

## Essai

La mélancolie, cette  
si subtile vibration

De Pessoa à Virginia Woolf, d'Amiel à Verlaine, de Christian Bobin à Sarah Chiche, nombreux sont les écrivains à être la proie de «la bile noire». Micheline Louis-Courvoisier et André-Pascal Sappino font avec eux l'exploration de ce mal aux contours diffus

Jean-Jacques Roth

**V**ous cherchez à soigner vos accès dépressifs? Changez de trottoir: ce livre vous plongera au contraire dans le symptôme. Après tout, c'est aussi parfois le meilleur moyen de s'en extraire. Mais qu'est-ce au fond que la mélancolie, ce «mal» diagnostiqué il y a déjà deux mille ans, dont les auteurs se demandent s'il est consubstantiel à la condition humaine ou le produit de la civilisation qui nous a enfantés? Telle est la question qui taraude l'historienne et vice-rectrice de l'Université de Genève Micheline Louis-Courvoisier et l'oncologue André-Pascal Sappino. Leur amitié les a réunis dans une conversation sur «la bile noire», qu'ils ont voulu poursuivre dans un livre qui en fasse l'exploration. L'une armée des lettres, l'autre d'un pinceau, les textes et les images se renvoyant les uns aux autres, ils ont ainsi sondé cette «balise de notre écologie émotionnelle».

Il n'est donc pas question ici d'anamnèse thérapeutique ou d'explication psychanalytique, encore moins d'un manuel de développement personnel qui vous enjoindrait de venir à bout de vos bleus à l'âme en cinq points. Les deux auteurs préfèrent l'approche sensible, à l'aide des écrivains innombrables qui ont mis des mots sur cette «addition infinie de sensations singulières».

## Subtile en diable

Addition si floue que la psychiatrie contemporaine, dans le fameux DSM qui classe les troubles psychiques, l'a reléguée

au rang de sous-catégorie de la dépression. Dans le passé, elle a cousiné avec l'acédie, l'hypocondrie, la nostalgie, la neurasthénie, l'hystérie et jusqu'à l'épilepsie. Hippocrate, le premier, la désigne comme une sensation proche de l'effondrement (*dysthymie*) et de la terreur (*phobos*). Mais par la suite, la littérature en fera un usage beaucoup plus riche, qui rendra mieux justice à cette expérience «si complexe, si subtile, si multiple». Si bien que ses contours sont sinueux, flottants: une vibration, à laquelle l'ouvrage entend donner «une forme éphémère», docte mais humble.

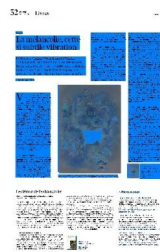
## «La nuit en plein jour»

C'est un beau cortège que les auteurs convoquent: Pessoa, Baudelaire, Virginia Woolf, Christian Bobin, Cavafy, Amiel, Charles Juliet, Proust, Verlaine, tant d'autres encore... Ceux-ci ont sublimé leurs accès de mélancolie par l'art. Mais tous n'en sont pas capables. Micheline Louis-Courvoisier et André-Pascal Sappino ont donc aussi pioché dans les lettres que les mélancoliques «ordinaires» avaient coutume d'adresser à leurs médecins au XVIII<sup>e</sup> siècle.

A la lumière de ces faisceaux s'éclairent les traits de la mélancolie: tristesse, sentiment profond de pesanteur, de temps brisé, haine de soi, empêchement d'agir, solitude. Il s'agit d'un «feu d'artifice sensible et cognitif (...) qui précipite le mental et le physique, la matière et l'esprit». On pourrait allonger la liste: affliction, mal de vivre, abattement, découragement, et même, dans ses formes sévères, une



**Genre** Essai  
**Auteurs** Micheline Louis-Courvoisier et André-Pascal Sappino  
**Titre** Les Rivages de la mélancolie  
**Éditions** Slatkine  
**Pages** 166



fragmentation du sentiment de soi.

L'impuissance du mélancolique est toute dans cette phrase de François Villon: «Je meurs de soif près de la fontaine.» La mélancolie est ainsi décrite comme un combat constant contre soi, une dévalorisation qui peut aller à la haine de soi, «ravageuse et dévorante». Sarah Chiche: «Toutes vos pensées se réfugient pour vous faire mourir de l'intérieur.» L'état mélancolique vous transforme ainsi en votre pire ennemi, car à l'accablement moral s'ajoute la conscience d'en être l'auteur, ainsi que l'écrivait Baudelaire: «Je suis la plaie et le couteau (...), Et la victime et le bourreau». Cioran, le plus lucide des pessimistes, le disait avec un tranchant plus implacable: «Quand on ne peut se délivrer de soi, on se délecte de se dévorer.»

De chapitre en chapitre, l'ouvrage explore les sensations majeures liées à cet état, de la tristesse à l'angoisse, de l'inertie à la solitude. Parcours érudit, orienté par une extrême délicatesse de pensée, dont l'ossature est celle que les meilleurs plumes ont laissée à la postérité, et que les pastels d'André-Pascal Sappino s'emploient à traduire avec finesse. Car comment mieux évoquer cette «dissonance de soi à soi», sinon par la palette artistique? Ce «mal de vivre» chanté par Barbara, cette défaillance du vouloir qui voile l'esprit de noir, lorsque «le cœur ne donne plus sa lumière», comme l'écrit Christian Bobin, et qu'alors «c'est la nuit en plein jour»?

### Des mots pour l'appivoiser

Lorsqu'elle frappe fort, comme chez Pessoa, la mélancolie devient «une horreur de devoir vivre». Dans ces instants, Flaubert qui en était souvent atteint donnait le conseil de «laisser monter la marée noire et attendre qu'elle passe». Elle peut aussi s'apparenter à un effondrement: «Je ne me sens plus soutenu par rien, ni au-dedans, ni au-dehors», écrit Maine de Biran.

Sous toutes ses formes, l'état mélancolique exprime une déconnexion avec le présent, avec le réel. Lorsqu'elle est intense, cette coupure peut aller jusqu'à générer un sentiment «de non-vie à l'intérieur de soi, et pire encore la conscience de la non-vie». Et pourtant, le voyage en mélancolie, qui emmène bien au-delà des perceptions communes, n'entend pas se résigner à décrire les souffrances qu'elle engendre. Car elle véhicule aussi «le contraste, la puissance, la lumière», qu'elle soit création, apprentissage, ou la voie

d'une meilleure acceptation de soi, une fois ses nuages dissipés.

Lorsque les grands mélancoliques recourent à leur génie pour nous distiller les secrets de leur mal, celui-ci s'appivoise alors, et révèle aussi quelques-unes de ses lumières insoupçonnées. ■



Dans «Les Rives de la mélancolie», André-Pascal Sappino déploie aux côtés des mots tissés avec sa coautrice, Micheline Louis-Courvoisier, des peintures de son cru. (André-Pascal Sappino)