

**B i b l i o t h è q u e**  
des  
**IDÉES**

# **L'Usage du vide**

*Essai sur l'intelligence de l'action,  
de l'Europe à la Chine*

**par**

**ROMAIN GRAZIANI**

**nrf**  
**Éditions Gallimard**



*Bibliothèque des Idées*



ROMAIN GRAZIANI

L'USAGE  
DU VIDE

*Essai sur l'intelligence de l'action,  
de l'Europe à la Chine*

*nrf*

GALLIMARD



## INTRODUCTION

### *Ces états qu'on ne saurait vouloir*

Traditionnellement, les échecs que nous essayons dans ce que nous entreprenons reçoivent trois ordres d'explication : ils tiennent soit à des facteurs contingents (le pique-nique familial dans le canyon tombe à l'eau à cause d'une crue de la rivière); soit à un défaut de connaissance (la négociation vire au fiasco car j'ignorais que mon interlocuteur était un paranoïaque aigu); soit, enfin, à la faiblesse de la volonté (les vendanges sont compromises, car je n'ai pas eu envie d'abrégéer un dîner aux chandelles et sortir seul dans la tempête abriter mes pieds de vigne). Or, il existe un quatrième ordre d'explication, plus insidieux, plus difficile à apercevoir, et souvent mal diagnostiqué, qui pourtant s'avère une source constante de revers et de déconvenues. Il s'agit non pas d'un défaut de connaissance, mais d'un surcroît de réflexion; non pas d'un manque d'effort, mais d'un excès de vouloir. En guise de préambule, retrouvons le chemin qui mène à ce constat.

Nous faisons l'épreuve des limites de notre pouvoir d'agir dans l'expérience quotidienne de tous ces états, psychologiques ou physiques, qui ne sauraient être logiquement provoqués par un acte de volonté : on ne peut décider de tomber amoureux au terme d'un raisonnement, d'avoir soudain la foi parce qu'on en perçoit tous les avantages, ou bien de se rendre insoucieux et de belle humeur parce que quelqu'un vous donne l'ordre de changer immédiatement d'état d'esprit. Mais à côté de ces états involontaires, de ces états fondamentalement indifférents au vouloir, voisine une classe d'états plus difficile à appréhender : ce sont les états hostiles au vouloir, qui ne peuvent se manifester qu'en l'absence de la volonté de les provoquer. Or, certains états hautement désirables tels que l'aisance gracieuse dans les mouvements, un sommeil rapide et profond, ou une conduite parfaitement naturelle et sans affectation, font partie de ces états réfractaires au vouloir, qui ont pour propriété d'être rendus impossibles du seul fait d'être poursuivis. Nous avons affaire en ce cas à des états *réfractaires* qui font aussi partie de ce que l'on peut appeler la classe des *états optimaux*, dans la mesure où de tels états — physiques, politiques, ou simplement psychologiques — sont perçus comme des fins, comme des états qui combent, qui se suffisent à eux-mêmes, et que nous cherchons plus ou moins activement à susciter. Au moment où



nous en faisons l'expérience, il nous semble qu'il eût été impossible de les créer de manière délibérée, et qu'aucun calcul ni aucun effort n'aurait pu nous y acheminer volontairement. Pourquoi cela se produit-il? Que se passe-t-il exactement dans cette situation? À quoi est due la résistance? Et que peut-on faire pour surmonter ce blocage et résoudre ce paradoxe? Tout l'objet de ce petit livre tient à ces questions.

C'est en lisant, en traduisant, en approfondissant certains textes de Chine ancienne<sup>1</sup>, en particulier des penseurs taoïstes, que j'ai commencé à me formuler l'idée que souvent, lorsque les choses ne se déroulent pas comme nous l'avions prévu et voulu, c'est précisément en raison du plan d'action que nous avons formé, et même en raison du simple fait que nous avons un plan. À partir de là, je me suis interrogé sur la manière dont, à partir de difficultés réelles, nous avons tendance à créer et maintenir artificiellement les problèmes par l'application de solutions ou de prémisses incompatibles avec le changement désiré. Ce type de questionnement met généralement en évidence l'intégration inconsciente de contraintes qui empêchent dès le départ de concevoir la solution requise.

1. Je ne fournis pas dans ce livre les références aux œuvres dans l'édition originale chinoise, ainsi qu'il est de mise pour une publication strictement sinologique. La grande majorité des lecteurs n'en aura guère besoin, et les sinophones retrouveront sans peine les passages traduits dont j'indique la provenance.

Je me suis alors mis à réfléchir sur les méfaits de la volonté, sur les nuisances de la tension présente dans toute intention lorsque nous poursuivons certaines fins qui ne s'atteignent que par des voies non directement prévisibles, encore moins contrôlables. Je me suis aperçu que la plupart des états, physiques ou mentaux, que nous associons de près ou de loin à l'idée de bonheur, comme l'état d'aisance dans la danse, d'exécution souple et allègre d'un air de musique, de transport euphorique, de ravissement poétique, de grâce agissante, de gaieté, d'enjouement, d'hilarité, d'exaltation, etc., ont justement en commun cette propriété redoutable d'être mis en déroute par la simple tentative de les faire advenir de façon volontaire<sup>1</sup>.

Tout se passe comme si l'excès de conscience réflexive et le surcroît de volonté nous éloignaient irrémédiablement de la fin convoitée. Vouloir et pouvoir semblent se situer dans une relation directement antagoniste. La représentation d'un état A tend à causer un désir B et une action

1. Par volontaire, j'entends toute action que je décide, tout projet qui m'anime et auquel je consens. Il y a évidemment toute une gradation entre l'action automatique et l'action concertée sur le long terme, entre la cigarette que j'allume en causant dans un bar, et le projet de devenir un cavalier hors pair par exemple. Mais j'entends ici par volontaire toute action dans laquelle je puis reconnaître une intention même si cette dernière est implicite, du moment que je puis l'affirmer après coup. En ce sens, le domaine du volontaire englobe le sens qu'une action a pour moi. Notons qu'il arrive souvent, comme on le verra dans les pages qui suivent, que le sens de l'action change en cours de route.

C, alors même que C sous l'influence de B tend à détruire A : tel est le mécanisme infernal qui sous-tend la poursuite inexorable des états réfractaires au vouloir. Il me semble que ce schéma causal éclaire un très grand nombre de situations de la vie quotidienne bien que la plupart du temps nous ne soyons pas conscients de la nature de cette causalité perverse. Comment cesser d'agir à l'encontre de son intérêt, dès lors que les moyens adaptés ne peuvent — et ne doivent — par essence être discernés ?

C'est le philosophe Jon Elster qui a le premier éveillé mon intérêt pour la question épineuse de ces états que la seule intervention de la volonté met en déroute. Dans son essai traduit en français sous le titre *Le Laboureur et ses enfants*<sup>1</sup>, le penseur norvégien les nomme, à la suite de Viktor Frankl, *by-product states* ou, selon le traducteur, « états essentiellement secondaires ». Après avoir lu et relu l'ensemble des sources d'Elster sur ce problème, j'ai tenté de réorganiser ma réflexion à partir de la pensée chinoise, qui me semblait plus concrète et plus féconde pour penser la question du changement, question qui se trouve au cœur du paradoxe des états réfractaires au vouloir. La question des états optimaux<sup>2</sup> et des stratégies

1. Éditions de Minuit, 1987, traduction d'Abel Gerschenfeld.

2. Par souci d'un phrasé sans lourdeur, je me contenterai désormais d'écrire « états optimaux » pour désigner ces états qui

vouées à l'échec pour les atteindre m'a permis de renouer avec mon livre favori, toutes époques et tous lieux confondus, le *Tchouang-tseu*<sup>1</sup>, que l'on peut considérer comme le texte fondateur de la pensée taoïste.

J'ai alors proposé, tout d'abord sous la forme de cours, de séminaires et de conférences au gré de mes pérégrinations académiques, puis d'articles publiés dans des revues savantes, quelques analyses et explications qui faisaient intervenir les notions maîtresses du taoïsme philosophique, comme le vide, le jeûne de l'esprit, l'oubli intentionnel ou le non-agir. C'est en procédant ainsi qu'au fil des années j'en suis venu à m'intéresser de près aux processus qui affectent l'individu dans le cours de l'action, en prenant pour foyer d'attention les moteurs mêmes du changement, les ressorts et les ressources dont nous disposons souvent à notre insu afin de réaliser, en nous ou en autrui, ces états optimaux hostiles à l'intervention du vouloir. Enfin, j'ai tenté de réintroduire la dimension temporelle de l'expérience, trop souvent négligée dans les théories occidentales de l'action. Il m'a semblé qu'une réflexion personnelle associant la pensée chinoise et l'observation soutenue de ma propre expérience des choses

---

sont à la fois hautement désirables et hostiles à toute intervention directe pour les provoquer.

1. Pour une présentation succincte du *Tchouang-tseu*, voir ma Note après l'Introduction.

était en mesure de dépasser le paradoxe formulé déjà par tant d'auteurs avant Elster.

Le présent essai est la forme décantée et synthétique de ces années de recherches, de lectures et d'interrogations. Je livrerai au gré des chapitres un répertoire de réponses possibles, dont la validité varie certes en fonction des individus, mais qui ont toutes la propriété de déjouer, ou de dissoudre, le paradoxe premier de ces états qui n'adviennent qu'en l'absence de la volonté de les susciter.

On pourra me faire le reproche de mettre dans le même panier des types d'actions très hétérogènes, de la recherche du sommeil qui se dérobe jusqu'à la quête personnelle de la sagesse, du geste parfait dans un match de tennis jusqu'à l'éveil foncier dans le bouddhisme<sup>1</sup>. Force est de reconnaître que, pour bref qu'il soit, cet essai mobilise une très large palette de situations d'ordre psychologique, politique ou physique. Mais l'ambiguïté commune aux intentions qui nous guident

1. L'état optimal est toujours à prendre dans un sens contextuel et local. Il ne s'agit pas de dire que le sommeil est en soi un état de félicité constitutif du bonheur, mais simplement que, dans l'anticipation nocturne de restaurer ses forces, le sommeil est un état hautement désirable, jugé le meilleur possible, et son contraire — l'insomnie — un état pessimal. Certains états sociaux ou mentaux, physiques ou politiques, peuvent être des états réfractaires sans pour autant être des états optimaux, et vice versa. Encore une fois, je m'intéresse ici avant tout à l'ensemble commun formé par la rencontre de ces deux classes d'états, réfractaires et optimaux.

dans ces diverses expériences est précisément que, tout en ayant leur source dans la recherche d'un état hautement désirable, elles nous empêchent le plus souvent de poursuivre ce dernier de façon satisfaisante.

En dépit de l'hétérogénéité de tant de situations physiques ou mentales, morales ou politiques, regroupées sous l'expression unique d'états optimaux, on peut déceler des mécanismes récurrents, des solutions convergentes, des agencements psychologiques communs, à tel point qu'il n'est pas déraisonnable de regrouper ces états réfractaires dans une réflexion d'ensemble, comme l'a fait au demeurant Jon Elster dans sa description des « états essentiellement secondaires ». En envisageant par la suite certaines approches et stratégies pour provoquer ces états désirables, en soi-même ou en autrui, en dépit des obstacles et des embûches dressés par la conscience intentionnelle, je serai amené à différencier plusieurs types d'états optimaux et à les analyser de façon spécifique. La variété des exemples et des situations considérés au fil des chapitres (séduction, sommeil, trac, phobie, sagesse, inspiration, foi, hilarité, etc.), loin de se réduire aux expressions multiples d'une seule loi psychologique, permettra au contraire je l'espère de mettre à chaque fois en lumière l'un de ces mécanismes qui trouvent dans la vie propre du corps leur germe, leur raison, et leur terme.

Sont évoquées de façon privilégiée les tentatives d'atteindre un état mental particulier (se rappeler un nom, se plonger dans un état d'oubli bienfaisant, être inspiré ou créatif) à partir d'une situation où le sujet est livré à lui-même; j'examine, dans cette lancée, les tentatives d'opérer une transformation de soi profonde et durable, de se hisser à un mode de conscience supérieur et d'établir de nouveaux liens avec le monde (état qui culmine dans la sagesse ou la sainteté). Cet état optimal varie selon les traditions religieuses, philosophiques ou théologiques, mais toutes mettent en jeu l'idée d'un parcours ascendant et d'une réforme de la sensibilité au monde extérieur. La question des états optimaux sur le plan physique est également abordée : je discuterai la tentative d'assimiler certaines postures, démarches ou gestes hautement désirables, qui résistent de manière entêtée à la volonté de les *incorporer*.

Les chapitres qui composent ce livre accordent également une attention soutenue aux états que l'on tente de produire ou de provoquer en autrui, aux efforts souvent contre-productifs pour susciter certaines impressions ou faire naître des sentiments jugés désirables (le souverain qui veut être admiré; le séducteur qui tente de provoquer le désir amoureux; la rhétorique de celui qui veut persuader, convaincre ou emporter l'assentiment). Dans ce registre, je m'attarderai sur la

tentative proprement politique des gouvernants pour transformer le peuple, promouvoir une morale publique, et instaurer un règne d'ordre et de vertu.

À la diversité des états et des situations abordés dans ce livre fait pendant la multiplicité des manières possibles d'atteindre l'un de ces états optimaux qui résistent d'ordinaire à la volonté. Cette multiplicité s'explique tant par les différences de tempérament et de capacités entre individus, que par la nature particulière de l'état recherché. Un médecin charismatique, dont le regard inspire confiance et affection, peut déclencher, en vous donnant l'injonction de vous détendre, un processus de relaxation nerveuse et musculaire, alors qu'un praticien froid et déplaisant fera résonner un « Détendez-vous! » comme une sommation crispante qui provoquera un surcroît de tension.

Je tenterai au fil des prochains chapitres d'éliminer des erreurs de raisonnement courantes, des erreurs d'appréciation récurrentes, dont nous avons le plus grand mal à nous débarrasser, et qui constituent un facteur d'aliénation et d'échec. Enfin, je chercherai à dégager des mécanismes récurrents, des *patterns*, dont chacun comporte un enchaînement causal que l'on retrouve dans les situations les plus diverses, politiques, mondaines ou érotiques.

La traversée de tant de régions diverses de



l'expérience humaine dans ces quelques chapitres a son prix. Il m'a fallu livrer l'essentiel et taire tout le reste de la somme de lectures, de travaux et de notes qui se sont accumulés sur une dizaine d'années. Ainsi, la question des états mystiques ou encore des « techniques du corps » en Chine est-elle à peine effleurée, tout comme la logique des représentations religieuses ou les bases neurocognitives de nos représentations conscientes de l'action ne sont évoquées que de très loin. La question du « devenir-sage » dans la pensée chinoise ou l'atteinte de l'état de grâce dans la tradition chrétienne possèdent leur dynamique propre, leur temporalité, leur système de représentation, que je ne puis qu'évoquer allusivement dans ces pages. Le lecteur avide d'en savoir plus trouvera dans les références indiquées en note matière à satisfaire sa curiosité.

La réflexion sur les obstacles créés par la conscience volontaire à la réalisation des états optimaux traverse toute l'histoire de la pensée chinoise, de façon suffisamment saillante pour en faire l'une de ses lignes directrices. Les penseurs de l'antiquité chinoise ont été particulièrement attentifs aux pièges de l'éthique volontariste et du culte de l'effort, à telle enseigne qu'il est permis de penser que toutes les notions maîtresses du taoïsme ancien (le vide, le non-agir, le jeûne de l'esprit, la dissolution du moi) ont été élaborées à partir de la conscience aiguë de ce paradoxe

et dans l'intention de le résoudre. Les descriptions qu'on y trouve de tels états (l'état de parfait naturel, de spontanéité agissante, de vitalité sans entraves, de calme imperturbable, de désintérêt foncier à l'égard des choses extérieures, ou encore l'état d'oubli du moi) les caractérisent tous comme des états réfractaires *par essence* à l'instrumentalisation volontaire du corps. L'état de celui qui a gagné le Tao représente le modèle et la norme suprêmes de tous les états optimaux, qui ne peuvent survenir que dans l'oubli progressif du désir actif de les atteindre. Cet oubli prend des formes variées, il peut être partiel, provisoire ou graduel, comme j'espère l'éclairer dans les pages qui suivent. On y verra entre autres qu'une lecture des anciens textes chinois ne postule pas une abdication des pouvoirs de la raison ou du vouloir, mais une gestion rationnelle des paradoxes que suscite le désir de contrôler le processus d'avènement des états jugés les plus importants et les plus enviables. Les exercices et les détours proposés permettent de contrer des tendances qui semblent inhérentes à l'habitude enracinée de mobiliser la volonté de façon intempestive, et de prétendre atteindre ce qui ne saurait en réalité être obtenu qu'à la condition de n'être ni voulu ni contrôlé. Certains comportements en apparence irrationnels, tels que la simulation d'une qualité que l'on ne possède pas, l'oubli d'une tâche à accomplir,

ou bien encore l'inhibition volontaire des intentions qui nous agitent, peuvent se révéler des stratégies rationnelles libérant les ressorts profonds de l'action sous-jacents à l'exercice du vouloir. Dans les chapitres qui suivent sont appelés à la barre une foule d'auteurs d'époques et de milieux fort différents, du bouddhisme indien aux sciences cognitives, de Tchouang-tseu à Robert Musil : l'hétérogénéité de ces univers de discours me semble toutefois contrebalancée par la pierre de touche de l'expérience. C'est le caractère universel de l'expérience des états hostiles à la seule volonté de les atteindre directement qui se trouve en effet partagé par tous les auteurs ici mobilisés, et hypothétiquement par tous les lecteurs qui trouveront un intérêt à parcourir leurs observations, leurs descriptions, ou leurs diagnostics de fond.

Quand on énonce le paradoxe des états qui ne peuvent survenir dès lors qu'ils sont voulus, il importe certes de comprendre de quelle façon déjouer la difficulté présente, mais il importe tout autant de comprendre le caractère illusoire ou fallacieux des tentatives de solution qui préconisent le lâcher-prise (une notion fréquemment employée à tout propos et sans nuance) ou l'état de non-volonté. La formulation définitive de ce paradoxe et l'injonction à dépasser ce paradoxe par l'abdication de la réflexion et de la volonté dépendent l'une comme l'autre d'un paradigme

d'action et d'une formulation logique fondamentalement inadaptés. Pour activer les ressources dont nous avons besoin afin de susciter les expériences optimales en question, il convient de mettre en place un processus complexe de décisions réfléchies, de passivité volontaire, et d'ouverture à une série d'événements non prévisibles. Ce sont de tels processus, ou de tels mécanismes, qui retiendront ici mon attention, au risque de subvertir quelques oppositions bien établies entre le vouloir et le non-vouloir, la vigilance et la distraction, l'attention et la confusion, l'action et le non-agir.

\*

Lorsque quelqu'un se met à vous filmer, il peut vous donner la consigne de lever votre bras, de rabattre votre mèche, ou de déboutonner votre chemise, mais il ne peut rationnellement (bien que la plupart du temps il ne s'en prive pas) vous donner l'ordre d'être naturel, ou de ne pas faire attention à l'objectif (avec la formule étonnamment contradictoire : « Faites comme si la caméra n'était pas là ! »). Au mieux, on peut dans une telle situation vous demander d'avoir *l'air naturel*, ou d'*essayer* de sourire. Car être authentiquement naturel, rester spontané, non affecté par un regard qui vous jauge et vous inspecte, sont autant d'états qui résistent d'une manière

presque perverse à nos tentatives de les produire en nous-mêmes ou en autrui. Il semble que le seul fait de *vouloir* ce genre d'états les empêche d'apparaître, le seul fait de les *intentionner* les rend hors d'atteinte. Si vous vous efforcez de sourire face à l'objectif parce qu'on vous le demande, sans que rien ne vous fasse sourire, et que vous n'ayez pas appris comme les meilleurs mannequins et comédiens à contrôler votre apparence, si vous faites des contorsions intérieures pour avoir l'air détendu et naturel, vous finirez sans doute, à l'écran ou sur papier, piteux et figé dans une vilaine grimace.

En dépit de leur diversité, il y a une chose que nous pouvons dire de ces états d'aise, de spontanéité gracieuse ou d'indifférence sereine à l'environnement, ou encore de cet état de vide mental auquel nous aspirons lorsque nous sommes assaillis ou encombrés de mille soucis : de tels états sont la plupart du temps des accomplissements involontaires, des réussites non délibérées, des succès non planifiés. Non seulement la volonté n'est d'aucun secours dans de telles réalisations, mais elle peut même s'avérer franchement nocive lorsque nous essayons de retrouver en nous sous une forme plénière et durable un état que nous avons connu autrefois de manière fugace et hasardeuse. Les nostalgiques qui reviennent sur certains lieux visités autrefois pour y retrouver le transport ou y goûter à

nouveau la joie qu'ils y associent dans leurs souvenirs se retrouvent en proie à la désillusion, car leur démarche a quelque chose de trop intentionnel, d'exagérément calculé, et se situe d'une façon compromettante dans l'*expectative*.

Ce sont précisément ces états si convoités que je rassemble sous le nom d'*états optimaux*, qui constituent la matière de tant de formules de politesse et d'égards dans nos interactions quotidiennes. Nous disons de façon routinière « Dors bien ! », « Bon appétit ! », « Amuse-toi bien ! », ou encore « Oublie tes soucis », en occultant au passage le fait que de telles formules ne peuvent être au mieux que des formes linguistiquement abrégées de vœux, mais en aucun cas des commandements ou des conseils. Ces formes linguistiques, qui ont une valeur plus expressive que sémantique, plus rituelle que logique, nous donnent l'occasion d'examiner en passant la façon dont se forment des habitudes erronées dans la représentation d'un but.

Remarquons que la plupart de ces états hautement désirables sont purement et simplement des états non volontaires : *l'intention de les produire n'affecte pas en principe la possibilité de leur réalisation*. Si j'ai le désir de gagner au loto ou de rêver la nuit venue d'une union idyllique, en principe la nature de mon attente ne compromet pas les combinaisons d'images et de chiffres. En revanche, parmi ces états désirables

et involontaires, qui sont l'objet de nos formules rituelles et de nos expressions de politesse, certains résistent d'une manière sournoise à notre vouloir. Le problème est que la tension de la volonté augmente le sentiment du moi, ou la conscience de soi, qui est précisément ce qui doit s'atténuer pour faire éclore ces états optimaux. Ce genre d'états pose en conséquence un défi à la « bonne volonté », qui se figure que par des efforts répétés et toujours relancés elle finira par atteindre son but. « Défiant toute vraisemblance, l'agent moral n'hésite pas à déclarer : vouloir c'est pouvoir. Est-ce un paradoxe, ou l'attente d'un miracle qui possibilise l'impossible<sup>1</sup>? » La thèse que je défends ici pourrait se concentrer dans cette formule : vouloir, c'est ne pas pouvoir. Et pouvoir, c'est ne plus vouloir. Oublier ses soucis ou s'amuser sans réserve exige que l'on crée en soi une disposition qui ne peut se manifester qu'à partir du moment où l'on cesse de la prendre pour but. Or je ne puis vraiment me détendre tant que je reste concentré sur la nécessité de me détendre. Et je me rends compte que je suis dans un état authentique de relâchement une fois seulement oublié l'impératif de me relâcher. Apparemment, on ne peut suivre l'ordre de « bien dormir » ou d'« oublier ses soucis » pour la même raison que

1. Vladimir Jankélévitch, *Le Paradoxe de la morale*, 1981, Points Seuil, p. 52.

l'on ne peut décider d'être spontané, car là encore l'intention contredit l'état auquel elle aspire. Appelons ce phénomène *la nature réfractaire des états optimaux*.

De tels états ont donc pour caractéristique d'être incompatibles avec la présence même de la volonté : la volonté n'est plus seulement inutile mais positivement néfaste. La foi, la gratitude, le sentiment amoureux ou l'estime font partie de ces états que la seule tentative délibérée de les réaliser en soi-même (ou dans une certaine mesure en autrui) rend impossibles. Je ne puis tomber amoureux de quelqu'un à force de me répéter que j'ai enfin trouvé la bonne personne. Je ne peux que me forcer à agir comme si je l'aimais et développer ainsi un respect, une estime, une affection et une confiance, qui peut-être un jour, mais dans des conditions imprévisibles, pourront s'unir et se muer en amour. De tels états, qu'il s'agisse de l'amour, de la foi, de la candeur, du bien-être, de l'enthousiasme ou de l'hilarité, ne sauraient en effet advenir qu'à l'improviste, une fois dissipés nos efforts pour les induire. Ils semblent ne jamais pouvoir se réaliser autrement que de façon fortuite, inopinée, comme par inadvertance. En somme, utiles ou futiles, la plupart des choses bonnes que nous souhaitons à nous-mêmes ou à autrui sont mises en déroute par la tentative volontariste de les faire advenir directement.

Observons pour l'instant que la tendance mo-



rale qui se dessine de façon nettement plus saillante que les autres en Occident consiste à associer l'effort et l'efficacité, à envisager le bonheur comme le résultat d'un travail, ou la juste rétribution d'une astreinte personnelle. Or, dans le domaine des états optimaux réfractaires à la volonté, ce genre de raisonnement devient fallacieux et nuisible. Nous tombons rapidement dans le leurre qui consiste à penser que ce qui se produit et que nous appelions de nos vœux est le fruit de nos efforts et la rétribution de notre mérite. Et pourtant, *post hoc non est propter hoc*. Là est le hic. L'idée même que nous ne puissions réaliser en nous les états les plus hauts qu'en faisant abstraction de la volonté (ou d'un usage non réfléchi de la volonté), si elle trouve des résonances puissantes dans la tradition théologique chrétienne, ne rencontre pas moins depuis l'Antiquité de nombreuses réticences sur le plan philosophique, et d'abord sur le plan psychologique le plus simple. La philosophie morale se trouve fermement adossée à la vision d'un sujet doté d'une volonté libre, et notre éthique musculaire nous porte à songer que tout ce que nous désirons et qui finit par advenir ne peut qu'être un effet direct, à porter à notre crédit, de notre effort à travers le temps. Si nous échouons une première fois, il convient donc de redoubler d'efforts, de se surpasser, d'investir toujours plus de moelle, de mental et de muscle dans nos actions

et nos plans. Entre le « sans cesse sur le métier remettez votre ouvrage » (équivalent littéraire du moderne « keep trying ») et le lâcher-prise (le « let it go » de l'éthique new age), il s'étend une contrée méconnue dont ce livre ambitionne non pas de donner la cartographie, mais au moins d'esquisser les contours et les lignes de force.

Que penser exactement de cette « éthique musculaire », fondée sur l'idée de la supériorité morale du mouvement volontaire ? L'expression rappelle tout d'abord que c'est bien l'image de *l'effort musculaire* qui domine les représentations que nous nous faisons de l'action volontaire, par opposition à l'effort de l'intellect, des nerfs ou de la mémoire. Plus précisément, c'est l'image de la contraction musculaire, du corps arqué contre la résistance qu'oppose la matière du monde extérieur, qui sous-tend les représentations de l'action libre, de l'action autonome et délibérée. La puissance du vouloir s'incarne dans la force déployée par le corps. Et le sentiment de l'effort physique détermine la conscience d'agir. Or, les moyens qui favorisent la survenue des états optimaux réfractaires à la volonté contredisent frontalement l'idéologie puritaine de l'effort, ou plutôt la façon dont ces efforts sont dirigés. La virilité morale se veut ennemie de la lenteur, de la passivité réceptive, de l'anticipation patiente, sans comprendre combien ce sont là des alliées indispensables de la volonté pour favoriser la survenue de ces états

qui nous paraissent les plus désirables, et qui forment la substance de ce que nous résumons sous le terme vague de bonheur.

Dans son *Autobiographie*, le philosophe anglais John Stuart Mill (1806-1873) fait part du même souci dont il tire un conseil sans doute encore précieux aujourd'hui : seuls sont heureux ceux qui se consacrent à un objet autre que leur propre satisfaction, tandis que ceux qui prennent directement leur propre bonheur pour objet de leurs efforts auront toujours le sentiment que ce qu'ils se donnent à eux-mêmes est insuffisant. Les grandes joies de la vie ne se déclarent qu'à ceux qui se fixent des idéaux tout autres, et éprouvent le bonheur authentique *en passant*, sans en faire leur visée principale ni l'objet de leurs cogitations, de leurs plans ou de leurs rêves<sup>1</sup>.

1. Voir le chapitre 5, « A crisis in my mental history. One stage onward ». Qu'on me permette de citer ce long passage qui décrit si justement le leurre dont sont victimes les hédonistes au premier degré (c'est moi qui souligne) : « Jamais au demeurant je ne me suis départi de la conviction que le bonheur est le critère de tous les principes de conduite et la finalité même de la vie. *Mais désormais il me semblait que cette fin ne pouvait s'atteindre qu'à condition de ne pas la viser directement.* Seuls sont heureux (c'est du moins ce que je pensais) ceux qui concentrent leur esprit sur un tout autre objet que leur propre bonheur, comme sur le bonheur d'autrui, ou le progrès du genre humain, voire sur un art ou une recherche personnelle, du moment que celle-ci n'est pas poursuivie comme un moyen mais comme un idéal et une fin en elle-même. *Et c'est en visant autre chose qu'ils trouvent le bonheur en chemin.* Les agréments qu'offre la vie (telle était à l'époque ma théorie) peuvent suffire à faire de cette dernière une chose

C'est dans le sillage de ces réflexions pionnières sur la recherche paradoxale du bonheur que le psychothérapeute Viktor Frankl écrivait dans son testament spirituel, *Man's Search for Meaning*, que le succès ou le bonheur ne sont pas des choses qui se poursuivent pour elles-mêmes, elles ne peuvent que s'ensuivre, en tant que conséquences d'actions entreprises à d'autres fins, des fins qui dépassent la sphère du contentement personnel. C'est Frankl qui emploie le premier la notion de « by-product » pour caractériser ces états de bonheur qui ne surviennent que comme les effets secondaires et dérivés d'actions qui visaient un tout autre but. « You have to let it happen by not caring about it. »

Peut-on contourner cette difficulté posée par le paradoxe des états volontaires? À quelles ressources se fier si la volonté est mise hors jeu par la logique même des états optimaux? John Stuart Mill recommande bien de prendre pour but de notre vie non pas son propre bonheur, pas plus que tous les états qui lui sont associés, mais quelque chose qui lui est extérieur (le bien d'autrui, une cause humanitaire, sociale, éducative, etc.).

---

*plaisante, du moment que ces agréments sont goûtés en passant, sans s'imposer comme le but premier. Si l'on en fait au contraire le but même de ses actions, on n'en sera pas satisfait, et ils ne résisteront pas à un examen scrupuleux. Demandez-vous si vous êtes heureux, et vous cesserez de l'être aussitôt. La seule façon de l'être consiste à prendre pour but non pas le bonheur lui-même, mais une fin qui lui soit extérieure. »*

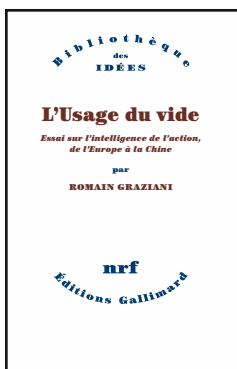
**ROMAIN GRAZIANI**

## **L'Usage du vide**

### ***Essai sur l'intelligence de l'action, de l'Europe à la Chine***

Il semble que les états les plus désirables, à l'image du sommeil, ne puissent survenir qu'à condition de n'être pas recherchés, le simple fait de les convoiter pouvant suffire à les mettre en déroute. Or ce paradoxe de l'action volontaire, mal élucidé et jamais résolu dans la philosophie occidentale, est au centre de la pensée taoïste. L'auteur explore dans cette double lumière, à partir de diverses sphères d'expérience, de la pratique d'un sport à la création artistique, de la recherche du sommeil à la remémoration d'un nom oublié, ou encore de la séduction amoureuse à l'invention mathématique, les mécanismes de ces états qui se dérobent à toute tentative de les faire advenir de façon délibérée. Une telle approche, qui requiert une observation patiente des dynamiques du corps et des différents registres de conscience, permet de comprendre pour quelles raisons, et au terme de quelles expériences, les penseurs taoïstes de l'antiquité chinoise ont formulé les concepts si déroutants de non-agir ou de vide. Elle permet par la même occasion de démonter les erreurs et les leurres sur le pouvoir et la volonté qui sont à la base des représentations occidentales de l'action efficace.

Mobilisant, sans les opposer, les ressources de la pensée chinoise et de la pensée européenne, l'ouvrage apporte ainsi une contribution originale à l'intelligence de l'action.



## **L'Usage du vide** **Romain Graziani**

Cette édition électronique du livre  
*L'Usage du vide* de Romain Graziani  
a été réalisée le 7 août 2019  
par les Éditions Gallimard.

Elle repose sur l'édition papier du même ouvrage,  
(ISBN : 9782072855146 - Numéro d'édition : 355241).

Code Sodis : U28045 - ISBN : 9782072855160.

Numéro d'édition : 355243.