

# LES CERVEAUX ASSOCIÉS

Cette "interview" de Bernard Werber a été réalisée par le journaliste et cogniticien Jean-Louis Servan Schreiber sur son site "L'espèce" (© L'Espèce, 1998)

## Sommaire de l'Interview

- Page 02 : Vie, Amour
- Page 03 : Compréhension, Empathie
- Page 13 : Folie, Drogue
- Page 05 : Philip K Dick, Communication
- Page 04 : Idée, Réalisation
- Page 08 : Beauté
- Page 10 : Intelligence, Couleur
- Page 11 : Peinture
- Page 06 : Parfum, Rêve, Langage
- Page 14 : Fourmi, Arc en ciel
- Page 15 : Agnostique, Dieu
- Page 09 : Destin, Signe
- Page 07 : Libre arbitre, Epreuve, Spiritualité
- Page 16 : Liberté, Acceptation
- Page 17 : Mort, Suicide
- Page 18 : Jeu, Magie
- Page 12 : Hypnose, Schizophrénie
- Page 19 : Ying Yang, Lacher prise
- Page 20 : Paradoxe, Taoïsme
- Page 21 : Humour

## vie

C'est mon premier mot. C'est le plus grand miracle de l'univers que la vie soit apparue sur une ou plusieurs planètes parce qu'il pourrait très bien n'y avoir qu'un univers minéral.

Que la vie ait ensuite pris des formes végétales, animales pour arriver jusqu'à l'homme, c'est vraiment quelque chose d'extraordinaire. C'est le fruit d'une telle masse de hasards, de miracles... Mais tous ces miracles et tous ces hasards font partis de la notion de vie.

A l'origine la matière a démarré par l'hydrogène mais l'hydrogène n'était qu'un produit chimique de base. A quel moment est apparue cette chose qui s'appelle: la vie? C'est la vraie question, c'est la vraie source d'émerveillement, c'est ce qui me passionne.

Si je devais me définir une mystique, c'est l'admiration de la vie et de toutes ses formes d'expression, de la petite graine qui crève le basalte de l'autoroute au fait que l'on arrive à nous reproduire, même au fait que les étoiles vivent, puisque elles ont aussi leur cycle de naissance et de mort. Je trouve ça formidable.

A Vie j'associe Amour et Intelligence.

## Amour

L'amour est une notion abstraite, construite par l'homme. C'est une sorte de tiroir dans lequel on met tout ce qu'on ne sait pas mettre ailleurs et qu'on trouve globalement positif.

Si la vie est issue d'on ne sait pas trop où, l'amour, lui, est issu de l'imagination humaine, du moment où il s'est dit: "tout ce qui est exaltant, on pourrait le regrouper sous ce mot là, tout ce qui est bon, généreux".

Le mot amour a servi à piéger, à faire des catastrophes, et en même temps c'est encore celui qui fait qu'on a envie d'avancer, qu'on a envie de pédaler. Dans mes romans, je l'ai résumé en une formule:  $1+1=3$ . C'est à dire que l'addition de deux éléments donne une somme plus importante que leur simple juxtaposition, qu'ensemble on est plus fort.

C'est le début de la société aussi, ce qui fait que nous ne sommes pas des animaux solitaires, qu'on vit dans des villes, qu'on se rencontre, qu'on dialogue, qu'on parle. Il peut y avoir des échanges par la parole qui vont très loin.

A Amour j'associe Communication et Compréhension.

## Compréhension

C'est la capacité de comprendre l'autre. C'est à dire qu'on peut aimer l'autre, mais pour de mauvaises raisons. On peut aimer l'autre parce qu'on le prend pour ce qu'il n'est pas. Compréhension c'est qu'on l'aime parce qu'on est capable de le comprendre et de le prendre tel qu'il est.

Dans "comprendre" il y a "prendre", ça veut dire aussi "accepter". Ça veut dire aussi "empathie" - c'est être capable de percevoir la souffrance de l'autre. Si je veux, par exemple, être capable de comprendre les fourmis, il faut être capable de saisir quelles sont leurs souffrances, quelles sont leurs peurs, ce qui les préoccupe, ce qui fait qu'elles sont différentes des autres êtres vivants.

Pour comprendre quelqu'un, il faut percevoir en quoi cette personne est "idiote" dans le sens de "particulière" - idiomatique, ça veut dire particulier. Donc il faut comprendre l'idiotie des autres et l'accepter. C'est ça la compréhension. C'est très difficile. Il est plus facile d'aimer que de comprendre.

On peut décider d'aimer. Si j'ai envie d'aimer ce téléphone, je peux l'aimer mais ce n'est pas dit que je le comprendrai. De la même manière, je peux aimer un être humain et être incapable de comprendre comment il fonctionne. C'est pour cela que la compréhension est une notion plus forte peut-être que l'amour.

A Compréhension j'associe Empathie et Folie.

## Empathie

Ça c'est un mot que j'ai découvert avec Dick. C'est un mot anglais qui n'est pas dans le dictionnaire français mais qui est plus ou moins admis maintenant: "pathos" c'est la douleur, et "em" veut dire entrer. L'empathie c'est entrer dans la douleur.

C'est différent de la compassion et de la sympathie. Si on croise un mendiant, on se dit: "ce pauvre type doit souffrir, ça doit pas être rigolo pour lui de mendier". Je crois que la compassion consisterait à lui donner de l'argent, la sympathie à discuter avec lui, alors que l'empathie c'est le stade précédent, celui où l'on ressent: "voilà un être humain qui souffre".

C'est un mot qui définit l'être humain. Un être humain digne de ce nom n'est pas insensible à la douleur des autres, même s'il ne va pas vers lui ou ne donne pas d'argent, il sait qu'il se passe un drame et en éprouve de la gêne.

Si on n'a plus cette gêne, on est un robot. Le film "Blade Runner" (d'après une nouvelle de Dick) tourne autour de ce thème. Si un robot est capable d'être gêné par la douleur d'un être humain, ce robot mérite d'être humain, et si un humain n'est pas gêné par la douleur d'un être humain, cet humain ne mérite plus le titre d'homme et mériterait peut être celui de robot.

A Empathie j'associe Philip K Dick.

## Folie

Philip K. Dick dans l'un des ses livres qui s'appelle "Les clans de la lune Alpha", imaginait un monde, une planète qui sert d'asile de fous, dans lequel les infirmiers sont partis laissant les fous entre eux. Chaque groupe de fous y fonde alors sa propre ville, caractéristique de sa folie. Les dépressifs bâtissent la ville des déprimés, les paranoïaques la ville des paranos, les schizophrènes la ville des schizos, créant chacun une culture autour de leur folie.

Là, pour la première fois j'ai réalisé que la folie est en fait un cerveau qui est foutu de travers, et que la manière dont il est foutu de travers peut générer une culture passionnante: tout artiste vit une sorte de folie qu'il gère plus ou moins bien. Un fou est quelqu'un qui a raté sa carrière d'artiste et donc la subit sans arriver à la gérer.

Une autre notion développée par Dick autour de la folie est que nous sommes tous fous et incapables de nous comprendre. On crée des sortes de zones, des terrains neutres, où l'on arrive à se donner vaguement l'illusion de communiquer, mais deux êtres humains ne peuvent pas se comprendre parce qu'ils sont tous les deux fous, de manière différente. Donc, ils perçoivent le monde et ils se perçoivent de manière complètement tarabiscotée et tronquée, ce qui explique la difficulté de l'amour et de la communication. On n'arrive pas à se comprendre, on n'arrive pas à s'aimer parce que nous avons tous une folie différente.

A Folie j'associe Philip K Dick et Drogue.

## Drogue

Pourquoi ce refus de la drogue? Dick en est mort. Quand ça marche, il y a un prix à payer terrible parce que après, on ne peut plus écrire qu'avec elle. Pour l'instant, j'ai envie d'essayer d'aller le plus loin possible sans drogue, juste avec ma folie naturelle, mon originalité de cerveau et les événements qui arrivent dans ma vie.

Puis, je crois que les gens ne sont pas prêts à lire Dick. C'est une écriture qui est en avance à peu près d'un siècle. Vu que les lecteurs ne sont pas prêts à lire ça, je n'ai peut-être pas besoin d'aller aussi loin. La drogue ça serait un peu comme mettre de l'alcool à 90 degrés dans le réservoir de ma voiture. Ça va plus vite mais, alors, ça bousille le moteur. D'une certaine manière Dick a sacrifié son corps en prenant de la drogue, comme une sorte de saint de la littérature, pour trouver des idées auxquelles on ne pensait pas.

## Philip K Dick

Philip K. Dick, pour moi, c'est le maître. Je me suis trouvé une sorte de père spirituel. J'ai rencontré un auteur qui justement ne fait pas d'effort pour faire de la littérature, mais fait des efforts pour transmettre des idées. Ce qui me semble l'essence même de la littérature.

On écrit pas pour faire joli. On écrit pour donner aux gens des idées qu'ils n'ont pas eu avant. Et Dick, probablement grâce à la drogue, ou grâce à une vie extrêmement pénible, douloureuse, bizarre est arrivé à avoir des idées qui ne m'avaient jamais traversé l'esprit. C'est la première fois que je vis ça. Je lis Dick et j'y trouve des choses que je n'ai vu nulle part ailleurs.

Le choc a été à ce point fort que, encore maintenant, j'ai du mal à lire autre chose que Dick. Chaque fois que je lis autre chose, je trouve ça mou avec très peu d'idées. Dans un roman moderne normal, on trouve au mieux, trois idées. Chez Dick, on trouve vingt idées par page et personne n'approche ça.

Dick, par contre m'a posé une grande question: faut-il se droguer pour arriver à un tel niveau d'imagination, d'ouverture d'esprit, de largesse d'horizon? Pour l'instant, disons que je m'y refuse, mais je dois avouer que je profite d'un esprit d'une ouverture incroyable en lisant Dick.

Parfois j'essaie de convertir d'autres personnes au bonheur de lire Dick et je vois que ça ne fonctionne pas facilement. Peut-être ai-je une tournure d'esprit qui est assez ouverte pour intégrer Dick. Le fait qu'il soit mort fait aussi qu'il ne peut pas me décevoir. Toute sa vie est impeccable. C'est un type formidable.

## Communication

La communication se résume par cette phrase que j'ai affichée chez moi:

"Entre ce que je pense, ce que je veux dire, ce que je crois dire, ce que je dis, ce que vous voulez entendre, ce que vous entendez, ce que vous croyez en comprendre, ce que vous voulez comprendre, et ce que vous comprenez, il y a au moins neuf possibilités de ne pas se comprendre."

La communication est très difficile parce que nous sommes remplis de préjugés, parce qu'on comprend de travers, parce qu'on a des difficultés à s'exprimer et parce qu'on a des difficultés à écouter. Reste un énorme travail à faire; nous sommes à l'aube de la communication.

C'est étrange parce que maintenant que nous avons des outils très répandus et très puissants on peut communiquer facilement mais on n'utilise pas ces moyens. Plus on a d'outils pour communiquer, moins on communique et plus la communication perd en richesse. Nous sommes à une époque où la communication va prendre énormément d'importance et où il faudrait avoir une réflexion: on communique quoi? Quelles idées?

A Communication j'associe Idée et Imagination

## Idee

Une idée, c'est quelque chose qui vous arrive comme un don du ciel et qui fait que là où il n'y avait rien, il y a quelque chose.

Par idée, j'entends idée originale, je n'entends pas pensée. Une idée, c'est une pensée qui n'a jamais été pensée avant. Chaque humain est différent et a des pensées originales mais très peu ont des idées intéressantes parce qu'on ne nous a pas appris à travailler et à avoir des idées.

Les idées font bouger les choses. L'humanité est une sorte de masse grouillante qui n'arrête pas d'avoir des idées. Des idées sortent des réalisations et ce sont de ces idées que se crée notre culture collective parce que nous sommes arrivés à un stade où l'on en vient à cette idée que nous sommes allés au bout de la notion de vie.

Nous sommes en train de fabriquer de la vie artificielle, des mondes virtuels, des univers qui n'existent pas. On les fabrique avec des idées, avec de l'imagination: on est en train de créer de nouvelles écologies, de nouveaux animaux, de nouveaux êtres, de nouvelles formes de communication et de compréhension, artificielles, issues de notre propre pensée.

Ce que nous n'arrivons pas à faire, nous pouvons le réussir à travers des personnages. C'est le sens de mon métier. Mes personnages arrivent à réaliser des choses que je ne suis pas capable de réaliser moi-même. Mais ça vient de mes idées. Je ne suis pas capable de faire des choses mais j'ai l'idée de ce que peuvent être ces choses. Je les fais réaliser par un personnage et on rentre dans un monde qui n'existe pas, où se réalisent des choses qui n'ont pas prise dans le réel et qui pourtant sont importantes.

A Idée j'associe Réalisation et Beauté

## Realisation

Il faut réaliser sa mission. C'est mon objectif, c'est l'objectif, je crois, de tous les humains: comprendre pourquoi on est venu et arriver à faire ce pourquoi on est là. C'est très difficile surtout qu'en plus c'est pas comme dans Mission Impossible où on a une feuille de route: "votre mission c'est d'accepter, mon cher Bernard, de réaliser vingt romans". Non, on ne sait pas.

D'entrée de jeu, ce qui est important c'est de ne pas être inactif, de bouger, de s'agiter. On s'agite et on se rend compte que de l'agitation, de la rencontre avec les gens surgira quelque chose. Il faut aller voir partout si on a besoin d'y être.

## Beauté

Ma découverte de la beauté est quelque chose d'assez récent. J'avais lu dans un livre de Philip K. Dick, une phrase qui disait:

"Selon la religion zoroastrienne, - religion qui existait en Iran et à l'origine de beaucoup de nos religions actuelles - le but de Dieu est de générer de la beauté".

C'est en lisant cela que je me suis demandé si toute la création ne concourait pas justement, à faire de la beauté. Jusque là, en temps qu'ancien journaliste scientifique, mon idée était que tout participait à la complexité. Mais la complexité doit aussi aboutir à quelque chose, d'où cette idée que la complexité a pour objectif d'aboutir à la beauté.

Et là, j'en arrive à une autre notion qui m'est venue après avoir découvert cette phrase de Dick sur la communication - elle est affreuse cette phrase. Je me suis dit: "Il faut que je m'entoure de gens qui soient beaux".

Mais beau, ça ne signifie pas seulement beau physiquement, ça veut dire beau intellectuellement. Les gens beaux intellectuellement ou physiquement vous enrichissent et il n'y a aucune raison d'être entourés de gens qui vous sapent le moral, qui vous prennent votre énergie où qui vous affligent avec leurs problèmes, qui pataugent dans la boue et qui sont contents de patauger dans la boue. Il vaut mieux fréquenter des gens qui sont sortis de la boue et essayer d'approcher des gens qui sont eux-mêmes dans la beauté. C'est une idée qui m'a traversé l'esprit.

Cela dit, je ne suis pas arrivé à la mettre en place. J'ai toujours dans mon entourage, un mélange de cour des miracles et de gens à l'esprit extrêmement éveillé. Idée non réalisée parce que je n'arrive pas à aller jusqu'au bout, peut-être parce que je trouve cette idée trop élitiste. Ce serait trop dur envers ceux qui ne sont pas porteurs de beauté.

Globalement, je suis un humaniste et j'aime les humains, même morbides ou bizarres. En fait, ils m'intéressent. Peut-être est-ce une déformation professionnelle de ce métier: j'aime voir l'humanité telle qu'elle est, et pas forcément telle que je voudrais qu'elle soit.

A Beauté j'associe Intelligence et Couleur.

## Intelligence

C'est ce vers quoi tend l'être humain. C'est ce qu'on nous dit qui est important pour nous. Je ne crois pas que l'intelligence soit indispensable. Je ne me ressens pas moi-même comme quelqu'un d'intelligent. Mais je crois que les gens beaux d'esprit, de corps ou beaux de l'âme, sont naturellement intelligents.

L'intelligence, ça ne se travaille pas. Si on n'est pas intelligent à la naissance, il y a peu de chances qu'on le devienne plus tard. On l'a, ou on ne l'a pas. Je sais que c'est terrible à dire mais, à la limite, si on est capable de travailler pour obtenir l'intelligence, c'est qu'on est déjà intelligent.

L'intelligence est liée à la notion de beauté. En fait, elles procèdent de la même idée. Pour moi, la beauté, ce n'est pas les mannequins, les top model, les couvertures de magazines ou les acteurs. La beauté, pour les êtres humains, c'est quelque chose dans le regard qui exprime l'intelligence, et l'intelligence c'est quelque chose dans le regard qui exprime la beauté.

Pour moi, l'expression même de l'intelligence c'est Mona Lisa, la Joconde de Léonard de Vinci. Voilà une expression de la beauté et de l'intelligence réunies. Son petit sourire légèrement narquois exprime une spiritualité du futur. C'est la fameuse phrase de Malraux: "Le troisième millénaire sera spirituel ou ne sera pas". Je pense que l'être humain, s'il veut être spirituel, doit essayer de ressembler à Mona Lisa. C'est l'expression même de la finesse, de la nuance. Elle sourit sans se moquer, elle a l'air heureuse sans être folle de plaisir, c'est quelqu'un qui a compris quelque chose et qui, du coup, offre une sorte de regard amusé sur le monde.

A Intelligence j'associe Beauté et Spiritualité.

## Couleur

Les couleurs ont une force très importante que j'ai pu vérifier en passant chez Pivot. Vous savez que pour tout écrivain la reconnaissance vient en passant dans une émission littéraire et surtout chez Pivot.

Pivot ne lit pas du tout le genre de littérature que j'écris, donc il m'a invité six ou sept ans après "Les Fourmis" et c'était, en fait, pour parler de "Microcosmos", donc je n'avais aucun livre à présenter.

Le jour où j'étais invité était un jour terrible parce que j'avais de grands problèmes affectifs, des grands problèmes de santé, tous les gens autour de moi étaient dans un climat stress total et j'étais aphone. De plus, je savais que les autres invités, les gens de "Microcosmos", me détestaient parce qu'ils avaient peur que je leur vole la vedette. Ils avaient dit que si je venais, ils ne voulaient pas venir.



Donc, j'arrivais dans une émission hostile avec un animateur qui ne sait pas qui je suis, ni de quoi je parle, en ayant eu des problèmes affectifs terribles dans la journée - je m'étais fait larguer - et en étant aphone le matin. Vraiment c'était pas le jour où y aller.

Tout d'un coup, j'ai eu l'idée de mettre un pull bleu. Je l'ai acheté le matin même, en choisissant le bleu. J'étais dans le bleu. J'enfilais ce pull bleu comme une armure durant toute l'émission, et elle m'a protégé. Elle renvoyait les ondes.

Le premier mot de l'attachée de presse qui est venue vers moi quand l'émission a été finie, a été: "Dis donc, ton pull bleu, super! Ça passe très bien à l'écran". Voilà. On passe à la télé, et tout ce qui reste c'est la couleur du pull - il faut avoir cette modestie. La couleur bleue m'a sauvé. Je dis merci à la couleur bleue.

Il y a des couleurs qui transportent aussi la violence comme le rouge et le noir. Il y a des couleurs qui transportent l'espoir. Je crois qu'on peut juger de quelqu'un sur la couleur de ses vêtements. Je ne suis aperçu que les filles qui s'habillaient en noir avaient souvent des tendances dépressives. Ce n'est pas systématique, je sais que c'est la couleur à la mode, c'est la couleur qui mincit, mais c'est quand même une couleur de deuil et souvent les gens qui s'habillent en noir portent le deuil de quelque chose.

A Couleur j'associe Peinture et Arc en ciel.

Peinture

Je me suis mis à la peinture depuis deux ans. Je me disais qu'à travers les mots je n'arrive pas à exprimer tout ce que je voudrais. Il me fallait un outil supplémentaire. C'est la Peinture à l'huile parce que j'aime l'odeur.

Ce que j'aime dans la peinture c'est prendre une distance, regarder le tableau de loin et y mettre une histoire, c'est à dire qu'il y ait un devenir, qu'il s'y passe quelque chose, comme la photo d'un instant qui va se prolonger et qui va donner autre chose.

Je ne suis pas un grand connaisseur en peinture. Pour moi le tableau de référence - ce n'est vraiment pas original - c'est la Joconde.

Je n'ai pas de prétention en peinture mais je me dis qu'autant décorer mon salon avec des images que j'ai produites moi-même plutôt que d'acheter des tableaux fait par d'autres et de vouloir à tout prix les plaquer chez moi pour montrer et mon érudition et ma capacité d'avoir ce luxe, qui sont deux choses qui ne m'intéressent pas du tout. Ce qui m'intéresse c'est de montrer mon imaginaire. En peignant, je montre ce qu'il y a dans ma tête aux gens qui viennent chez moi. Il y a donc plein de mes peintures dans le salon.

## Parfum

Quand j'étais jeune je me suis passionné pour les parfums parce que c'est un langage. Voilà un langage dans lequel on ne peut pas tromper. Les mots peuvent dissimuler la pensée, on peut se déguiser, s'habiller tel qu'on n'est pas vraiment, mais les parfums, au mieux, on ne peut que les camoufler. Votre parfum c'est vous, tel que vous êtes vraiment.

D'ailleurs, les molécules odorantes rentrent directement dans la muqueuse nasale et se mélangent directement au sang tandis que, par exemple, le bruit, la musique sont interprétés par le cerveau. Les parfums, ne sont pas interprétés. Ça arrive direct, ça agit sur le cerveau le plus profond, le cerveau reptilien. Votre parfum c'est vous. Le parfum des autres les définit. On ne peut pas tricher avec ça. On est dans le réel.

Une fleur se définit par son parfum, une femme se définit par son parfum. N'importe quel être se définit par son parfum et le rapport au parfum est le premier à priori, c'est le langage inconscient et c'est aussi le langage des insectes.

C'est pour cela que je suis fasciné par les fourmis, parce qu'elles discutent avec des parfums. Elles ne peuvent pas mentir, il ne peut pas y avoir de duperie, il ne peut y avoir qu'un langage simple et direct.

## Rêve

Le rêve c'est ce qu'il y a d'authentique en chacun de nous. Tous les matins la première chose que je fais c'est de noter mes rêves parce que les rêves sont le contraire du plagiat. Vous pouvez être sur que vos rêves n'appartiennent qu'à vous.

Quand vous écrivez une histoire, au bout d'un moment vous vous dites: "ça me rappelle une autre histoire, est-ce que je ne suis pas en train de plagier?" On a tout le temps cette hantise de faire paraître quelque chose qui existe déjà. Mais le rêve, ce sont des idées que nous pouvons utiliser parce qu'elles nous sont données et elles sont 100 % authentiques.

Pour moi, c'est un don très précieux. Ma grande peur tous les matins c'est d'oublier mon rêve et je galope vers mon ordinateur pour le noter.

## Langage

Le langage, c'est la manière officielle de communiquer. Le langage déjà configure l'esprit. C'est à dire que si vous parlez italien vous n'allez pas avoir les mêmes pensées que si vous parlez allemand, arabe ou chinois.

Mon mode d'expression c'est la langue française. Je suis un citoyen du monde qui parle français et qui s'exprime, pense, a des idées en français. Ce langage définit, d'une certaine manière, ma culture.

## Fourmi

Les fourmis, en tant qu'insectes, sont la forme de vie la plus passionnante qui existe sur terre. La plus passionnante par rapport à nos problèmes citadins. Une fourmilière est une forme de ville des plus intéressantes. Je pense vraiment qu'elles sont un enseignement pour nous et un moyen de trouver de nouvelles voies d'évolution de l'humanité. Je dis cela sincèrement.

Ce sont les fourmis qui se sont imposées à moi. Chaque fois que j'ai fait des choses différentes des fourmis, ça m'a posé des problèmes. Chaque fois que j'introduis cette notion, ça marche. C'est notamment une catastrophe au niveau de ma carrière telle qu'elle est maintenant. Je ne sais pas si ça va continuer mais je ne suis invité dans les émissions que pour parler de fourmis.

Après "Les F", le livre pour lequel je me suis le plus investi est "Les Thanatonautes". Ça n'a pas marché. Donc juste après, de colère, j'ai fait "La Révolution des Fourmis" en utilisant cette affiche des fourmis pour expliquer la colère que j'avais du fait qu'on ne se soit pas intéressé aux "T" qui est, selon moi, pour l'instant en tous cas, mon chef d'oeuvre.

Les fourmis se sont toujours imposées à moi. Je suis entré dans le journalisme avec mon article sur les fourmis. Chaque fois que j'introduis ce symbole, les choses fonctionnent, chaque fois que je m'en éloigne, c'est l'échec. Ça commence à m'énerver! Vous savez c'est un peu comme Michèle Mercier avec "Angélique". je ne sais pas pourquoi c'est comme ça pour des tas de gens, comme Frédéric Dard avec San Antonio.

Pourquoi "Les Th" n'a pas marché? Je n'ai eu aucun média! Mais au final le bouche à oreille a fonctionné. Les lecteurs eux, peuvent aller vers un livre même si on ne leur en parle pas. Maintenant "Les Th" marche, mais on est en 98 et c'est sorti en 94, c'est à dire qu'il a fallu quatre ans de bouche à oreille pour compenser le manque de médiatisation. J'ai été très déçu...

Maintenant, s'il y a un black out de la presse sur un de mes prochains livres, je serai bien obligé - c'est terrible! - de rajouter quelques fourmis dans le roman que je veux écrire.

C'est "La Révolution des F" qui a le mieux marché, mieux que "Le Jour des F" qui lui même a mieux marché que "Les F" tout simplement parce que les gens se prêtent les livres et donc ils ne l'achetaient pas. Pour "La Révolution des F", les impatientes n'avaient pas pris le temps d'attendre.

## Arc en Ciel

L'Arc en ciel c'est l'arche d'alliance. C'est le symbole du contrat que Dieu a passé avec l'humanité. D'après la Bible, Dieu ne se remontre à l'humanité que sous forme d'arc en ciel pour lui rappeler qu'il y a une alliance entre eux deux. J'aime bien cette idée. Je ne suis pas déiste, je suis pas mystique, mais j'aime utiliser le concept de Dieu pour réfléchir au monde.

On est pas obligé de dire "je crois" pour parler de Dieu. Je pense que les croyants sont des imbéciles et que les non croyants sont aussi des imbéciles. C'est à dire que les athées quand ils disent que "Dieu n'existe pas", qu'est-ce qu'ils en savent? Et les croyants quand ils disent que "Dieu existe" qu'en savent-ils? Dans les deux cas ces gens prétendent avoir une opinion sur quelque chose dont ils ne savent rien.

à Arc en ciel j'associe Agnostique et Dieu.



Agnostique définit complètement mon état de pensée: pas de dogme, pas de certitude. Agnostique signifie "qui ne sais pas". Je ne sais pas et c'est mon ignorance active qui me permet d'avancer.

Le fait de ne pas savoir, d'être imbécile dans le sens étymologique du terme: "qui marche sans béquilles", donc de marcher maladroitement, sans direction, m'a l'air d'être la seule manière de fonctionner pour un honnête homme. Accepter de trébucher, accepter de se tromper, rester attentif aux signes et ne pas avoir de certitudes, surtout ne pas commettre l'erreur de croire en Dieu ou de ne pas croire en Dieu. Les deux sont des impasses.

On peut essayer de percevoir une dimension au dessus. Je pense qu'il y a une dimension au dessus. Je pense qu'il y a d'autres planètes habitées, d'autres formes de vie, et que nous ne sommes pas la forme de vie la plus évoluée, la plus intelligente, mais de là à définir ça par l'existence d'un être qui a posé des règles et tout le monde doit obéir à ces règles, ça me semble une erreur.

Il existe probablement quelque chose au dessus mais qui n'a pas encore exprimé sa volonté, et c'est le cadeau qu'il nous a fait peut-être, de nous laisser comme des enfants dans une cour de récréation, faire ce que nous avons envie de faire.



Je ne visualise pas Dieu comme un être, je visualise Dieu comme une dimension de mystère. Tout ce qu'on ne comprend pas, à la limite, on n'a qu'à l'appeler Dieu. Si on accepte cette règle, alors la science lutte contre Dieu. Quand la science évolue la part de Dieu se réduit.

Mais il y a une notion intéressante avec Dieu c'est que si on a un Dieu, il nous laisse peut-être tranquilles. Il est peut être comme un père qui regarde les enfants jouer et les laisse faire des bêtises pour qu'ils expérimentent. On a peut-être un Dieu qui est non-interventionniste.

Un autre aspect de Dieu qui me semble intéressant, c'est la relativité. Tout à l'heure je disais que le Taoïsme c'est la relativité, que la relativité c'était la spiritualité et l'intelligence. Mais la phrase "tout est relatif" a un pendant qui est que si tout est relatif, même la phrase "tout est relatif" est relative, donc il existe de l'absolu. Cet absolu c'est Dieu.

Dieu ça serait cette notion qu'il existe peut-être quelque chose qui n'est pas en changement, qui n'est pas en mutation, quelque chose d'immobile. Le seul fait qu'elle soit immobile lui donne une énorme puissance puisqu'elle échappe aux lois de mutation du monde.

A Dieu j'associe Destin et Libre arbitre.

## Destin

Destin signifie qu'on est venu pour faire quelque chose. j'y crois sans croire en Dieu, c'est bizarre, mais je crois que chacun de nous a une mission, un talent particulier qui est adapté à une mission particulière, qu'on est venu pour la réaliser et que si on ne la réalise pas, on reviendra jusqu'à ce qu'on la réalise, et c'est bon pour six milliards d'êtres humains. Le but d'une vie est de découvrir cette mission et de la réussir.

A aucun moment on vous dira: "Stop! Ça y est, c'est fini, vous avez gagné". Donc, il faut continuer à courir jusqu'à ce qu'on vous dise: "Voilà! vous avez dépassé la ligne d'arrivée".

Je pense que la seule interdiction c'est le suicide. Si on se suicide, on sort de la course. C'est la seule interdiction par rapport à la notion de destin, c'est à dire de hâter la vie où on va avoir la possibilité de réaliser sa mission.

A Destin j'associe Signes.

## Signe

On perçoit des signes. C'est la vraie intelligence: rester suffisamment attentif au monde pour voir les signes qui indiquent les cheminements particuliers et ne pas vouloir à tout prix suivre la même direction.

Tout à l'heure je disais que je voulais être réalisateur de cinéma, mais si je ne dois pas le devenir, ce sera un endroit où je me fourvoierai complètement. Donc, je fais une première expérience qui rate, j'en fais une seconde qui rate, j'en fais une troisième qui rate. Peut être qu'après tout, je laisse tomber. Ce sont des signes. Il faut les accepter, ne pas se taper la tête contre les murs en espérant que le mur s'effondre.

Les signes sont reliés à "réalisation", à "destin" et à "libre arbitre" parce qu'on a la liberté de suivre ou ne pas suivre les signes. S'il y a un Dieu, il nous indique le chemin, mais on ne fait peut être pas assez attention à ce qu'il nous montre.

Je crois que pour chacun le bon cheminement est indiqué et en fait il est assez clair, c'est rempli partout d'indications. Même nos maladies, nos drames, nos coups de couteaux dans le dos, nos trahisons, sont des signes qui indiquent le chemin qu'on doit prendre.

## Libre Arbitre

Le libre arbitre est le plus beau cadeau d'amour de Dieu, si on a un Dieu, à savoir qu'il nous fout la paix, il nous laisse faire des bêtises, il nous laisse trouver par nous-mêmes les bonnes et les mauvaises solutions et il nous laisse assumer nos erreurs et nos coups de génie. Ceci fait que l'humanité, étant en croissance exponentielle, il va y avoir de plus en plus de gens formidables et de plus en plus de salauds à cause du libre arbitre.

Mais le contraire du libre arbitre voudrait dire que Dieu arrive et dise: "Tous les salauds en prison, et pour tous les gens bien distribution de caviar." Ce serait un peu simpliste et très ennuyeux. Il faut peut-être que les braves se retrouvent confrontés aux salauds pour que le monde évolue: on en revient à la notion de yin yang.

A Libre arbitre j'associe Signes et Epreuve.

## Epreuve

Je crois, qu'on ne reçoit dans la vie que les épreuves qu'on est capable de surmonter, des épreuves qui sont à notre portée. Il ne faut pas se plaindre au moment où l'épreuve arrive, il ne faut pas se dire que c'est dégueulasse, que "ça n'arrive qu'à moi et pas aux autres". Non. Ça fait partie du cheminement qui va nous permettre de nous améliorer où qui va nous permettre de trouver notre mission, donc il faut l'accepter.

## Spiritualité

La spiritualité est contenue dans la phrase: "Tout est relatif". C'est comprendre qu'il n'y a pas de dogme. C'est le contraire de rigidité. Spiritualité ça veut dire accepter le monde avec ses nuances, avec ses complications, avec son côté Yin-Yang, son système d'opposition entre le bien et le mal, le beau et le laid, l'intelligent et le bête.

La spiritualité c'est en fait l'art de s'élever au dessus des problèmes: ne plus se sentir tout le temps en prise avec les idées de peur ou d'envie qui renaissent toujours. On a peur de se faire écraser et on a envie d'une belle voiture, on est en permanence avec la peur le mourir et l'envie de posséder.

Une fois qu'on arrive à se débarrasser de ces deux trucs, on commence à être un esprit libre. L'être spirituel est libéré de ses peurs et libéré de son ego. Donc, l'être spirituel n'agit pas avec une volonté de posséder, il agit avec une volonté, à la limite, de s'améliorer et d'améliorer le monde.

A Spiritualité j'associe Liberté et Acceptation.

## Liberté

La liberté c'est se libérer des préjugés de son éducation, de l'image de ses parents, de sa culture et de tout ce qui fait que l'on pense les choses avant de les observer. L'éducation nous amène à construire un tunnel solide, qui nous protège du monde environnant mais qui n'indique qu'une toute petite lumière au fond. La Liberté c'est enlever ce tunnel, accepter le monde tel qu'il est et ne plus en avoir peur.

La liberté c'est aussi ne plus se soucier du qu'en dira-t-on. Voyez, tout à l'heure, quand je parlais de beauté, tout à coup je me suis dit que ça risque d'être mal interprété. Cette peur que ma pensée soit mal interprétée me gênait et je n'ai pas pu m'exprimer jusqu'au bout. Donc je ne suis pas libre parce que je sais que quelqu'un va m'interpréter avec ses propres préjugés.

Mon rêve ce serait de discuter avec des gens qui n'ont pas de préjugés, que je puisse utiliser les mots dans le sens qu'ils ont et non avec tout le poids culturel qu'on leur donne.

La liberté ça consisterait aussi à réaliser tout ce qui me fait envie, et qu'on me donne les moyens de le réaliser. Par exemple, j'ai envie de faire un film et je n'y arrive pas. Donc je n'ai pas cette liberté. Mais d'un autre côté, je sais que je ne le mérite pas encore, que je ne suis pas encore prêt. On en revient à l'idée d'acceptation.

A Liberté j'associe Acceptation et Horizon.

## Acceptation

Accepter le monde tel qu'il est, au lieu de vouloir le changer. Savoir se dire: il y a des massacres, c'est normal, ça fait partie d'une logique que je ne comprends pas, mais je comprendrai un jour.

L'acceptation n'empêche pas de lutter. S'il faut lutter contre le totalitarisme, contre la pollution, contre les gens qui sont assoiffés de pouvoir, j'y serai. Mais j'accepte cette lutte Yin-Yang, c'est à dire que des forces s'opposent. C'est de l'opposition de ces forces - ce qu'on appelle la dialectique où il y a quelqu'un qui pousse d'un côté et quelqu'un qui pousse de l'autre - c'est de ce combat que va naître un nouvel élément.

Il faut accepter le monde tel qu'il est, accepter les épreuves, accepter sa vie, accepter aussi qui on est. Longtemps j'ai voulu être quelqu'un d'autre. J'aimais bien les exemples de héros qu'on nous proposait à la télévision, tel acteur ou tel personnage, et puis tout à coup je me suis aperçu que ma vie n'était pas si mal que ça et que les acteurs dont on nous vantait tous les talents, en fait avaient des vies dégueulasses: ils étaient narcissiques, ils n'arrivaient plus à voir le monde, ils s'étaient coupés du monde. j'en ai conclu que ma vie est la meilleure de toutes les vies.

Il y a un âge, peut-être à partir du moment où je me suis mis à écrire et avoir une certaine reconnaissance - ça m'a aidé, je dois l'avouer - un âge où l'on se dit: "j'accepte ma vie comme étant la meilleure de toutes les vies, et c'est celle là que je veux mener jusqu'au bout".

Je n'ai pas envie d'être tennisman, je n'ai pas envie d'être acteur, j'ai envie d'être Bernard Werber et de réussir dans ce qu'il fait. Si je prends une distance par rapport à moi, c'est donc d'écrire des livres. J'espère qu'il le fera au mieux.

J'aime bien cette notion d'acceptation et la notion justement, de détachement par rapport à soi. J'aime bien cette idée que je suis le type qui pilote Bernard Werber. Je suis l'âme qui est dans cette écorce là. En tant qu'âme, il faut que je me débrouille pour qu'il fasse le minimum de bêtises. j'accepte ce manteau, j'accepte ce déguisement, et ça m'amuse.

A Acceptation j'associe Yin Yang et Lacher prise.

Mort

Depuis que j'en ai parlé dans "Les Thanatonautes" elle ne me fait plus peur. J'ai accepté le fait qu'un jour je ne serai plus là, que ce n'est pas grave, que c'est normal et qu'en fait, je ne suis pas un type important. Ma seule chance sera d'avoir découvert ma mission. Je le souhaite à tout le monde. Ma mission, a un moment, s'arrêtera et basta. A d'autres de prendre le relais, comme Dick est mort, et voilà.

Il y a un moment où la vie doit s'arrêter. Il faut l'accepter, c'est très bien comme ça. La seule chose gênante, c'est la maladie, la souffrance et la décadence, de se voir perdre de plus en plus des capacités de perception, des capacités de vie. Ça c'est dommage, mais après, que ça s'arrête...

L'une des pire morts que je connaisse est celle de Dali qui a été maintenu en vie artificiellement, avec acharnement thérapeutique, par sa femme, uniquement pour faire monter la valeur de ses tableaux. Pauvre type, qui se retrouve milliardaire, connu, estimé, aimé de la planète entière et incapable d'avoir cette première liberté de base pour n'importe quel clochard, celle de mourir dans les dix minutes. Chaque fois qu'il était réveillé de son coma, il suppliait qu'on le tue, on lui filait des analgésiques et il repartait. Ça a duré longtemps, ça devait être terrible. Ça sert à quoi, la gloire, la richesse et l'amour des gens si c'est pour ne pas avoir la liberté de sortir du jeu quand c'est l'heure?

A Mort j'associe Suicide et Jeu.

Suicide

C'est pas bien, le suicide. Je pense que ça veut dire qu'on a pas voulu voir jusqu'au bout si on avait réalisé sa mission ou quelle était la mission, mais il faut garder cette capacité de sauter en marche quand on en a marre.



## Jeu

Je suis un grand joueur. Pour moi un livre est un jeu: c'est une partie qu'on joue avec le lecteur et c'est à celui qui arrivera à baiser l'autre, si je puis dire. En tant que lecteur, j'aime bien me faire avoir et en tant qu'écrivain, j'aime bien avoir mon lecteur, c'est à dire qu'il ne puisse pas trouver la fin.

Pour moi, un bon roman est comme un tour de magie et il ne faut pas que le spectateur aie vu qu'on a caché le foulard dans le dos sinon c'est qu'on est nul. Je suis surpris de voir tous ces romans qui sortent et ou il n'y a pas de chef de collection pour signaler qu'à la vingtième page on a deviné qui est l'assassin. Si la fin n'est pas réussie, le roman n'est pas réussi.

Depuis que je suis petit je suis un grand joueur d'échecs. Je joue en blitz; j'aime jouer vite; je n'aime pas quand on réfléchit une heure pour décider d'un coup. C'est pour cela que j'aime jouer avec les ordinateurs: je joue à "War Craft 2" et à "Civilisations"; j'aime bien jouer en réseau aux dérivés de "Doom" c'est à dire "Quake" et "Duke Nukem 3D".

Le jeu, c'est une manière de se projeter dans un monde artificiel et de vivre quelque chose en se disant: "c'est pas grave". Le problème de cette vie, de ce destin, c'est que si vous jouez à fond le jeu, au bout d'un moment vous avez tendance à prendre votre vie pour une sorte de gigantesque tragédie qui n'arrête pas de s'étirer. Dans le jeu, la tragédie s'arrête au moment où la partie s'arrête. C'est très agréable. Ça relativise les choses.

A Jeu j'associe Magie et Schizophrénie.

## Magie

Je pense que l'une des origines du roman et de la nouvelle, c'est la magie. Toujours cette idée qu'à la fin sort la tourterelle du chapeau, quand personne ne s'y attendait. C'est la base du roman réussi.

J'ai toujours été fasciné par la magie mais ça ne s'est vraiment exprimé que depuis l'année dernière où l'un de mes lecteurs m'a dit se passionner pour la magie. Je lui ai demandé de m'apprendre des tours et là, j'ai compris que la magie était vraiment liée à mon travail: émerveiller, garder la capacité d'émerveillement, surprendre, mettre en scène, tout est déjà dans la magie.

A partir de la magie j'ai enchaîné sur un autre exercice que je lui ai demandé de m'enseigner: l'hypnose.

A Magie j'associe Hypnose.

## Hypnose

L'hypnose c'est faire vivre aux gens un roman en direct par la voix. Ça me semblait aussi une prolongation logique de mon travail de romancier.

Autour de l'hypnose, il y a toute une peur, des tas de préjugés. C'est dommage car l'hypnose est une voie d'entrée dans l'esprit fabuleuse. J'aime me faire hypnotiser. J'aime bien qu'on rentre dans mon esprit, qu'on y introduise des images, qu'on me fasse vivre des choses de l'extérieur.

J'essaye, dans mes romans, d'hypnotiser les gens pour qu'ils vivent les choses le plus profondément possible et surtout qu'ils soient incapables de fermer le livre. La pire chose qui puisse arriver à un livre c'est qu'il soit abandonné à mi-parcours. Moi-même, en tant que lecteur qui abandonne beaucoup de livres en plein milieu parce qu'ils m'ennuient, - sauf évidemment Dick - j'ai la grande hantise qu'on me fasse ce coup et j'essaye d'être pour les lecteurs un plaisir aussi fort que Dick l'est pour moi.

## Schizophrénie

La schizophrénie c'est le fait de prendre un monde artificiel pour un monde réel. Quand je suis dans une partie d'échecs, je suis en schizophrénie: je ne vois plus le monde, tout ce qu'il y a autour ne m'intéresse plus, je n'entends plus, je suis entièrement projeté là-bas. J'ai la même sensation quand je joue à "Civilisation" ou à "War Craft 2", et j'ai la même sensation quand j'écris. Je suis coupé du monde et en fait, je fuis le monde.

Quand j'écris, je suis dans un ailleurs qui est mieux que le réel et je redoute de m'y sentir tellement bien que je n'aie plus envie de revenir.

Ce qui me fait revenir, c'est le fait qu'ici soit malgré tout, par moments, sympathique. J'y reviens quand j'ai une muse. Quand j'ai une petite amie qui m'aime et que j'aime, je me sens bien ici, je réatterris. Mais sinon, quand j'ai des problèmes dans mon quotidien, j'ai envie de rester là haut.

C'est l'albatros du poème de Baudelaire: ses grandes ailes le gênent pour marcher. Dans ce monde-ci j'ai un quotidien qui est pénible: je suis d'une gigantesque maladresse. Le fait que je sois écrivain fait que, par moments, on m'accorde des circonstances atténuantes, mais je ne suis pas adroit, ni très débrouillard, ni très intelligent pour ce monde-ci. Je fais le strict minimum, en essayant de ne pas vexer et de ne pas faire de mal autour de moi. Il n'y a que quand j'écris que je me sens vraiment bien dans ma peau.

## Yin Yang

Le Yin-Yang, c'est l'idée, selon moi, la plus géniale qui ait été trouvée, d'abord parce que cela sous entend qu'il faut accepter qu'il y ait du mal. Non seulement il faut accepter le mal, mais il faut se méfier que le bien l'emporte. Il faut accepter que sa vie ne soit pas qu'une tartine de bonheur; il faut accepter qu'il y ait des problèmes; il faut accepter que ces problèmes nous aident à grandir et à évoluer.

Yin-Yang c'est l'idée aussi qu'on vit dans un monde d'équilibre. Qui dit équilibre dit, en fait, instabilité. C'est à dire que tout est très fragile et le moindre petit geste dans un sens fait pencher la balance d'un côté ou de l'autre. Donc il faut tout le temps, quand quelque chose penche d'un côté, qu'autre chose penche dans l'autre sens.

Là, on retombe sur une autre notion qui est le paradoxe. C'est parce qu'on a un gouvernement de gauche qu'il va se créer un renouveau de l'extrême-droite. De la même manière, c'est parce qu'on a un gouvernement de gauche qu'il fera une politique de droite. Tout ceci fait partie d'une logique Yin-Yang où, parce que ça va dans un sens, ça va en même temps dans le sens contraire.

C'est à la période où il y a eu la SDN en France, l'ancêtre de l'ONU, et qu'on a commencé à faire le désarmement, qu'on était aussi en train de préparer la plus grande guerre mondiale avec un maximum de morts. Le concept de paradoxe est issu du Yin-Yang: le blanc attire le noir, ce qui monte finit par descendre, ce qui est en bas finit par monter

A Yin Yang j'associe Paradoxe et Taoïsme.

**Lâcher prise**

Lâcher prise c'est comme au poker, vous savez. Vous commencez à miser et puis ça monte, ça monte et vous vous dites: "si je m'arrête de monter je vais perdre tout ce que j'ai mis". OK. Il faut accepter. Il faut s'arrêter de monter pour ne pas perdre encore beaucoup plus.

Ça veut dire aussi qu'en renonçant à des choses, on gagne en bonheur, en liberté et en tranquillité. En renonçant à des choses qui nous semblent indispensables, on s'aperçoit qu'en fait, elles ne sont pas indispensables et c'est une grande liberté, la liberté de renoncer.

J'ai vécu un grand renoncement qui a été celui d'être journaliste pour le Nouvel Observateur. Ça a été très pénible mais je n'avais pas le choix parce qu'ils me mettaient dehors. J'étais mis dehors, parce que je m'étais inscrit dans un concours "Prix Mumm du meilleur journaliste de France" et j'étais arrivé en finale. Mes chefs s'étaient inscrits aussi et n'avaient pas été sélectionnés. On m'a dit: "il y en a plusieurs qui ont réclamé que tu sois viré".

J'ai répondu: "si vous me condamnez parce que je suis bon journaliste, je n'ai pas de temps à perdre avec vous. Filez moi mes indemnités. Au revoir".

Je n'ai pas gagné le concours, en fait, je suis seulement arrivé en finale. Quel paradoxe! Mais ça indiquait qu'il fallait un changement. J'ai pas pris ça avec humour. C'était en 90, un an

avant la parution de mon premier livre, "Les Fourmis". J'ai passé un an au chômage et j'ai vécu ça comme un échec global de ma vie. C'était une petite mort.

## Paradoxe

Le paradoxe, c'est accepter que quelque chose qui va dans un sens provoque autre chose qui va strictement dans le sens contraire. Quand on est en train d'échouer, on gagne, etc...

Par exemple "aime tes ennemis" est un paradoxe intéressant qui marche toujours. Si on déteste ses ennemis, on joue leur jeu. Si on se met à aimer ses ennemis, on leur crée une gêne terrible qui les déstabilise. C'est la force du paradoxe.

Dans mon roman, j'ai écrit ceci: "aime tes ennemis, ne serait-ce que pour leur porter sur les nerfs". Ça demande une grande force. Je n'en suis pas toujours capable, mais j'arrive à ne pas accorder aux gens qui m'ont fait du mal suffisamment d'attention pour avoir envie de me venger. Se venger, c'est une grande preuve de l'intérêt qu'on porte aux gens. Pour les gens qui déçoivent, la pire chose qu'on puisse leur faire, c'est de les priver d'amitié.

## Taoïsme

C'est le premier livre philosophique qui exprime justement l'intérêt du yin yang et qui explique qu'il faut accepter le monde, que le but c'est de s'insérer dans le monde, et qu'il faut accepter que ce qui va en avant finisse par revenir en arrière, que ce qui monte finisse par descendre, et ce qui descend finit par monter. Le Taoïsme nous fait accepter l'échec comme étant le prémisses d'une victoire et la victoire comme portant en elle déjà, dans son oeuf, l'échec.

Ça m'a l'air d'être le seul livre philosophique qui intègre une autre notion qui est l'humour. La plupart des religions ont un côté grave, sérieux, parce que quand on parle de Dieu, on n'est pas là pour rigoler.

La première phrase du Ta dit: "Celui qui parle du Tao n'a rien compris au Tao". Déjà le seul fait d'en parler montre que je n'y ai rien compris et je l'accepte; c'est le principe du paradoxe. Cela sous entend aussi que le Tao pourrait être comparé à la notion de Dieu, c'est à dire qu'il transcende tout et en même temps qu'il est léger, c'est à dire ni grave ni lourd.

A Taoïsme j'associe Humour.

## Humour

Cette phrase résume beaucoup de choses: "Les trois voies de la sagesse sont l'humour, le paradoxe et le changement". Ça a l'air simple, évident, mais pour l'intégrer dans sa vie, c'est toujours pareil, il y a le niveau intellectuel et il y a le vécu. Quand on l'intègre vraiment et c'est une force énorme.

L'une des choses les plus difficiles à admettre pour moi, a été le changement. D'un coup dans ma vie, j'ai subi une brisure sentimentale qui m'a contraint de redémarrer tout à zéro. Je me suis dit que cette brisure était indispensable pour pouvoir passer à l'étape suivante. Quel paradoxe! Et la manière de gérer ça le plus confortablement possible, c'est de le prendre avec humour.

L'humour, c'est ce qui sauve, c'est ce qui permet de lutter contre l'angoisse, c'est ce qui permet de ne pas prendre de tranquillisants, c'est ce qui permet de ne pas voir sa vie comme une tragédie et, du coup, je suis très amateur de blagues.