

***LA NOTION DU BONHEUR DANS***  
***LE TEMPS D'UN SOUPIR***  
***D'ANNE PHILIPPE***

**recherche présentée par:**

Farah Abdul monem khatawi  
département de français  
faculté des lettres  
université de Al-moustansyria

Le vingtième siècle représente une période où le genre autobiographique a connu une nouvelle allure. C'est l'époque d'une autobiographie moderne qui se voit plus proche de ce que Philippe Lejeune appelle "*le pacte autobiographique*"<sup>1</sup>.

Depuis la naissance de l'écriture autobiographique, les textes qui nous touchent le plus sont ceux où l'auteur rapporte avec sensibilité la compassion qu'il éprouve devant les malheurs qui le frappent. Ces textes de formes diverses sont donc une réaction aux circonstances externes. : "*Il n'en demeure pas moins que le but de ces écrits n'est plus de présenter un homme en quête de lui-même : il est d'offrir aux contemporains, éventuellement même de dresser à l'intention des générations futures, l'image d'une réussite ou d'un type social consacré*"<sup>2</sup>.

Quel que soit le but de cette écriture, nous sommes invités à découvrir le moi intime, ses amours, ses souffrances, sa sensibilité aux aspects passagers des choses du monde. Si le récit de vie pour Stendhal, par exemple, doit l'aider à mettre en évidence ses propres contradictions, de voir clair, il est chez d'autres le moyen de lire leur monde intérieur<sup>3</sup>. Mais ce qui est

---

<sup>1</sup> terme proposé par Philippe Lejeune et utilisé habituellement pour évoquer le contrat de sincérité et d'authenticité que l'auteur d'une autobiographie passe explicitement (ou implicitement) au début de son oeuvre avec son lecteur, afin que le lecteur lise le texte comme véridique.

Voir **Le Pacte autobiographique** de Philippe Lejeune, Seuil, 1975.

<sup>2</sup> Monique Trédé-Boulmer, "La Grèce antique a-t-elle connu l'autobiographie?" dans **L'invention de l'autobiographie d'Hésiode à Saint-Augustin**, P. 20.

<sup>3</sup> voir **L'autobiographie de Montaigne à Nathalie Sarraute**, PP. 79-80.

sûr c'est que le lecteur pourrait assister à cette "*reproduction du passé*"<sup>1</sup> .

Pour le récit d'Anne philipe, sa valeur se montre lorsque de plus en plus on avance dans le récit, plus s'établit le bilan évoquant les moments les plus douloureux de son existence près de son mari qui est en train de mourir devant elle. Ce mari est admiré non seulement par elle mais par tant de gens qui n'arrêtent pas de répéter qu'il était un ange. Nous parlons certainement de Gérard Philipe, le comédien français.

Alors **Le temps d'un soupir** est un récit particulier qui nous invite à vivre avec la femme aimée une tranche de sa vie mais cette tranche paraît la plus importante puisqu'elle représente un bilan montrant clairement que malheurs et bonheurs s'équilibrent. C'est pour ces raisons que nous avons vu que ce sujet pourrait être intéressant pour le lecteur cherchant à connaître les secrets de l'âme blessante qui avec cet amour vécu inspire le courage et l'envie de se débrouiller malgré les difficultés que la réalité impose. Il est difficile de montrer à l'autre la variété de lumières qui peut améliorer notre vie, mais c'était moins facile pour notre Anne Philipe de nous faire partager son malheur au rayon solaire qui éclaire les âmes. Le bonheur c'est l'amour, la force qui pousse l'homme vers les hauteurs où se trouvent nos rêves réalisés.

---

<sup>1</sup> Pierre Lachièze-Rey, **Réflexions sur la nature de l'esprit**, P. 5.

## **La quête du bonheur:**

Depuis le début de l'existence de l'homme sur terre, la recherche du bonheur représente son premier but mais ce désir d'obtenir la satisfaction s'améliore et se développe avec la connaissance de l'homme et le changement des esprits. Ce qui reste c'est cette grande volonté de saisir ce sentiment magnifique.

Ce thème du bonheur est présenté dans la littérature française sous plusieurs aspects : tantôt c'est un désir permanent, tantôt l'accès au bonheur paraît être un désir universel, mais après ce constat, tout dépend de la définition même du bonheur qui fait immédiatement problème. Avant d'aborder ces questions, on doit souligner que le terme ne s'applique qu'à un être pleinement conscient, et donc capable, d'une part de concevoir ce qui pourrait le rendre heureux, de l'autre d'apprécier relativement à cette conception la situation dans laquelle il se trouve. Car il n'y a de bonheur que là où existe une réflexion sur l'accord possible entre l'être et le monde.

Nous allons parler dans trois sujets qui mènent au bonheur recherché et que nous estimons importants pour que le sens du

bonheur se complète chez notre auteur ainsi qu'ils seront une sorte de recette du bonheur pour le lecteur :

**La volonté du bonheur :**

Après une première lecture du *Temps d'un soupir*, le sujet du bonheur semble être loin de l'objectif de ce récit. Mais il se trouve que la vision de notre auteur se construit graduellement à travers les lignes de son histoire.

Le début se dessine avec la maladie du mari et les moments les plus pénibles qu'elle devait supporter toute seule, car son mari ne savait pas qu'il ne lui restait que peu de temps pour quitter cette vie terrestre.

Malgré cette scène autant douloureuse pour l'auteur que pour le lecteur, elle nous ouvre une voie vers la notion du bonheur qui se montre surtout quand le personnage cache la vérité à son mari simplement pour ne pas le faire souffrir. Elle préfère garder ce secret et vivre un conflit intérieur au lieu de l'avouer à son mari.

N'est-ce pas cette grande volonté de donner de l'amour et de la tendresse à l'autre est une marque d'une personne qui connaît le véritable sens du bonheur ? A partir de cette conception, il est nécessaire de traiter un tel sujet qui commence pour le bonheur des autres et finit avec l'espoir de revivre un bonheur caché au fond de notre écrivain qui représente "l'homme".

En commençant par l'enfance de notre personnage qui n'était pas facile à subir, Anne Philipe a voulu nous montrer à travers les lignes de son récit que malgré la séparation des parents, la petite fille, ayant vécue entre la mère et l'oncle, était capable de résonner et d'analyser par elle-même. Car après une séparation entre la fille et la mère, la petite fille

apprenait une nouvelle croyance qui vient s'ajouter aux autres acquises de la douleur de cette vie. Cette scène de séparation reflète une image de l'existence qui se répète à chaque instant sans que l'homme se rende compte et c'est exactement une des idées que notre auteur a voulu mettre devant ses lecteurs.

Les événements qui peuvent épuiser même les plus forts n'ont pas pu vaincre la volonté du bonheur chez notre personnage puisqu'elle croit au bonheur et se décide à l'obtenir quoi qu'il arrive : *"oui, cela c'était le sentiment du malheur. Plus tard, je connus celui de la révolte et de la colère, mais j'étais bien décidée à construire mon bonheur"*<sup>1</sup>.

Pour elle, il est possible d'être heureuse, dans la mesure où l'on peut créer autour de soi, un contexte adéquat. Et peu de temps après la mort du mari, elle n'avait que le souvenir pour vivre en stabilité. Son seul moyen d'échapper à la douleur produite par son absence réside dans l'évasion temporaire. Elle désire accéder au bonheur réel en évoluant sur le chemin des souvenirs d'abord. Ces souvenirs évoqués par le personnage ont contribué à faire revivre les beaux moments vécus avec le mari. Ils étaient une sorte de défense pour insister sur l'idée du bonheur qui existe même lorsqu'on perd une personne chère à nous. Elle ne voulait pas par les souvenirs se sentir faible, mais se sauver : *"J'attends le moment où je retrouverai la force. Il viendra. Je sais que la vie me passionne encore. Je veux me sauver, non me délivrer de toi"*<sup>2</sup>.

Elle veut être heureuse et elle faisait des tentatives pour arriver ; elle réalise que la vie continue malgré son absence et cette vérité est trop amère pour elle : *"Chaque fois que des raisons d'être heureux m'apparaissaient, je ressentais plus fort ma chute"*<sup>3</sup>. On ressent une

---

<sup>1</sup> Anne Philipe, **Le temps d'un soupir**, P.18.

<sup>2</sup> **Ibid**, P. 190.

<sup>3</sup> **Ibid**, P. 59.

certaine souffrance dans cette phrase, car ce sens du bonheur ne peut être beau que lorsqu'il est entouré des souffrances. Il s'agit de vouloir le bonheur en même temps de l'éviter comme si elle avait peur d'être heureuse sans son mari absent pour toujours. Elle est consciente que comme le bonheur existe, le malheur existe aussi. Mais la différence est dans l'ignorance de l'homme des souffrances des autres. Quand l'homme retrouve la dignité d'être humain, il rit, il jouit ou il pleure sur les avatars de sa vie. Il a la sensation d'être vivant, il se sent vivant. Il retrouve ainsi la joie de vivre :

*"Le bonheur nous pénètre comme une odeur, nous l'oublions parfois tant nous étions privilégiés. Est-ce que l'oiseau sait qu'il est heureux de voler ?"<sup>1</sup>.*

Le personnage de la femme dans *Le temps d'un soupir* tente de ne pas perdre sa stabilité et d'accepter ses déceptions et surtout la défaite de son mari en n'oubliant pas que les choses ne sont pas toujours comme nous voudrions qu'elles soient. Le vrai bonheur est un état de bien-être et de contentement auquel le cœur et l'âme de l'homme aspirent. Ce bonheur est tellement grand, qu'il peut aider à surmonter toutes les épreuves et les obstacles qui peuvent surgir dans la vie de chaque homme. Aucune tristesse ou peine de ce monde ne peut détruire ce vrai bonheur : *"Un jour, je me suis aperçue que j'avais cessé de n'être qu'une façade. J'existais, je respirais. Je voulais à nouveau agir sur les événements. Lentement je me ressaisissais et je voyais ce qui restait de moi"<sup>2</sup>.*

Elle accepte tout pour savoir continuer à vivre comme il le faut : *"Tout continuait une fois de plus -mais je savais que mes défaillances seraient nombreuses- Je décidai de continuer moi aussi : être une plante*

---

<sup>1</sup> Anne Philipe, *Le temps d'un soupir*, P. 123.

<sup>2</sup> *Ibid*, P. 151-152.

*intelligente, s'adapter au rythme des saisons, respirer profondément, dire "oui" et sentir battre mon cœur*"<sup>1</sup>.

### **La contemplation de la nature :**

Pour quelques-uns le bonheur consiste en l'harmonie de l'âme. Ils trouvent une satisfaction singulière à passer leurs jours en cherchant la paix de l'âme. Cette harmonie permet de se sentir tranquille et satisfait de la vie qu'on mène. Le bonheur partagé avec le mari se transforme en un bonheur singulier. Les mêmes lieux, la même nature mais cette fois, elle est invitée à les contempler toute seule. C'est cette idée qu'elle devait constater pour ressentir le bonheur du nouveau : *"A cause de toi je ne supporte plus les ciels gris, les pluies de novembre, les dernières feuilles d'or, les arbres noirs et nus où je voyais une promesse de printemps. Je fuis les aubes et les crépuscules, je m'éperonne pour regarder le soleil et le clair de lune"*<sup>2</sup>.

Le sentiment du bonheur se trouvait dans sa méditation de la nature aussi bien que dans la présence du mari et c'est une vérité qui nous mène à savoir que tôt ou tard elle pourrait revivre ce sentiment parce que la nature existe toujours avec ou sans le mari, donc, l'espoir en ce bonheur a survécu. Elle se rend compte que le sentiment qu'elle avait vécu, était le bonheur lui-même, mais elle ignorait cela à cause de l'assurance qu'elle sentait: *"Je me croyais hors du cycle « malheur-bonheur ». J'ignorais que c'était le bonheur même qui me donnait cette assurance. Je le respirais aussi naturellement que l'air"*<sup>3</sup>.

---

<sup>1</sup> **Ibid**, P. 172.

<sup>2</sup> Anne Philipe, **Le temps d'un soupir**, P. 60.

<sup>3</sup> **Ibid**, P. 69.

La nature constitue une source du bonheur pour elle et tant que cette source existe toujours, il y a une autre chance de ressentir sa beauté du nouveau en constatant que ce cycle «malheur-bonheur » dont on fait partie est présent dans notre vie à chaque instant : "*la méditation, c'est ne fuir aucune pensée, c'est s'entraîner à se faire confiance à soi-même. (...) La méditation n'est pas d'abord une pratique mentale. C'est d'abord et avant tout une gymnastique des sens. Prendre conscience de tout ce que l'on sent avec le nez, avec la bouche, avec la peau, les muscles, les articulations, etc. Je sens donc je suis.*"<sup>1</sup>

Depuis longtemps la nature occupe une place privilégiée dans la littérature française. Dans la poésie de Lamartine, par exemple, le lac était présenté comme un ami à qui il exprime ses sentiments douloureux. Il se sert de la nature pour lui exposer ses états d'âme. Mais cette fois la femme de notre récit a une histoire avec le soleil, le ciel, l'eau, les arbres les oiseaux, tout ce qui est élément de beauté pour ce beau tableau qui est la nature.

Dans *Le temps d'un soupir*, la nature apparaît de façons différentes parfois même se rapprochant de l'image que nous a laissée Lamartine de la nature amicale : "*Je n'oublierai jamais la couleur de ce soleil de novembre, ni comment il a caressé ton visage et les cheveux, puis s'est retiré sur le mur comme un déserteur. Je m'en prenais même au soleil*"<sup>2</sup>. Ici, on trouve que l'auteur a une certaine relation spirituelle avec le soleil pour lui en vouloir de cette manière. Et dans d'autres cas, Anne Philipe insiste sur le rôle du soleil dans ses journées: "*Nous menions une vie végétale. Nous obéissons au vent et au soleil. C'est eux qui décidaient*

---

<sup>1</sup> Christian Boiron, *La source du bonheur est dans votre cerveau*, p. 233.

<sup>2</sup> Anne Philipe, *Le temps d'un soupir*, p. 122.

*de nos journées. Les gestes quotidiens devenaient des rites, rien ne se passait, nous étions simplement heureux et heureux de l'être.* "1.

Les descriptions détaillées des paysages indiquent à quel point notre romancière veut nous faire revivre les indications les plus précises de son expérience passée.

Tous les éléments, les couleurs, les caractéristiques cités dans son récit, montrent de plus en plus la réalité de la sincérité à quoi Anne Philipe semble s'accrocher en donnant une certaine ampleur dans les tableaux qu'elle nous dessine. Mais ces tableaux sont toujours mélangés de différentes couleurs de ses sentiments : *"c'est souvent en contemplant le ciel la nuit, que j'ai mesuré le plus intensément et aussi le plus raisonnablement ma joie ou ma peine, pris le mieux conscience du monde, de la place que nous y tenons, de la solitude, de la perfection de l'amour,..."*"2.

Même après la mort de son mari, elle continue à le lier à la vie comme il avait toujours souhaité et c'est à travers la nature existante qu'elle essaie de le réaliser : *"J'essayais donc de te lier à la vie. Il s'est transformé, disais-je, il est devenu deux arbres et des fleurs."*"3 .

La présence de la nature est une chose nécessaire dans ce récit qui développe des idées empruntant des images réelles et descriptives. Car cette nature est représentée comme le miroir de l'âme ou le miroir de l'avenir : *" Suivre la marche de la lune et des étoiles a toujours signifié pour moi une visite grave et heureuse à l'univers dont nous faisons partie"*"4. Mais de quelle visite s'agit-il? Est-ce de la mort ou de l'amour ? L'interrogation d'Anne Philipe qui résume tout le contenu de son récit peut seule montrer la conception d'une vie : *"Notre vie entière, qu'était-*

---

<sup>1</sup> **Ibid** , P. 132.

<sup>2</sup> Anne Philipe, **Le temps d'un soupir** , P. 58.

<sup>3</sup> **Ibid** , P. 129.

<sup>4</sup> **Ibid**, P. 57.

*elle dans le cours de la vie ? A peine le temps d'un soupir.*"<sup>1</sup>. C'est donc à la fois le constat de la présence de la mort qu'on fait semblant de l'oublier à tout instant et l'amour des hommes pour cette vie mortelle, si l'on puisse le dire, suivant le développement des idées dans ce récit.

Et pour bien lier les sujets entre eux, nous avons vu utile de citer ces quelques mots de la romancière pour conclure l'idée du bonheur et son rapport avec la mort dont nous venons de parler : "*La mort est toujours à notre porte. Il s'agit de ne pas le savoir. Ignorer. Regarder couler la Seine et le soleil jouer sur les ponts, rester là, contempler, ne se préoccuper ni du bonheur, ni du malheur, ni du passé, ni de l'avenir. Vivre l'instant*"<sup>2</sup>.

### **Vivre l'instant :**

En parlant des souvenirs évoqués dans le récit, on remarque que dans chaque instant vécu, les personnages savourent les scènes de la vie. Que ce soit une scène d'un beau paysage ou celui d'un événement exceptionnel. Les enfants dans ce récit se souviennent des moments heureux vécus avec leur père mort et en racontant leurs aventures, ils revivent du nouveau ce sentiment du bonheur tout en ayant un bon sens obtenu par ce beau souvenir. Anne Philipe dit : "*Ils me racontent sans fin une certaine promenade dont je ne leur ai guère parlé et qui reste fixée dans leur esprit. Ce jour-là, tu as tué un petit serpent. Sur le moment, ils n'ont pas semblé y porter une attention particulière mais cette balade à deux cents mètres de la maison est devenue au cours de laquelle est vaincu un serpent très dangereux. Tu es le symbole du courage et de l'adresse...*"<sup>3</sup>.

---

<sup>1</sup> **Ibid**, P.81.

<sup>2</sup> Anne Philipe, **Le temps d'un soupir** , P. 92.

<sup>3</sup> **Ibid**, P. 130.

Donc, le bonheur peut se sentir à un moment de rêve ou de souvenir. Vivre l'instant n'exige pas de faire un certain acte et ne pas penser au passé. Il faut vivre l'instant selon ce que nous voyons nous apporter une certaine joie pour bien savourer le moment actuel. Nous nous servons à ce propos, d'une phrase, autant simple qu'essentielle, de Francis Delval dans son livre Comment développer vos ressources personnelles : "C'est avant tout maintenant qu'il faut vivre."<sup>1</sup>.

Dans ce même livre, Francis Delval insiste sur l'idée que "nous sommes en continuelle relation avec tout ce qui constitue notre environnement, ainsi qu'avec la dynamique du temps et du devenir "<sup>2</sup>. Mais cette relation avec la vie ne doit-elle pas être reliée avec notre passé et notre avenir pour mieux vivre le présent ? La compréhension du bonheur chez Anne Philipe ne peut s'accomplir qu'en parcourant le chemin de sa vie car depuis son enfance, la notion du bonheur n'était pas loin de l'esprit d'une petite fille "*recroquevillée*" sur elle-même et qui éprouvait "*la tristesse avec honte*" et qu'elle voulait "*en guérir comme d'une maladie*" et après quelques lignes notre héroïne du récit résume cette notion en disant : "*Je compris qu'une grande partie de nous est déterminée par le sens que nous donnons à cette notion du bonheur qui n'est pas seulement le confort de l'esprit et du corps*"<sup>3</sup>.

Que pourrait-elle être autrement que le confort de l'esprit et du corps ? Suivant le récit, nous remarquons qu'elle renonce à l'idée de vivre le présent en tant qu'un moment de maintenant seulement, mais elle veut le vivre en tant que ce présent-là lui donne une certaine vue pour le futur et lui provoque un certain souvenir du passé : "*Mais chaque fois que tu me laisses un peu de repos, je refuse de perdre notre contact, de laisser nos*

---

<sup>1</sup> Francis Delval, Comment développer vos ressources personnelles, P. 73.

<sup>2</sup> Francis Delval, Comment développer vos ressources personnelles, P. 22.

<sup>3</sup> Anne Philipe, Le temps d'un soupir, P. 103.

*derniers jours et nos derniers regards s'estomper au profit d'une certaine sérénité et d'un amour de la vie qui me reprend, presque à mon insu"<sup>1</sup>.*

Donc, il s'agit ici d'un bonheur qui peut exister dans le moment vécu sans que l'homme se rende compte de la présence de ce sentiment. Tout dépend de l'isolement des facteurs qui sont capables de conduire au bonheur de ceux qui mènent à la souffrance. C'est à notre avis la voie la plus efficace pour arriver à un certain équilibre.

Alors on peut dire que c'est avec une harmonie réalisée entre ces trois champs qu'on peut enfin mettre les pieds sur le chemin du bonheur. Mais certainement ce n'est pas du tout n'importe quelle harmonie, il en faut une qui vise à la fois à mettre le passé au service du présent et à la portée du futur.

Mais cette voie vers le bonheur est la même que celle vers le malheur c'est ce que l'on observe dans ces lignes : *"Je reste sur une plage triste et grise, à mi-chemin entre la réalité et le cauchemar. Il vaudrait mieux allumer la lampe et lire, éviter les labyrinthes ou la pensée s'engage, mais la fatigue me rend passive et je dérive vers des souvenirs lumineux. Je les aborde parfois et ils m'envahissent au point que, la durée d'un instant, je les confonds avec la réalité"<sup>2</sup>.*

Elle est submergée par la douleur. Car elle doit accepter la réalité de la mort de son cher Gérard. Et cet enchaînement entre les souvenirs, son présent douloureux et le constat de vivre l'avenir sans lui, la mènent dans la voie du malheur. Comment acceptait-elle un futur où son amour sera absent? Dans un entretien de Culter avec Dalai Lama, ce dernier assure qu' "atteindre le bonheur authentique exige de transformer à la fois le regard que l'on porte sur le monde et sa manière de penser" <sup>3</sup> .

---

<sup>1</sup> **Ibid**, P. 105.

<sup>2</sup> Anne Philipe, **Le temps d'un soupir**, PP. 9-10.

<sup>3</sup> voir dans **L'Art du bonheur** de Howard Culter.

Mme Philipe ne se trompe pas. Son mari mérite toute la fidélité du monde de sa part car c'est lui-même qui répétait le nom de son amour à lors d'une répétition sur scène au lieu de répéter celui qu'il devait prononcer<sup>1</sup>. Mais est-ce vraiment ce sens de fidélité qui lui dicte ses pensées? Est-ce en vivant la vie comme il faut qu'on soit fidèle aussi à cet autrui ? Ne faut-il pas être à la hauteur de cette promesse "*d'être élégants*"<sup>2</sup> si un jour ils deviennent malheureux. Et c'est exactement cette promesse que les deux amoureux ont prononcés dans ce récit autobiographique. Car durant tout le récit, notre Anne Philipe tentait de toute sa force d'arriver à réaliser cette promesse dont le sens se cache derrière une image de la vie après la mort du mari : "*rien d'autre n'existe plus, leur rencontre a remis le monde en place, la vie paraît juste, peu importe ce que l'on entend et ce que l'on dit, les oiseaux sont là, ils nous gardent et tout à l'heure, quand nous serons seuls dans la rue, nous les retrouverons. Pour moi les deux oiseaux sont morts, mais je reste sensible aux autres vols et les décèle sans erreur*".<sup>3</sup>

On peut bien remarquer qu'Anne Philipe voulait donner un sens à tous les instants de sa vie, c'est pour cette raison que son écriture se veut le reflet de cette quête du sens. Le lecteur parcourt sa vie avec elle, assiste à ses moments de peine ou d'exaltation puis il est le témoin de la force de ce récit qui réside dans sa capacité à faire partager les émotions plus que dans son pouvoir de démontrer. Par le récit chaque histoire individuelle devient une histoire universelle dans laquelle d'autres peuvent puiser la capacité de se transformer, d'agir et le goût de vivre.

L'expérience vécue devient alors le témoignage concret que le bonheur comme sentiment est la seule fin positive possible dans la vie humaine :

---

<sup>1</sup> Claude Roy et Anne Philipe, **Gérard Philipe**, P. 90.

<sup>2</sup> Anne Philipe, **Le temps d'un soupir**, P.41.

<sup>3</sup> Anne Philipe, **Le temps d'un soupir** , PP. 153-154.

un bonheur esthétique qui s'accomplit dans la reconnaissance de soi. Et pour mettre fin à notre sujet, nous empruntons cette belle phrase de Philippe Lejeune : *"Comment peut-on penser que dans l'autobiographie c'est la vie vécue qui produit le texte, alors que c'est le texte qui produit la vie !"*<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Philippe Lejeune, **Je est un autre...**, P. 29.

## Bibliographie

- BASLEZ (Marie-Françoise); HOFFMANN (Philippe) et PERNOT (Laurent), L'invention de l'autobiographie d'Hésiode à Saint Augustin, Presses de l'Ecole normale supérieure, Paris, 1993.
- BOIRON (Christian), La source du bonheur est dans notre cerveau, Albin Michel, Paris, 1988.
- CULTER (Howard), L'Art du bonheur, éd. Robert Laffont, Coll. " Aider la vie ", 1998.
- DECOTE (Georges), L'autobiographie de Montaigne à Nathalie Sarraute, Hatier, Paris, 1988.
- DELVAL (Francis), Comment développer vos ressources personnelles, club-positif, Paris, 2001.
- LACHIEZE-REY (Pierre), Réflexions sur la nature de l'esprit, paru dans la Revue " PHILOSOPHIA", 1965.
- LEJEUNE (Philippe), Le pacte autobiographique, Du Seuil, Paris, 1975.
- LEJEUNE (Philippe), Je est un autre. L'autobiographie de la littérature aux médias, Du Seuil, Paris, 1980.
- PHILIPPE, (Anne), Le temps d'un soupir, Juillard, Paris, 1963.
- ROY (Claude) et PHILIPPE (Anne), Gérard Philippe, Gallimard, Paris, 1960.