

Edition : Mai 2024 P.84-85  
 Famille du média : Médias spécialisés  
 grand public  
 Périodicité : Mensuelle  
 Audience : 630000



Journaliste : MARTIN DURU  
 Nombre de mots : 1047

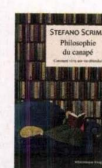
## LIVRES Notre sélection

Pour tous | Lecteur curieux | Lecteur motivé | Lecteur averti

# Songes sur canapé

À l'heure où notre attention est devenue le nouveau capital que se disputent réseaux sociaux et employeurs, la résistance se situe peut-être du côté de la distraction et de la rêverie. Dans les pas de **Bachelard**, les philosophes **Stefano Scrima** et **Marina Van Zuylen** engagent la lutte avec humour et profondeur.

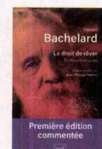
Par MARTIN DURU



**Philosophie du canapé**  
 STEFANO SCRIMA  
 Trad. de l'italien  
 P. Audegean / Rivages / 90 p. / 13 €



**L'Art d'être distrait**  
 MARINA VAN ZUYLEN  
 Trad. de l'anglais  
 C. Meyer / Flammarion / 124 p. / 18 €



**Le Droit de rêver**  
 GASTON BACHELARD  
 Édition établie par  
 J.-P. Pierron / Quadrige / PUF / 300 p. / 16 €

**Ceci est un avertissement :** à lire ces lignes, vous serez peut-être tenté de vous adonner à un plaisir coupable. Un plaisir empêché ou mal vu dans nos sociétés obnubilées par le travail et régies par la multiplication frénétique des tâches : le fait de décrocher, de basculer en mode *off*, de s'amollir dans les délices de l'oisiveté. Chiche ? Rien de tel, pour commencer, que d'être confortablement installé.

À tout hasard, sur un canapé. Ah, soupir d'aise, le canapé : on s'y affale, on y flemmarde, on y lit son magazine ou son roman, on y regarde sa série du moment ; on y bavarde avec ses amis, on y caresse son chat pelotonné (sauf si l'indolent animal a la mauvaise idée d'y faire ses griffes). Le philosophe italien Stefano Scrima déclare sa flamme : pour lui, voici « *la plus grande invention de tous les temps* », en tant qu'« *expression terrestre de la détente* ». Une sorte d'époché ou de décharge mentale s'opère : les soucis du quotidien sont mis entre

parenthèses, le tempo existentiel se ralentit, corps et âme enfin décontractés. Livre léger, un peu dandy et plein d'humour irrévrencieux – chaque chapitre s'ouvre sur une citation du trublion Charles Bukowski, chanteur alcoolisé du farniente –, cette *Philosophie du canapé* suggère un renversement de perspective : alors que le divin meuble est souvent considéré comme un symbole du consumérisme triomphant et, en définitive, comme un étendard du capitalisme, il devient ici un outil de « *protestation* », de grand refus. Vautrés, nous nous évadons de « *l'humanité malade d'hyperactivité inutile* ». À rebours du culte du résultat immédiat, ce que nous faisons sous le plaid ne sert en général à rien. Vraiment ? Loin d'être ancré exclusivement à la sphère du matériel, le canapé est un tremplin spirituel. Il invite à se recentrer sur soi, en une « *dilatation de l'âme* » qui aide à mieux « *comprendre qui nous sommes* » – Freud ne s'y est pas trompé

© Emin Özmen/Magnum Photos



avec son divan. Plus, l'auteur confie que c'est sur un canapé qu'il est saisi par les questionnements métaphysiques les plus vertigineux sur le sens de la vie. Comme quoi, être à l'horizontale n'empêche pas un mouvement vertical vers la sagesse.

Cela dit, sur un canapé, nous perdons parfois le fil, voguant nonchalamment d'une pensée à une autre: nous ne sommes plus « focus ». Également défenseuse de l'oisiveté, Marina Van Zuylen, professeure de littérature aux États-Unis, célèbre et cultive « *l'art de la distraction* ». Le choix d'un tel thème peut surprendre à l'heure où l'on déplore le déclin des capacités d'attention, notamment chez les jeunes rivés à leur portable, hébétés par le *scroll* infini sur les applications. La concentration semble une faculté menacée, et pas seulement chez les ados. Prenant la tangente en compagnie des classiques, de Montaigne à William James en passant par Hume, Van Zuylen pointe au contraire les méfaits possibles d'une absorption intellectuelle excessive. À trop se concentrer, on prend le risque de s'« isoler du monde » et d'« assécher » son esprit à force de le tendre vers un unique but prédéfini. Pour s'aérer les méninges, il convient de (ré)apprendre à se laisser distraire, donc, à donner cours à « *la libre circulation des idées et des affects* » qui se produit dans la flânerie vagabonde, le jeu ou la conversation. Une dialectique se met en place: pour l'autrice, un balancement est nécessaire entre des moments d'activité intense et des plages de relâche salutaires. La distraction n'est pas l'abandon définitif à une « *passive léthargie* » – nul éloge du *scroll* ici – mais la promesse d'une régénération, où l'ouverture à ce qui vient, se présente au hasard, est à même de souffler des idées neuves.

Au détour d'une page, Van Zuylen salue « *le grand promoteur de la rêverie philosophique* »: Gaston Bachelard. Heureuse coïncidence, son recueil *Le Droit de rêver*, initialement paru en 1970, est aujourd'hui réédité, avec un appareil critique impeccable dû au spécialiste Jean-Philippe Pierron. Philosophe des sciences, Bachelard fut aussi un esthète à la prose vibrante, et ce volume compile des textes divers où l'art figure en bonne et belle place. Il y a là des pépites. On pense en particulier à des textes sur le graveur Albert Flocon (1909-1994): Bachelard, qui a fréquenté l'artiste, le présente comme un « *poète de la main* » qui en ciselant la matière brute, transfigure le monde, l'anime et l'emporte ailleurs – et soudain, par la magie du burin, une chevelure devient forêt... Ou c'est encore un essai frappant sur la radio: pour Bachelard, ce média n'a pas pour simple vocation de transmettre les informations du jour; invention de la « *logosphère* », où « *toute la planète est en train de parler* », la radio rend possible la communion des âmes rêveuses, bercées par cette voix qui les relie dans la pénombre d'une chambre. Rêver, c'est se laisser aller à la méditation de « *tout son être, avec ses muscles et ses désirs* », c'est un sésame pour l'imagination. Dans la pensée bachelardienne, celle-ci n'est pas une faculté ancillaire, seconde par rapport à la perception ou la raison. Affranchie d'une « *vision trop analytique* » des choses, elle n'est pas reproductrice mais créatrice de nouvelles manières d'appréhender et de ré-enchanter le monde; pour reprendre une formule fameuse tirée de *L'Air et les Songes* (1943), « *imaginer, c'est hausser le réel d'un ton* ». Alors, si nous en avons le droit, ne nous sentons plus coupables de nous extraire du tumulte affairé et de rêvasser, à l'air libre au bord d'une rivière ou bien chez soi, tranquillement alan-gui, sur le canapé bien sûr.