

autrement

LA VIE INTENSE

Une obsession moderne

TRISTAN
GARCIA



“L’homme intense se lasse vite.”

Tristan Garcia est écrivain et philosophe. Enseignant à l’université Jean Moulin - Lyon 3, il est l’auteur de romans et d’essais philosophiques. Citons les remarquables *7* (2015), *Faber* (2013), *La Meilleure Part des hommes* (Prix de Flore 2008), et *Forme et objet : un traité des choses* (PUF, 2011). Passionné d’images et de cinéma, Tristan Garcia est aussi directeur d’une collection sur les séries télévisées aux PUF.

Photographie : © plainpicture/Mira/Chad Ehlers

Conception graphique : Raphaëlle Faguer © Autrement

—

Retrouvez toute notre actualité sur
www.autrement.com
et rejoignez-nous sur **Facebook**

LA VIE INTENSE

Collection **Les Grands Mots**, dirigée par Alexandre Lacroix

© Autrement, Paris, 2016.

www.autrement.com

Tristan Garcia

LA VIE INTENSE

Une obsession moderne

Éditions Autrement
Collection **Les Grands Mots**

Grâce à Agnès

Introduction

Sans cesse des intensités nous sont promises. Nous naissons et nous grandissons exposés à la recherche de sensations fortes qui justifieraient notre vie. Procurées par la performance sportive, les drogues, l'alcool, les jeux de hasard, la séduction, l'amour, l'orgasme, la joie ou la douleur physique, la contemplation ou la création d'œuvres d'art, la recherche scientifique, la foi exaltée ou l'engagement enragé, ces excitations soudaines nous réveillent de la monotonie, de l'automatisme et du bégaiement du même, de la platitude existentielle. Car une sorte de dévitalisation menace sans cesse l'homme confortablement installé. Jadis, cet engourdissement était la hantise du souverain oisif et comblé, des rois fainéants recherchant désespérément le divertissement, de Néron, de Caligula ou des conquérants endormis dans ce qu'on appelait « les délices de Capoue » : le paradoxe qui menaçait l'homme supérieur, c'était qu'en triomphant, en accomplissant tous ses désirs et en atteignant tous ses buts, il sentait se relâcher en lui la tension

existentielle, la vigueur de ses nerfs, et il perdait cette sensation indéfinissable qui permet à un être vivant d'évaluer favorablement l'intensité de sa propre existence.

À mesure du développement économique de l'Occident, parce que de plus en plus d'individus ont mangé à leur faim, ont possédé de quoi se mettre à l'abri et ont trouvé le temps de s'amuser, cette peur du vainqueur s'est démocratisée et s'est trouvée transmise aux individus modernes frustrés par la satisfaction grandissante de leurs besoins. Il manque aux hommes tranquillisés le sentiment de vivre vraiment qu'ils prêtent à ceux qui se battent et qui survivent dans des circonstances difficiles. Or ce sentiment d'éveil nerveux, quand il est perdu ou sur le point de l'être, est souvent identifié à une étrange force intérieure, inquantifiable avec exactitude mais immanquablement reconnue par l'intuition, qui détermine le degré d'engagement d'un homme dans ce qu'il ressent. Du dehors, on peut toujours estimer si un homme possède ce dont il a besoin, si son existence est facile ou difficile, et même s'il est heureux ou malheureux. Mais personne ne peut pénétrer au cœur d'un être pour déterminer à sa place s'il se sent faiblement ou fortement exister. Cela, on ne peut pas l'enlever à une subjectivité : c'est sa forteresse inviolable. Il y a ce qui nous arrive aux yeux d'un observateur, et puis il y a la mesure intime, la jauge interne de ce que nous éprouvons pour nous-mêmes : c'est cela, l'intensité. Bien sûr, on en connaît depuis longtemps les signes physiologiques, auxquels notre espèce est, comme toutes les autres espèces

de mammifères, attentive : respiration accélérée, tambourinement du cœur, emballement du pouls, contraction des muscles horripilateurs, frissons, rouge aux joues, pupilles dilatées et tonus augmenté – le temps de la poussée d'adrénaline. Mais il y a aussi ce mystérieux « degré d'intensité de soi en soi », qui ne se laisse pas réduire à l'excitation physique. C'est le sentiment d'être plus ou moins soi-même : la même perception, le même moment, la même rencontre peuvent être, on le sait bien, éprouvés avec plus ou moins de force. Ce n'est pas le seul contenu d'une expérience qui fait son intensité : un instant d'apparence anodine, un geste accompli mille fois, le détail familier d'un visage peuvent soudain saillir et nous procurer l'impression épiphanique d'un choc électrique. Ce choc nous expose de nouveau à l'intensité de la vraie vie et nous extrait des marécages de la routine dans laquelle nous nous étions enfoncés sans même nous en rendre compte. Aussi bien, un moment longtemps attendu, une nouvelle heureuse, un drame terrible ou une œuvre sublime peuvent nous trouver secrètement indifférents. Pourquoi ? Il n'y a pas de rapport exact et invariable entre ce dont nous faisons l'expérience et l'intensité de nos expériences. Le foudroiement de notre être, qui permet de toucher un instant au plus haut degré de notre propre sentiment d'exister, est erratique. De la naissance à la mort, nous évoluons au gré de la modulation de cette décharge que nous espérons et que nous redoutons, que nous essayons de susciter quand elle nous manque, et dont chacun de nous trouve le moyen d'évaluer

l'amplitude et la fréquence. La technologie nous promet même de mesurer et d'étudier, grâce à des statistiques, sinon ces variations d'intensité, du moins leurs effets physiologiques. La récente commercialisation de bracelets connectés qui permettent à l'individu de surveiller ses pics de stress, son rythme cardiaque, la qualité de son sommeil en temps réel promet ainsi un certain type d'homme moderne, lecteur et interprète permanent des variations chiffrées de son être. Nous sommes censés contrôler l'évolution de notre intensité de vie, qui va et vient, telle un petit chariot lancé en boucle sur des montagnes russes. Selon le caractère et les intérêts de chacun, ce sentiment trépidant peut resurgir au moment de ramasser la mise au poker sur un *call* improbable, de remporter une partie en ligne particulièrement disputée, de s'autoriser une pointe de vitesse sur une route déserte, de sauter en élastique, en chute libre, de plonger du haut d'une falaise, d'ouvrir une voie d'escalade, de partir chasser, de monter sur une scène le ventre noué par le trac, de passer outre des recommandations de sécurité, d'enfreindre la loi, de se réunir avec des camarades dans l'excitation d'une discussion sur l'insurrection, de descendre dans la rue affronter la police, de se donner rendez-vous sur un parking pour un *fight* de supporters, mais aussi de lire allongé dans son lit un thriller addictif dont la quatrième de couverture assure qu'il vous procurera un choc inédit, de visionner des films de plus en plus *gore*, de consommer des boissons énergisantes, de prendre un rail de cocaïne, de se masturber, de se rendre disponible au hasard des événements, de

tomber amoureux, d'essayer de se sentir redevenir sujet de sa vie, mais en se laissant paradoxalement aller, pour se déposséder enfin du contrôle de soi. Peut-être qu'il a fini par s'assembler en chacun de nous une sorte d'instrument de mesure d'abord rudimentaire puis raffiné de notre intensité de vie, dont la variation entre dans nos calculs d'intérêts ; nous sommes raisonnables, à condition d'abord d'éprouver régulièrement, et plus ou moins sur commande, une intensité suffisante pour nous sentir vivants.

Il y a bien longtemps que la société libérale occidentale l'a compris et qu'elle s'adresse à ce type-là d'individus. Voici ce qu'elle nous a promis de devenir : des hommes intenses. Ou plus exactement des hommes dont le sens existentiel est l'intensification de toutes les fonctions vitales. La société moderne ne promet plus aux individus une autre vie, la gloire de l'au-delà, mais seulement ce que nous sommes déjà – plus et mieux. Nous sommes des corps vivants, nous éprouvons du plaisir et de la peine, nous aimons, sans cesse des émotions s'emparent de nous, mais aussi nous cherchons à satisfaire nos besoins, nous voulons nous connaître et connaître ce qui nous entoure, nous espérons être libres et vivre en paix. Eh bien, ce qui nous est offert de meilleur, c'est une augmentation de nos corps, une intensification de nos plaisirs, de nos amours, de nos émotions, c'est toujours plus de réponses à nos besoins, c'est une connaissance meilleure de nous-mêmes et du monde, c'est le progrès, c'est la croissance, c'est l'accélération, c'est plus de liberté et une paix

meilleure. C'est la formule même de toutes les promesses modernes, auxquelles nous ne savons plus tout à fait s'il faut croire : une intensification de la production, de la consommation, de la communication, de nos perceptions, aussi bien que de notre émancipation. Nous incarnons depuis quelques siècles un certain type d'humanité : des hommes formés à la recherche d'intensification plutôt que de transcendance, comme l'étaient les hommes d'autres époques et d'autres cultures.

Dès notre plus jeune âge, nous apprenons à vouloir et à désirer plus de la même chose. Et, paradoxalement, nous apprenons en même temps à guetter de la variation, de la nouveauté. Dans un cas comme dans l'autre, on nous enseigne à ne plus attendre quoi que ce soit d'absolu, d'éternel ou de parfait : ce que nous sommes encouragés à appeler de nos vœux, c'est une maximalisation de tout notre être.

Rien d'abstrait dans cette formule : c'est même notre condition la plus concrète, et la plus triviale. Il suffit d'entendre les mots qui nous sont adressés quotidiennement par les marchandises que nous consommons. Dans le monde contemporain, la moindre proposition de plaisir est une petite promesse d'intensité : la publicité n'est rien d'autre que le langage articulé de cette griserie de la sensation. Ce qui nous est vendu, ce n'est pas seulement la satisfaction de nos besoins, c'est la perspective d'une perception augmentée et d'un progrès à la fois mesurable et inestimable d'un certain plaisir sensuel. Le chocolat (« intense 86 % »), l'alcool (« Intense Vodka »), les crèmes glacées

(« Magnum intense »), les goûts et les fragrances, les parfums sont « intenses » ; on juge ainsi des expériences, des moments, des visages. Par un anglicisme de plus en plus fréquent, on affirme même de quelqu'un de remarquable qu'il est « intense ». On le dit aussi bien de tout ce qu'on a consommé de fort, de soudain et d'original. On pourrait croire que l'intensité relève donc du vocabulaire dominant du monde marchand. Mais pas seulement. Le terme a ceci d'étonnant qu'il est partagé par tous les camps. Les ennemis idéologiques qui s'affrontent sur la scène de notre époque ont au moins cet idéal en commun : la recherche d'une intensité existentielle. Libéraux, hédonistes, révolutionnaires, fundamentalistes ne s'opposent peut-être que sur le sens de cette intensité dont notre existence a besoin. La société de consommation et la culture hédoniste vendent des intensités de vie, mais les plus radicaux qui s'y opposent promettent aussi de l'intensité, une intensité inquantifiable cette fois et qui ne se marchande pas, un supplément d'âme que la société des biens matériels ne serait plus en mesure de fournir aux individus. L'héroïsme révolutionnaire qui s'est régulièrement opposé à l'univers marchand a reposé sur la défense de la « vraie vie » intense, contre le calcul égoïste des corps et des esprits. La poésie, la chanson, les voix de la révolte, les discours critiques qui ont cherché à promouvoir d'autres formes de vie ont toujours reproché à la civilisation capitaliste, cette civilisation du calcul universel, son incapacité à susciter une expérience de soi suffisamment intense pour être désirable et

partageable. Aux promesses illusoires d'expériences fortes mais monnayables, d'autres « vibrations » (les *vibes* hippies et rastas) ou d'autres « feux changeants » poétiques sont sans cesse opposés. La critique de la vie normale occidentale à basse intensité existentielle est courante, de Rimbaud au surréalisme, de Thoreau au mouvement hippie, d'Ivan Illich à *L'Insurrection qui vient*. Régulièrement, on explique même l'apparition de comportements violents et « déviants », que ce soient l'amok ou le terrorisme, par un mystérieux défaut d'âme dans la société consumériste, incapable de procurer à sa jeunesse une intensité de vie suffisamment stimulante. On imagine que les jeunes gens partis faire le *ihad* ont tourné le dos à une société morne et sans relief, qui n'avait plus guère de fulgurance existentielle à leur proposer. Ainsi l'idéal d'intensité n'est-il pas seulement celui du monde libéral, mais aussi celui de ses ennemis. L'intensité comme valeur supérieure de l'existence est encore ce qu'il y a parmi nous de mieux partagé : c'est notre condition ; c'est la condition humaine héritée, peut-être, de la modernité. Une fois seulement posée cette situation commune, ceux qui s'expriment pour et ceux qui se prononcent contre la société libérale issue de la modernité se disputent sur *ce qui devrait être intense* : la satisfaction de mes besoins ou bien mon engagement inconditionnel pour une idée.

Mais, dans un cas comme dans l'autre, qu'est-ce que cette étrange intensité intérieure de la vie qu'ils nous promettent tous ? Le sentiment qu'elle ne pourrait pas être la vie de n'importe qui. La

conviction, même fugitive, que je suis bien le sujet de ce que je vis. Après tout, si je n'en étais pas assuré par un je-ne-sais-quoi qui ne tient qu'à moi, un autre pourrait tout autant mener ma vie, et je pourrais mener la vie d'un autre : tout le monde est remplaçable. Du dehors, les existences peuvent se ressembler. Mais ce qui les différencie est cette certitude intérieure d'une force que je suis le seul à pouvoir mesurer. C'est cette certitude qui n'appartient qu'à moi qu'on voudrait me révéler, par des prêches ou des leçons sur le sentiment de la vraie vie.

Qu'est-ce que l'intensité de ma sensation ? Ce dont je ne peux rendre compte aux autres mais qui m'assure pour cette raison même que ma sensation, au moins, est à moi. Ce caractère irréductible de l'intensité lui donne toute son importance, et diffuse une aura de mystère et d'évidence à la fois : par intensité, on entend la mesure de ce qui ne se laisse pas mesurer, la quantité de ce qui ne se laisse pas quantifier, la valeur de ce qui ne se laisse pas évaluer. L'intensité résiste au calcul, tout en permettant l'attribution subjective d'une grandeur. Alors que la modernité signifiait la rationalisation des connaissances, des productions et des échanges, la mathématisation du réel, l'établissement d'un plan d'équivalence entre toutes les choses échangeables sur un marché, l'intensité en est venue à désigner, comme par compensation, la valeur éthique suprême de ce qui résiste à cette rationalisation : l'intensité n'est pas strictement irrationnelle, mais elle ne se laisse pas réduire à ces figures de la rationalité que sont l'objectivité, l'identification, la division dans l'espace, le nombre, la quantité. Peu

à peu, l'intensité est devenue le fétiche de la subjectivité, de la différence, du continu, de l'indénombrable et de la pure qualité.

Dans le domaine esthétique, moral ou politique, l'intensité a d'abord servi de valeur de résistance et d'expression de tout ce qui semble singulier. Elle a signifié le caractère unique d'une sensation d'ivresse ou d'une expérience fulgurante, opposée au découpage, au débitage de l'être du monde par la rationalité calculatrice, classificatrice et normative. Et puis l'intensité est elle-même devenue une norme : la norme d'une comparaison de toute chose non pas par rapport à autre chose, mais *par rapport à elle-même*. En mesurant toutes sortes d'intensités dans notre existence quotidienne, nous tâchons de n'évaluer que la quantité de soi-même que toute chose exprime. C'est le principe du type d'humanité attaché à la valeur existentielle de l'intense. Qu'est-ce que nous trouvons le plus beau, désormais ? Ce qui réalise intensément son être. Nous parlons tous ce langage de l'intensité. Nous jugeons belle une personne qui assume ses traits physiques, ses traits de caractère, qui n'essaie pas d'être autrement, mais qui tente de « se réaliser » au maximum.

Pour ceux d'entre nous qui ont accepté d'hériter des deux ou trois derniers siècles d'histoire de nos valeurs, voilà l'idéal le plus profond : un idéal sans contenu, un idéal purement formel. *Être intensément ce que l'on est.*

Ainsi l'« intensité esthétique » a-t-elle lentement éclipsé le canon classique de la beauté. En grande partie fantasmé par ceux qui le regrettent

aujourd'hui, ce canon supposait la correspondance d'une représentation à un idéal préexistant. Cet idéal se trouvait régi par des lois de symétrie, d'harmonie et d'agrément. Toutes ces lois ont semblé à l'œil moderne une violence illégitime infligée à l'autonomie de l'image, de la musique ou du texte. Il n'était plus question de juger de la valeur d'une œuvre d'art suivant qu'elle répondait correctement ou non à l'idée de ce qu'elle devait être. Non, on espérait plutôt qu'une œuvre produise une expérience inédite et foudroyante chez le spectateur. Pensons aux happenings, à l'activisme viennois, au Living Theatre. Dans la plupart des disciplines, le but est devenu de dépasser la représentation par le choc de la *présence* des choses. Le spectateur cherche moins à goûter une représentation, en ce cas, qu'à être parcouru par le frisson de sentir l'excès incontrôlable de présence de ce qui se manifeste devant lui. Du même coup, il parvient à se sentir lui-même un peu plus et un peu mieux présent : il frissonne de retrouver le sens perdu de *l'ici* et du *maintenant*. Et l'idée s'est peu à peu imposée qu'une œuvre devrait être estimée à l'aune de son propre principe. L'esthétique moderne a consisté à rapporter le plus possible une œuvre ou une situation à leurs règles internes plutôt qu'à des conventions imposées de l'extérieur. De ce point de vue, rien n'est tout à fait comparable à quoi que ce soit d'autre : un visage, un paysage, un mouvement du corps ne se mesurent pas par rapport à un type prédéfini de visage, de paysage, de mouvement, sinon pour un esprit qu'on qualifiera de « néo-classique » ou de « réactionnaire », qui cherche

encore des règles ou des lois de la beauté. Certes, les êtres peuvent être laids, disgracieux, inharmonieux ou faux au regard de telle ou telle norme culturelle. Mais on sait depuis longtemps que ces normes varient. Elles ne sont pas éternelles : elles se forment, elles deviennent périmées, elles périssent. Ce qui est jugé beau ici ne l'est pas là-bas, ce qui l'est maintenant était peut-être considéré comme laid hier, et le sera de nouveau demain. L'Occident a appris ou réappris avec le romantisme à apprécier la chose vulgaire aussi bien que la belle chose. Le difforme peut se renverser en gracieux, le grotesque en sublime. Il n'y a pas de critère absolu de la valeur d'une œuvre d'art qui tienne à son contenu. De l'horreur même, un artiste peut tirer de la magnificence. De l'ennui, il peut faire surgir une sorte de liesse ou d'euphorie paradoxales. De la fausseté et du mensonge, une sorte de vérité.

Alors, comment juger ? Seul compte de déterminer si la chose est *forte*. Et encore la faiblesse peut-elle être aimée, louée, célébrée, si elle est *puissamment* faible. Si la médiocrité n'est pas médiocrement rendue par un ouvrage, elle trouve sa justification. Il n'y a donc plus de critère objectif du sentiment esthétique moderne, seulement un critère qui porte sur la manière : que la chose soit n'importe quoi, pourvu qu'elle le soit *avec intensité*.

Cette intensité-là n'est rien d'autre que le principe de la comparaison systématique d'une chose à elle-même. Est intense ce qui est plus ou moins fortement ce que c'est. Que ce soit hideux, effrayant, provocant, exigeant, excitant, mélancolique, déprimant,

Du même auteur

Romans

- *La Meilleure Part des hommes*, Paris, Éditions Gallimard, coll. « Blanche », 2008.
- *Mémoires de la jungle*, Paris, Éditions Gallimard, coll. « Blanche », 2010.
- *En l'absence de classement final*, Paris, Éditions Gallimard, coll. « Blanche », 2012.
- *Les Cordelettes de Browser*, Paris, Denoël, 2012.
- *Faber*, Paris, Gallimard, coll. « Blanche », 2013.
- *7*, Paris, Gallimard, coll. « Blanche », 2015.

Essais

- *L'Image*, Paris, Atlande, 2007.
- *Nous, animaux et humains*, Paris, François Bourin Éditeur, 2011.
- *Forme et objet. Un traité des choses*, Paris, Presses universitaires de France, coll. « MétaphysiqueS », 2011.
- *Six Feet Under. Nos vies sans destin*, Paris, Presses universitaires de France, 2012.
- « Critique et rémission » in *Algèbre de la tragédie* de Mehdi Belhaj Kacem, Paris, Léo Scheer, 2014.

Achévé d'imprimer en avril 2016
pour le compte des éditions Autrement,
17, rue de l'Université, 75007 Paris.
Tél. : 01 44 73 80 00.
N° d'édition : L.69EHAN001047.N001.
ISBN : 978-2-7467-4348-9.
Dépôt légal : avril 2016.