

notamment par un grand effort nécessaire pour seulement se lever, marcher quelques pas etc. Il s'agit plutôt d'un "épuisement" de l'énergie du corps au profit du cerveau, lequel se manifeste par un abaissement graduel du "tonus" général du corps, de son niveau d'énergie vitale. Il semble que cet épuisement par une activité intellectuelle excessive j'entends : non compensée par une activité corporelle suffisante, génératrice de fatigue physique et de besoin de repos) - cet épuisement est graduel et **cumulatif**. Ces effets doivent dépendre à la fois de l'**intensité** et de la **durée** de l'activité intellectuelle pendant une période donnée. Au niveau d'intensité où je poursuis le travail intellectuel, et avec l'âge et la constitution qui sont les miens, il semblerait que chez moi l'épuisement cumulatif en question atteint un seuil critique, dangereux, au bout d'un an ou deux d'activité ininterrompue, sans compensation par une activité corporelle régulière.

En un sens, cette "facilité" dont je parle n'est qu'apparente. L'activité intellectuelle intense met en jeu une énergie considérable, c'est clair : une énergie est prise quelque part, et "dépensée" dans un travail. Il semblerait que le "quelque part" se situe au niveau du corps, qui "encaisse" (ou plutôt **débourse**) comme il peut les dépenses (parfois vertigineuses) que la tête se paye sans compter. La voie normale de récupération de l'énergie fournie par le corps, est le sommeil. C'est quand la tête devient boulimique qu'elle finit par empiéter sur le sommeil, ce qui revient à bouffer un capital-énergie sans le renouveler. Le piège et le danger de la "facilité" du travail intellectuel, c'est qu'elle nous incite inlassablement à franchir ce seuil, ou à rester au delà dès lors qu'il est franchi, et que de plus ce franchissement ne se signale pas à notre attention par les signes habituels, indubitables, de la fatigue, voire, de l'épuisement. Il faut une grande vigilance, je me rends compte, pour détecter l'approche et le franchissement du seuil en question, alors qu'on est tout entier engagé dans la poursuite d'une aventure passionnante. Percevoir ce vide d'énergie au niveau du corps demande un état d'écoute vis à vis du corps, dont j'ai souvent manqué et que peu de personnes ont. Je doute d'ailleurs qu'un tel état de communion de l'attention consciente avec le corps puisse s'épanouir chez quiconque, en une période de sa vie dominée par une activité purement intellectuelle, à l'exclusion de toute activité physique.

Beaucoup de travailleurs intellectuels sentent d'ailleurs d'instinct le besoin d'une telle activité physique, et aménagent leur vie en conséquence : jardin, bricolage, montagne, bateau, sport... Ceux qui, comme moi, ont négligé ce sain instinct au profit d'une passion trop envahissante (ou d'une léthargie trop forte), tôt ou tard en payent les frais. Cela fait trois fois en trois ans que j'ai passé à la caisse, de l'ai fait sans rechigner je dois dire, ou pour mieux dire, avec reconnaissance, me rendant compte à chaque nouvel épisode-maladie que je ne faisais que récolter les fruits de ma propre négligence, et de plus, qu'il m'apportait aussi un enseignement, que lui seul sans doute pouvait me donner. Le principal enseignement, peut-être, que m'a apporté le dernier de ces épisodes et qui vient de prendre fin, c'est qu'il est grand temps de prendre les devants et rendre inutile désormais de tels rappels à l'ordre - ou plus concrètement : qu'il est grand temps de cultiver mon jardin !

17.3. Un adieu à Claude Chevalley

Note 97 Dans ma réflexion de hier et aujourd'hui, j'ai volontairement laissé de côté d'abord un événement qui se place en plein dans l'épisode-maladie, dans les premiers jours de juillet, à un moment donc où j'étais encore alité. Il s'agit de la mort de Claude Chevalley.

Je l'ai apprise par un vague article de Libération plus ou moins consacré à l'événement, qu'une amie m'avait passé à tout hasard, pensant qu'il pourrait m'intéresser. Il n'y avait presque rien sur Chevalley, mais quelques tartines sur Bourbaki dont il a été un des membres fondateurs. Je me suis senti tout stupide en apprenant la nouvelle. Ça faisait des mois que je me voyais sur le point d'en terminer avec Récoltes et Semailles, frappé tiré broché et tout - et de monter à Paris dare dare pour lui apporter un exemplaire encore tout chaud ! S'il y avait