

# Changer sa vie?

«Tu dois changer ta vie!» : c'est l'injonction qui sert de titre au dernier livre de Peter Sloterdijk.<sup>1</sup> Injonction, oui, mais surtout idéal de la modernité. Toute l'époque résonne de cet appel au changement : nous devons nous convertir à un autre mode de vie, dépasser l'homme ancien, tendre vers le mieux. On peut même dire que cet impératif est devenu «le contenu dernier de toutes les communications qui volent en bruisant autour du globe», pour reprendre une de ces formules dont Sloterdijk a l'encombrant génie.

Comment comprendre ce : «tu dois changer ta vie» qui sonne comme un écho du livre de Stéphane Hessel : «Indignez-vous!» ? C'est une aspiration vers le haut. A la fois sortir de la passivité qui menace à tout moment et manifester de l'exigence envers soi-même. Refuser de se laisser aller sur la pente du facile. Se résister. Découvrir «que l'on est capable de se former à travers des exercices volontaires».

A aucun domaine cette injonction ne s'applique aussi puissamment qu'à la santé. Son symbole, l'activité-reine que nos contemporains s'imposent, c'est l'exercice sportif. Sloterdijk, grand athlète de la formule, l'appelle «l'ascèse déspiritualisée» de notre époque. Le sport ne représente cependant qu'une partie de la conversion à laquelle la médecine nous appelle. De plus en plus, celle-ci secoue nos consciences par des «tu dois» : cesser de fumer, limiter l'alcool, manger moins et surtout mieux. Augmenter les fruits et légumes, diminuer le sel, le sucre, les mauvaises graisses. Dans sa version moderne et préventive, la médecine exhorte aussi à l'entraînement des capacités cognitives et humaines. Toute nouvelle découverte scientifique sur le bien-vivre, ou le vivre longtemps, produit un savoir qui à son tour suscite un exercice. Lire permet de garder sa mémoire plus longtemps ? Certains liront par conviction sanitaire. Vivre en couple fait partie de la prévention antidépression : on peut donc en faire une technique d'esprit sain.

Apparaît cependant un problème. Si le mot d'ordre de la médecine est : «Tu dois faire de ta santé une performance!», il se heurte à un obstacle majeur : la santé n'a pas de limites. Plus personne ne peut se dire en bonne santé. Tout le monde, aux yeux de la science moderne, porte des facteurs de risque, des prémices de maladies, des écarts à l'idéal, des possibilités d'amélioration.

Du coup, c'en est fini du simple bien-vivre passif, de la philosophie de la tranquillité. On peut parler d'autoengendrement de l'homme par sa «vie dans les exercices». Il ne s'agit

pas de production d'objets, celle qui fascinait le XIX<sup>e</sup> siècle, ni même de rites, ceux qui visent le surnaturel dans la religion, ni même d'éthique. Il ne s'agit pas davantage de cette «bigoterie négative» à la Dawkins, cet athéisme de l'opposition servant de totem à quelques intellectuels à la mode. Il s'agit de ce que Sloterdijk appelle des «anthropotechniques» : des «procédés d'exercices mentaux et physiques» qui nous aident à faire face aux «risques de la vie» (y compris aux facteurs de risque) et à la certitude de la mort.

C'est Socrate, paraît-il, qui, commentant Platon, avait lancé la culture occidentale sur la voie explicite de ce phénomène en déclarant que l'homme est une créature potentiellement «supérieure à soi-même». Cette supériorité suppose évidemment un système de valeurs, un champ d'attraction. Toutes les cultures ont classé les comportements, explique Sloterdijk. Lui-même se lance dans une sorte de grammaire des conduites comme Lévi-Strauss en avait faite une avec les structures de parenté. C'est ainsi que les civilisations religieuses ont séparé le sacré du profane. Les ascétiques, le parfait de l'imparfait. Les militaires, le courageux du lâche. Les athlétiques, l'excellence de la médiocrité. Les administratives, les supérieurs et les subalternes. Les cognitives, le savoir et l'ignorance. Dans chacune, des forces de traction s'ancrent «en haut» et l'humanité se hiérarchise selon son désir de s'élever.

Sloterdijk s'intéresse donc à l'univers des tensions verticales humaines. Mais il ne va pas au bout de son exploration. Ou plus exactement, il ne cherche pas son origine, comme on le fait en essayant de lire l'histoire de l'univers par l'observation des galaxies dont la lumière a été émise peu après le Big Bang. A l'origine obscure de notre tension, qu'elle soit celle de la médecine, de la religion ou de l'art (au début, les trois semblent d'ailleurs avoir été intimement liées), il y a la révolte contre la maladie, la souffrance, la mort. Mais pourquoi cette révolte ? Pourquoi ne pas se contenter de ce qu'offre la nature ? Pourquoi, autrement dit, sommes-nous inadaptés et nous fatiguons-nous à lutter, à créer de nouveaux univers physiques, mentaux, artistiques et virtuels, et finalement à nous engendrer nous-mêmes, avec une ambition jamais satisfaite ? D'où vient cette énergie de révolte qui traverse notre condition humaine comme une inexplicable insatisfaction ?

Le «tu dois changer!» vise, à la fin, le sublime. Ce sentiment que l'on peut «faire naufrage dans le supérieurement grand», comme Rilke qui,

voyant au Louvre la statue mutilée d'Apollon senti que quelque chose, en le dépassant, l'obligeait, sous peine de se perdre, à changer.

Le fond de la vision de Sloterdijk, concerne donc le dépassement. Le «tu dois changer!» regarde, dans le monde contemporain, plus loin que la médecine (et que le naufrage annoncé de la santé de chacun), que la religion (et l'appel à la conversion vers l'infini divin) ou l'art (sa capacité «dionysiaque» à foudroyer l'esprit et à changer l'humain sensible). Il regarde la «crise globale».

Comme la mort pour la santé, le sublime pour l'art ou le Dieu transcendant pour la religion, cette crise a de l'autorité «parce qu'elle se réfère à quelque chose d'inconcevable dont elle est la manifestation – la catastrophe globale». On ne la voit pas, mais elle se manifeste par des signes et des messagers. Sa signification n'est pas simple et il faut des prophètes pour la décrypter. Elle fait penser, explique Sloterdijk, au Dieu du monothéisme «entrant en scène» il y a trois millénaires : seul un petit nombre de personnes «a commencé une vie nouvelle en son nom».

L'homme contemporain sent qu'il ne peut pas continuer «ainsi», qu'il doit changer. Il ne sait pas très bien quoi. Certains lui demandent de devenir un *born again* en ce qui concerne l'écologie et une solidarité mondiale. Mais il peine à saisir comment cette conversion peut représenter une évolution vers «le haut». Le message global progresse, certes. La nouvelle foi en la «nécessité de changer pour éviter de se trouver aspiré par un trou noir qui nous videra de toute substance humaine», gagne des adeptes. Seulement voilà : les prophètes sont tristes, pas assez ouverts au sublime de l'aventure humaine, trop étroits dans leur façon de dégager de nouveaux horizons.

Or, dernier point, il faut aller vite. Il s'agit d'un processus. Et, rappelle Sloterdijk, «la théorie des processus n'est pas du même ordre que la théorie de l'histoire. L'histoire autorise une deuxième ou une troisième chance. La théorie des processus relève de la dimension de l'irréversible». La catastrophe qui se dessine en négatif de notre époque ne se compare pas aux aléas de l'histoire en marche : «au-delà d'un certain seuil, rien ne sera comme avant, et les conditions historiques dans lesquelles les êtres humains auront appris à espérer pourraient changer au point qu'il n'y ait plus rien à espérer».

Bertrand Kiefer

<sup>1</sup> Sloterdijk P. Tu dois changer ta vie. Paris : Libella/Maren Sell, 2011.