



IRVIN YALOM

LA MÉTHODE SCHOPENHAUER

ROMAN TRADUIT PAR CLÉMENT BAUDE

GALLADE ÉDITIONS

Extrait de la publication



« Allez au-delà de vos limites. »

Quand Julius Hertzfeld, un célèbre psychothérapeute de San Francisco, apprend qu'il n'en a plus que pour quelques mois à vivre, que fait-il ? Il contacte l'un de ses anciens patients, l'arrogant Philip Slate, accro au sexe, le grand échec de sa carrière, devenu depuis psychothérapeute. Au centre de cette relation : Schopenhauer.

Cette plongée dans l'univers de la thérapie de groupe, menée de main de maître par Irvin Yalom, l'un des plus grands spécialistes contemporains de la question, nous fait voyager dans le temps, dans l'espace, mais surtout au plus profond de l'âme humaine.

Irvin Yalom, psychiatre américain, est l'auteur, entre fiction, philosophie et psychothérapie, de nombreux romans ou récits, best-sellers dans le monde entier, dont *Et Nietzsche a pleuré*, *Le Jardin d'Épicure* ou *Le Problème Spinoza*.

« Comment pouvait-on vivre jusque-là sans connaître des livres du docteur Yalom ? On se le demande. Ce n'est pas tous les jours que les livres de psychothérapie se lisent comme des romans. » – *Libération*

IRVIN YALOM

La Méthode Schopenhauer

Roman

*Traduit de l'anglais (États-Unis)
par Clément Baude*

GALAADE ÉDITIONS

© Irvin Yalom, 2005
Titre original : *The Schopenhauer Cure*
Éditeur original : HarperCollins
ISBN original : 0-06-621441-6

© Galaade Éditions, 2005,
pour la traduction française
ISBN papier : 978-2-35176-154-0
ISBN numérique : 978-2-35176-166-3
ISBN PDF : 978-2-35176-165-6

Photo : © Reid Yalom

Couverture :
Création : Mathilde Sébastien
Illustration : G. Klimt / *La Mariée* (détail) / © AKG-
Images / Erich Lessing

Galaade Éditions
43 rue des Cloÿs 75018 Paris | F
www.galaade.com

*À mon groupe de vieux camarades
qui m'honorent de leur amitié,
partagent avec moi les inéluctables
pertes et coups durs de la vie, et continuent
de me faire profiter de leur sagesse
et de leur amour pour la vie de l'esprit :*
*Robert Berger, Murray Bilmes,
Martel Bryant, Dagfinn Follesdahl,
Joseph Frank, Van Harvey, Julius Kaplan,
Herbert Kotz, Morton Liebermann,
Walter Sokel, Saul Spiro et Larry Zaroff.*

I

À chaque gorgée d'air que nous rejetons, c'est la mort qui allait nous pénétrer, et que nous chassons... Enfin il faudra qu'elle triomphe; car il suffit d'être né pour lui échoir en partage; et si un moment elle joue avec sa proie, c'est en attendant de la dévorer. Nous n'en conservons pas moins notre vie, y prenant intérêt, la soignant, autant qu'elle peut durer; quand on souffle une bulle de savon, on y met tout le temps et les soins nécessaires; pourtant elle crèvera, on le sait bien.

Les sermons sur la vie et sur la mort, Julius les connaissait aussi bien que n'importe qui. Il était d'accord avec les stoïciens, pour qui « dès notre naissance, nous commençons à mourir », et avec Épicure, qui disait : « La mort n'est rien pour nous, car quand nous sommes, la mort n'est pas là et, quand la mort est là, nous ne sommes plus. » En tant que médecin et psychiatre, il avait susurré ces mêmes paroles de consolation aux oreilles des mourants.

Bien que convaincu que ces sombres réflexions fussent utiles à ses patients, jamais il n'avait envisagé qu'elles pussent le concerner lui. Et ce, jusqu'à ce moment terrible, quatre semaines plus tôt, qui fit basculer sa vie.

Ce moment était survenu après le *check-up* de routine auquel il se soumettait tous les ans. Son médecin interniste, Herb Katz, vieil ami et ancien condisciple de la faculté de médecine, venait juste de terminer sa consultation. Comme d'habitude, il demanda à Julius de se rhabiller et de passer dans son bureau pour faire le point.

Herb s'assit à son bureau et éplucha le dossier de Julius. « Dans l'ensemble, tu m'as l'air plutôt en bonne forme pour un sale bonhomme de soixante-cinq ans. Ta prostate commence un peu à enfler, mais pas plus que la mienne. Tes composants sanguins, ton cholestérol et tes taux de lipides se comportent bien. Les médicaments et le régime font leur travail. Voici l'ordonnance pour le Lipitor qui, ajouté au jogging, a suffisamment fait baisser ton cholestérol. Tu peux donc relâcher un peu la pression et manger un œuf de temps à autre – tu sais que tous les dimanches j'en prends deux au petit déjeuner. Et voilà l'ordonnance pour le Synthroid. J'augmente légèrement la dose car ta glande thyroïde est peu à peu en train de fermer boutique : les bonnes cellules thyroïdiennes meurent et sont remplacées par de la matière fibrotique. Tout cela est parfaitement bénin, comme tu le sais. Ça nous arrive à tous et, moi-même, je prends des médicaments pour la thyroïde.

« Eh oui, Julius, aucun de nous n'échappe au fatidique vieillissement. Non seulement ta thyroïde, mais le cartilage de ton genou s'épuise, les follicules de tes cheveux sont en train de mourir et tes disques lombaires supérieurs ne sont plus ce qu'ils étaient. Qui plus est, manifestement, la qualité de ta peau se détériore : tes cellules épithéliales sont clairement en bout de course. Regarde toutes ces kératoses séniles sur tes joues, ces grosses lésions brunes. » Il tendit un miroir à Julius pour qu'il puisse se rendre compte. « Depuis la dernière fois que je t'ai vu, il doit y en avoir une douzaine en plus. Combien de temps passes-tu au soleil ? Est-ce que tu portes un chapeau à larges bords comme je te l'ai conseillé ? J'aimerais que tu voies un dermatologue pour ces taches. Je te recommande d'aller voir Bob King, il travaille dans l'immeuble juste à côté. Voilà son numéro. Tu le connais ? »

Julius acquiesça.

« Il pourra te brûler les taches disgracieuses avec une simple goutte de nitrogène. C'est lui qui m'en a enlevé quelques-unes, le mois dernier. Rien de bien méchant, l'affaire de cinq ou dix minutes. Beaucoup d'internistes le font eux-mêmes, maintenant. Par ailleurs, tu as une tache dans le dos sur laquelle j'aimerais

tout de même qu'il jette un œil : tu ne peux pas la voir, elle est située juste en dessous de la partie latérale de ton omoplate droite. Elle m'a l'air différente des autres, irrégulièrement pigmentée, avec des contours pas très bien dessinés. Ce n'est probablement rien du tout, mais je préférerais tout de même qu'il vérifie. D'accord, cher ami ? »

Ce n'est probablement rien du tout, mais je préférerais tout de même qu'il vérifie. Dans la voix de Herb, Julius perçut un ton faussement et exagérément serein. Car franchement, dite par un toubib à un autre toubib, la phrase « pigmentée différemment et avec des contours pas très bien dessinés » avait de quoi inquiéter. Cela voulait dire un possible mélanome. Et aujourd'hui, rétrospectivement, Julius voyait dans cette phrase, dans cet instant précis, le moment où sa vie insouciance s'achevait et où la mort, jusqu'ici ennemi invisible, surgissait dans toute son effroyable réalité. Oui, la mort s'était bel et bien installée, elle ne le quitta plus une seule seconde et toutes les horreurs qui allaient suivre n'étaient que des post-scriptum prévisibles.

Des années auparavant, Bob King avait été, comme d'ailleurs un grand nombre de médecins de San Francisco, le patient de Julius, lequel avait régné sur la communauté psychiatrique pendant trente ans. Comme professeur de psychiatrie à l'université de Californie, il avait enseigné à des générations d'étudiants, puis avait été nommé, cinq ans plus tôt, président de l'Association américaine de psychiatrie.

Sa réputation ? Celle d'être le médecin des médecins, celui qui ne leur racontait pas d'histoires. Un psychothérapeute de dernier ressort, un magicien plein de sagesse et prêt à tout pour aider ses patients. Et c'est justement pour cette raison que, dix ans auparavant, Bob King l'avait consulté au sujet de sa longue addiction au Vicodin (le médicament par excellence du médecin toxicomane, tant il lui est facile de s'en procurer). À l'époque, King était dans une très mauvaise passe. Ses besoins en Vicodin avaient sérieusement augmenté, son mariage prenait l'eau, son travail en pâtissait et il en était au point de devoir se droguer tous les soirs pour pouvoir trouver le sommeil.

Bob avait voulu entamer une thérapie, mais les portes s'étaient refermées devant lui. Tous les psychothérapeutes qu'il consulta exigèrent de lui qu'il intègre un programme de guérison pour médecins malades, chose que Bob refusa parce qu'il répugnait à compromettre sa vie privée en participant à des thérapies de groupe avec d'autres médecins toxicomanes. Mais sur ce point les psychothérapeutes ne transigeaient pas : s'ils venaient à traiter un médecin toxicomane sans passer par le programme de guérison officiel, ils couraient en effet le risque de se faire sanctionner par l'Ordre des médecins, voire d'être traînés en justice (si par exemple le patient commettait une erreur de jugement au cours d'une opération clinique).

Avant de devoir abandonner son cabinet et prendre un congé pour se faire soigner incognito dans une autre ville, en dernier recours il fit appel à Julius, qui accepta et qui lui fit confiance pour qu'il arrête de lui-même le Vicodin. Bien que la thérapie fût douloureuse, comme c'est toujours le cas avec les drogués, Julius traita Bob pendant trois ans sans recourir au moindre programme de guérison. C'était là un de ces petits secrets que tout psychiatre garde pour lui, un succès thérapeutique qui, évidemment, ne pouvait en aucun cas faire l'objet d'un débat ou d'une publication.

Après avoir quitté le cabinet de son interniste, Julius s'installa dans sa voiture qui semblait bouger toute seule tant son cœur battait la chamade. Prenant une grande bouffée d'air pour calmer l'angoisse qui montait en lui, puis une autre, et une autre encore, il alluma son téléphone portable et, les mains tremblantes, appela Bob King pour prendre rendez-vous au plus vite.

« Je n'aime pas ça », trancha Bob le lendemain matin en étudiant le dos de Julius à l'aide d'une grande loupe ronde. « Tenez, je veux que vous puissiez voir vous-même, on peut y arriver avec deux miroirs. »

Bob l'installa près de la glace murale et plaça un grand miroir près du nævus. Julius observait le dermatologue dans le miroir : blond, rougeaud, portant d'épaisses lunettes sur un nez aussi long qu'imposant. Il se souvint de Bob lui racontant comment,

tout gamin, les autres enfants le houspillaient aux cris de « nez de concombre ». Il n'avait pas beaucoup changé en dix ans. Toujours cet air tourmenté qu'il avait lorsque, patient de Julius, il arrivait systématiquement avec quelques minutes de retard, soufflant et haletant. Lorsque Bob déboulait dans son bureau, Julius pensait souvent au refrain du Lapin Blanc dans *Alice au pays des merveilles* : « Je suis en retard, en retard pour un rendez-vous très important. » Bob avait pris du poids, mais il était toujours aussi petit. Bref, il avait exactement une tête de dermatologue. Franchement, est-ce que vous avez déjà vu un dermatologue de grande taille ? Puis Julius jeta un coup d'œil vers ses yeux : aïe ! ils paraissaient inquiets, leurs pupilles étaient dilatées...

« Voilà la bête. » Julius observa dans le miroir ce que Bob lui indiquait à l'aide d'un crayon à gomme. « Ce nævus tout plat qui se trouve sous l'épaule, juste au-dessous de votre omoplate. Vous le voyez ? »

Julius fit oui de la tête.

Tenant une petite règle sur l'objet, Bob poursuivit. « La trace mesure à peine un centimètre. Vous vous souvenez certainement de cette bonne vieille règle des ABCD que vous avez apprise lors de vos cours de dermatologie... »

Julius l'arrêta net. « Écoutez, je ne me rappelle pas un traître mot de mes cours de dermatologie. Parlez-moi comme à quelqu'un qui n'y connaîtrait rien.

– D'accord. ABCD. A pour “asymétrie”. Regardez là. » Il déplaça le crayon vers différentes parties de la lésion. « Elle n'est pas parfaitement ronde, comme toutes les autres sur votre dos – par exemple celle-ci, ou encore celle-là. » Il indiqua deux petits grains de beauté tout proches.

Julius tenta de juguler son angoisse en respirant fort.

« B pour “bords”. Maintenant, regardez ici. Je sais que ce n'est pas facile à distinguer. » Bob montra de nouveau la lésion sous l'omoplate. « Voyez, dans cette zone supérieure, comme le bord est bien dessiné. En revanche, dans la partie médiane, tout cela est indistinct et se confond avec la peau qui l'entoure. Ensuite, C pour “coloration”. Là, de ce côté, vous voyez bien que

c'est légèrement marron. Si je regarde à la loupe, je vois une pointe de rouge, un peu de noir, peut-être même un peu de gris. Enfin, D pour "diamètre". Comme je vous le disais, environ sept huitièmes de centimètre. C'est déjà gros, mais on peut difficilement le dater, c'est-à-dire savoir à quelle vitesse il grandit. Herb Katz affirme que cette lésion n'était pas là lors du dernier examen, l'année dernière. Pour finir, il ne fait aucun doute, à la loupe, que le centre en est ulcéreux. »

Remisant le miroir, il dit : « Remettez votre chemise, Julius. » Une fois que ce dernier eut fini de se reboutonner, King s'assit sur le petit tabouret de sa salle de consultation.

« Vous connaissez la littérature sur le sujet, Julius. Les risques sont réels.

– Écoutez, Bob, répliqua Julius, je sais que notre relation antérieure vous complique la tâche mais, je vous en supplie, ne me demandez pas de faire le boulot à votre place. Partez du principe que je ne connais rien sur la question et mettez-vous bien dans la tête qu'en ce moment mon état d'esprit est en train de passer, à la vitesse grand V, de la terreur à la panique. Je veux que vous preniez les choses en main, que vous soyez totalement honnête avec moi et que vous vous occupiez de moi. Exactement comme je l'ai fait pour vous. Pour terminer, Bob, regardez-moi dans les yeux, bon Dieu ! Quand vous fuyez mon regard comme ça, vous me foutez vraiment la trouille.

– Très bien, je vous demande pardon. » Il le fixa droit dans les yeux. « Vous vous êtes sacrément bien occupé de moi. Je vous rendrai la monnaie de votre pièce. » Puis il s'éclaircit la gorge. « Bon. Mon impression clinique profonde est qu'il s'agit là d'un mélanome. »

Voyant que Julius avait tiqué, il ajouta : « Mais, même si c'est le cas, le diagnostic en tant que tel ne veut pas dire grand chose. La plupart des mélanomes, je dis bien *la plupart*, sont facilement traités, même si certains d'entre eux sont un petit peu plus coriaces. Il faudra encore attendre ce que va nous dire le pathologiste : est-on bien certain qu'il s'agisse d'un mélanome ? Si oui, à quel stade se trouve-t-il ? S'est-il étendu à d'autres zones ? Pre-

mière chose à faire, donc, une biopsie, et en apporter un échantillon au pathologiste.

« Dès qu'on en aura terminé avec ça, j'appellerai un chirurgien pour qu'il enlève la lésion. Et je resterai à ses côtés tout au long de l'opération. Ensuite, le pathologiste examinera un morceau congelé et, si le résultat est négatif, alors bravo, on n'en parle plus. S'il est positif, s'il s'agit bien d'un mélanome, alors on retire le nodule qui paraît le plus inquiétant et, s'il le faut, on pratique une résection de plusieurs nodules. Pas besoin d'hospitalisation, toute l'opération se fera au centre de chirurgie. Je suis quasiment certain qu'aucune greffe de peau ne sera nécessaire et, au pire, vous ne perdrez qu'une seule journée de travail. Cela dit, pendant quelques jours, vous ressentirez une petite douleur sur la partie opérée. Tant que nous n'aurons pas les résultats de la biopsie, je ne peux rien vous dire de plus. Comme vous me l'avez demandé, je m'occuperai de vous. Faites-moi confiance là-dessus : des cas comme le vôtre, j'en ai vu des centaines. D'accord ? Mon assistante vous appellera tout à l'heure pour vous donner tous les détails sur la date, le lieu et les instructions préopératoires. Ça marche ? »

Julius fit oui de la tête. Les deux hommes se levèrent en même temps.

« Je suis désolé, poursuivit Bob, j'aimerais pouvoir vous épargner tout cela mais je ne peux pas. » Il lui tendit un dossier renfermant des documents à lire. « Je sais bien que vous n'en voudrez peut-être pas, mais je le donne toujours aux patients qui se retrouvent dans votre situation. Ça dépend des gens : certains sont rassurés par plus d'informations, d'autres préfèrent ne pas savoir et balancent le tout à la poubelle en sortant de mon cabinet. J'espère pouvoir vous dire des choses plus agréables après l'opération. »

Mais, de choses plus agréables, jamais il n'y en aurait plus : les nouvelles les plus récentes étaient d'ores et déjà plus inquiétantes. Trois jours après la biopsie, les deux hommes se revirent. « Voulez-vous lire ça ? » demanda Bob en présentant le rapport final du pathologiste. Voyant Julius secouer la tête, Bob relut le

document et se lança. « Alors allons-y. Je vous le dis tout net : ce n'est pas bon. Pour aller vite, c'est bel et bien un mélanome et il a plusieurs... euh... caractéristiques notables : il est profond de plus de quatre millimètres et on y a décelé cinq nodules positifs.

– C'est-à-dire ? Je vous en prie, Bob, n'y allez pas par quatre chemins. “Notables”, “quatre millimètres”, “ulcéreux”, “cinq nodules” ? Ne perdons pas de temps et parlez-moi comme si j'étais totalement profane en la matière.

– C'est-à-dire de mauvaises nouvelles. C'est un mélanome assez gros, qui s'est étendu aux nœuds. Le vrai risque, c'est qu'il s'étende encore plus, mais nous n'en saurons rien avant le scanner densitométrique qui est prévu pour demain 8 heures. »

Deux jours plus tard, les deux hommes reprirent leur discussion. Bob annonça que le scanner densitométrique était négatif : pas de signe d'une propagation aux autres parties du corps. C'était la première bonne nouvelle.

« Mais malgré tout, Julius, on se retrouve quand même avec un mélanome dangereux.

– Dangereux comment ? » La voix de Julius flancha. « Qu'en est-il exactement ? Quelles sont mes chances de survie ?

– Vous savez comme moi qu'on ne peut répondre à cette question qu'avec des statistiques. Car chaque individu fonctionne différemment. Mais pour un mélanome ulcéreux, profond de quatre millimètres, avec cinq nodules, les tableaux statistiques donnent moins de vingt-cinq pour cent de chances pour une survie de cinq ans. »

Pendant un long moment, Julius resta assis, la tête baissée, le cœur palpitant, les larmes aux yeux. « Poursuivez. Vous êtes franc avec moi. J'ai besoin de savoir ce que je vais pouvoir dire à mes patients. Qu'est-ce que je vais devenir ? Que va-t-il se passer ?

– Il m'est impossible de répondre précisément, parce que rien ne se passera tant que le mélanome n'aura pas réapparu à un autre endroit du corps. Quand cela se produira, surtout s'il y a des métastases, alors les choses peuvent aller vite, peut-être des semaines ou des mois. Quant à vos patients, difficile à dire, mais il me paraît raisonnable de penser que vous avez encore au moins

une année de bonne santé devant vous. »

Julius acquiesça lentement, tête baissée.

« Où se trouve votre famille, Julius ? Ne serait-il pas préférable que quelqu'un vienne auprès de vous ?

– Vous êtes au courant, je crois, que ma femme est morte il y a dix ans. Mon fils est sur la côte Est et ma fille habite à Santa Barbara. Je ne leur ai encore rien dit, ne voyant pas l'intérêt de les inquiéter pour rien. De toute manière, je préfère en général panser mes plaies tout seul. Mais je suis sûr que ma fille me rejoindra sur-le-champ.

– Julius, je suis vraiment désolé de devoir vous annoncer tout cela. Permettez-moi de conclure par une bonne nouvelle. Il y a des tas de recherches très poussées en ce moment, peut-être une douzaine de laboratoires très actifs, ici et à l'étranger. Pour des raisons encore inconnues, le nombre de cas de mélanomes a augmenté presque du simple au double ces dix dernières années et c'est devenu un gros enjeu pour la recherche. Il est donc possible que des avancées se produisent très vite. »

Julius passa toute la semaine suivante dans l'hébétude la plus totale. Sa fille Evelyn, professeur de lettres classiques, annula ses cours pour le rejoindre immédiatement et passer quelques jours auprès de lui. Il discuta longuement avec elle, avec son fils également, sa sœur et son frère, ses amis proches. Il lui arrivait souvent de se réveiller à 3 heures du matin, en larmes, terrorisé, suffocant. Il annula les séances avec ses patients et sa thérapie de groupe pour les deux semaines suivantes. Des heures durant, il se demanda quoi – et comment – leur dire.

Pourtant, son miroir lui disait qu'il n'avait pas le visage d'un homme ayant atteint sa dernière heure. Ses quatre kilomètres de jogging quotidien lui avaient maintenu un corps jeune, sec, nerveux, sans un poil de graisse. Autour de ses yeux et de sa bouche, quelques rides mais peu nombreuses. Son père était bien mort sans la moindre ride. Ses yeux étaient verts, ce qui avait toujours été pour lui un motif de fierté. Des yeux denses, sincères. Des yeux qui inspiraient confiance, des yeux qui pouvaient soutenir

n'importe quel regard. Des yeux jeunes, aussi. Ceux du garçon de seize ans qu'il avait été. Le mourant et l'adolescent de seize ans se regardaient, maintenant, à des années de distance.

Il examina ses lèvres. Des lèvres pleines, amicales, des lèvres qui, même en cette période de désespoir, esquissaient un sourire chaleureux. Son crâne était intégralement couvert d'une tignasse de cheveux noirs et bouclés qui ne grisonnaient qu'aux tempes. Quand il était adolescent, dans le Bronx, le vieux coiffeur antisémite aux cheveux blancs et à la face rougeaude qui tenait boutique au bas de la rue – entre la confiserie Meyer et la boucherie Morris – maudissait toujours ses cheveux drus en les malmenant avec son peigne en acier et en les coupant avec ses ciseaux à effiler. Aujourd'hui, tous étaient morts, Meyer, Morris, le coiffeur. Et le petit Julius de seize ans était le prochain sur la liste.

Une après-midi, afin de bien comprendre ce qui lui arrivait, il décida de lire, à la bibliothèque de la faculté de médecine, toute la littérature sur les mélanomes. Mais cela ne changea rien. Au contraire, cela rendit les choses plus atroces encore. Cernant la nature proprement terrifiante du mal qui le rongea, il commença à se figurer le mélanome comme une créature vorace qui plantait ses griffes noirâtres au plus profond de sa peau. Comme il lui était étrange de réaliser combien, soudain, il n'était plus la forme de vie suprême ! Car il n'était désormais plus qu'un hôte. Il était de la nourriture, un simple aliment livré en pâture à un organisme plus costaud dont les cellules gloutonnes se divisaient à une vitesse fulgurante, un organisme qui écrasait et annexait en un éclair les protoplasmes voisins, et qui, maintenant, sans aucun doute, équipait des grappes de cellules pour qu'elles écumant son sang et partent coloniser de lointains organes, peut-être les douces et friables terres nourricières de son foie, ou encore les plaines verdoyantes et spongieuses de ses poumons.

Julius abandonna ses lectures. Plus d'une semaine avait passé. Il était temps d'en finir avec les élucubrations. Le moment était venu de faire face à la réalité. « Assieds-toi, Julius, se dit-il. Assieds-toi et médite sur ta mort. » Il ferma les yeux.

Ainsi, la Mort, pensa-t-il, est-elle enfin apparue sur scène.

Mais quelle entrée banale ! Le rideau brusquement ouvert par un dermatologue grassouillet, affublé d'un nez de concombre, tenant une loupe à la main, accoutré d'une blouse blanche de médecin avec son nom cousu en lettres bleu marine au-dessus de la poche de devant.

Et la scène finale ? Vouée, selon toute vraisemblance, à être tout aussi banale. Le costume en serait sa chemise de nuit toute fripée des New York Yankees, portant des rayures et le numéro 5 de DiMaggio au dos. Le décor ? Ce même lit *queen-size* dans lequel il avait dormi pendant trente ans, ces habits froissés posés sur la chaise à côté du lit et, sur sa table de chevet, la pile de romans jamais lus qui ignoraient que leur heure ne viendrait jamais. Bref, un *finale* aussi pleurnichard que décevant. À coup sûr, estima Julius, la glorieuse aventure de sa vie méritait quelque chose de plus... de plus... de plus quoi, d'ailleurs ?

Il lui revint en mémoire une scène dont il avait été le témoin quelques mois plus tôt, au cours de vacances passées à Hawaii. Lors d'une promenade, il était tombé par hasard sur un grand monastère bouddhiste. Il avait aperçu une jeune femme en train de marcher dans un labyrinthe circulaire, construit en petites pierres de lave. Une fois le centre du labyrinthe atteint, la femme s'était arrêtée et tenue immobile, plongée qu'elle était dans une longue méditation en station debout. Lorsqu'il était confronté à ce genre de rituel religieux, Julius avait généralement une réaction bien peu charitable, située quelque part entre le mépris et le dégoût.

Mais, maintenant qu'il repensait à cette femme en méditation, il éprouvait un sentiment plus amène : un torrent de compassion pour elle et pour ses frères humains, victimes de ce curieux dévoiement de l'évolution qui leur accorde la conscience de soi mais sans l'équipement psychologique adéquat pour apaiser la douleur du caractère éphémère de l'existence. Ainsi avons-nous construit sans relâche, à travers les années, les siècles et les millénaires, des abris de fortune pour nous protéger de notre propre finitude. Abandonnerons-nous jamais, l'un de nous abandonnera-t-il jamais cette quête d'une puissance supérieure avec

laquelle fusionner et exister pour toujours, cette quête de manuels d'instruction donnés par Dieu, de quelque signe qui révélerait l'existence d'un plus vaste dessein, ce besoin de rituel et de cérémonie ?

Et pourtant, en voyant son nom inscrit sur l'agenda de la Mort, Julius se demanda si une petite cérémonie était, après tout, une si mauvaise chose. Mais il chassa violemment l'idée de son esprit, comme si elle lui avait brûlé les doigts, tant elle était en contradiction profonde avec son éternelle aversion pour les rituels. Il avait toujours méprisé les instruments grâce auxquels les religions arrachaient aux fidèles leur raison et leur liberté : habits de cérémonie, encens, livres sacrés, chants grégoriens hypnotiques, rouleaux de prière, tapis de prière, voiles et calottes, mitres et crosses d'évêques, hosties et vins sacrés, derniers sacrements, têtes qui se balancent et corps qui s'agitent au son de chants antiques. Il n'y voyait que l'attirail de la plus puissante et ancienne escroquerie de tous les temps, une escroquerie qui conférait leur légitimité aux puissants et qui comblait l'amour des foules pour la soumission.

Mais, avec la Mort se tenant maintenant à ses côtés, Julius remarqua que sa véhémence avait perdu de son mordant. Peut-être n'était-ce que le rituel imposé qu'il détestait, en réalité. Peut-être était-il possible de trouver un mot plus juste pour désigner une simple petite cérémonie personnelle et créative. Il avait été touché par les descriptions que les journaux avaient faites des pompiers new-yorkais le 11 Septembre, s'arrêtant, se levant et ôtant leurs casques pour honorer les morts dès qu'un nouveau chargement de restes était exhumé des décombres. Rien de mal à honorer les morts... Non, d'ailleurs, pas exactement les morts, mais plutôt la vie de ceux qui étaient morts. Ou bien s'agissait-il encore d'autre chose que simplement d'honorer et de sanctifier ? Le geste et le rituel des pompiers n'étaient-ils pas aussi les signes d'une certaine affinité ? La reconnaissance de leur lien, de leur sentiment d'être en communion avec chaque victime ?

Julius eut justement l'occasion de ressentir lui-même ce lien, quelques jours après cette satanée discussion avec son dermatolo-

logue, lorsqu'il assista à une réunion de son groupe de discussion avec ses confrères psychothérapeutes. Quand il leur annonça l'existence de son mélanome, ceux-ci en restèrent bouche bée. Après l'avoir encouragé à épancher sa douleur, chaque membre du groupe fit part de sa stupeur et de sa tristesse. Ni Julius ni les autres ne purent trouver d'autres mots. À deux ou trois reprises, quelqu'un commença à parler, avant d'abandonner tout de suite, comme si le groupe était convenu, sans même se le dire, que les mots étaient superflus. Pendant les vingt dernières minutes, tout le monde resta assis, en silence. Dans les groupes, ces silences prolongés se révèlent presque toujours gênants. Mais ce silence-là était différent, presque apaisant. Julius eut du mal à admettre que ce silence relevait, même pour lui, du « sacré ». Plus tard, il réalisa que, ce jour-là, les membres du groupe ne s'étaient pas seulement contentés d'exprimer leur chagrin. Eux aussi avaient ôté leurs chapeaux. Ils s'étaient mis au garde-à-vous, ils avaient communiqué et ils avaient honoré sa vie.

Et peut-être, pensa Julius, était-ce là une manière d'honorer leurs propres vies. Car qu'avons-nous d'autre au monde sinon cet intervalle, béni et miraculeux, de vie et de conscience de soi ? S'il ne fallait honorer et bénir qu'une seule chose, ce devrait être simplement celle-là : le cadeau inestimable de la pure existence. Vivre dans le désespoir parce que la vie a une fin, parce qu'elle ne propose pas de but élevé ou de projet grandiose, voilà qui est faire preuve d'une ingratitude grossière. Se fabriquer un créateur omniscient et consacrer sa vie à d'interminables genuflexions n'a aucun sens. Qui plus est, c'est un gâchis : pourquoi dilapider tant d'amour pour une chimère, quand on sait comme l'amour est chose rare sur cette Terre ? Mieux vaut faire comme Spinoza et Einstein : baisser gentiment la tête, tirer son chapeau aux élégants mystères et lois de la Nature et s'occuper de bien mener sa vie.

Ces réflexions n'étaient pas une découverte pour Julius. Il avait toujours connu cette finitude, ce caractère éphémère de la conscience. Mais il y a connaître et *connaître*, et la présence de la mort dans le tableau le rapprochait soudain de la vraie connaissance. Non pas qu'il fût devenu plus sage. Simplement, la sup-

pression des distractions – l’ambition, la passion sexuelle, l’argent, le prestige, les éloges, la popularité – laissait le champ libre à une vision plus pure. Ce détachement, n’était-ce pas le message transmis par Bouddha ? Peut-être, mais Julius lui préférait la voie des Grecs : être modéré en tout. Car on perd trop du spectacle de la vie à ne pas tomber la veste et se joindre à la fête. Pourquoi se ruer vers la porte de sortie avant même la fermeture de l’établissement ?

Quelques jours plus tard, alors qu’il se sentait déjà plus serein et moins sujet à des accès de panique, ses pensées se tournèrent vers l’avenir. « Une bonne année, lui avait dit Bob King, je n’y mettrais pas ma main au feu, mais il ne serait pas absurde d’espérer au moins une année de bonne santé. » Mais à quoi consacrer tout ce temps ? Il résolut d’abord de ne pas rendre cette bonne année mauvaise en se plaignant, justement, qu’elle ne durerait qu’un an.

Une nuit qu’il ne trouvait pas le sommeil et qu’il cherchait à tout prix un réconfort, Julius parcourut fiévreusement sa bibliothèque. Aucun des ouvrages écrits par ses pairs ne lui parut répondre, ne fût-ce que de loin, à ses attentes. Rien qui pût lui indiquer comment mener sa vie ou tout simplement donner un sens aux derniers jours qu’il lui restait à vivre. Alors son œil tomba sur une édition toute cornée d’*Ainsi parlait Zarathoustra*, de Nietzsche. Ce livre, Julius le connaissait bien pour l’avoir étudié à fond, des dizaines d’années plus tôt, alors qu’il écrivait un article sur l’influence, aussi déterminante que méconnue, de Nietzsche sur Freud. Pour lui, *Zarathoustra* était un très grand livre qui, plus que tout autre, apprenait le culte et la célébration de la vie. Oui, elle était peut-être là, la clé qu’il cherchait. Trop tourmenté pour reprendre le texte dès le début, il feuilleta les pages au hasard et se concentra sur les quelques passages qu’il avait soulignés à l’époque.

« Et qu’au lieu de dire : “Cela fut”, on dise : “C’est ce que j’ai voulu” – voilà ce que j’appellerais la rédemption. »

Julius comprit les paroles de Nietzsche comme une injonction à choisir sa propre vie, à la vivre plutôt que d’être vécu par elle.

Autrement dit, il lui fallait aimer son destin. Il y avait surtout cette question maintes fois posée par Zarathoustra : serions-nous prêts à recommencer, encore et pour toujours, la vie que nous avons vécue ? Curieux exercice intellectuel. Et pourtant, plus il y songeait, plus il y trouvait de réponses : le message de Nietzsche était de vivre notre vie de telle sorte que nous accepterions de la recommencer éternellement.

Il continua de feuilleter les pages, puis s'arrêta sur deux passages très distinctement soulignés de rose fluorescent : « Consommez votre vie » et « Mourez au bon moment ».

Ces mots firent leur effet. Vivez votre vie à fond, et alors, mais seulement alors, mourez. Ne laissez aucune vie non vécue derrière vous. Julius comparait souvent les propos de Nietzsche à un test de Rorschach : ils offraient tellement de prises possibles que c'était l'état d'esprit du lecteur qui déterminait ce qu'il en retiendrait. Or, aujourd'hui, il les lisait à travers un tout autre prisme. La présence de la mort le conviait à une lecture nouvelle, plus éclairée : page après page, se faisait jour une pertinence panthéiste dont il n'avait, jusqu'ici, pas fait grand cas. Quand bien même il exaltait une splendide solitude, quand bien même il exigeait l'isolement pour pouvoir accoucher de grandes idées, Zarathoustra n'en restait pas moins tendu vers l'amour et l'élévation des autres hommes, les aidant à se parfaire et à se transcender, et partageant avec eux sa sagesse. « Partager sa sagesse », cela fit mouche.

Après avoir reposé le *Zarathoustra* à sa place, Julius s'assit dans l'obscurité et, tout en contemplant les lumières des voitures qui franchissaient le pont du Golden Gate, médita les paroles de Nietzsche. Au bout de quelques minutes, Julius eut une révélation : il sut parfaitement ce qu'il devait faire et à quoi consacrer sa dernière année. Il vivrait exactement comme il avait vécu l'année précédente, et comme l'année d'avant, et encore celle d'avant. Son travail de psychothérapeute lui plaisait énormément. Il adorait entrer en relation avec les autres et les aider à faire naître quelque chose en eux. Son travail était peut-être une façon de sublimer le lien qui s'était brisé avec sa femme. Pourquoi pas ? Il