

## CORPS ET ÂME

La Croix Le Journal

Chronique

Véronique Olmi

Ecrivain

Dans cette chronique, Véronique Olmi se penche sur l'harmonie indispensable entre notre âme et notre corps.

Véronique Olmi, le 27/12/2021

[Il est tôt ce matin-là, lorsque, allumant la radio](#), j'entends parler une peintre que je ne connais pas : Anne Pesce. Elle dit que tous les jours, à 5 heures et quart (précisément l'heure à laquelle elle parle ce jour-là sur France Inter), elle part pédaler sur le col de Vence, environ 30 km pour deux heures d'efforts physiques : « *Une ascèse méditative spirituelle pour l'élaboration de ma peinture, dit-elle, un moment répétitif, ritualisé, pour lequel je me mets en méditation de recevoir sur la surface de mon corps tous les phénomènes atmosphériques et météorologiques. Ensuite quand je rentre dans mon atelier, je reconvoque toutes ces sensations et j'en cherche les gestes picturaux.* »

J'imagine cette femme, dans les dernières heures de la nuit, son visage, que je ne connais pas, son corps, dans le froid, la montagne déserte, les cris des animaux, le chant des premiers oiseaux, cette façon de contraindre son corps pour libérer son esprit, cette confrontation et cette acceptation de la nature encore hostile, secrète, avant le geste créatif. C'est une ascèse, oui, une façon d'offrir aux éléments sa vulnérabilité, et aussi, d'en faire partie. Être là. Dans une présence difficile, une participation respectueuse au monde, pour redonner ensuite, dans l'expression picturale, ce qui a été reçu.

Peindre. Sculpter. Composer. Écrire... Il n'y a pas d'œuvre qui ne soit traversée par le corps, et quel que soit le ou les objets que l'on utilise pour cette création, c'est toujours un obstacle transformé en allié. Il y a entre notre corps et notre création, une toile, une matière, une machine à écrire, un ordinateur. Des intermédiaires comme des fétiches. Choisis. Élus. Nécessaires. Le face-à-face quotidien et la confrontation inévitable.

On parle souvent de « l'angoisse de la page blanche ». Ce n'est pas elle qui angoisse, la page blanche est un appel, un appel très beau et très pur, un espace immaculé, couleur virginité. Ce qui angoisse c'est l'esprit brouillé, emmêlé, perdu, égaré. C'est le corps qui refuse. Parce qu'il a mal quelque part, parce qu'il est défaillant, fatigué, et entrave ainsi tout élan spirituel. Debout comme Rilke. Couché comme Proust. Assis comme Nietzsche, c'est toujours la même question : comment est-ce que je place mon corps pour que mon esprit s'exprime ? Ce corps qui m'enveloppe, et que je mets en danger si souvent, est mon meilleur ami, ma véritable carte d'identité. Il est ma mémoire. Il sait tout et il dit tout de moi, depuis le cœur de mes cellules, mes premières cicatrices, ineffaçables, jusqu'à

mes toutes dernières rides. Il me suit à la trace et il vient du plus loin que moi-même. Il vient des anciens que j'ai aimés et de ceux que je n'ai pas connus et que je porte pourtant en moi. Il est marqué de ressemblances que j'ignore et de possibilités que je néglige. Il est toute ma vie. Et c'est avec cette charge, discrète et évidente, que j'écris. Que je reçois les chocs émotionnels, les miens propres, et en écho, ceux d'autres vies, dans l'empathie nécessaire au métier d'écrivain, cette oscillation permanente entre la lucidité la plus crue, et la révélation émue, ou embarrassée, le trop-plein d'émotions et le trop-plein de dégoûts, parfois, devant la bêtise ou la cruauté. Tout ce qu'on ne comprend pas et qu'on tente d'explorer, de sonder au plus vrai, au plus rude, sans dévier ni esquiver. On est fourbu, après avoir écrit. On est cassé. On sent la transpiration. On est si peu aimable. Et c'est seulement lorsque l'on quitte l'écriture, lorsque l'on sort, et que l'on n'y pense plus... que l'on croit que l'on y pense plus, que le récit revient, libre, inventif, surprenant. Certains appellent cela « l'inspiration », je nomme cela « la respiration ». Respiration qui me renvoie inévitablement au souffle, à l'âme, et à son anima latin.

Respirer ailleurs, oui. Laisser venir. Pédaler à 5 heures du matin ou simplement suivre la rivière, ou les lumières de la ville, se fondre dans le paysage, faire le vide et se rendre disponible pour qu'ait lieu cette unicité du corps et de l'âme. Et je pense inévitablement aux mots de François Cheng dans son livre *De l'âme* : « Corps et âme sont solidaires, c'est une évidence. Sans âme, le corps n'est pas animé ; sans corps, l'âme n'est pas incarnée. » À nous de respecter cette harmonie, de la chérir et d'en prendre soin.