

## LA SORTIE DE SOI

*... la pensée, au ras de son existence, dès sa forme la plus matinale, est en elle-même une action, – un acte périlleux.*

Michel Foucault, *Les Mots et les choses*

### *Angoisse*

Qui n'a connu au moins une fois cette pénible sensation d'un malaise diffus qui sourdement enfle et se propage, irradie, revient par vagues : boule au creux de l'estomac, étreinte qui enserre la gorge, empêche de respirer, palpitations, compression de la cage thoracique, constriction douloureuse des muscles. Antonin Artaud dans ses premiers textes en transfigure le symptôme : « une angoisse en éclairs, en ponctuation de gouffres, serrés et pressés comme des punaises, comme une sorte de vermine dure et dont tous les mouvements sont figés, une angoisse où l'esprit s'étrangle ». Ceci encore : « Il faut avoir connu cette aspirante montée de l'angoisse dont les ondes arrivent sur vous et vous gonflent comme mues par un insupportable soufflet. L'angoisse qui se rapproche et s'éloigne chaque fois plus grosse, chaque fois plus lourde et plus gorgée. [...] C'est une sorte de ventouse posée sur l'âme<sup>1</sup> ... »

Quelque chose d'immonde se presse qui tente de faire effraction : pressentiment obscur, menace indéfinie. Alors le corps tout entier se contracte comme s'il tentait en hâte de bloquer toutes les issues, fermer les écoutilles. Certains,

---

1. Antonin Artaud, *Œuvres*, Gallimard, coll. « Quarto », 2004 ; respectivement dans *L'Ombilic des Limbes* (1925), p. 117 et *L'Art et la Mort* (1929), p. 187.

d'angoisse, se replie en boule, se murent en eux-mêmes, pétrifiés, dans l'attente que la crise se dénoue... Un degré de plus et c'est le grand épisode anxieux, la peur panique, l'*ictus émotif* qu'évoquent les psychiatres. Rien de tel pourtant la plupart du temps. Nous sommes de paisibles angoissés.

La nausée que décrit Sartre est une autre forme du même malaise, inquiétante impression comme d'un trou qui s'ouvre en moi. Par cette déchirure je m'échappe et m'écoule : hémorragie de l'être par où je *fuis* et me déverse au dehors, le dehors menaçant en ressac de s'engouffrer, de m'envahir... Va-et-vient nauséux qui signe la défaillance des enveloppes corporelles et psychiques. Dans l'angoisse, l'être redevient poreux, désarmé – affreuse détresse de nourrisson.

Au sein des écritures modernes l'angoisse nommerait ce qui surgit au plus près de la pensée, la voie étroite (*angustia*<sup>2</sup>) sans cesse à franchir à travers impuissance et dégoût, prix à payer, livre de chair pour le jaillissement de l'idée, – ce qu'on appelle encore, et non par hasard, « inspiration ». L'angoisse, voie obligée d'entrée dans l'écriture : l'*impouvoir* dont parlèrent Artaud, puis Blanchot et Derrida, le vertige du « comment commencer » qu'évoquent Beckett ou Foucault, le « je me sens pourri » de Bataille, « l'expérience abjecte » où plonge l'écriture analytique selon Lacan, le grouillement informe de l'être pour Levinas. Expériences à chaque fois singulières, profondément apparentées pourtant, et qui ébranlent les tranquilles assises de ce que nous pensons être notre pensée, notre identité. La pensée : figure de l'angoisse. « Qu'est-ce que Cela, demandait Heidegger, qui nous appelle à penser<sup>3</sup> ? » Ici, plutôt : comment penser surgit-il à proximité de ces expériences apparemment destructrices, déshumanisantes, de l'angoisse ? Comment l'angoisse nauséuse, cette *brèche béante* dont parle Bataille dans *L'Expérience intérieure*, peut-elle ouvrir à l'inspiration (cette voix de l'Autre en moi, cette parole « soufflée » que Derrida entendit chez Artaud), afin que celui qui parle et écrit *ne soit plus seu-*

2. « Angoisse », du latin *angustia*, resserrement, de *angustus*, étroit, d'où « défilé, passage étroit », sens conservé en français jusqu'au XVI<sup>e</sup> siècle.

3. Martin Heidegger, *Qu'appelle-t-on penser ?* [1954], trad. Aloys Becker et Gérard Danel, PUF, 1959 ; rééd. coll. « Quadrige », 1999, p. 330.

lement *lui-même* (un seul qui pense et écrit) ? Alors écrire est cette expérience profonde de dépersonnalisation qu'expérimentèrent les écrivains et penseurs du XX<sup>e</sup> siècle.

Cette angoisse littéraire, métaphysique, est-elle encore la nôtre ? Est-ce bien le même symptôme qui prévaut aujourd'hui sous divers vocables (l'anxiété, le *stress*...) définissant en dernière instance ce qui réagit, voire ce qui cède aux anxiolytiques et autres antidépresseurs ? Fait-elle écrire, cette commune anxiété banalisée, démocratisée, que de facétieux psychologues comportementalistes, après l'invention des TOC (les fameux troubles obsessionnels compulsifs) rassemblent à présent sous le nom de TAG (trouble anxieux généralisé)<sup>4</sup> ? Sans doute pas. N'est pas fou qui veut, répétait volontiers Lacan ; n'atteint pas l'angoisse qui veut, renchérit Bataille. Penser *jusqu'à l'angoisse* relève d'une patiente ascèse, – expérience que Bataille comparait volontiers aux *Exercices spirituels* d'Ignace de Loyola, fondateur de la Compagnie de Jésus, dont Joyce fit

---

4. Ceci par exemple, glané sur tel site internet d'information « médicale » : « Soucis excessifs, fatigue, irritabilité... ? Attention vous souffrez peut-être de trouble anxieux généralisé. Cette forme particulière d'angoisse assez répandue touche principalement les femmes. Quels sont les symptômes ? Comment en sortir ? Tour d'horizon des signes et des traitements pour faire disparaître le TAG. Longtemps considéré comme une névrose d'angoisse, le trouble anxieux généralisé (TAG) n'a été reconnu que tardivement comme une maladie à part entière. Pourtant, il est relativement répandu, 4 % de la population en souffre. Les femmes sont 2 fois plus touchées que l'homme. De manière simple, le trouble va toucher quelqu'un de naturellement anxieux. Le TAG survient alors en fonction des événements rencontrés dans la vie (divorce, perte d'emploi...). Il existe quelquefois une prédisposition génétique. Les manifestations du TAG sont une forte anxiété qui dure depuis six mois au moins et qui se traduit sous forme de soucis incontrôlables, chroniques, pour des motifs banals. À cela doit s'ajouter au moins trois des six symptômes suivants : fatigue, tension musculaire, agitation ou surexcitation, difficultés de concentration, troubles du sommeil, irritabilité. En plus de ces symptômes, on trouve d'autres troubles associés : mains froides et humides, bouche sèche, sueurs, nausées ou diarrhée, envies fréquentes d'uriner (pollakiurie), difficultés à avaler ou sensation de boule dans la gorge, tremblements, contractions, douleurs, endolorissement musculaire, syndrome du côlon irritable, céphalées. ». Fantôme de Molière sur Internet...

aussi, comme l'on sait, l'un des inspirateurs de son *Portrait de l'artiste*. Précisions de Bataille dans *L'Expérience intérieure* :

« L'angoisse, évidemment, ne s'apprend pas. On la provoquerait ? c'est possible : je n'y crois guère. On peut en agiter la lie... Si quelqu'un avoue de l'angoisse, il faut montrer le néant de ses raisons. Il imagine l'issue de ses tourments : s'il avait plus d'argent, une femme, une autre vie... La niaiserie de l'angoisse est infinie. Au lieu d'aller à la profondeur de son angoisse, l'anxieux babille, se dégrade et fuit. Pourtant l'angoisse était sa chance : il fut *choisi* dans la mesure de ses *pressentiments*. Mais quel gâchis s'il élude : il souffre autant et s'humilie, il devient bête, faux, superficiel. L'angoisse éludée fait d'un homme un jésuite agité, mais à vide<sup>5</sup>. »

Le « jésuite agité », pente fatale du banal anxieux contemporain qui ne parvient pas à se hausser à hauteur métaphysique d'angoisse, pitoyablement étranger à cet apprentissage véritable de l'angoisse comme « suprême savoir » et « vertige du possible » au sens que prônait Søren Kierkegaard ? Élitisme déplacé, se récrieront certains. À juste titre. L'angoisse dont il s'agit ici n'a pas la familiarité de nos peurs intimes, aussi violentes soient-elles ; elle désigne cette cruelle *expérience* d'écriture et de pensée qui ne relève d'aucune thérapeutique ou pharmacopée. L'*exigence* d'écrire, disait Blanchot. Rien, donc, ne saurait porter remède, sauf à en tarir la source, à ce qui se définit comme sortie de soi, rencontre extatique ou terrifiante avec l'Autre, exercice d'une désidentité<sup>6</sup>.

### *Fatigue*

Sous ce beau titre, *La Fatigue d'être soi*, Alain Ehrenberg proposait il y a une dizaine d'années une analyse des nouvelles formes de dépression dans les sociétés occidentales contem-

5. *L'Expérience intérieure* [1943], *Œuvres complètes*, Gallimard, tome V, 1973, p. 47.

6. Dans *La Défiguration* (Minuit, 2004), j'appelle « désidentité » l'invention dans les écritures modernes d'une sortie de soi qui défait l'identité personnelle et narcissique (*désidentifie*), élaborant du même geste les figures plurielles d'une identité en mouvement (*des identités*).