

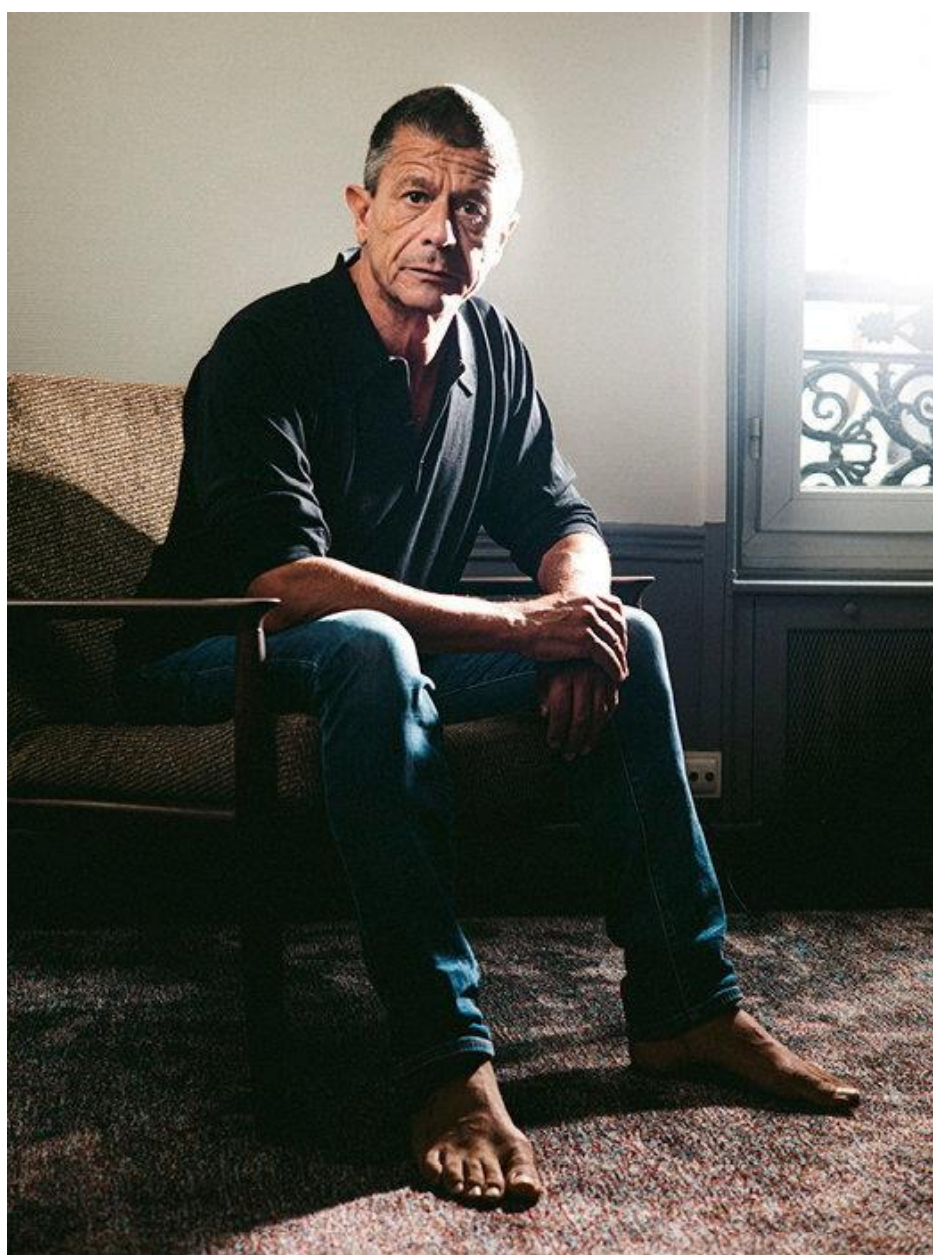
INTERVIEW

Emmanuel Carrère : « Je suis jaloux de Houellebecq »

RENTRÉE LITTÉRAIRE. L'écrivain revient avec « Yoga ». Un récit aussi drôle que féroce, sur fond de méditation et de dépression. La sienne.

Propos recueillis par Christophe Ono-dit-Biot

Publié le 25/08/2020 *Le Point*



Le Point : Alors comme ça, ce livre est né de notre échange pour une couverture du « Point » sur le yoga ?

Emmanuel Carrère : En effet, j'avais remarqué que cela semblait beaucoup vous intéresser. Vous m'aviez posé une batterie de questions, jusqu'à ma posture préférée... Vous étiez curieux et en même temps pas très connaisseur de la pratique. Peut-être un peu sceptique ?

Peut-être quant à votre division du monde en yin et yang, dont on pouvait penser que ça manquait de nuance, ou quand vous expliquiez que pour méditer il faut prêter attention au moindre de ses cheveux... Jusqu'à presque les entendre pousser... On retrouve cette exigence extrême, d'ailleurs, dans votre livre, mais vous y parlez davantage des narines, recommandant d' « observer les sensations à l'intérieur des narines »...

Mais oui, l'intérieur des narines est extrêmement innervé, vous savez, et il s'y passe toujours quelque chose d'intéressant pour qui cherche à se concentrer sur les sensations qui le traversent. Ce à quoi le yoga nous invite. Cela fait vingt ans que je le pratique, désormais, et je me suis dit que mon expérience pouvait aboutir à un livre utile à ceux qui le pratiquent comme à ceux qui n'en ont qu'une vague idée. J'ai pensé, en me lançant dans l'écriture, à cette phrase de Raymond Carver : « De quoi parlons-nous quand nous parlons d'amour ? », que reprend Haruki Murakami dans son livre sur la course, et je me suis posé à mon tour la question pour le yoga : « De quoi est-ce que je parle quand je parle de yoga ? » Je voulais faire un livre limpide, court, et à rebours des livres de développement personnel, qui sont assez tartes, et écrits dans un esprit de maîtrise, par quelqu'un qui sait, ou croit savoir. Or je voulais, moi, qu'on entende un type qui n'est pas dans la position du sage mais dans celle du boiteux, qui raconte son expérience cafouilleuse du yoga, qui trébuche, qui se casse la figure.

Vous vous êtes vraiment dit en votre « aïde for intérieur » : « c'est un livre qui peut faire un carton » ?

Oui, parce que tant de gens font du yoga ! J'aurais pu appeler le livre : *Les gens heureux sont dépressifs et font du yoga*. Parce que l'idée, c'était aussi de dire que oui, on peut faire du yoga en étant névrosé. On fait avec ce qu'on est. Ou, comme dit Lénine : « Il faut travailler avec le matériel existant. »

Le livre commence avec le récit d'un stage de méditation vipassana, « la version commando de la méditation »... Fallait-il vraiment en passer par là ?

Je me suis dit que cela ferait un bon cadre de départ pour la narration. Dans ces stages, il s'agit en effet de rester dix heures par jour vissé sur son coussin de méditation, le zafu, et d'observer le cours des sensations et des pensées. Tout procède ensuite d'une façon très associative. Parfait pour parler de façon très libre de ce qui me vient à l'esprit quand je fais du yoga.

Qu'est-ce que vous trouvez dans le yoga ?

D'abord, il y a différentes écoles de yoga, et j'en ai pratiqué plusieurs. J'ai fait du yoga ashtanga, très dynamique. Je continue à faire du vinyasa, une version de l'ashtanga moins athlétique, plus concentrée sur le flux, le passage d'une posture à l'autre, et je pratique aussi le yoga Iyengar, qui porte le nom d'un grand maître indien. Cela me convient bien parce que c'est un peu un yoga pour obsessionnels. Mais disons, pour commencer, que c'est une gymnastique bienfaisante. Cela suffirait à justifier que tout le monde en fasse. Et puis cela permet d'élargir en soi la zone de calme et de gagner ce que les militaires appellent une « profondeur stratégique » par rapport au stress que donnent l'agitation du monde et la dispersion des pensées qui nous assaillent. Notre conscience est constamment agitée par ce que, dans le bouddhisme, on appelle des « vritti ». Ce sont comme des remous sur une surface aquatique, une houle perpétuelle, sans parler des tempêtes... Il peut s'agir de regrets, de désirs, d'idées qui vous traversent, de remémorations, d'un coup de fil à passer... Bref, un babil intérieur absolument intarissable que le yoga vise à apaiser en nous rendant moins dépendant de ces fluctuations de l'ego. Dans son ambition maximaliste, le yoga permet, par l'observation de la conscience, d'aboutir à une transformation de celle-ci. Mais là, on se heurte à nos névroses, et c'est aussi ce que raconte le livre : quand tu laisses tout tomber et que tu te retrouves dans l'île grecque de Leros à boire des bières avec des réfugiés afghans qui t'expliquent la différence entre « *like* » et « *love* » (1), tu fais peut-être un peu plus de méditation que le cul vissé à un zafu à essayer de percevoir les sensations dans tes narines...

Vous écrivez d'ailleurs dans « Yoga » : « La sagesse, est-ce que ce n'est pas un peu trop sage ? Le cul, est-ce que ce n'est pas tout simplement plus vrai ? »

Oui, mais ce n'est pas incompatible !

Quand on médite, un peu quand même...

Effectivement... Enfin, sauf dans le yoga tantrique...

Bien sûr. Il y a d'ailleurs une scène hallucinante qui s'en rapproche, dans le livre, où vous faites l'amour avec une femme dans une chambre d'hôtel et où vous semblez tellement fusionner que cela fait apparaître un halo de lumière autour de vos corps. Ça vous arrive souvent ?

Non ! Ça ne m'est arrivé qu'une fois. Et je vous assure que ce n'était pas une illusion. C'était réel. En écrivant cette scène, j'avais l'impression d'être dans la même situation que quelqu'un qui raconte une *near death experience*. Oui, c'était du même ordre. Et c'est arrivé comme ça, pas du tout volontairement. La vie vous offre parfois une grâce de ce genre... C'est d'ailleurs un peu comme cela que ça se passe, dans le yoga. Les moments où tu touches vraiment quelque chose, c'est rarement quand tu fais les choses en t'appliquant. Elles finissent par se faire sans toi. Cela dit, pour qu'elles se fassent sans toi, il faut quand même s'être un peu appliqué. Cette expérience extraordinaire ne s'est pas renouvelée, mais elle a coloré la suite de cette relation.

Le sexe est très présent dans votre œuvre. Même dans « Le Royaume », consacré aux premiers chrétiens, vous parliez de vidéos pornos. Pourquoi aimez-vous tant écrire sur le sexe ?

Mais c'est tellement important dans une vie ! Comment essayer de dire quelque chose sur l'expérience humaine, ce qui est quand même l'objet de la littérature, si le sexe n'y a pas sa place ? Enfin, l'amour en général, mais le sexe, quand même. Il manquerait quelque chose, n'est-ce pas ? Je ne dis pas qu'il faille toujours cocher la case « sexe », et il y a des livres de moi où il n'y a pas de sexe, dans *L'Adversaire*, par exemple, mais c'est une partie de l'expérience humaine pour laquelle j'ai un goût très vif et écrire une scène de sexe est une chose à laquelle je prends plaisir.

De page en page, on vous voit méditer, puis être interné à Sainte-Anne. Votre livre n'est-il pas une antipub pour le yoga ?

Je vois : à quoi bon faire tant de yoga pour essayer de devenir sage et serein et finir par plonger dans de tels abîmes ? C'est la question du livre : sagesse et folie. Nous aspirons tous à être sages et sereins et malheureusement il y a en chacun de nous un gouffre qu'il ne faut pas ignorer parce que de temps en temps nous tombons dedans, comme ça m'est arrivé, assez spectaculairement. C'est la fameuse phrase de Pascal : « Qui veut faire l'ange fait la bête. » Moi je fais les deux. Je suis tiraillé. J'essaie d'être un mec bien, serein, empathique, mais en même temps je suis névrosé, capable de faire du mal, et pas qu'à moi... Je me suis dit qu'un livre sur le yoga devenait intéressant si on parlait de cela aussi... Il est vital, dans les ténèbres, de se rappeler qu'on a aussi vécu dans la lumière et que la lumière n'est pas moins vraie que les ténèbres. Yoga et Sainte-Anne, c'est le même livre, et la pathologie dont je souffre est la version détraquée de l'harmonie après laquelle je courais. Ce tiraillement est plus ou moins l'histoire de tous les hommes. Yin et yang. J'avais pensé à un autre titre encore : *Yoga pour bipolaires*.

« Pour ce qui est du malheur névrotique je ne crains personne », « Je ne suis pas un homme bon », écrivez-vous. Ou encore : « Je suis un homme narcissique instable encombré par l'obsession d'être un grand écrivain. » Ça fait partie du contrat quand vous écrivez ? Vous en mettre plein la tête ?

Oui, ça fait partie du contrat. Qui est aussi passé avec le lecteur. C'est peut-être très prétentieux mais je pense que cela lui fait du bien : il se dit « je ne suis pas seul ». Le contrat, c'est de se mettre à nu. Je ne suis pas un *serial killer*, mais je suis un mec compliqué, qui a ses moments glorieux et qui rame, jusqu'à pouvoir s'effondrer totalement. Il n'y a rien de honteux là-dedans, je n'ai pas l'impression que ce soit de l'exhibitionnisme malvenu, et je pourrais citer des exemples plus grands que moi, Leiris et *L'Âge d'homme*, Rousseau et *Les Confessions*, ces livres où un homme essaie de dire le plus honnêtement possible ce qu'il est, y compris ce qui ne devrait pas se dire. Montaigne aussi écrit noir sur blanc qu'il est paresseux, atrabilaire, de commerce pénible...

Cette mise à nu va parfois très loin. Vous décrivez les électrochocs, la morphine qui perturbe vos intestins, « la bite écaillée par l'herpès » pendant votre dépression, les prises de kétamine, et les états erratiques dans lesquels elle vous met... Et vous avouez même que vous écrivez vos livres en tapant sur votre clavier avec un seul doigt... Y a-t-il une volupté à aller si loin dans « ce qui ne se dit pas » ?

Non, il n'y pas eu de volupté à écrire la partie que je nomme « Histoire de ma folie ». Ce qu'on appelle une dépression mélancolique, c'est une abomination et je ne savais pas que cela existait, ce degré de détresse. Je n'avais pas pris de notes, évidemment, on n'en est pas capable, et j'ai mis beaucoup de temps, par la suite, à écrire ces passages. Quant à la kétamine, c'est effectivement un remède de cheval, mais aussi une substance censée faire planer qui est désormais utilisée pour traiter la dépression lourde et la schizophrénie. J'ai fait l'expérience que ça marchait très bien, et puis à un moment, ça n'a plus du tout bien marché. C'est devenu un mauvais trip. Et ce mauvais trip-là, il était mauvais de chez mauvais...

C'est à ce moment-là que vous demandez qu'on vous euthanasie ?

Oui. Je parle d'enfer et je pense que ce n'est pas exagéré. Comme un monstre intérieur dont vous êtes le jouet. Je ne sais pas si l'on peut faire des hiérarchies dans les souffrances, même si je trouve plus légitime et plus décent de s'apitoyer sur celles des jeunes migrants que je décris dans le livre que sur celles d'un type privilégié comme moi. Je n'ai pas le droit de me plaindre, et pourtant, des états dépressifs comme ça, je vous assure, vous font atteindre des sommets extrêmes dans la douleur. Je ne suis pas sûr d'être arrivé à les décrire...

Mais si ! Cette littérature de la confession, dans laquelle vous excellez, est-elle pour vous désormais le genre roi ? Vous avez aussi écrit des romans...

En effet, mais quand j'écrivais de la fiction, comme dans *La Moustache* ou *La Classe de neige*, je faisais preuve, d'une certaine manière, d'imagination. Actuellement, j'ai l'impression de ne plus avoir d'imagination, de ne plus savoir même comment imaginer... Je n'en fais pas une maladie, ce n'est pas très grave, parce que je fais autre chose à la place... Je ne dis pas que ce soit le genre roi, mais c'est ce que je fais en ce moment : à partir de l'autobiographie, essayer d'attraper le maximum de choses, une littérature du moi mais dont j'espère qu'elle n'est pas que ça, qu'elle dit des choses sur le monde, sinon, ça m'embêterait un peu...

Vous ne pensez pas, comme d'aucuns, que le roman est mort ?

Ah non ! Je suis d'ailleurs un grand lecteur de fiction, et si une idée de fiction venait frapper à ma porte, je vous assure, je lui ouvre tout de suite ! Je ne crois pas du tout une seconde que le roman soit mort, regardez Roberto Bolano : il nous a tous rendus fous d'émerveillement. Bolano, c'est la joie des romans ! Inversement, dans la littérature autobiographique contemporaine, je trouve Karl Ove Knausgaard addictif, parce qu'il raconte tout dans les moindres détails, 200 pages pour une réunion de parents d'élèves, et c'est fascinant. À la longue, cela dit, ça devient un peu fastidieux, on n'en peut plus de se faire raconter les couchers de ses enfants...

Vous faites un aveu saisissant dans le livre, entre deux tirets, au milieu d'une phrase : « Je suis jaloux de Houellebecq »...

Cela rejoint ce que nous disions sur la vérité. Pourquoi ne pas avouer des sentiments un peu envieux à l'égard d'un écrivain que j'admire et qui prend plus de place que moi, qui vend plus que moi, qui est plus connu dans le monde ? Ce n'est pas quelque chose qui m'empêche de dormir, ce n'est pas condamnable moralement, mais c'est un sentiment pas très avouable, l'envie, et que je mets pour cette raison même un point d'honneur à avouer.

Houellebecq ne jure que par le roman, la fiction...

Houellebecq est un très grand romancier, un romancier balzacien, avec une vision informée des choses, et parce qu'il est ce romancier-là, il a la vision la plus large du moment historique dans lequel nous vivons. Il est le grand peintre de ce moment de l'histoire de la civilisation européenne, et je suis très admiratif de ça.

« La littérature est le lieu où l'on ne ment pas. C'est l'impératif absolu, tout le reste est accessoire », écrivez-vous. Pourtant, cette terrible dépression a été provoquée par une relation amoureuse, et vous choisissez de ne pas en parler...

Oui, je vais directement aux conséquences psychiatriques, parce que ça ne concerne pas que moi. Je peux dire sur moi tout ce que je veux, y compris les vérités les moins flatteuses. Ce n'est d'ailleurs pas du courage, ou alors c'est le courage du général Massu, qui disait, avec connerie et obscénité, qu'il ne fallait pas faire toute une histoire de la torture à la gégène, la preuve c'est qu'il l'avait essayée sur lui-même...

L'appliquer sur les autres, ce n'est pas du tout la même affaire. Celui qui écrit a les pleins pouvoirs et celui sur qui il écrit est à sa merci. Elle est là, la limite. Je ne m'arrose pas le droit de tout dire sur les autres, je me sens tenu à une certaine discrétion...

Dans « Un roman russe », vous ne preniez pas autant de gants. Avec votre mère ou votre compagne...

Vous avez raison de parler d'*Un roman russe* car *Yoga* s'en rapproche. Ce sont des livres de crise. C'est tout ce que j'ai à offrir en ce moment. Mais, maintenant, je m'en veux de ce que j'ai raconté dans *Un roman russe*. Je ne veux plus refaire des choses comme ça. J'ai franchi une ligne qui n'aurait pas dû être franchie.

D'une façon surprenante, Jean-Claude Romand revient dans « Yoga », lors d'un passage où vous évoquez ceux qui, dans la folie, ne choisissent pas seulement de se supprimer mais suppriment les autres. Vous ne l'avez pas revu, finalement ?

Non. S'il était revenu vers moi, je lui aurais ouvert la porte, mais il ne l'a pas fait. J'ai toujours les cartons de son dossier d'instruction, puisqu'il me les a confiés, et je les ai apportés avec moi dans ce nouvel appartement. Je les garderai jusqu'à la fin des jours de l'un, ou de l'autre... Pour l'instant, je ne sais pas où il est. Dans un monastère, dit-on.

Qu'a-t-il pensé de « L'Adversaire » ? Vous le lui aviez envoyé avant parution.

Oui, mais sans la possibilité pour lui de toucher à quoi que ce soit, c'était la règle du jeu, et il l'avait acceptée. Quinze jours plus tard, j'ai obtenu un parloir. C'était Noël, je me souviens. J'avais acheté une corbeille avec du foie gras. C'était ridicule mais venir les mains vides aurait été pire. Nos relations étaient assez compassées et je me suis dit que là, ayant lu ce qu'il avait lu, ce qui est quand même d'une très grande violence, il allait soit me péter la gueule, soit me prendre dans ses bras... Enfin, il allait se passer un truc un peu dostoïevskien. Eh bien, pas du tout. Pendant quinze minutes, il m'a parlé du livre, des choses avec lesquelles il n'était pas d'accord, mais en reconnaissant mon honnêteté, et puis, pendant l'heure et demie qui a suivi, ça n'a été que du *small talk*. Aucun affect. Aucun discours de vérité.

Que pensez-vous de la nouvelle accusation à la mode pour les artistes : l'appropriation culturelle ? Au moins êtes-vous à l'abri puisque vous écrivez sur vous !

Je n'aime pas du tout, c'est tellement contraire à ce que disait Jane Austen, qu'il suffisait d'avoir aperçu quelque chose par une porte entrouverte pour en faire un roman entier ! Mais vous avez raison, de ce reproche-là au moins je me sens relativement à l'abri et d'autant plus à l'abri que j'ai beaucoup de mal à créer si je ne me sens pas une légitimité pour le faire. Il faut que je connaisse le sujet parfaitement, réellement, sinon quelque chose sonnera faux. Le film que j'ai réalisé d'après le livre de Florence Aubenas [*Le Quai de Ouistreham*, NDLR] met en scène pour l'essentiel des femmes de ménage. Je n'aurais pas su le faire du seul point de vue de ces femmes de ménage, je pense que cela n'aurait pas sonné juste. J'ai eu besoin pour les faire vivre de passer par le regard du personnage joué par Juliette Binoche, qui observe ces femmes et fraternise avec elles mais qui reste, au fond, une bourgeoise, comme moi !

Vous dites dans « Yoga » qu'il vous est impossible de désirer quelqu'un que vous ne connaissez pas...

Chacun ses idiosyncrasies. Je suis un réaliste et je ne peux désirer une femme que si j'ai des chances raisonnables de coucher avec elle. Cela doit avoir un rapport avec mon manque d'imagination...

Comment expliquez-vous, au fait, que notre époque génère autant de pratiquants du yoga ?

L'importation du yoga en Occident date des années 1950 et cette pénétration pacifique de la pensée orientale dans la pensée occidentale n'a fait que croître : on s'est aperçu que c'était un bon truc, que ça apportait des bienfaits physiques et psychiques. Et sans doute que plus l'époque est difficile, plus on a envie de ces bienfaits. Toutes les époques le sont, sans doute, dures, et cruelles, mais celle-ci l'est particulièrement. Dégradation presque totale de la planète, inégalités sociales et économiques, migrations qui font que plus personne ne peut se déclarer, légitimement, « chez soi »... Tout cela façonne un monde qui va manifestement dans le mur...

Vous n'avez pas parlé de la pandémie, qui est en train de le façonner à sa manière. À quoi avez-vous pensé pendant le confinement ?

J'avais l'impression, devant le spectacle de cette planète dont deux tiers des habitants étaient bouclés chez eux, qu'il y avait trois façons de voir les choses. La première, c'est qu'en gros le monde allait à sa perte mais que, comme le nageur qui frappe du pied au fond de la piscine, on allait à la faveur de la pandémie s'en rendre compte et changer les choses : c'est, disons, la pensée Edgar Morin, avec son beau regard bleu qui te dit que le monde va être meilleur. Ensuite, que cela allait être *business as usual*, le même monde, mais en pire, c'est la pensée Michel Houellebecq. Enfin, la façon de penser des gens comme moi, qui adorent dramatiser et qui se disent que ce n'est que le début et que derrière le Covid il va y avoir beaucoup plus gros et beaucoup plus méchant, des épidémies beaucoup plus meurtrières, et des conséquences sociales et économiques tellement lourdes que cela va être un massacre.

Vous avez écrit pendant le confinement ?

J'écris sur mon quartier. Regardez (il se lève, ouvre la fenêtre, et désigne, juste en dessous, une avancée). Vous voyez cette marquise ? Pendant tout le confinement, j'avais mis un fauteuil dessus et je regardais ce qui se passait au-dehors. Je descendais beaucoup dans la rue aussi, plus qu'il n'était permis, j'en ai peur. On disait aux gens « restez chez vous ». D'accord, mais quand vous n'avez pas de « chez-vous » ? Ici, bien des gens sont dans ce cas. J'ai beaucoup discuté avec les clochards, avec la cinquantaine de petits dealers qui se retrouvaient dans une situation économiquement compliquée car leur offre excédait la demande, les clients ne venant plus...

Vous évoquez dans le livre Orwell et Revel pour épingler « l'obscénité des intellectuels de gauche », dites-vous. Que leur reprochez-vous ?

De faire semblant d'ignorer les intérêts de classe alors qu'ils y sont tout aussi attachés que d'autres. D'appeler de leurs vœux des réformes dont ils ne sont pas disposés à assumer les conséquences. Il y a un texte d'Orwell sur Kipling. Kipling était un chantre de l'impérialisme, mais au moins il était honnête : ses opinions coïncidaient avec ses intérêts de classe. Mais si vous n'êtes pas disposé à quitter votre maison tranquille et à vivre de façon moins agréable, alors ne prétendez pas que les damnés de la Terre

devraient vivre mieux, parce que pour qu'ils vivent mieux, il faudra que vous viviez moins bien. « *One's feast is the other's fast* », disent les Anglais : mieux tu manges, plus d'autres ont faim.

Vous parliez de l'état de la planète. Vous réjouissez-vous de la percée des Verts aux dernières élections ?

Je ne sais pas ce que l'on peut attendre des Verts en politique, mais si déjà ils acquièrent un statut qui leur permette de s'occuper d'autre chose que de querelles intestines, alors je trouve ça très bien.

Avez-vous peur de retomber en dépression ?

Oui, c'est une menace, et une inquiétude constante. Quand tu es allé là, tu ne veux absolument pas y retourner.

Et comment conjurez-vous cette peur ?

Médocs. Je prends du lithium. Docilement, et sans doute jusqu'à la fin de mes jours§

« Yoga », Emmanuel Carrère (POL, 400 p., 22 €).

(1) « Atiq : "Tu connais la différence entre like et love ? Tu like une fleur, tu la cueilles. Tu la love, tu l'arroses. Celui qui a compris ça a compris la vie." »