

Éric-Emmanuel Schmitt : « *Après le deuil, on peut retrouver le chemin du bonheur* »

Romancier, dramaturge, acteur, philosophe... Éric-Emmanuel Schmitt en est à son quarante-sixième livre. Il y raconte sa plongée aux enfers suite à la disparition de sa mère, et la sorte de « résurrection » qui lui a ensuite permis de s'en sortir. Un ouvrage où il veut confier son expérience à ses lecteurs, tout en révélant des pans peu connus d'une vie que l'on aurait pu croire heureuse et sans histoire(s).

— *Votre dernier livre, Journal d'un amour perdu, ne cache pas que, suite au décès de votre mère, vous ne vous êtes pas senti très bien pendant un long moment. Aujourd'hui, comment allez-vous ?*

— Je suis passé de l'autre côté de la tristesse. Avant, j'étais dessous. Désormais, je suis dessus. C'est-à-dire que la tristesse ne recouvre plus tout mon quotidien, toute ma perception du monde. Bien sûr, elle est toujours en moi. Mais j'ai retrouvé le chemin du plaisir, de la joie. Avoir accompli le trajet du deuil fait que je suis différent d'avant ce drame, mais tout de même capable de vivre. Lors du départ de ma mère, même l'envie de vivre m'avait totalement passé. Le monde était devenu vide, et je ne voyais qu'une seule chose : qu'elle n'y était plus. Je me réfugiais donc dans mon passé et mes souvenirs. Je chérissais la tristesse, car elle était la dernière forme du lien d'amour qui m'attachait à ma mère.

À présent, les choses ont évolué. Le monde ne me paraît plus vide, mais comme ce qu'il est, une page vierge, avec, en dessous, un mille feuilles, constitué de mes souvenirs. Le passé a pris sa place de saveurs, de piment et d'enrichissement du présent.

— *Quel est le déclic qui vous a permis de quitter la tristesse du passé pour retrouver la saveur du moment présent ?*

— Pendant l'année et demie où j'ai vécu dans l'infinie tristesse, écrire et jouer étaient les seules bouées auxquelles je pouvais me raccrocher. À ces moments-là, on vit intensément au présent : j'étais sauvé quand je me mettais à l'écoute de mes personnages en les transcrivant sur papier, ou en les incarnant dans mon corps. Entre ces bouées, je sombrais. Ces moments d'écriture et de scène m'ont permis de me ressourcer dans les grandes émotions que ma mère m'a offertes, et qui ont construit ma vie : le théâtre, le goût de la littérature, des voyages... Je me suis appuyé sur elles pour poursuivre et recommencer. J'ai alors vécu une rééducation existentielle, dans la fidélité à ce qui avait été mis en place par ma mère.

— *Mener à bien un tel travail personnel sur soi-même, il faut en être capable...*

— Face à son état émotionnel, on ne peut pas grand-chose. Mais il y a aussi la volonté. Elle est notre pouvoir. Il y a toujours un différé entre notre volonté et nos états émotionnels : il faut vouloir aller mieux pour que, peut-être un jour, émotionnellement cela suive. Il faut une volonté de bonheur pour que, peut-être, arrive le bonheur émotionnel.

Nous vivons la même situation face à la question du pardon, que j'avais abordée dans mon livre *La vengeance du pardon* : on accorde volontairement le pardon. Mais cela ne veut pas dire que, émotionnellement, on est dans un état de pardon. On peut continuer à souffrir, à être révolté, indigné... Toutefois, si on ne prend pas les devants avec la volonté, jamais le pardon émotionnel n'arrivera. Il en est de même pour la décision de retrouver le bonheur, lorsque on a subi un grand choc.

— *Aller au-delà du deuil, c'est retourner vers le bonheur ?*

— Oui. Et, dans mon cas, cela ne constitue pas une infidélité, mais une fidélité, à ce qu'aurait voulu

ma mère. Elle m'a donné la vie, mais la vie heureuse : elle était une amoureuse de la vie, quelqu'un qui savait se réjouir, délecter, savourer, qui riait de tout ce qui pouvait nous faire pleurer. Elle n'aurait pas supporté l'état de son fils pendant deux ans. Elle l'aurait considéré comme une catastrophe absolue. Dans ma tristesse, je savais que j'étais en trahison par rapport à elle. Elle ne voulait pas triste.

— *Dans le livre, vous racontez que ce moment de passage d'un état à l'autre, vous l'avez vécu lors d'une croisière, où vous avez pensé à abandonner la vie...*

— J'étais là sur un bateau où nous avons été ensemble si souvent, et où je l'accompagnais pour être avec elle, qui adorait les croisières. Après sa mort, tout cela a non seulement été privé d'elle, mais aussi de sens, car je n'ai personnellement aucun plaisir à accomplir ce genre de voyage. Au cours de cette croisière, il y a eu cette nuit où j'étais au pic de la souffrance, avec la volonté de passer au suicide. Et, dans ce cas-là, heureusement que tout n'est pas que volonté. Mon corps a été plus intelligent que ma volonté. Il s'est laissé hypnotiser par les flots, et il est resté. Le lendemain matin, je me suis dit que j'avais touché le fond, et que maintenant j'allais remonter. Les choses avaient été trop loin. Je me suis dès lors un peu rouvert au monde. Il y a eu la musique, qui fait partie de ma vie spirituelle depuis toujours. Pas seulement comme une consolation, mais comme une exaltation de la beauté et de la vie. Et je me suis reconstruit. Ensuite, l'écriture est venue, guidée par la musique. C'est alors que j'ai écrit Madame Pylinska et le secret de Chopin, que je joue en ce moment. J'ai repris le chemin de ma vie.

— *Juste avant cela, en 2017, quand vous faisiez la promotion du livre *La vengeance du pardon*, personne n'aurait pu percevoir l'état de déprime dans lequel vous vous trouviez...*

— Quand ce livre-ci est paru, son contenu a été une sorte de révélation, non pour mes proches, mais pour les personnes avec lesquelles j'entretiens des relations amicales ou professionnelles. En 2017, je donnais le change, comme tout le monde. J'ai été élevé comme cela : on n'embête pas les autres avec ses problèmes. On ne pleure pas en public. On sourit quoiqu'il arrive. Mais je n'ai aussi rien laissé paraître parce que, si j'avais commencé à dire ma vérité, je me serais effondré. La retenue, la pudeur et le secret sont, à certains moments, des colonnes vertébrales indispensables. À d'autres, il faut faire le contraire. Maintenant, parler me tient debout. À l'époque, cela m'aurait abattu. Tout est chemin.

— *C'est parce qu'il vous faut parler que de, cette descente aux enfers, vous avez fait un livre ? Lors de la rentrée littéraire, on a plutôt l'habitude de découvrir des romans, ou des œuvres qui se présentent comme telles même si elles ne le sont pas. Ici, vous proposez tout à fait autre chose...*

— J'en suis à mon quarante-sixième volume, si l'on compte aussi les pièces de théâtre. Je suis libre. Je fais mon chemin. J'écris par nécessité intérieure, et elle règle mes pas.

— *Là il y avait nécessité.*

— Au bout d'un an et demi de rédaction d'un journal intime écrit que pour moi, je me suis rendu compte que je n'avais pas accompli en errance mais un chemin, celui du deuil, du chagrin à la reconquête de la joie. Et je me suis dit que je devais le partager. À partir de là, mon journal a été le matériau sur la base duquel j'ai construit mon livre. Ce n'est pas mon journal, car ce livre a été écrit pour les autres. Pour les aider à nommer les choses, et éventuellement leur dessiner un chemin d'espérance. Rendre les choses dicibles.

— *Les petits passages que vous insérez dans le livre proviennent de votre journal personnel ?*

— À plusieurs moments, effectivement, j'utilise des aphorismes. J'aime bien cela. Quand j'étais jeune, certains critiques me définissaient comme une fontaine à aphorismes. Je pense que cela vient de ma formation philosophique. Je suis très heureux quand je trouve une formule qui me permet de bien résumer ma pensée en un minimum de mots qui peuvent, de plus, devenir un vade me cum pour les autres.

— *Mais votre ouvrage raconte aussi une histoire...*

— Une fois que j'ai découvert que mon carnet dessinait un chemin, j'ai évidemment construit un récit, dramatisé. C'est mon métier. J'ai donc bâti l'histoire sur la recherche du secret du père, la quête de carnets rédigés par ma mère... L'histoire d'un chemin totalement inattendu vers le père. Sans doute parce que je suis philosophe et musicien à l'origine, j'aborde toujours un livre avec le souci de la forme. Écrire ne suffit pas, il faut composer. Cette forme comprend une structure d'attente et un chemin, philosophique, existentiel, qui se déploie au fur et à mesure. Avec, en plus, le fait de pouvoir se reposer sur le journal, qui offre des espaces d'écriture assez riches et diversifiés.

— *Ce travail vous a pris du temps ?*

— J'évite de répondre à ce genre de questions. En fait, je suis doué. Je suis écrivain comme un pommier fait des pommes. Et je me retiens d'écrire autant. Déjà comme cela, je suis un vrai problème pour mes éditeurs dans le monde entier. Les hommes du passé, qui avaient conscience que la vie était brève, écrivaient beaucoup. D'habitude, ce n'est plus vraiment le cas de nos jours. Aujourd'hui il faut être laborieux, éprouver des difficultés. Toute une mythologie s'est installée autour de l'acte d'écrire. Moi, j'aime tous les moments d'écriture. Y compris ce que les autres trouvent ennuyeux, comme corriger. J'adore relire, hésiter avant de commencer. J'aime lorsqu'il faut chercher « la » bonne idée avant de commencer. Je ne considère pas cela comme un moment négatif. Finalement, je suis assez fait pour le bonheur.

— *Le livre vous permet aussi un de vous raconter, de vous découvrir.*

— Je ne suis pas un écrivain de l'autofiction. Je ne le fais que quand c'est absolument nécessaire. Sur tout ce que j'ai écrit, je n'ai dit « Je » que trois fois : dans *La nuit de feu*, consacré à mon expérience mystique dans le désert. Il fallait que je dise : « ça m'est arrivé, je témoigne. » Je l'ai fait dans *Ma vie avec Mozart*, où je raconte comment il avait sauvé de la dépression l'adolescent que j'étais. Et cette fois-ci, où je sais pourquoi, en toute conscience, je me « déshabille ». Le « je » était nécessaire. Donc, à partir de là, on révèle des moments de vie qui, visiblement, sont universalisables puisque les gens s'y retrouvent. Je ne tends pas aux autres mon portrait, mais un miroir dans lequel ils peuvent se voir.

— *C'est ainsi qu'on apprend que votre goût pour le théâtre repose sur la découverte de *Cyrano de Bergerac*... Et pour la littérature ?*

— Mes parents avaient fait construire une maison en pleine campagne, au milieu des champs et des bois. On a déménagé quand j'avais huit ans. D'un coup, j'avais perdu tous mes amis. J'étais en pleine solitude. Acte salvateur, je suis descendu dans la bibliothèque de mon père, avec une jolie couverture : *Les trois mousquetaires*, d'Alexandre Dumas. Et cela a été parti pour la vie. D'un coup, j'ai eu quatre amis. Puis j'ai lu *Le vicomte de Bragelonne*, Vingt ans après, j'ai pleuré à la mort de D'Artagnan...

— *... comme vous avez pleuré en voyant la mort de *Cyrano*...*

— Les premières morts qu'on vit sont des morts de personnages de fiction auxquels on s'est attaché. On s'entraîne... La lecture a été mon remède contre la solitude.

— *Votre mère vous a fait découvrir le théâtre. La littérature c'est votre père...*

— C'était la bibliothèque de mon père. Avec ma mère, la relation était vivante. Je n'ai jamais parlé des Trois mousquetaires avec mon père. Il était un père très traditionnel, autoritaire, qui se dépensait sans compter pour qu'on ait une belle vie, une belle maison, des vacances. Un homme d'une dévotion infinie à sa famille, mais quand il arrivait à la maison, il était épuisé de fatigue. Et puis, comme c'était le père, il « savait ». C'était un sachant. Là, il est mal tombé avec moi qui, à 59 ans, ne considère toujours pas que je suis un sachant. Mais un interrogatif, un problématique. Entre nous, il y a eu le choc des caractères. Il y avait beaucoup d'amour, mais c'était difficile. Je pratiquais l'amour volontaire, je faisais comme si je l'aimais. À 68 ans, il a fait un AVC. Il y a survécu dix-huit ans, en étant paralysé. Au début de sa maladie, j'ai perdu le sommeil pendant un an. Et j'ai compris que je l'aimais. Mais cela m'emmerdait. À cause de tous ces conflits que je révèle dans le livre, à commencer par la manière dont il m'a saisi sur la table d'accouchement, pas pour m'embrasser mais pour m'ausculter.

Quand j'allais les voir, dès que j'arrivais, il était dans un numéro ! Et tout de suite, moi je répondais. Il disait à ma mère quand je parlais : « Mais pourquoi est-ce que je suis raide quand Éric est là ? Pourquoi j'arrive pas à lui dire ? »

— *Vous n'auriez pas imaginé écrire un livre sur le deuil de votre père...*

— D'abord, il était paralysé depuis des années, prisonnier de son corps. En plus, il a eu une longue agonie. Dans ces cas-là, on souhaite la mort, et il la souhaitait lui-même. À un moment, il a été sorti de son coma, et j'ai vu dans ses yeux la fureur qu'on l'ait réanimé. Au début de son agonie, il m'a confié ma mère. Et je l'ai fait.

— *Pour votre mère, par contre, vous avez été surpris par l'arrivée de la mort...*

— L'agonie est terrible pour le patient, mais elle est bonne pour les proches. La mort de quelqu'un en bonne santé est bonne pour la personne, mais terrible pour les autres, qui n'y sont pas préparés. Mais, dans son cas, elle était morte plusieurs jours avant qu'on ne le sache...

— *Votre livre raconte votre cheminement face au deuil. Celui-ci est assez autonome. Dans la vie, beaucoup de gens ne parviennent pas à en faire autant. Ils doivent s'en référer à d'autres pour s'en sortir...*

— La bêtise de la tristesse est de nous faire croire qu'on est seul à être triste. J'encourage toujours les gens à chercher un soutien psychologique ou spirituel afin de mettre les choses en mots, formuler, distancer, normaliser ce qui se passe. Chacun croit sa situation unique, alors qu'elle est universelle. Cela fait partie de la condition humaine.. Moi, j'ai le pouvoir des mots. Je n'ai pas besoin d'aller voir quelqu'un. Ma vocation et mon travail consistent à mettre en mots. Même si cela ne m'empêchait pas de souffrir, j'avais cet avantage, ainsi que celui de vivre mes passions, auxquelles j'ai pu me raccrocher. Effet secondaire du livre, plusieurs personnes m'ont dit que, après l'avoir lu, elles avaient décidé de faire de ce qui était important pour elles dans la vie. Retrouver leurs fondamentaux. Pour quelqu'un qui, par conformisme, paresse, faiblesse ou obligation, ne vit pas sa vie, mais celle d'un autre, le chagrin est encore plus dévastateur.

— *Face à la mort, vos convictions religieuses vous ont aidé ?*

— La foi n'a pas été un réconfort. Je dirais même qu'elle a été un poignard. Je me suis posé (et me pose toujours) des questions que ne rencontre pas un non-croyant. Ma première pensée a été : Où est-elle ? Comment cela se passe ? Est-ce qu'elle a besoin de moi ? Est-ce qu'elle va y arriver toute seule ? Un incroyant a la cruauté suprême de penser que quelqu'un a disparu dans le néant. Pour le croyant, en plus de disparition de l'être, surgissent les questions sur son salut spirituel. Je ne

supporte pas le discours athée qui consiste à voir dans la foi un médicament très pratique, une drogue douce. Je vomis ce discours. Ce n'est pas facile d'être croyant, et on ne l'est pas pour se rassurer. On est croyant parce qu'on est croyant. Moi, je prie, je pense aux textes sacrés, mais je ne suis pas un pratiquant.

— *Vous évoquez aussi dans l'ouvrage la façon dont se sont passées les funérailles...*

— Les rites m'ont apporté un grand réconfort. Il est bon d'en avoir en pareil moment. Que ce soient des rites administratifs, funéraires ou religieux, ils empêchent de sombrer. Cela tient debout. Le grand choc, c'est le contraste entre l'élément ascensionnel vécu lors de la messe et l'enfouissement au cimetière.

— *Les gens se font moins enterrer dans les églises. Dans de nombreux cas, des cérémonies sont maintenant organisées dans les funérariums...*

— Si les gens n'ont pas la foi, ils ne se rendent pas dans les églises, mais il leur faut quand même un rite. Il faut de la parole, se réunir pour évoquer le disparu... Je trouve que ces cérémonies sont toujours un peu furtives. Elles laissent vraiment le mort au bord de la fosse. Elles sont un ersatz de rite religieux, mais dans toutes les cultures on a besoin de rites funéraires. Le propre de l'homme est la conscience de sa mortalité, mais cela s'accompagne de rites funéraires.

— *Est-ce que tout cela peut vous amener à imaginer votre propre mort ?*

— Je n'ai jamais pensé que j'étais immortel. Mon père, kinésithérapeute, m'emmenait avec lui dans les hôpitaux où il travaillait avec des enfants malades. Il m'a ainsi communiqué l'idée que ce qui est normal, c'est d'être malade. Et ce qui est exceptionnel, c'est d'être en bonne santé. J'ai donc toujours eu conscience de la vulnérabilité des autres et de la mienne. Je n'aurais jamais écrit Oscar et madame Rose si je n'avais pas vécu cela. La haute conscience de la vulnérabilité est peut-être le fondement de ma morale et de mon absence de violence. Je ne peux pas me mettre en colère, car je vois immédiatement dans l'autre quelqu'un d'aussi fragile que moi. Donc, tout de suite, je cherche l'empathie, la résolution du conflit. Cela me crée une fraternité à l'autre.

Mais je fais aussi partie d'une génération qui a été gravement attaquée par le sida. J'ai perdu beaucoup de mes camarades dans les années 90. Je ne suis pas d'une classe d'âge qui se croit immortelle. Et mon appétit de vie, ma voracité, ma gourmandise à ne pas perdre une miette de l'existence viennent aussi de cela. J'ai eu trop de proches et connu trop de jeunes qui ont disparu. La vie est un cadeau et on n'a pas assez de toute sa vie pour s'occuper à le mériter, c'est-à-dire à en faire quelque chose de bien.

Je l'avais déjà écrit dans L'Évangile selon Pilate : la mort ne nous apprend qu'une chose, c'est qu'il est urgent d'aimer.

Je vis sous cet instant-là, mais quelque chose a changé quand ma mère est partie. Je ne suis plus l'enfant de personne et le rapport au temps s'est transformé. Tant qu'on a ses parents devant soi, l'avenir est un horizon qui recule au fur et à mesure qu'on avance. On n'additionne pas les années. Quand les parents ne sont plus là, l'avenir est un mur dont on s'approche et sur lequel on va se fracasser. On fait un compte à rebours, une soustraction. Passer de l'addition à la soustraction, cela change tout.

Au début c'est dur, après il faut le transformer. Il n'y a pas une minute à perdre.

On peut alors retrouver la gourmandise de l'existence.

Pour moi, dans le deuil, il y a eu deux temps : quand ma mère est partie, ce n'était pas une mère qui me manquait, c'était elle, cette personne-là avec qui j'avais une relation extraordinaire. Au bout de quelques mois, je me suis rendu compte que j'avais aussi perdu une mère. Dans la perte d'un parent, il y a la personne et la fonction.

J'ai toujours l'impression que le meilleur que j'ai en moi, c'est ce que j'ai hérité de ma mère.

Ma vie : son œuvre.

— *La mort vous fait peur ?*

— Je n'ai pas vis-à-vis de la mort un rapport de peur, mais de confiance. La mort est un mystère, je ne sais rien d'elle, mais j'ai confiance dans le mystère. J'habite le mystère avec confiance, et non avec angoisse. Quoi que ce soit, ce sera pour le mieux. Quand je n'avais pas la foi, j'étais extrêmement angoissé par la mort, je me réveillais la nuit en sueur... Aujourd'hui je ne suis plus le même homme. Ma nuit au désert m'a totalement transformé.

— *Il faut se préparer à la mort ?*

— Il faut se préparer à vivre. Les anciens disaient qu'il fallait se rendre compte qu'on était mortel. Aujourd'hui, il faut se rendre compte qu'on est vivant. Je vis sur ce mode-là. Ne pas se préparer à la mort, mais à la vie !

Propos recueillis par Frédéric ANTOINE

Éric-Emmanuel SCHMITT, { Journal d'un amour perdu },
Paris, Albin Michel, 2019. Prix : 21,60€. Via L'appel : -
5% = 20,52€