



Les fils à la patte, comment en découdre?

PAR ALEXANDRE JOLLIEN ILLUSTRATION SILKE WERZINGER

O E MATIN, petite lecture de *La montée du Mont-Carmel*. Tandis que l'aube apparaît, je déguste un passage du saint mystique, histoire de bien mettre en route la journée. Mais la porte grince, déjà: «Papa, un cacao, s'il te plaît!» Si, mordicus, on s'attache à un programme, on est carrément

foutu. Toujours, un imprévu se pointe à l'improviste, très vite. D'ailleurs, ces temps, je croule sous le travail, d'où la nécessité de coucher sur le papier quelques règles, toutes zen. Dans tous les cas de surmenage, il y a un oubli de soi, un éloignement du corps et de ses exigences, un assommant tourbillon. Le stress est bien sûr aussi induit par l'extérieur.

La pression pèse de plus en plus fort et le cercle vicieux peut alors commencer. Et il n'en finit pas de nous détruire. Souviens-toi que tu es mortel et profite du temps qu'il t'est donné...

A y regarder d'un peu plus près, nous pouvons facilement tomber dans un esclavage intime et confondre tout dans l'urgence. C'est bateau, mais c'est vrai! Dans toute la mesure du possible, éviter de s'embarquer, oser un autre usage de sa liberté. Se réveiller donc et se concentrer sur trois objectifs pour la journée, juste trois, déjà trois. Qu'est-ce qui, pour moi, est l'essentiel, aujourd'hui?

J'aime ce moment du jour où tout est faisable. Tout reste ouvert. Mais nous le flinguons par des automatis-

mes, des habitudes. A peine le soleil s'est-il levé que nous fonçons et rentrons dans des fonctionnements vieux comme nos blessures. D'habitude, je me précipite, j'enfile mon pantalon et je me jette dans l'activité. Pourquoi ne pas oser une pause sacrée? Tenter une retraite en soi-même, même de courte durée, pour expérimenter que je suis en vie ce matin, qu'une nouvelle journée s'offre à moi et que je suis libre d'en disposer pleinement malgré les mille et une contraintes qui se présentent? Mais revenons à mon esquisse d'ascèse!

D'abord, il y a la rudimentaire règle du «fais ce que tu fais!» Y aurait-il un tremblement de terre, je ne dois pas dévier de ma tâche! D'ailleurs, s'interroger: cette tâche, ce travail, je l'accomplis pour mon ego ou pour participer au monde, à la vie? Simplifier, simplifier, toujours simplifier. Le quotidien a son rythme. Celui qui ne sait l'écouter court, sinon à sa perte, du moins à une catastrophe plus ou moins grande. En tout cas, il se fera rattraper. Loin le téléphone portable, exit le Facebook, silence le Kakaotalk, je bosse. La voix retentit à nouveau: «Papa, encore un chocolat froid!» Le déjeuner de ma fille, à cet instant, rien n'est plus important au monde.

Parfois, comme un découragement me prend au cou. Devant la pile de boulot, je m'agite, je me disperse, courant en tous sens sans pour autant avancer le moins du monde. Une grande partie de mon temps est gaspillée, sacrifiée sur l'autel de l'urgence, du futile, de l'accessoire. Pensons à un maître zen qui accomplit chaque action comme si c'était la dernière et qui vit comme s'il avait tout le temps du monde. Pourquoi ne pas, nous aussi, pour un instant, nous épanouir à l'écart des objectifs, du après et du pourquoi? Je dépiste comme une illusion tenace, l'illusion qu'après sera forcément mieux. Libre à moi de commencer à me réconcilier avec le moment présent, et quitter un peu cette folie du futur.

Mais que disait, au juste, Jean de la Croix: «Peu importe qu'un oiseau soit retenu par un fil mince ou épais: tant qu'il ne l'aura point brisé, il sera incapable de voler. A la vérité, le fil mince est plus facile à rompre que celui qui est épais: mais si facile que soit la rupture,

“*Souviens-toi que tu es mortel et PROFITE du temps qu'il t'est donné...*”

si elle n'a pas lieu, l'oiseau ne volera point. Ainsi en est-il de l'âme retenue par une attache. Quelque vertu qu'elle pratique par ailleurs, elle n'atteindra jamais la liberté de l'union divine.»

Ce matin, à quoi suis-je attaché? Quels sont les trois objectifs que je me suis fixés? Se fixer, le mot en dit long. Il ne suffit point que je sois entravé par mille fils à la patte, voilà que je prends un malin plaisir à m'en rajouter de nouveaux! Pourquoi tant d'aliénation? Un nouveau jour de liberté s'ouvre. Merci, Céleste, de m'avoir dérangé. Je vais tenter aujourd'hui de garder l'esprit souple et lesté à s'envoler... ■

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.