un changement, un art de vivre inouï. Aucune pathologie, nul mal, aucune infirmité ne peut empêcher un être

“ *Aucun mal ne peut nous empêcher d'accéder à ce «dire oui» sincère à la VIE* ”

d'accéder à la grande santé, ce «dire oui» franc et sincère à la vie. Il faut briser les ghettos dans lesquels on enferme celui que la maladie visite. La solidarité, l'amour inconditionnel, l'engagement constituent de puissants remèdes contre un des périls les plus redoutables: le mépris de soi, le dégoût de vivre. Mettons donc tout en œuvre afin que chacun soit, comme le dit Nietzsche, bien portant au fond de son être et que la maladie ne contamine pas le cœur de notre vie. Le défi c'est de faire tout notre possible pour que chacun accède non pas à une santé idéale, parfaite, mais à une existence où le mal n'a pas le dernier mot. ■