

ENTRETIEN

“UNE BELLE OCCASION D'EXERCER NOTRE LIBERTÉ”

Comment composer avec l'inattendu sans trop en avoir peur ? « En revenant aux philosophes, qui nous enseignent à nous tenir prêts », répond **Charles Pépin**. Il nous l'explique.

Propos recueillis par **Stéphanie Torre**

Psychologies : Plus que jamais, la crise sanitaire que nous avons traversée nous a obligés à prendre conscience que nous vivions dans l'incertitude. Or, cela est terriblement angoissant. Pourquoi ?

C.P. : L'incertitude a beau être au cœur de la condition humaine, il faut bien faire le constat que, en Occident, ce n'est pas du tout ce que l'on nous apprend depuis notre plus jeune âge. Dans les familles, dans les écoles et même dans les grandes écoles, on entend plutôt dire que nous pouvons presque tout prévoir, qu'anticiper est une question d'intelligence et que nous pouvons donc créer, grâce à elle, de vastes zones de certitudes. Mais l'actualité vient de nous le rappeler : en réalité, c'est l'inverse qui prévaut. Nous évoluons dans un océan d'inconnu quand les certitudes, elles, ne représentent, dans nos existences, que de tout petits îlots. Mais comme nous n'en avons jamais été avertis, le rappel brutal à cette vérité première nous plonge dans un profond désarroi.

Selon vous, notre inaptitude à faire face à l'imprévu serait donc liée à notre éducation...

C.P. : Sans aucun doute. Pour preuve : nombreux sont les parents qui, pensant bien faire, expliquent à leurs enfants que l'avenir, ça se prévoit. Mais peu s'avancent à dire : « Tu sais, on peut toujours essayer d'anticiper, mais l'imprévu, c'est la vie et la vie te surprendra. »

BASTIENNE SCHMIDT, PHOTO EXTRAITE DE LA SÉRIE « HOMME STILLS »



Dans l'un de vos podcasts, vous dites aussi qu'à notre époque le recours massif à la technologie renforce, chez chacun, chacune, l'illusion d'une parfaite maîtrise...

C.P. : Oui, parce que, effectivement, on s'aperçoit depuis quelques années que nos valeurs, nos façons de penser ne sont pas tant dictées par nos convictions que par le degré de développement des technologies qui, de plus en plus souvent, nous

laissent penser que tout est prévisible puisque tout est calculé. Un exemple ? Quand nous sommes en voiture avec un GPS, celui-ci est capable de nous dire le temps de transport qui sera le nôtre et, donc, de nous annoncer notre heure d'arrivée. Comment, à partir de cette donnée, ne pas tomber dans le fantasme d'une maîtrise technologiquement déterminée ? Quand bien même nous n'ignorons pas que peuvent surgir des imprévus, des incidents, des >>



CHARLES PÉPIN

Philosophe, essayiste et romancier, il anime « Les lundis philos », un séminaire philosophique ouvert à tous, à Paris. Il a aussi créé, cette année, sur Spotify, un podcast à destination du grand public, « Charles Pépin : une philosophie pratique ». Il est l'auteur de nombreux ouvrages, dont *Les Vertus de l'échec* et *La Confiance en soi* (Allary).

>> panes, nous refusons de les envisager. Voilà pourquoi j'avance effectivement l'idée que les nouvelles technologies diffusent des valeurs d'anticipation, de prévisibilité qui entretiennent chez nous une illusion de certitude... Illusion à laquelle nous sommes tentés de croire pour nous rassurer.

Existe-t-il un antidote à ce besoin que nous avons d'être continuellement rassurés ?

C.P. : La philosophie, dont celle de Nietzsche, peut être d'une grande aide pour nous préparer à l'idée que l'essentiel, dans notre vie, est absolument incertain. Incertitude concernant la date de notre mort, les maladies qui peuvent nous frapper, les rencontres décisives qui provoquent une bifurcation existentielle... Même si quelques-uns ou quelques-unes s'accrochent à leur horoscope pour tenter de cerner l'avenir, qui sait ce qui se passera demain ? Alors, pour composer avec l'incertitude sans trop en avoir peur, pas d'autre choix, nous dit le philosophe allemand, que de voir en elle l'occasion d'expérimenter pleinement notre liberté. Sartre aussi l'a dit : plus il y a de l'incertitude, plus on est libre, puisque si rien n'est vraiment certain, c'est tout un champ des possibles qui se déploie devant nous.

Mais la liberté est, d'une certaine manière, terriblement angoissante...

C.P. : Faire face à ce champ des possibles nous terrorise parce que personne ne nous a appris à regarder en face le fait qu'effectivement c'est angoissant. Mais si nous nous y contraignons en consentant à cette peur liée à l'évidence de l'incertitude, alors, déjà, en partie, nous nous en délivrons. Je vais vous donner un exemple un peu dur, mais qui concerne la plupart d'entre nous : il est clair qu'en tant que

parent nous avons tous peur pour nos enfants. Peur qu'ils se fassent écraser quand ils traversent la route, qu'ils prennent le volant éméchés et que cela les conduise au drame... Et pourtant, nul ne peut nier que cela puisse malheureusement arriver. Face à ce risque, chaque père et chaque mère doivent essayer, bien sûr, de mettre en place un certain nombre de garde-fous en expliquant, en dialoguant, en responsabilisant... Mais toute cette prévention ne peut pour autant éliminer cette part d'incertitude qui fait qu'effectivement notre enfant peut mourir. Dès lors, au lieu de se rassurer avec de fausses certitudes, peut-être

vaut-il mieux se dire pour avoir moins peur : « De mon côté, j'ai fait tout ce que je pouvais. J'ai dit ce que j'avais à dire. Mais maintenant je sais que le reste est en dehors de ma maîtrise et c'est comme ça. »

Dire « c'est comme ça » ne nécessite-t-il pas tout de même un sacré renoncement ?

C.P. : Non ! Je ne propose pas un « c'est comme ça » résigné et abattu. Au contraire, celui-ci doit être affirmatif et engagé ! Approprions-nous donc ce conseil de Nietzsche pour y parvenir : si nous disons oui à la vie avec son lot d'injustices et d'incertitudes, alors nous aurons déjà beaucoup moins peur de vivre. C'est cela faire preuve d'intelligence.

Faire preuve d'intelligence, c'est donc prévoir ce qui peut l'être tout en sachant se tenir droit face à l'imprévu ?

C.P. : C'est effectivement ce que nous ont appris Nietzsche, Sartre, Freud ou Lacan. Tout n'est évidemment pas si hasardeux qu'il faille ne rien prévoir. Mais même si l'on prévoit le plus possible, nous devons être instruits qu'il restera toujours de l'imprévu et que, celui-ci, il nous revient de l'aimer plutôt que de le redouter, parce qu'il s'adresse à notre liberté.

“Il est difficile de composer avec beaucoup d'incertitudes. Mais celles-ci nous apprennent à ne pas conditionner le bonheur ou la joie à la certitude”

Aimer l'imprévu, ce n'est quand même pas chose facile...

C.P. : Je suis bien d'accord avec le fait que cela puisse paraître compliqué. Mais puisque l'imprévu nous rattrape régulièrement, autant savoir l'apprécier en y voyant l'occasion d'exercer notre liberté.

Mais alors, comment nous familiariser avec l'incertitude de façon concrète et légère ?

C.P. : En écoutant une chanson d'un artiste qu'on ne connaît pas. En ouvrant un livre dont le titre nous est inconnu. En écoutant une improvisation de jazz ou de slam... Il y a, dans notre vie quotidienne, mille occasions de nous familiariser avec l'inconnu. Une autre idée pour mieux vivre l'incertitude est de se constituer des petits îlots de certitude. Par exemple, si je dois quitter quelqu'un à qui je tiens pour une durée indéterminée, je peux dire : « Je ne sais pas quand je te retrouverai, mais ce qui est certain c'est que je t'aime et que lorsque nous nous reverrons nous fêterons nos retrouvailles. »

Parlez-nous de vous : l'incertitude ne vous effraie donc pas du tout ?

C.P. : Bien sûr qu'il m'arrive d'avoir peur. Durant le confinement, j'ai, comme tout le monde, traversé de vrais moments d'angoisse, par rapport à mes proches notamment. Et j'ai pu mesurer à quel point il est difficile de composer avec beaucoup d'incertitudes. Mais ce que j'ai compris à cette occasion, c'est que celles-ci nous apprennent justement à ne pas conditionner le bonheur ou la joie à la certitude. Ainsi, je me suis

trouvé en mesure de vivre ce que je pouvais vivre et d'appriivoiser la peur en me disant : « Je ne sais vraiment pas de quoi demain sera fait mais, pour le moment, cela ne doit pas m'empêcher de profiter de ce rayon de soleil, de ce verre de rosé frais... »

Pour ne plus avoir peur, il faut donc accepter l'incertitude dans un consentement joyeux ?

C.P. : Pour preuve, une anecdote issue de ma pratique de professeur de philosophie : chaque année, j'avais des élèves extrêmement angoissés à l'idée de l'épreuve du bac. Et la manière dont je parvenais à les débloquer tenait finalement en quelques phrases : « Mais évidemment que vous pouvez vous planter ! Bien sûr que vous pouvez tomber sur un correcteur mal luné qui vous collera une sale note ! Mais c'est comme ça : vous ne pourrez jamais réduire l'incertitude à zéro... même si vous travaillez sérieusement tout au long de l'année. » Alors naissait, sur leurs lèvres, un vrai sourire de soulagement : puisqu'ils ne pouvaient pas tout maîtriser, alors ils pouvaient faire avec ce risque inhérent, tout en se montrant curieux de ce qui pouvait, ou pas, arriver.

C'est donc ce que nous devons dire à nos enfants : « Fais de ton mieux, mais n'oublie pas que le reste ne dépend pas de toi » ?

C.P. : C'est probablement ce qu'il y a de mieux à dire, oui. À condition toutefois que nous soyons nous-mêmes exemplaires. Ainsi, je peux vous dire que mes propres enfants ont bénéficié d'une sorte de formation stoïcienne lorsqu'ils m'ont vu vivre de grands succès, mais aussi de gros fiascos. « Distingue ce qui dépend de toi et ce qui ne dépend pas de toi », nous dit le stoïcisme. Une manière pour moi de leur faire entendre que, plus on accepte que certaines choses nous échappent, plus on saisit qu'il est aussi de notre devoir de faire tout ce qui est possible lorsque quelque chose relève de notre responsabilité. ■