

ÉRIC  
FIAT

Ode à la

**FATIGUE**

La relève

L'Observatoire



# Ode à la fatigue

## Dans la même collection

Marylin Maeso, *Les Conspirateurs du silence*, 2018.

## Du même auteur

*Questions d'amour. De l'amour dans la relation soignante*, avec Michel Geoffroy (dir.), Lethielleux, 2009.

*Grandeurs et misères des hommes. Petit traité de dignité*, Larousse, 2010 ; Larousse poche, 2012.

*Handicap, handicaps ? Vie normale, vie parfaite, vie handicapée* (dir.), Lethielleux-Collège des Bernardins, 2013.

*La Couleur du matin profond*, dialogue avec Pierre Magnard, Les Petits Platons, 2013.

*Corps et âme. Ou : qu'un peu d'incarnation, ça peut pas faire de mal...*, Éditions Cécile Defaut, 2015.

*Techniques, promesses et utopies. Où va la médecine ?* (dir.), Parole et Silence-Collège des Bernardins, 2016.

*La Pudeur*, avec Adèle Van Reeth, Plon-France Culture, coll. « Questions de caractère », 2016.

*La pudeur à l'épreuve du soin*, Les Rencontres Philosophiques de Monaco, 2017.

*Le Devenir de l'intériorité* (dir.), Le Bord de l'eau, coll. « Diagnostics », 2017.

Éric Fiat

# Ode à la fatigue

Collection « La Relève »  
dirigée par Adèle Van Reeth

L  Éditions de  
bservatoire

ISBN : 979-10-329-0169-4  
Dépôt légal : 2018, mai  
© Éditions de l'Observatoire / Humensis 2018  
170 *bis*, boulevard du Montparnasse, 75014 Paris

*À la mémoire de Claude Mettra  
et à celle de Theo Sudholt,  
deux vieux anges qui m'ont appris  
qu'on peut rester lumineux  
en temps de grande fatigue.*





## Les animaux malades de la peste

Un mal qui répand la terreur,  
Mal que le Ciel en sa fureur  
Inventa pour punir les crimes de la terre,  
La Peste (puisqu'il faut l'appeler par son nom)  
Capable d'enrichir en un jour l'Achéron,  
Faisait aux animaux la guerre.  
Ils ne mouraient pas tous, mais tous étaient frappés.  
On n'en voyait point d'occupés  
À chercher le soutien d'une mourante vie ;  
Nul mets n'excitait leur envie ;  
Ni Loups ni Renards n'épiaient  
La douce et l'innocente proie.  
Les Tourterelles se fuyaient :  
Plus d'amour, partant plus de joie.  
Le Lion tint conseil, et dit : Mes chers amis,  
Je crois que le Ciel a permis  
Pour nos péchés cette infortune ;  
Que le plus coupable de nous  
Se sacrifie aux traits du céleste courroux,  
Peut-être il obtiendra la guérison commune. [...]

Jean de La Fontaine, *Fable* 1, livre VII



## Le chêne et le roseau

Le Chêne un jour dit au roseau :  
Vous avez bien sujet d'accuser la Nature ;  
Un Roitelet pour vous est un pesant fardeau.  
Le moindre vent qui d'aventure  
Fait rider la face de l'eau,  
Vous oblige à baisser la tête :  
Cependant que mon front, au Caucase pareil,  
Non content d'arrêter les rayons du soleil,  
Brave l'effort de la tempête.  
Tout vous est aquilon ; tout me semble zéphir.  
Encor si vous naissiez à l'abri du feuillage  
Dont je couvre le voisinage,  
Vous n'auriez pas tant à souffrir :  
Je vous défendrais de l'orage ;  
Mais vous naissez le plus souvent  
Sur les humides bords des Royaumes du vent.  
La Nature envers vous me semble bien injuste.  
Votre compassion, lui répondit l'Arbuste,  
Part d'un bon naturel ; mais quittez ce souci.  
Les vents me sont moins qu'à vous redoutables.  
Je plie, et ne romps pas. Vous avez jusqu'ici  
Contre leurs coups épouvantables  
Résisté sans courber le dos ;

Mais attendons la fin. Comme il disait ces mots,  
Du bout de l'horizon accourt avec furie  
Le plus terrible des enfants  
Que le Nord eût porté jusque-là dans ses flancs.  
L'Arbre tient bon ; le Roseau plie.  
Le vent redouble ses efforts,  
Et fait si bien qu'il déracine  
Celui de qui la tête au ciel était voisine,  
Et dont les pieds touchaient à l'empire des morts.

Jean de La Fontaine, *Fable 22*, livre I

## *Introduction*

« Un mal qui répand la terreur,  
La fatigue (puisqu'il faut l'appeler par son nom)  
Faisait aux êtres humains la guerre.  
Ils n'en mouraient pas tous, mais tous étaient  
frappés. »

Non, cher lecteur, il ne s'agira pas dans ce petit livre de raconter après La Fontaine comment les animaux furent en siècles immémoriaux malades de la peste, mais de décrire un mal dont nombre d'hommes occidentaux ont semblé souffrir au début du <sup>xxi</sup><sup>e</sup> siècle, je veux parler de la fatigue...

« Ils n'en mouraient pas tous, mais tous étaient frappés. »

Ils n'en mouraient pas tous, ni *stricto*, ni *lato sensu*.

Tous en effet n'en mouraient pas au sens strict, puisque tous ne *mouraient pas de fatigue* (quand même la mort serait souvent précédée de cette grande fatigue qu'est la vieillesse – ce qui par analogie ferait voir en toute fatigue une petite vieillesse).

Tous n'en mouraient pas non plus au sens large, quand bien même étaient alors nombreux les hommes

apparemment vivants mais brûlés de l'intérieur<sup>1</sup>, épuisés par l'obligation d'être en toutes choses performants, et d'abord par un travail qui ne leur semblait plus que la rançon de leur existence quand ils auraient aimé qu'il fût son dû.

Tous donc n'en mouraient pas – mais tous étaient frappés, puisque quand on leur demandait comme ils allaient, même les princes jouvenceaux et jouvencelles princesses en *joyeuse marche républicaine* dans l'époque, apparemment infatigables, toujours frais et dispos, ne tardaient guère à s'avouer fatigués, épuisés, *cassés*, *crevés*.

Et puisque comme disait Proust les idées sont les succédanés des chagrins, alors avouons pourquoi l'envie nous vint d'écrire sur la fatigue, à savoir un chagrin. Un chagrin, ou plus précisément *ce* chagrin, d'entendre de plus en plus d'humains se plaindre de fatigue – et l'auteur de ces lignes peut-être plus souvent qu'à son tour. Si, comme le dit très justement André Comte-Sponville, philosophe, c'est *penser sa vie et vivre sa pensée*, alors était venu un âge<sup>2</sup> où il ne fallait plus travailler que sur ce qui touche au plus près – et donc sur la fatigue.

Il fallait donc écrire sur la fatigue.

Il me faut donc écrire sur la fatigue...

Ah, l'étrange mal que ce mal-là ! Que là encore le génie de La Fontaine aide si bien à comprendre, tant les vers

---

1. Ce que l'on appelle en anglais le *burn out*, expression que ne traduit qu'imparfaitement la notion d'« épuisement professionnel », où manque l'idée d'une brûlure intérieure.

2. Ce qui ne signifie pas que l'auteur de ces lignes soit un vieillard, un géronte cacochyme...