

La lecture du monde

Mélanges en hommage
à Yves Pélicier

TEXTES RÉUNIS PAR
JACQUELINE PÉLICIER



Presses Universitaires de France

1998

La sérénité du mourant : un paradigme pour la psychothérapie

Ch. MORMONT, Liège

La peur de la mort paraît bien être la plus humaine et la moins énigmatique des émotions : quoi de plus naturel en effet que de redouter le moment où tout cesse, moment qui ouvre à l'impensable absence de soi au monde et au mystère du néant, moment où, tout lien dénoué, reste la solitude.

Et pourtant, la perspective concrète d'une mort proche n'entraîne pas toujours les affres que l'on attend. Chez des individus lucides, sans discipline philosophique particulière, sans croyances exaltantes, il arrive qu'après une phase d'horreur déclenchée par l'annonce de la mort, s'installe une étonnante sérénité. Quelque chose s'est passé en eux de si profond que l'angoisse et la tristesse cèdent la place à la paix intérieure. Ce quelque chose, dans son mécanisme, dans ses mobiles, échappe peut-être à notre entendement. Il n'en existe pas moins et s'offre comme un paradigme radical aux psychologues préoccupés d'induire des changements ontologiquement légitimes.

Un paradigme *pour* la psychothérapie et non *de* la psychothérapie car nous ne prétendons en rien que l'aide au mourant est ou doit être une psychothérapie. Laquelle, associée pour les uns à une idée de travail long et difficile, pour les autres à celle d'effets comportementaux observables, paraîtrait bien déplacée là où la mort est annoncée. Et le psychologue prisonnier de ces stéréotypes idéologiques risquerait d'être taxé d'inconvenance à vouloir entreprendre un homme qui sait son temps compté.

Aussi n'est-ce pas de la psychothérapie du mourant qu'il s'agit mais de ce que l'expérience de celui-ci peut offrir de paradigmatique à la psychothérapie. Nous voulons dire que la situation, à la fois limite et exemplaire du mourant nous apprend avec force que seul un changement interne est en mesure de modifier l'expérience que nous avons d'une réalité par ailleurs immuable. Elle nous apprend aussi que ce changement peut survenir rapidement et entraîner une expérience différente de celle-ci.

Sans espoir, sans projet social, sans programme comportemental, le mourant doit travailler sa souffrance, la traiter – et non seulement soigner ses douleurs. Souffrance d'être confronté à cette hyperréalité qu'est la mort, souffrance de perdre l'autre et d'être abandonné, souffrance qui ne se laisse plus tromper par l'illusion ni étourdir par le bavardage. Colloque de l'homme nu et de sa finitude douloureuse, dont nous sommes témoins et qui nous ramène, par une sorte d'ascèse tragique, à l'essentiel de l'existence et de notre action de psychologues : il n'y a pas de maladie à guérir, de structure de personnalité à aménager, de comportement à modifier, de milieu à transformer. Plus rien qu'une souffrance à soulager, ne serait-ce qu'un peu, ne serait-ce que pour peu de temps.

Or, force nous est de reconnaître que souvent les idéologies, les théories, les techniques captivent notre attention et nous attirent quelquefois dans les activités excentrées que les éthologistes qualifieraient sans doute d'activités à vide.

Ainsi l'homme qui nous consulte en vient à disparaître derrière le savant échafaudage des idées. Et notre question alors est de savoir comment exhausser l'échafaudage plutôt que de retrouver l'homme. Dans nos consultations, combien de fois les personnes ne sont-elles reconnues qu'en termes de diagnostic, d'indication ou de contre-indication ? Combien sont renvoyées parce qu'incapables de payer le prix d'une thérapie interminable dont elles peuvent difficilement comprendre les buts ? Ou parce que leur plainte ne peut être ramenée à des comportements ou encore parce que le temps – de vie du client, de travail du psychologue – est trop limité pour entreprendre une œuvre aussi vaste qu'une psychothérapie ? La sélection des clients est profondément justifiée par le souci d'une adéquation optimale des moyens et des fins, et ce n'est certes pas ce souci de qualité que nous mettons en cause. Il n'en reste pas moins que, sur le terrain, on voit bien souvent l'instrument prendre le pas sur le sujet qu'il doit servir : c'est à celui-ci de convenir de celui-là. Et le psychologue de se focaliser sur une méthode devenue pour lui LA méthode, nouvelle religion d'esprits en mal de sacré, Église en dehors de laquelle point de salut pour le psychologue infidèle, pour la souffrance impie.

C'est la fanatisation du psychologue, la déshumanisation de son travail et les égarements de sa pensée piégée tantôt par le concret, tantôt par l'abstraction que combat le mourant dont nous savons qu'il peut, par la grâce d'un seul changement intrapsychique, dévisager sa mort proche avec moins d'angoisse. Qu'il le puisse, démontre que, transcendant les méthodes de psychothérapie, une capacité de changement interne existe.

Les moyens du changement, l'individu les trouve en lui-même, chez d'autres et, de façon exceptionnelle, chez un spécialiste dont l'intervention sera qualifiée de psychothérapique dans la mesure où elle est définie par un cadre, des méthodes et un idéal professionnel. Au psychologue, il incombe de perfectionner cet acte spécifique applicable à tout être souffrant, en gardant à l'esprit le paradigme du mourant : il n'y a pas de souffrance trop courte pour n'être pas abrégée, de réalité trop atroce qui ne soit « pensable », de théorie qui doive prévaloir sur l'humilité des faits.