


# S'ÉCARTER ET SAVOURER

Christophe André

**1**  
LE UN *en livre*



 ***l'aube***



S'ÉCARTER ET SAVOURER

La collection *Le 1 en livre*  
est dirigée par Éric Fottorino

Ces textes ont pour partie été publiés par *Le 1*.  
[www.le1hebdo.fr](http://www.le1hebdo.fr)

© Le 1/Éditions de l'Aube, 2022  
[www.editionsdelaubes.com](http://www.editionsdelaubes.com)

ISBN 978-2-8159-3646-0

Christophe André

**S'écarter et savourer**

*éditions de l'aube*



## Avant-propos

**O**n est chaque fois reconnaissant quand on lit Christophe André. On a envie de lui dire merci, et même d'en redemander un peu, comme si ses mots étaient des médicaments de l'âme au principe actif immédiat – et vous verrez : à diffusion lente. C'est une prose simple et généreuse, accessible aussi, semblable à une main tendue, sans pour autant renoncer à la complexité du propos, je devrais dire à sa subtilité, pour cerner qui nous sommes, ce que nous ressentons, ce qui fait notre singularité de roseaux pensants que tourmente le monde réel. Qu'il évoque notre relation au temps,

au climat – ou plutôt à l’urgence qu’il y a à le sauvegarder –, à la méditation ou à notre sens parfois inversé des hiérarchies entre ce qui est important et ce qui ne l’est pas, notre écrivain-psychiatre sait trouver les formulations – les formules aussi – pour nous entraîner dans sa pensée et nous aider à réfléchir par nous-mêmes à notre condition.

À travers les différentes chroniques et les entretiens donnés à notre hebdomadaire *Le 1*, Christophe André a composé une sorte de manuel à l’usage des vivants en temps de crise. Crise sanitaire bien sûr, crise de la modernité qui nous pousse à vouloir « tout tout de suite », à manifester notre impatience, à perdre confiance en nous comme en toutes les autorités dépassées par la force des incertitudes qui nous entourent. Christophe André ne donne pas de réponses intangibles et surplombantes. Il nous aide à nous questionner sur le sens de nos vies, sur la quête d’un bonheur ici maintenant plutôt que dans un avenir plombé... Pas de grande leçon,



## AVANT-PROPOS

pas de grands principes, juste un sens aigu de l'observation lucide et chaleureuse de ce que nous sommes, et lui avec nous, avec nos contradictions, nos faiblesses, nos impatiences.

Pour nous éclairer, Christophe André n'hésite pas à convoquer les poètes, les écrivains et les philosophes, bonjour Duras, Cioran, Audiberti, Nietzsche, Yourcenar ou Apollinaire. Mais aussi des joueurs de boules, des quidams dans une queue ou une souris menacée de noyade dans un bol de lait. Et le lecteur, comme cette souris que ses mouvements de pattes sauvent en fabriquant du beurre, se sent tout à coup ragaillardi par cette lecture gratifiante. Alors ne renoncez pas à lire Christophe André. Et savourez!

Éric Fottorino  
Directeur de l'hebdomadaire *Le 1*



# Renoncer et savourer

*17 janvier 2018<sup>1</sup>*

---

1. *Le 1* n° 185, « Est-il urgent de ralentir? ».



**L**a scène se passe en Inde il y a quelques années. Nous avons fait halte dans un hôtel et, au petit déjeuner, je fais la queue avec d'autres clients pour obtenir une omelette: un cuistot les prépare sous nos yeux, et elles ont l'air délicieuses. Mais que l'attente est longue! Je m'impatiente et me penche pour comprendre. C'est clair: le cuisinier est très minutieux, ajoute de nombreux ingrédients, épices et légumes, les uns après les autres, bavarde avec les clients... Mais un détail me frappe: alors qu'il dispose de deux feux et de deux poêles devant lui, il n'en utilise qu'une. « Il pourrait aller deux fois plus vite s'il se servait des deux », me chuchote mon cerveau d'Occidental pressé. Et, aussitôt, je réalise à quel point je suis intoxiqué: je suis en vacances, je n'ai pas d'horaire à respecter ce matin-là, et