

**ALEXANDRE JOLLIEN**

1975 | Naissance en Suisse

1978-1998 | En institution pour personnes handicapées

1999 | *Éloge de la faiblesse* (Cerf)

2013-2016 | Installation à Séoul (Corée du Sud)

2015 | *Vivre sans pourquoi. Itinéraire spirituel d'un philosophe en Corée* (L'Iconoclaste/Seuil)

2018 | **La Sagesse espiègle* (Gallimard)

2019 | *À nous la liberté !*, avec Matthieu Ricard et Christophe André (L'Iconoclaste/Allary Éditions)

« J'ai fait le pari de l'amour inconditionnel »

ALEXANDRE JOLLIEN, PHILOSOPHE

« *La zone de turbulences que j'ai traversée a été le lieu d'une acceptation de mon handicap* », confie Alexandre Jollien. En proie à une dépendance délétère, c'est dans l'amour de son entourage et la sagesse glanée au quotidien que le philosophe a trouvé l'apaisement.

Propos recueillis par Virginie Larousse

Bouleversant Alexandre Jollien. « *L'homme qui écrit ses lignes, pourquoi le cacher, a sombré au fin fond d'une addiction qui a bien failli le perdre* », confie-t-il dans son dernier ouvrage, *La Sagesse espiègle**. Une addiction nommée Léonard. Rompant avec l'image lisse du sage ayant surmonté ses blessures, le philosophe aborde sans détour sa « *dépendance affective et sexuelle* », qui l'a poussé à recourir à des *escorts* et autres prestations tarifées. Et qui a manqué le conduire au suicide. De cette traversée du désert, il tire pourtant une leçon de vie pleine d'humanité, de compassion et de bienveillance.

Vous vous mettez littéralement à nu dans ce livre, confiant vos addictions aux webcams d'hommes nus et aux escorts. Pourquoi ce besoin de transparence totale ?

● En me livrant sans rien cacher, j'ai souhaité, d'une certaine façon, éviter qu'on me gouroutise comme un sage qui aurait traversé les épreuves et en serait guéri. J'ai aussi voulu faire œuvre de vérité en montrant que ma vie tient, dans une mesure, d'un laboratoire philosophique : même s'il y a des hauts et des bas,

c'est une chance extrême de pouvoir expérimenter cette palette de situations. Il s'agit également d'une invitation à dépasser la crainte du regard de l'autre pour convier à l'amour inconditionnel, à la « posture du garagiste » pour le dire avec les mots du maître spirituel Chögyam Trungpa : on contemple la réalité sans juger, sans condamner. On s'empresse de passer à l'acte pour réparer les dégâts et avancer.

Est-ce à dire que la méditation, que vous pratiquez avec assiduité, les sages lectures, ne sont pas d'un grand secours face au tragique de l'existence ?

● Il existe des traumatismes, des pulsions, des désirs qui restent imperméables, même à la meilleure volonté du monde. Pourtant, j'ai vécu cette épreuve comme une chance, une invitation à oser une conversion beaucoup plus profonde. Cet épisode m'a tout à la fois montré la vulnérabilité et les limites de la volonté, en me donnant aussi l'occasion d'explorer plus à fond un art de vivre qui prenne vraiment en compte les blessures de chacun.

Il y a toujours le danger, comme le montre Chögyam Trungpa, de se leurrer soi-même. Ce penseur →

→ évoque le matérialisme spirituel, à savoir : se la raconter, se bâtir des carapaces, se réfugier dans des bunkers. Pourtant, rien ne nous met véritablement à l'abri du tragique. Ce qui m'aide, aujourd'hui, ce sont des penseurs de la trempe de Trungpa, Nietzsche ou Maître Eckhart. Ils nous donnent des outils et nous invitent à trouver l'audace d'aller dans le tragique, sans armures, sans protection.

Il faut casser cette image du sage sur un promontoire, qui contemple les passions humaines se déchaîner, de loin. La sagesse, à mes yeux, consiste à faire corps avec le réel, à habiter la vie et à se frayer un chemin au cœur du quotidien. Il ne s'agit pas de s'en extraire ou de s'en éloigner.

N'avez-vous pas eu peur de heurter vos proches, en premier lieu votre épouse et vos enfants ?

● Oui, c'était effectivement le risque, mais j'ai fait le pari que celles et ceux qui me feraient l'amitié de me lire auraient cet amour inconditionnel. Concernant ma femme, elle a été la première à mes côtés. C'est elle qui, tout au long de ce périple, m'a épaulé sans jamais me juger. Je n'ai donc pas eu à lui cacher mes comportements et cette transparence, son accueil, m'ont vraiment aidé à ne pas avoir à jouer un rôle et à avancer.

Votre discours face à cette addiction est assez ambivalent, puisque vous la dépeignez à la fois comme une « passion triste », mais aussi comme une « thérapie ». Pourquoi ?

● L'addiction n'est pas vraiment arrivée par hasard. Il se trouve que j'ai un handicap, que mon corps singulier provoque des moqueries presque quotidiennes. La zone de turbulences que j'ai traversée a été le lieu d'une réappropriation du corps, d'une célébration de la vie, d'une acceptation de ce handicap tel qu'il est. En ce sens, ce chemin, d'une certaine manière, a été thérapeutique. En même temps, il est clair que je me serais volontiers passé de tous ces détours, d'avoir à solliciter des *webcams* pour aller mieux. Si d'autres voies peuvent conduire plus paisiblement au détachement, je m'en réjouis du fond du cœur !

Justement, le corps est au centre de votre cheminement spirituel, alors même que le terme de spiritualité renvoie à l'esprit. Comment expliquez-vous ce paradoxe ?

● D'abord, notre rapport au monde, à nous-même, à l'autre, passe par le corps. Beaucoup de caricatures de la spiritualité en font l'impasse, le présentant comme un boulet. Mais, ici, un juste équilibre est vital pour en faire, comme le disent les bouddhistes, le véhicule de l'Éveil.

Pourquoi ne pas profiter de cette incarnation – notion très chrétienne – pour nous ouvrir au monde et à l'autre ? Le corps peut certes devenir une prison, un tombeau, comme dirait Platon, si on s'identifie

totale à lui. Je pense qu'il peut aussi devenir un haut lieu spirituel. Pour ce faire, il s'agit peut-être de se débarrasser de la distinction radicale corps-esprit : tout est intimement lié.

Vous affirmez que « la sexualité est au cœur de la vie spirituelle », alors qu'elle est souvent méprisée par les traditions religieuses.

Expliquez-nous.

● La sexualité peut être le lieu du partage, d'un échange extraordinaire. Malheureusement, trop souvent, un ego avide, blessé, névrotique met la main dessus et la récupère pour en faire une quête de compensation ou tout simplement d'oubli. Quitte à oublier sa vocation première qui est de réunir en profondeur deux êtres humains. Peu de maîtres spirituels abordent ce qui représente un immense défi pour nombre d'entre nous. *In fine*, il y a peut-

« Face au mépris du corps que je ressentais, avouons que les sagesse traditionnelles ne m'ont pas vraiment comblé. »

être deux tendances à éviter : dissocier la sexualité de la vie spirituelle et se débrouiller tant bien que mal ; la nier purement et simplement. Or, en faire le lieu d'une ouverture à l'autre, d'un don de soi, c'est aussi ce qui fait la quintessence d'un chemin spirituel. Passer de l'avidité au don, de la conquête à l'exploration et au partage, voilà la grande affaire.

Notre société porte un regard dépréciatif sur les personnes qui font commerce de leur corps. Vous dites pourtant avoir rencontré une forme de sagesse en elles.

● D'abord et avant tout, il faut condamner l'exploitation des êtres humains de la manière la plus claire qui soit. Pour ma part, j'ai été étonné de la bienveillance que j'ai rencontrée dans le milieu de la prostitution. J'y ai trouvé un regard qui m'a lavé de certains traumatismes. Au fond, il s'agissait surtout d'une demande affective de ma part : j'avais besoin de me rassurer, de voir que le corps d'un handicapé n'était pas forcément ignoble. Un questionnement qui n'est d'ailleurs pas propre à ma condition ; en effet, beaucoup d'hommes et de femmes ne se jugent-ils pas avec sévérité ? N'avons-nous pas tous du mal à vraiment considérer que nous sommes inconditionnellement aimables ? Mon désespoir était tel que j'ai dû recourir à des pratiques tarifées là où il aurait pu y avoir don. Voilà qui pose la question du regard que la société porte sur les personnes différentes, et qui peut être ressenti comme un rejet fondamental.

Face au mépris du corps que je ressentais, il faut bien avouer que les sagesse traditionnelles ne m'ont pas vraiment comblé. Or, c'est auprès de personnes que l'on ne considérerait pas *a priori* comme sages,

que j'ai trouvé du réconfort et un réel soutien. J'ai trouvé de la sagesse chez ces garçons et surtout, un non-jugement, une absence de stéréotypes. Aucun *escort* ne m'a demandé, par exemple, ce que j'avais comme handicap. C'est cela, je crois, que je recherchais avant tout, ce rapport sans vernis social – très tendre, finalement. Même si, encore une fois, il est regrettable des deux côtés d'avoir à recourir à une relation tarifée.

Confronté à cette crise, qu'est-ce qui vous a permis de recouvrer votre liberté intérieure ?

● Ce qui m'a surpris, c'est la solitude dans laquelle j'ai traversé cette étape de mon existence. Certes, il y avait ma femme, deux ou trois amis. Mais l'obligation à la clandestinité, comme si je devais avoir honte de mon propre mal-être et de mes besoins, m'a fait peur. Maintenant que tout a été confessé dans le livre, je suis émerveillé que mon parcours n'ait pas suscité de rejet, au contraire. Cet accueil m'invite à prêter davantage encore l'oreille à celles et ceux qui traversent des épreuves. Face à la souffrance de l'autre, on est trop souvent dans le commentaire ou le conseil. Pour ma part, mes amis m'ont aidé à poser des actes, à explorer de nouvelles voies, à tenter des expédients, à ne pas rester claquemuré dans mon mal-être. Paradoxalement, ces mains tendues m'ont rendu plus indépendant – en me faisant comprendre que la consolation ne saurait venir de l'extérieur –, mais aussi plus attentif aux autres, car leur présence a été éminemment précieuse à cette étape de ma vie.

« Il y a deux types, peut-être, de confiance : croire qu'il y a, quelque part, une bouée de sauvetage à laquelle s'accrocher ; et avoir la conviction qu'il n'y a nul besoin de bouée. »

L'absence de jugement de ma femme et de mes amis a été d'un incroyable secours. Mon épouse me disait : « *Si guérison il doit y avoir, elle doit passer par le corps.* » Le fait de raccrocher ce trajet à un itinéraire spirituel m'a également énormément aidé. Même au cœur du désespoir, je gardais l'intuition que cette épreuve allait me faire grandir. De fait, elle m'a rendu plus libre à l'endroit du qu'en-dira-t-on, plus ancré dans ce corps, moins dépendant – même si cela reste éminemment fragile.

Qu'est-ce que cette « sagesse espiègle » dont vous faites l'apologie dans votre ouvrage ?

● La sagesse espiègle, c'est déjà une invitation à ne pas se prendre au sérieux, ne pas se figer dans des rôles, pour demeurer ouvert aux autres. Le livre voudrait également montrer que la sagesse peut être glanée au quotidien, même auprès des personnes les plus inattendues. C'est aussi un appel à envisager la

vie comme une *policlinique*, c'est-à-dire un endroit ouvert à tous, où les uns et les autres peuvent se soigner mutuellement, dans une ouverture du cœur, une bienveillance et un non-jugement.

Aujourd'hui, comment allez-vous ?

● Ça va plutôt bien, je vous remercie ! La dépendance est derrière moi. Ces péripéties m'ont rassasié en me montrant que, paradoxalement, le corps ne peut pas se satisfaire pleinement. Petit à petit, j'apprends à me détacher en réinvestissant notamment le champ de la philosophie, de l'amitié, de la lecture. Je reconquiers une certaine forme d'indépendance. Je comprends que l'autre n'a pas à me consoler, qu'il demeurera peut-être toujours en moi une partie inconsolable. Tant que je cours après une consolation, je me fuis d'autant plus.

Ce chaos a finalement accouché de fruits, de liberté. Je me méfie depuis d'une acceptation par trop superficielle du corps, des blessures. Il ne s'agit en aucun cas de mettre un vernis d'acceptation sur nos traumatismes, mais plutôt de les intégrer.

Peut-on être heureux dans le chaos ?

● Oui, grâce à une immense solidarité. Quand j'étais dépendant de cet homme, il y a des moments où je ne savais pas si j'allais finir la journée, mettre un terme à ma vie. Malgré tout, dans ce chaos total, il y avait une sorte de joie de l'abandon. Je me disais : « *Je ne maîtrise plus rien. Soit ça va me couler grave, soit je vais en sortir plus libre.* » C'est peut-être cette conviction qui m'a aidé. J'avais l'impression de ressembler à un bouchon de liège agité de toutes parts, tout en ayant la quasi certitude de flotter, même si le parcours pour y arriver était terrible. Cette expérience m'a donné une confiance. Au fond, il y a deux types, peut-être, de confiance : croire qu'il y a, quelque part, une bouée de sauvetage à laquelle on puisse s'accrocher ; et avoir la conviction qu'il n'y a nul besoin de bouée, qu'on flotte malgré tout.

Vous vous êtes imposé des exercices d'ascèse très difficiles, par exemple votre séjour en Corée, dans une volonté de guérison de vos blessures intérieures. Au fond, la vie est-elle un chemin perpétuel de guérison ?

● L'expérience en Corée du Sud m'a guéri de l'idée de guérir. Si j'ai accouru à Séoul, c'était dans l'espoir de guérir de mes traumatismes, de mes blessures et de ma tonne de névroses. Je suis revenu trois ans plus tard avec les mêmes problèmes, mais le chemin m'a fait découvrir qu'on pouvait se réconcilier avec tout cela. Plus que batailler contre nos faiblesses, il s'agit de dire oui, d'oser une grande paix dans le chaos. Pour reprendre une distinction de Nietzsche, on pourrait dire que la bonne santé consisterait à guérir du chaos. La grande santé, beaucoup plus large, est une dynamique : ouvrir les bras, accueillir, dire oui aux forces qui nous habitent, sans se laisser tyranniser par ce qui nous tire vers le bas. ■