

Partout à la fois

Il suffit d'un geste, de François Roustang, Odile Jacob, 238 p.

Philippe Haeck

Numéro 195, mars-avril 2004

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/19462ac>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Spirale magazine culturel inc.

ISSN

0225-9044 (imprimé)

1923-3213 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer cet article

Haeck, P. (2004). Partout à la fois / *Il suffit d'un geste*, de François Roustang, Odile Jacob, 238 p. *Spirale*, (195), 38-39.

PARTOUT À LA FOIS

IL SUFFIT D'UN GESTE de François Roustang

Odile Jacob, 238 p.

LE NEUVIÈME essai de François Roustang, un thérapeute qui pratique la psychanalyse et l'hypnose — que presque tous les psychanalystes rejettent — est sans doute son livre le plus accessible : chacun des huit chapitres est une suite de cinq à sept fragments pourvus d'un titre qui facilite la lecture. Ce n'est plus le théoricien de *Qu'est-ce que l'hypnose?* (Éditions de Minuit, 1994) habitué aux concepts et habile dans les argumentations serrées qui écrit mais le thérapeute qui nous livre son expérience avec un ton familier — l'éditeur a raison de parler d'« un éveil à un art de vivre ». L'hypnose, vous ne savez pas ce que c'est véritablement ; vous avez vu des films ou des numéros de spectacles dans lesquels l'hypnotiseur paraît avoir tout pouvoir sur les individus qui ont accepté d'être hypnotisés. Vous apprenez que cela est faux, que l'hypnotiseur ne peut pas vous amener à faire n'importe quoi, que vous avez une espèce de système central extrêmement complexe qui sent ce qui est bon pour lui, qui va refuser ce qui ne lui convient pas. Vous apprenez que l'hypnose n'est pas un sommeil comme le laisse entendre le *hypnos* grec mais une veille différente de la veille ordinaire. Quand vous êtes éveillé, vous percevez le monde comme on vous l'a appris, mais quand vous êtes en transe, sous hypnose, votre perception ordinaire est refoulée, votre esprit ne sait plus où il est, il se promène librement, s'ouvre à de nouvelles correspondances — vous êtes un peu comme le nourrisson qui reçoit la vie de partout à la fois avec tout son être, qui apprend à y bouger avec plaisir. Roustang s'intéresse aux expérimentations faites par des chercheurs avec des nouveau-nés : « Ils admettent que le découpage de la sensorialité en cinq domaines liés à des organes distincts est une abstraction tardive pour l'humain. Comme les poètes, l'œil du petit enfant peut toucher ou entendre et sa main trouve dans le noir l'objet vu dans la lumière. » Vous n'avez pas lu les articles savants de ces chercheurs mais vous avez toujours remarqué comment les bébés paraissent vifs alors que tant d'adultes paraissent éteints ou froids : si les bébés attirent le regard, c'est qu'ils sont vivants, qu'ils entrent en communion avec le monde ; si tant d'adultes sont ternes, c'est qu'ils se contentent de répéter des gestes étriés et des idées qui n'ont jamais été les leurs, qu'ils sont fatigués du monde, ne communient plus avec lui depuis longtemps.

L'hypnose travaille donc à nous redonner l'unité de corps et d'esprit que nous avons con-

nue enfant, cette joie d'un « corps-esprit » souple qui participe aux rythmes du monde. Elle nous fait oublier nos pauvres pensées usées qui nous mènent toujours dans les mêmes impasses, elle nous fait sentir les puissances de ce corps que nous connaissons si peu, que notre esprit tyrannise assez souvent. Nous cessons d'être un paquet de morceaux isolés. Contrairement aux psychanalystes qui vous permettent de ressasser très longtemps l'histoire de vos souffrances, l'hypnothérapeute ne s'attarde pas à votre passé, il vous aide plutôt à découvrir dans votre corps-esprit le geste qui va vous permettre de trouver votre place dans votre milieu, la place où vous pourrez déployer tranquillement vos forces — il ne sert pas à grand-chose de se lamenter sur notre passé, c'est l'à-venir qu'il faut imaginer avec tout notre corps-esprit.

Ensemble

Les trois premiers livres de Roustang n'apparaissent plus dans la liste de ses œuvres depuis 1976, ils sont parus dans les années soixante dans la collection Christus alors qu'il était jésuite : une anthologie, *Jésuites de la Nouvelle-France* ; son premier essai, *Une initiation à la vie spirituelle* ; un livre qu'il avait dirigé avec Michel de Certeau, *La Solitude* (en sous-titre : *une vérité oubliée de la communication*) — j'avais souligné dans son texte, « La rencontre des autres », cette phrase qu'il pourrait sans doute encore signer aujourd'hui : « Incapables d'être, nous nous précipitons dans le verbiage, la fébrilité et le divertissement. Nous avons beaucoup de contacts, mais nous ne rencontrons personne. » Ce qui est disparu de son discours, c'est Dieu, le « Père qui est aux cieux » de Jésus ; Roustang a remplacé l'amour de Dieu par le respect de la vie, la joie de vivre, l'amitié. Il n'y a plus à être le missionnaire de Dieu, il y a seulement à se laisser porter par la vie, à être entièrement présent aux autres que nous rencontrons, qui nous rencontrent.

Vous aimez les intellectuels et les artistes, vous êtes habitués à l'ironie des premiers, à la solitude des seconds ; vous n'aimez pas l'ironie mais, comme vous aimez l'intelligence, vous la tolérez ; vous n'aimez pas la solitude, mais comme vous aimez la beauté, vous laissez passer la ritournelle de la solitude. Et voilà que Roustang vous apprend ce que vous avez toujours su : que le geste, le sentir sont premiers et non les mots, la pensée, que le vivre ensemble est premier et non l'isolement, la séparation. Sa

réflexion n'est pas sans parenté avec le travail de Marcel Jousse dans *L'anthropologie du geste* (Gallimard, 1974) : « Ce n'est pas dans l'espace textuel que nous travaillerons, mais dans la durée gestuelle » ou « *Le Geste, c'est l'énergie vivante qui propulse cet ensemble global qu'est l'Anthropos : Vita in gestu.* » Vous commencez à comprendre que chaque être est relié à tous les autres, que la vie est un ensemble infini de gestes et de rythmes, que les œuvres que vous aimez ne sont pas des discours qui dominent leurs objets mais des gestes de vivants qui font palpiter la vie, sentir que tout est lié — ces œuvres n'ont pas besoin d'être interprétées, il suffit qu'elles vous habitent en secret, fassent germer en vous l'en- vie de la vie joyeuse.

Cela n'empêche pas Roustang de faire l'éloge du solitaire — il donne en exemple Tchouang-tseu —, d'affirmer paradoxalement qu'il « est au fondement du lien social ». Pourquoi ? Sans doute parce qu'il faut se séparer d'un monde où tout est en morceaux, en éléments non reliés, pour retrouver l'unité de notre corps et de notre esprit, les liens qui existent entre tous les êtres vivants. Quand vous êtes dans la lune, que vous marchez seul, que vous êtes au milieu d'une musique ou d'un livre ou d'un tableau, n'êtes-vous pas séparé du monde habituel où vous êtes toujours pressé, et pourtant ne sentez-vous pas en même temps que vous êtes lié à tous les êtres, à tout l'univers — n'est-ce pas cela l'hypnose : sortir de notre agitation pour sentir dans notre corps l'infini de l'univers, le grand rythme de la vie ?

La vie

Par son titre, *Il suffit d'un geste* paraît répondre à la même question que *La fin de la plainte*, l'essai précédent de Roustang : comment mettre fin à nos plaintes, comment retrouver la joie de vivre — ce n'est pas un hasard si sur la couverture se trouve une danseuse, un détail de la *Femme joyeuse* de Ferdinand Hodler. J'ai eu envie, une fois terminée la lecture du livre, de dire merci sans trop savoir pourquoi. Je suis un peu dans la situation du patient qui termine sa thérapie, qui est content du résultat, ne sait trop comment il y est arrivé, ce qu'il doit à son thérapeute : « *La phrase qui commencerait par : "J'ai compris que..." devrait susciter la méfiance. Si la totalité de la personne a été convoquée pour aboutir à la modification, comment quelques mots ou même beaucoup de mots pourraient en rendre compte ? Cela s'est passé en dehors de nos prises et*

LA PEUR DE L'OBSOLESCENCE

PAS LE TEMPS! TRAITÉ SUR L'ACCÉLÉRATION de Lothar Baier

Traduit de l'allemand par Marie-Hélène Desort et Peter Krauss, Actes Sud, « Lettres allemandes », 221 p.

c'est cela qui se dit. » Un patient à qui Roustang demande : « Que sentez-vous ? » a une réponse insolite : « Partout à la fois. » Ce « partout à la fois » est le principal leitmotiv du livre et c'est peut-être lui qui a fait pousser mon envie de dire merci à François Roustang.

Il n'y a plus à trouver de sens à la vie, il y a seulement à y bouger le plus harmonieusement possible la durée de notre vie : « Elle n'est pas autre, elle n'est pas au-delà, elle est ici dans les toutes petites choses, car il n'y a pour l'être humain que le goût fabuleux des insignifiances. Mais il suffit d'habiter ce dérisoire avec vigueur et détermination pour, à l'instant même, se sentir à nouveau dans la jeunesse de ce qui n'a pas encore eu lieu. » Ce qui n'est pas là souvent, c'est l'union du corps et de l'esprit, le goût du jeu, l'harmonie entre les vivants, la joie simple d'être vivant au milieu d'un univers vivant. Ce qui est là parfois chez Roustang malgré son goût de la joie, c'est un léger dénigrement de notre vie : pourquoi parler d'insignifiances, de dérisoire alors qu'il a senti que « La grande affaire, l'unique affaire, c'est de se laisser pousser par la vie » ? J'ai mis en exergue au livre de Roustang, cette phrase de Charles Péguy dans la *Deuxième élégie XXX* : « Il suffit qu'un homme, fût-ce pour un temps, il suffit qu'une œuvre, fût-ce comme un éclair, échappe à cette universelle, à cette perpétuelle, à cette temporellement éternelle habitude, à cet universel émoi, à ce maître vieillissement, à ce vieillissement dominateur pour qu'aussitôt et par cela même et en cela seul ce soit cela le génie. » Être génial, c'est simplement être ingénu, retrouver la nudité de l'enfant, son rire à sentir comment le monde est un grand jeu où tout se répond. L'enfant ne trouve rien d'insignifiant ou de dérisoire, il veut seulement sentir comment ça marche, ça vit, essayer différents gestes pour apprendre ce qui lui donne du plaisir, de la joie. L'hypnose paraît un chemin qui nous révèle que nos distinctions habituelles sont de petits textes durs qui nous masquent le grand contexte, la vie dans son enchevêtrement infini de gestes.

Philippe HAECK

ESSAYISTE, romancier et traducteur (entre autres de Breton, Nizan, Sartre et Simone), Lothar Baier est l'un des intellectuels allemands contemporains les plus respectés en France depuis la parution de ses essais *L'entreprise France* (1989), *Les Allemands, maîtres du temps* (1991), *À la croisée des langues* (1997) — voir *Spirale*, n°159 — et de son roman *Le délai* (1992). À juste titre, il recevait en décembre 2003 le prix Gerrit-Engelke-Literaturpreis à Hanovre pour l'ensemble de son œuvre.

« Lire était pour Montaigne le contraire d'un passe-temps. Le temps consacré à la lecture, c'était la durée d'un séjour dans le temps », écrit Lothar Baier. Ici, n'ayez crainte d'en perdre : lire *Pas le temps!*, c'est en un sens accepter de prendre un peu du nôtre pour entrer dans celui de Baier, ne serait-ce que pour accéder à sa vision de l'évolution historique du temps qui aborde aussi bien le sociologique, le littéraire que le philosophique. D'ailleurs, en réponse à la question « comment désirons-nous vivre ? », il invoque justement la possibilité pour les populations médiatisées de vivre dans un temps hybride : « savoir vivre dans plusieurs temps à la fois, dans le sien propre et dans celui d'autrui. » Il s'agit en somme de vaincre sa peur de l'obsolescence.

Suivre le rythme

Tout commence à l'ère industrielle avec l'apparition du train qui permet à l'homme de franchir des distances en un temps record, créant ainsi l'impression de « rattraper » les retards, de « gagner » du temps. Dorénavant, le temps peut être géré et devenir « profitable ». Une course folle aux nouvelles techniques s'enclenche donc dès la fin du XVIII^e siècle, que l'on pourrait définir, comme le rapporte Baier, par le terme « accélérisme » inventé par Musil dans *L'Homme sans qualités*, « c'est-à-dire l'intensification maximale de la vitesse de l'expérience vécue fondée sur la biomécanique du sport et la précision du trapéziste ». Malgré le gain incomparable du temps sur l'espace, certains effets néfastes de l'accélérisme, comme la nervosité et la neurasthénie, renommées « stress » vers 1939, puis finalement « dépression », se font de plus en plus sentir. Baier cite Erhenberg qui, dans *La fatigue d'être soi. Dépression et société*, écrit : « La dépression est une pathologie du temps (le déprimé est sans ave-

nir) et une pathologie de la motivation (le déprimé est sans énergie, son mouvement est ralenti et sa parole est lente) ». Bref, il s'agit d'une maladie du temps et de l'accélération évoquant en tout point une stagnation tributaire d'un monde dominé par les médias qui sont, au dire de Sylviane Agacinski dans *Le passeur de temps*, « des machines à temps » qui écrasent le temps. L'information et l'événement sont alors aplatis puisque l'accélération et le flot d'images et d'informations arrivant aussi bien par la télévision, le cellulaire, le télécopieur, le courriel que la page Web créent de cette façon une surcharge de la mémoire.

On pense ici à la formule de Paul Virilio (*La vitesse de libération*) selon laquelle « le temps véritable n'est plus le temps de la succession, mais le temps de l'exposition », l'accélération du temps faisant en sorte que la « mémoire vive », celle du quotidien, s'épanouit au détriment de la mémoire totale, durable, qui, par effet contraire, compense en « deletant » ce trop-plein, pour prendre le mot de Régine Robin dans *La mémoire saturée*. À cet égard, Baier souligne aussi bien le caractère innovateur d'Hitler en tant qu'individu tout à fait moderne (en désignant son souci et sa peur de manquer de temps pour réaliser ses projets de vie, de ne pas faire coïncider le temps de son existence avec le temps de l'histoire) que la coïncidence entre le temps de vie d'un individu et celui du temps du monde qu'apporte l'idée de la cryogénie. Malheureusement, « l'accélération, considérée à l'origine comme un moyen de prendre l'histoire en main, a échappé au contrôle des rationalistes et s'est alliée avec la technique et l'économie pour former une puissance qui ne se laisse plus gérer. » Ainsi, avec l'agonie de l'accélération mécanique naît l'accélération numérique et biologique prônant un présent totalitaire, un présent global, en même temps, il va de soi, que se manifeste le début de l'agonie (au sens grec de « lutte, angoisse ») de l'humain malgré un temps que l'on souhaite de plus en plus élastique.

Le temps élastique

Les choses, les événements et les faits ont une portée de courte durée : « le temps manque pour permettre une adaptation quelconque », constate Baier. Pourtant, s'il y a un terme qui témoigne de l'homme dans le monde actuel, c'est bien celui d'adaptation — au sens strict d'une