

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

MOURIR DANS LA DIGNITÉ,
UNE ÉTUDE HERMÉNEUTIQUE

THÈSE

PRÉSENTÉE

COMME EXIGENCE PARTIELLE

DU DOCTORAT EN PSYCHOLOGIE

PAR

ÉRIC VIN

MARS 2024

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de cette thèse se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.12-2023). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»

REMERCIEMENTS

Si chaque thèse est un parcours de vie, celle-ci représente plus particulièrement pour moi un périple qui m'a conduit de l'autre côté du monde, aussi littéralement que métaphoriquement. Je ne saurais inviter le lecteur à aborder cette excursion sans avoir pris le temps de remercier plusieurs personnes dont la présence a été cruciale pour moi dans ce cheminement, qui m'ont formé, accompagné et aidé à avancer à chaque étape de cette entreprise périlleuse et complexe, et sans lesquelles je n'aurais pas pu mener à bien ce projet.

Je voudrais commencer par deux êtres qui ont eu pour moi une place tout à fait spéciale et dont l'influence a été durable sur ma manière de comprendre, de penser et d'interpréter tout ce qui nous entoure. Bernd Jager, qui m'a ouvert à l'épistémologie, à la phénoménologie et à l'herméneutique, et qui m'a proposé une vision du monde qui me donne encore de pouvoir m'émerveiller chaque jour. Georges Convert, qui m'a appris lui aussi par son exemple incarné qu'il était possible de comprendre et de vivre les Écritures à la fois avec l'intelligence et avec le cœur. Leur présence chaleureuse demeure en moi encore aujourd'hui, même si je n'ai malheureusement plus la joie de pouvoir trinquer et rire en leur compagnie.

Florence Vinit et Valérie Bourgeois-Guérin, toutes deux mes directrices de recherche, m'ont patiemment guidé et soutenu dans ce travail qui s'est étiré bien plus longtemps que je ne l'aurai cru initialement. Que leur gentillesse, leur appui et leur tact soient loués, car c'est aussi grâce à leur soutien indéfectible que j'ai pu traverser toutes les épreuves et les moments de doute qui n'ont pas manqué de survenir tout au long de mon parcours doctoral.

Je veux aussi remercier mes superviseurs de psychologie cliniques, Marie Leclaire, Jimmy Théberge et Jorge Vasco, qui m'ont tous les trois ouvert à une plus grande compréhension de l'être humain, de la thérapie et de la relation, dans une vision sensible et nuancée, à la fois constituée de techniques concrètes et ancrée dans des fondements théoriques solides.

Mon ami Bilal Issa et sa compagne Élisabeth Senand m'ont infailliblement soutenu dans les moments de tourmente, tout comme ils m'ont aidé à prendre du recul sur mon processus de

recherche. Je veux honorer en particulier les échanges que j'ai eu le privilège d'avoir avec Bilal, lorsque nous avons donné ensemble et à deux reprises le cours de psychologie humaniste à l'UQAM (en 2018 et 2019). Ces moments marquants ont été essentiels à l'élaboration et à la formalisation de nombreuses réflexions épistémologiques sous-jacentes à cette étude.

J'ai aussi de la gratitude envers mes autres collègues étudiants, notamment : Émilie Cormier, David Lavoie, Agathe Lesage, Jeanne Lachance, Carl Martin, Valérie Millette, Gabrielle Poulin, qui à travers les échanges, les discussions que nous avons eues, m'ont permis de confronter mes idées, en améliorer l'expression, de les polir, pour en arriver au résultat que vous avez entre les mains.

Je voudrais enfin dire merci à tous mes amis du Relais Mont-Royal à Montréal : Étienne Godard, Michèle Peručić, Jurgen Fesenmayr, Izabella Marengo, Arnaud Tardy, Jean Binette, André Choquette, et tellement d'autres dont la liste serait trop longue pour ces pages, mais qui sont des piliers et des compagnons de foi.

Mes pensées vont également vers ma famille, feu mes parents, mes frères et mes belles-sœurs, mes nièces et mon neveu, dont le soutien silencieux, mais bien présent m'a porté tout au long de ce parcours.

DÉDICACE

À Lisa,

toi qui as tout l'avenir devant toi,
que ton énergie et ta joie de vivre demeurent,
qu'elles t'aident à vivre pleinement et à prendre part à la
construction d'un monde meilleur.

No man is an island entire of itself;
every man is a piece of the continent, a part of the main;
if a clod be washed away by the sea,
Europe is the less, as well as if a promontory were,
as well as any manor of thy friends or of thine own were;
any man's death diminishes me,
because I am involved in mankind.
And therefore never send to know for whom the bell tolls;
it tolls for thee.

*Aucun homme n'est une île, un tout, complet en soi;
tout homme est un fragment du continent,
une partie de l'ensemble;
si la mer emporte une motte de terre,
l'Europe en est amoindrie,
comme si les flots avaient emporté un promontoire,
le manoir de tes amis ou le tien;
la mort de tout homme me diminue,
parce que j'appartiens au genre humain;
aussi n'envoie jamais demander pour qui sonne le glas:
c'est pour toi qu'il sonne.*

John Donne (1572-1631)
MEDITATION XVII
Devotions upon Emergent Occasions (1624).

TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS.....	ii
DÉDICACE.....	iv
LISTE DES FIGURES.....	viii
RÉSUMÉ.....	ix
ABSTRACT.....	x
INTRODUCTION.....	I
1. Une approche existentielle de la fin de vie.....	6
2. Mourir dans la dignité, faire face à la souffrance.....	9
3. La méthodologie phénoménologique et herméneutique.....	15
4. Le choix d'une œuvre.....	27
5. La question de recherche.....	29
6. Plan de la recherche.....	34
CHAPITRE I SUR LA DIGNITÉ.....	36
1.1. Perspectives psychologiques sur la dignité.....	37
1.2. Dimensions philosophiques de la dignité.....	45
1.3. Créés à l'image de Dieu.....	51
1.4. Si le grain ne meurt, il reste seul.....	59
1.5. Le lavement des pieds.....	64
1.6. L'âme et la dimension trinitaire de la dignité.....	68
1.7. Vers un modèle multidimensionnel de la dignité.....	73
CHAPITRE II SUR LA SOUFFRANCE.....	83
2.1. La souffrance n'est pas la douleur.....	90
2.2. Deuil et Mélancolie.....	105
2.3. Comment faire face à la souffrance ?.....	115
2.4. La souffrance, pourquoi ça fait mal ?.....	124
2.5. Le rôle des émotions face à la souffrance.....	130
2.6. Dukkha, la vision bouddhiste de la souffrance.....	140

2.7. Prendre en charge la souffrance extrême avec les soins palliatifs	152
2.8. Un aperçu phénoménologique de la souffrance	160
CHAPITRE III SUR LE SENS DE LA SOUFFRANCE	163
3.1. Justification de la souffrance par les mythes	170
3.2. Le livre de Job, sortir de la rétribution et des théodicées	183
3.2.1. La rétribution, un implicite fondamental du récit	189
3.2.2. La réciprocité, un principe fondamental de l'humanité	194
3.2.3. La puissance renversante de la rencontre mystique avec Dieu	199
3.2.4. La souffrance, processus de guérison, chemin d'humilité	204
3.2.5. Le livre de Job, une réflexion mythologique sur la souffrance	208
CHAPITRE IV À PROPOS DE LA THÉOLOGIE DE LA CROIX	215
4.1. Le sacrifice, substantification de la relation à Dieu	220
4.2. Le chant du Serviteur souffrant	225
4.3. Expiation ou réconciliation	233
4.4. Le bouc émissaire devient l'Agneau de Dieu	238
4.5. Réconciliation et communion avec Dieu	242
4.6. La dimension communielle de la souffrance	248
4.7. Humilité et vulnérabilité, dessaisissement et sacrifice	253
CHAPITRE V DISCUSSION	261
5.1. Retour sur la dignité et la souffrance	261
5.2. Liens et interactions entre dignité et souffrance	277
5.3. Dignité et souffrance à la fin de la vie	281
5.4. Et l'aide médicale à mourir ?	295
CONCLUSION	303
RÉFÉRENCES	312

LISTE DES FIGURES

Figure 1.1: Modèle multidimensionnel de la dignité	78
Figure 2.1: Représentation graphique: «la souffrance n'est pas la douleur».....	97
Figure 2.2: Modèle adaptatif de la souffrance et des émotions	134
Figure 2.3: Souffrance globale	157

RÉSUMÉ

Partant d'une réflexion sur l'aide médicale à mourir, il sera ici question d'aborder la problématique du *mourir dans la dignité*, sous la forme d'un essai théorique, phénoménologique et herméneutique. Cette recherche porte sur le double thème de la dignité et de la souffrance, qui seront initialement approchées comme constituant la trame même de l'existence humaine. Les sources utilisées dans cette étude sont psychologiques, philosophiques, anthropologiques, sociologiques et théologiques, mais ce sont en particulier des interprétations herméneutiques de textes tirés de la Bible qui nous amèneront à proposer en premier lieu un modèle multidimensionnel de la dignité s'exprimant à travers les trois modalités de l'existence (*avoir, faire et être*), ainsi qu'avec les manifestations trinitaires de l'altérité (*soi-même comme un autre, les autres et le tout Autre*). En deuxième lieu, la souffrance sera considérée dans une perspective adaptative, liée avec le rôle des émotions primaires, des mécanismes d'adaptation et de défense. Cette réflexion met également en évidence la présence de situations *limites* qui viennent se heurter à notre impuissance et provoquent des souffrances durables qui sont par définition impossibles à résoudre; ces dernières ne peuvent alors être accueillies que dans le deuil. Plusieurs textes tirés de la Bible (la Genèse, le livre de Job, le chant du serviteur souffrant), ainsi que des réflexions inspirées de la théologie de la Croix, révèlent néanmoins l'importance de l'accompagnement et de l'humilité dans la traversée de ce processus. La vision *communiale* de l'existence humaine sera également identifiée comme pouvant grandement nous aider à la traversée de cette souffrance, grâce à la conscience que nous pouvons en avoir de prendre part à un ensemble qui nous dépasse et par la croissance de l'humilité qu'elle favorise. La mise en perspective de ces réflexions en lien avec la fin de vie met en lumière les changements et les déséquilibres susceptibles de survenir, et nous amène à chercher à développer des sources de dignité différentes de celles que nous avons pu privilégier tout au long de notre vie. Ce processus étant long, il est important de s'y préparer à l'avance.

Mots clés: Dignité, Souffrance, Fin de vie, Mourir, Vivre, Existence.

ABSTRACT

Starting from a reflection on medical aid in dying, this essay aims to address the issue of dying with dignity through a theoretical, phenomenological, and hermeneutic approach. This research focuses on the dual themes of dignity and suffering, which will initially be approached as constituting the very fabric of human existence. The sources used in this study are psychological, philosophical, anthropological, sociological, and theological, but it is particularly hermeneutic interpretations of texts from the Bible that will lead us to propose, first and foremost, a multidimensional model of dignity expressed through the three modalities of existence (*having, doing, and being*), as well as through the Trinitarian manifestations of otherness (*self as another, others, and the wholly Other*). Secondly, suffering will be considered in an adaptive perspective, linked with the role of primary emotions, adaptation and defense mechanisms. This reflection also highlights the presence of *limit* situations that confront our powerlessness and provoke lasting sufferings that are by definition impossible to resolve; these can only be accommodated through mourning. Several texts from the Bible (Genesis, the Book of Job, the Song of the Suffering Servant), as well as reflections inspired by the theology of the Cross, nevertheless reveal the importance of accompaniment and humility in the process. The *communal* vision of human existence will also be identified as greatly helping us in the journey through this suffering, through the awareness we can reach that we are taking part to a larger whole that surpasses us and through the growth of humility it promotes. The perspective these reflections brings in relation to end-of-life highlights the changes and imbalances that may arise and leads us to seek to develop sources of dignity different from those we may have privileged throughout our lives. As this process is lengthy, it is important to prepare for it in advance.

Keywords: Dignity, Suffering, End of life, Dying, Living, Existence.

INTRODUCTION

Le 5 juin 2014, le projet de loi concernant les soins de fin de vie a été adopté par l'Assemblée nationale du Québec. Ce projet, initialement appelé «*mourir dans la dignité*», a été précédé des travaux d'une commission spéciale parlementaire transpartisane qui a travaillé sur le sujet entre 2009 et 2013. Ses représentants ont présenté en mars 2012, un rapport de 24 propositions qui ont permis d'encadrer les pratiques telles que l'aide médicale à mourir dans les cas de maladies incurables — situations où jusqu'alors seuls les soins palliatifs étaient proposés aux personnes en fin de vie (Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité, 2012). C'est à cette époque que nous avons personnellement commencé à nous intéresser au sujet de l'aide médicale à mourir et à débiter l'articulation de l'essai que vous avez actuellement sous les yeux. Depuis 2015, la pratique de l'aide médicale à mourir s'est graduellement mise en place au pays, d'abord au Québec, puis en 2016 au Canada, avec des restrictions d'accès et des critères d'éligibilité qui se sont progressivement assouplis à partir de l'année 2020.

Dans le reste du monde, à la date où nous écrivons ces lignes, 7 pays se sont munis de législations autorisant une fin de vie médicalement assistée, certains bien avant le Québec et le Canada. Historiquement, ce sont les pays du Benelux qui se sont les premiers dotés d'une législation dépénalisant et encadrant l'aide médicale à mourir, appelée là-bas *euthanasie*¹: les Pays-Bas en 2001, la Belgique en 2002, puis le Luxembourg en 2009; vinrent ensuite la Colombie en 2015, puis plus récemment l'Espagne et la Nouvelle-Zélande en 2021. Enfin, l'Australie est le dernier pays en date dont plusieurs états et territoires ont adopté des législations similaires entre 2017 et 2022. Alternativement, d'autres pays ont opté pour une voie qui dépénalise ou autorise explicitement le *suicide assisté*²: la Suisse, où le Code pénal a

¹ *Leuthanasie* est «l'acte qui consiste à provoquer intentionnellement la mort d'une personne à sa demande pour mettre fin à ses souffrances.» (Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité, 2012. p.17). À ce titre, le terme d'*Aide Médicale à Mourir*, utilisé au Québec et au Canada, recouvre la même signification en insistant sur la perspective médicale qui sous-tend le geste.

² Le *suicide assisté* est le «fait d'aider quelqu'un à se donner volontairement la mort en lui fournissant les moyens de se suicider ou de l'information sur la façon de procéder, ou les deux.» (Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité, 2012. p.18)

laissé ouverte la possibilité de suicide assisté dès 1937, mais aussi la Suède en 2010, plusieurs États des États-Unis d'Amérique (l'Oregon dès 1997, puis l'État de Washington, le Vermont, la Californie, le Colorado, le District de Columbia, Hawaï, le Maine, le New Jersey et le Nouveau-Mexique), l'Italie en 2019, ou plus récemment l'Autriche en 2022. (Association Québécoise pour le Droit de Mourir dans la Dignité, 2022)

D'autres pays encore, parmi les plus développés économiquement, ont mené ou mènent actuellement des débats sur la question, mais sans avoir encore légalisé ou dépénalisé ces pratiques. C'est le cas notamment en France, où en 2012, le rapport Sicard abordait lui aussi les questions éthiques portant sur l'euthanasie, le suicide assisté et l'aide médicale à mourir, et préparait ainsi la mise à jour de la loi relative aux droits des malades et à la fin de vie (Loi Leonetti, 2005). Cette réflexion a débouché sur un refus de l'aide médicale à mourir, mais a privilégié d'autres techniques de soins palliatifs pour continuer à soulager les patients en phase terminale. Ainsi en 2016, la loi Clayes-Leonetti est venue y autoriser la sédation terminale³. Notons que cette dernière pratique a fait également partie des aménagements à la loi québécoise, dès son entrée en application en 2015.

Aujourd'hui dans de nombreux pays, les débats sont encore vifs au sujet des conditions dans lesquelles devraient s'exercer ces pratiques. Au Québec, lors de l'introduction de la loi sur l'aide médicale à mourir, les critères exigés afin de voir une demande acceptée étaient relativement restrictifs. Ainsi la loi 2, concernant les soins de fin de vie (Québec, 2014), précisait que «seule une personne qui satisfait à toutes les conditions suivantes peut obtenir l'aide médicale à mourir:»

1. elle est une personne assurée au sens de la Loi sur l'assurance maladie;
2. elle est majeure et apte à consentir aux soins;
3. elle est en fin de vie;
4. elle est atteinte d'une maladie grave et incurable;
5. sa situation médicale se caractérise par un déclin avancé et irréversible de ses capacités;

³ La *sédation terminale* ou *sédation palliative continue* est «l'administration d'une médication à une personne, de façon continue, dans le but de soulager sa douleur en la rendant inconsciente jusqu'à son décès.» (Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité, 2012. p.18)

6. elle éprouve des souffrances physiques ou psychiques constantes, insupportables et qui ne peuvent être apaisées dans des conditions qu'elle juge tolérables.

Ces dispositions excluait donc implicitement : les personnes mineures, la possibilité d'obtenir l'aide médicale à mourir via des directives anticipées, les personnes devenant inaptes après avoir complété leur demande, les cas de maladie dégénérative ne provoquant pas le décès à court terme et enfin les cas de personnes atteintes de maladie mentale seule.

Au niveau canadien, c'est un arrêt de la Cour suprême en date du 6 février 2015 (l'arrêt «*Carter*») qui modifiera le Code criminel par la dépénalisation de l'aide au suicide et qui entraînera de facto la mise en place de l'aide médicale à mourir au niveau fédéral. Le texte de cette loi exprimera le critère de « fin de vie » dans une tournure légèrement différente de la loi québécoise, exigeant une « mort naturelle devenue raisonnablement prévisible. » Cette formule, qui donnera lieu à des débats sur son interprétation, soulevant l'ambiguïté incluse dans cette expression, demeurera dans un premier temps inchangée.

Le premier assouplissement au contenu même de ces deux lois fut introduit en 2019, à travers un autre jugement, celui de la Cour supérieure du Québec (la clause «*Truchon et Gladu*»). En l'espèce, c'est le critère (3), de « fin de vie », qui fut jugé inconstitutionnel, car discriminatoire. Ce dernier, même s'il apparaît encore dans le texte de la loi québécoise, est considéré comme *inopérant* depuis 2020. De même, le critère de la loi fédérale impliquant une « mort raisonnablement prévisible » fut retiré du Code criminel en 2021. Malgré des débats contradictoires qui n'ont pas manqué de survenir à cette occasion, ce premier élargissement des critères était toutefois attendu, soutenu par les groupes de pression réclamant l'accès à l'aide médicale à mourir pour les personnes atteintes de maladies physiques dégénératives qui en étaient jusque là privés. Par ailleurs, ce premier élargissement a été suivi d'une autre réduction des critères, introduit en juin 2021, autorisant une personne à obtenir l'aide médicale à mourir même si cette dernière a perdu son aptitude à consentir après avoir fait sa demande.

Dans le même laps de temps, au Québec, une commission spéciale sur l'évolution de la Loi concernant les soins de fin de vie (2021) a été mise sur pied afin d'étudier les enjeux liés à l'élargissement de l'aide médicale à mourir pour les personnes en situation d'inaptitude et les personnes souffrant de problèmes de santé mentale. Elle a rendu ses conclusions au gouvernement du Québec le 8 décembre 2021 et préconise la possibilité «qu'une personne majeure et apte puisse faire une demande anticipée d'aide médicale à mourir à la suite de l'obtention d'un diagnostic de maladie grave et incurable menant à l'inaptitude.» Cependant, la commission recommande «de ne pas élargir l'accès à l'aide médicale à mourir aux personnes dont le seul problème médical est un trouble mental.» À la date où nous écrivons ces lignes, ces changements n'ont pas encore été l'objet d'un vote à l'Assemblée nationale du Québec. La législature ayant été clôturée au milieu de l'année 2022 avant la possibilité d'un vote, ce dernier a pour l'instant été reporté et devrait avoir lieu au courant de l'année 2023. Au fédéral, cette dernière disposition a elle aussi été précisée dans le Code criminel en mars 2021, tel «que l'aide médicale à mourir ne soit pas permise lorsque la maladie mentale est la seule condition médicale invoquée» (L.C. 2021, ch. 2). Cependant, cette exemption est seulement temporaire. Elle doit être soumise à l'étude de critères d'admissibilité spécifiques et début 2023 un délai supplémentaire a été introduit — ce délai devant permettre au législateur de définir ces critères avant mars 2024. Notons que ce point est actuellement encore fortement débattu, ainsi le Collège des Médecins du Québec (2021) et l'Ordre des Psychologues du Québec (2021) se sont tous deux prononcés dans des communiqués distincts en faveur d'un tel élargissement, mais sous des conditions qui restent à définir.

Du côté des chiffres, selon les statistiques publiées pour l'année 2021 dans le troisième rapport annuel sur l'aide médicale à mourir au Canada (2022), cette manière de mourir a ainsi représenté 3,3% de toutes les causes de décès au pays, alors qu'au Québec cette moyenne s'élève à 4,7%. Il est à noter que ces chiffres sont en augmentation constante et régulière depuis l'introduction de cette pratique. En 2019, ce taux s'élevait pour l'ensemble du Canada à 2%, puis en 2020 à 2,5%, pour passer à 3,3% en 2021. Il est à noter que parmi les provinces, le Québec et la Colombie-Britannique sont les deux administrations qui se démarquent par un taux significativement supérieur à la moyenne canadienne (pour le Québec, 2,4% en 2019, 3% en 2020 et 4,7% en 2021; pour la Colombie-Britannique 3,3% en

2019, 3,8% en 2020 et 4,8% en 2021). Ces écarts sont présentés dans le rapport officiel comme provenant d'une différence socioculturelle spécifique à ces deux provinces et certains commentateurs l'interprètent pour le Québec comme le résultat combiné de l'élargissement progressif des critères, d'une moyenne d'âge de la population plus élevée, ainsi que d'une plus faible présence du fait religieux dans la province (Gravel, 2023).

Notons que ces moyennes se situent significativement au-dessus du taux observé dans un pays comme la Belgique (2,4% en 2021) — pays dont la loi a autorisé l'euthanasie il y a maintenant 20 ans et dont les critères la rendaient déjà accessible par directives anticipées, puis furent élargis aux troubles mentaux, ainsi qu'aux mineurs depuis 2014 (dans les seuls cas où le pronostic vital est engagé à court terme — Santé Belgique, 2022). À l'inverse, le taux québécois se situe dans une mesure proche de celui des Pays-Bas (Regional Euthanasia Review Committees, 2022), premier pays à avoir légalisé l'euthanasie, où il s'élève à 4,5% en 2021, en augmentation récente lui aussi après une relative stabilité depuis 2017.

Si ces chiffres peuvent nous paraître tour à tour rassurants ou inquiétants, selon notre sensibilité, il est certainement encore trop tôt pour en tirer des enseignements définitifs. Cependant, l'ensemble de ces changements récents et la rapidité de leurs évolutions sont clairement le signe que la question de la gestion de la fin de vie est récemment devenue un sujet brûlant. L'allongement de la durée de la vie pour une majorité de personnes vivant dans les sociétés occidentales nous questionne de manière essentielle sur la qualité de cette vie, surtout dans ses dernières années. Pourtant, si les commissions d'études ont posé un regard aigu sur la logistique de la fin de vie, elles reconnaissent dans leurs rapports et dans leurs communiqués que la problématique existentielle n'y est que partiellement adressée. Quand elle n'est pas simplement absente de leurs considérations, elle est malheureusement souvent seulement abordée d'un point de vue légal, médical ou organisationnel. Cet inconfort est visible dans plusieurs positions, telles que celle émanant du Collège des Médecins (2021):

L'enjeu ici est beaucoup plus existentiel, sociologique et philosophique que médical. De l'avis du Collège, il faut que ce débat soit élargi à la société tout entière. Par conséquent, le Collège choisit à ce moment-ci de retenir son positionnement. (Collège des Médecins, 2021, § « Fatigue de vivre »)

1. Une approche existentielle de la fin de vie

Bien sûr, il est convenu d'admettre que cette dimension existentielle liée au sens de la vie qui se manifeste particulièrement à la fin de la vie, sort de la compétence des institutions des domaines médical ou légal. Il est cependant plus préoccupant de constater que cet état de fait est le même dans le monde politique, comme le montre cet extrait du rapport de la première commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité au Québec :

Nous croyons qu'un cheminement vers la reconnaissance de la mort comme l'issue naturelle de la vie est entamé, mais il faudra encore du temps pour qu'elle s'étende à l'ensemble de la société. Il faut que tous en arrivent à apprivoiser la mort pour pouvoir discuter des questions qui l'entourent avec leurs proches. (...) La stratégie de communication prévue dans la Politique pour stimuler le débat sur le sens et sur les valeurs de la vie, si elle était appliquée, pourrait sans doute donner des résultats concluants à cet égard. (Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité, 2012, p. 34)

Au-delà du vœu pieux d'un changement, sans réelle initiative pour y parvenir, la formulation quelque peu mal assurée de cette dernière remarque montre bien à quel point la question « du sens et des valeurs de la vie » est loin d'être une région confortable pour le législateur. De plus, lorsque nous prenons un peu de recul face aux études menées préalablement à la mise en place de l'aide médicale à mourir, il apparaît clairement que leurs conclusions ont surtout porté sur des questions d'ordre légal, médical et logistique, sur la pratique et de l'encadrement de l'anesthésie, de la sédation, de l'euthanasie, ainsi que celles des directives anticipées. Cependant la réflexion éthique qui a sous-tendu l'établissement de ces recommandations a été notablement peu ancrée dans une réflexion existentielle. À bien y regarder, on dirait qu'aucun acteur politique dans ce débat n'a souhaité prendre réellement position sur ce plan. Il nous semble pourtant crucial que ces aspects soient effectivement inclus dans une démarche engagée sur de tels sujets.

Ce désinvestissement révèle assurément un vide présent actuellement dans notre société et nous laisse nous interroger sur qui (ou ce qui) pourrait dès lors y incarner la dimension

existentielle⁴. Peut-être cette difficulté est-elle plus particulièrement sensible dans le cadre de l'aide médicale à mourir qui nous intéresse ici, car nous sommes en outre dans un domaine qui se trouve aux frontières de plusieurs disciplines. À l'évidence, la fin de vie, la souffrance et la mort soulèvent des questions qui sont difficiles. Or force est de constater que nous abordons malheureusement bien souvent les problèmes de notre société de manière par trop réductrice et compartimentée, ce qui conduit parfois à des solutions simplistes qui en occultent certains aspects parmi les plus essentiels.

À cet égard, la vision moderne et biologique de la souffrance, omniprésente dans la gestion que nous avons des maladies, nous pousse à concevoir trop souvent la fin de vie comme un échec. L'approche actuelle à cette question révèle ainsi un refus implicite de la mort. Lorsque les traitements curatifs atteignent leurs limites, il reste difficile pour nombre d'équipes médicales d'accepter de céder la place aux traitements palliatifs. Cette observation est présente dans plusieurs rapports d'étude sur la question de la fin de vie (Commission spéciale mourir dans la dignité, 2012, p. 33). Elle y est admise comme l'une des principales barrières à l'objectif de rendre les soins palliatifs plus disponibles auprès d'une majorité des malades. La lutte contre les pratiques d'acharnement thérapeutique y est présentée comme une route longue et difficile, car de nombreux médecins, comme d'autres professionnels du corps médical, sont naturellement plus impliqués dans leur tâche de soins, de guérison ou de maintien de la vie. En lien avec ce constat, il est frappant de noter que la dénégation de la mort est également particulièrement présente dans notre culture et dans notre société occidentale. Il s'agit bien souvent du tabou ultime dont nous souhaitons éviter de parler, auquel nous souhaitons éviter de penser (Jacquemin, 2014, p. 68). De plus, la conception des soins palliatifs se réduit encore pour beaucoup de professionnels de la santé à l'anesthésie de la douleur physique, faisant passer en second plan les aspects psychologiques, spirituels ou existentiels (Le Berre, 2020, p. 563).

⁴ Nous ne pourrions pas explorer ici les conséquences d'un tel effacement de la pensée existentielle comme sous-bassement des politiques publiques de nos sociétés occidentales. Aussi importantes fussent-elles, elles demeurent hors de notre propos. Il semble que les philosophes existentiels du XX^e siècle (Hanna Arendt, José Ortega y Gasset, Albert Camus et bien d'autres...), par leur engagement politique et leur réflexion humaniste avaient pourtant profondément inspirés les politiques publiques des années d'après guerre — tout cela semble avoir aujourd'hui régressé.

À la lumière de ces constatations parfois révélatrices de notre impuissance, il faut reconnaître que ces questions entourant la fin de vie nous échappent assurément dès que nous essayons de les intégrer dans une politique de santé publique, de les placer dans une méthodologie ou encore de les enfermer à l'intérieur d'un processus strictement rationnel. Ultimement, nous sentons et nous savons que notre impuissance face à la mort, que notre vulnérabilité humaine, nos désespoirs, ne peuvent se gérer, se traiter ou se résoudre réellement et aussi simplement que par la seule utilisation de psychotropes, par le biais de nouvelles technologies médicales ou par la mise en place de techniques organisationnelles. Il n'est ainsi aucun raccourci scientifique ou technique qui réponde à ces questionnements existentiels. Dès lors, il nous apparaît nécessaire de ne pas considérer les soins de fin de vie uniquement dans leurs aspects biologiques — ni même seulement comme *palliatifs* à la douleur physique et à la souffrance psychologique. Il apparaît essentiel de les concevoir globalement, dans leur perspective *existentielle*, en regard de la situation de fin de vie d'une personne et de celle de ses proches. Enfin, il apparaît précieux d'y intégrer éventuellement une dimension de sens et même une dimension spirituelle lorsque cette dernière est présente.

Il nous faut souligner ici à grands traits que ce qui pourrait ressembler, pour certains ou certaines, à une forme de régression de nos connaissances est davantage un souhait de réintégration d'une démarche qui se veut plus globale et holistique envers la personne humaine. Il ne s'agit donc ni de nier les avancées scientifiques, ni de les réduire dans leurs pertinences ou leurs avantages, mais simplement d'en comprendre les limites. Il s'agit également de chercher à préserver et continuer à faire vivre un mode d'accès à la connaissance, un savoir antérieur, qui a accompagné l'humanité depuis des millénaires. Ainsi, avant que la science ne devienne le moyen privilégié d'accéder à un savoir spécifique, les civilisations de culture préscientifiques n'étaient pourtant pas totalement sans ressource pour faire face à la souffrance et à l'angoisse de la mort. Depuis que l'humanité existe, les mythes, les religions et les œuvres d'art nous éduquent sur ces problématiques proprement humaines et existentielles. Ces créations ont ainsi aidé des générations d'hommes et de femmes à vivre leur vie et à se préparer à leur fin inéluctable — quelles qu'aient été leurs souffrances. Depuis toujours, les êtres humains ont recherché l'aide d'autres êtres humains

dans leur quête de sens, et ce sans pour autant faire uniquement ni systématiquement appel à des connaissances scientifiques. Il nous faut admettre que ces approches traditionnelle et non scientifique de la fin de vie ont progressivement été rejetées, parfois même oubliées, dans la plupart de nos institutions publiques. Ceci transparait au point où aujourd'hui certains acteurs majeurs du monde médical et politique n'entrevoient aucune autre solution à ces difficultés existentielles que celle de l'aide médicale à mourir (Gravel, 2023). Peut-être alors faut-il nous rappeler que si la science ne peut toujours pas nous éviter de mourir, il est heureusement toujours possible de retrouver, réapprendre et mettre à profit les acquis de cette culture.

De nos jours, cette connaissance non scientifique est bien trop souvent offusquée⁵ et négligée. Elle peut pourtant nous permettre de découvrir comment aborder ce moment ultime et définitif qui constitue l'achèvement de notre vie, en la combinant avec les connaissances scientifiques acquises dans les derniers siècles. C'est dans ce sens et à partir de ce constat qu'il nous apparaît important d'aborder ce sujet dans une perspective qui soit existentielle et humaniste, afin de compléter l'éventail des connaissances que nous pouvons acquérir et utiliser pour l'appriivoiser. Cependant, avant d'aller plus loin et pour mieux situer notre réflexion, il nous faut encore explorer un dernier thème afin d'appuyer et élargir notre démarche. Il s'agit d'un aspect lié à notre sujet, devenu plus problématique dans les dernières décennies et qui touche la question de la *dignité*. Car c'est bien l'irruption de ce concept, au cœur des débats entourant la fin de vie, qui a motivé l'introduction de l'aide médicale à mourir, en particulier au sein des pays les plus développés économiquement, possédant aussi les technologies médicales les plus poussées.

2. Mourir dans la dignité, faire face à la souffrance

En effet, avec les progrès de la médecine en asepsie, en chirurgie, grâce aux antibiotiques et aux autres formes de techniques avancées, il est devenu aujourd'hui possible de maintenir en vie des personnes dont la gravité de l'affection aurait été rapidement fatale. Ce constat avait été déjà fait il y a presque un demi-siècle par le médecin psychiatre et phénoménologue J.H.

⁵ Ici dans le sens premier d'«empêcher d'être vu», comme lorsqu'un astre *offusque* le soleil.

van den Berg, dans son livre «*Medical power and medical Ethics*» (1978). Il y détaille les nouvelles techniques médicales d'alors, capables de faire de vrais miracles, tels que de maintenir artificiellement une personne en état de mort cérébrale: le cerveau peut avoir perdu définitivement toute activité mentale, les techniques avancées de réanimation donnent au corps encore biologiquement vivant les nutriments et l'oxygène nécessaire à la survie du corps. Sans aller couramment jusqu'à ces situations extrêmes, il est effectivement de nombreux cas où les techniques médicales peuvent maintenir en vie une personne dans un état de délabrement corporel et mental devenu difficile à supporter. Soutenus par tout un arsenal pharmacologique, affaiblis par des opérations multiples, certains patients vivent leurs derniers jours dans des hôpitaux souvent impersonnels, parfois déshumanisés — et ce dans un état mental à la limite de la conscience. Souvenons-nous, il ne s'agit pas ici de remettre en cause les bénéfices que nous tirons des avancées médicales rendues aujourd'hui disponibles par nos systèmes de santé modernes. Cependant, il convient de noter à quel point ces techniques ont modifié profondément la qualité de vie des malades, en particulier dans leurs derniers moments.

S'éteindre paisiblement entouré de ses proches ou tout simplement mourir dans son sommeil, voilà ce que la majorité des gens souhaitent pour la fin de leur vie. Malheureusement, mourir peut parfois être synonyme d'une lente agonie ou d'une longue déchéance. En effet, au cours des dernières décennies, les progrès remarquables de la médecine et de la pharmacologie ont contribué à allonger l'espérance de vie, au prix parfois de la qualité de vie. Que répond notre société à la souffrance exprimée par certaines personnes en fin de vie? Comment réagir aux demandes d'aide à mourir? Comment assurer à tous une mort dans la dignité? (Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité, 2012, p.11)

La dignité à la fin de la vie est donc logiquement devenue une question cruciale posée au cœur des préoccupations des rapports que nous avons évoqués précédemment. Il en est fait mention dans l'intitulé même de la commission québécoise dont les travaux ont précédé à l'établissement de la loi sur les soins de fin de vie, nommée «*mourir dans la dignité*». Ceci nous indique bien toute l'importance que cette question a pu prendre dans le cadre de la mise en place de l'aide médicale à mourir. Ceci traduit également un questionnement existentiel fondamental sur ce qui peut venir nous préoccuper à la fin de notre vie, et auquel la

commission québécoise cherchait vraisemblablement à apporter des réponses. Prenons quelques instants pour observer la manière avec laquelle cela a été fait.

À la lecture du rapport de la première commission québécoise, nous comprenons que cette dernière a envisagé principalement la notion de dignité comme une caractéristique «étroitement associée au respect de l'autonomie de la personne» et en lien avec la maîtrise de la douleur et de la souffrance :

Il s'agit de la dignité «subjective», qui est relative et personnelle. En toute logique, il en découle que c'est la personne mourante qui est la mieux placée pour évaluer si sa vie est encore digne d'être vécue. Cette évaluation peut se faire sur la base des souffrances qu'elle ressent, par exemple, de la déchéance découlant de sa maladie. (Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité, 2012, p. 64)

Mentionnons que le rapport de la commission (2012) reconnaît également que la dignité peut recouvrir alternativement un sens plus universel :

On peut concevoir la dignité humaine comme un principe fondamental qui survit à la perte de liberté, à l'absence de la conscience de soi ou de la capacité d'entrer en relation avec autrui. Ainsi, la dignité est liée à l'être humain du seul fait de sa condition humaine, peu importe l'âge, le sexe, la religion, la condition sociale, l'origine ethnique, etc. Il s'agit de la dignité «intrinsèque», qui est absolue, objective et universelle. Toujours selon cette signification, la dignité humaine étant inaliénable, les conditions dans lesquelles on meurt ne peuvent l'entacher. En d'autres mots, il n'est pas possible de «mourir indigne». (Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité, 2012, p. 64)

En toute logique, la commission québécoise a considéré dans ses travaux préalables à l'établissement de la loi sur l'aide médicale à mourir que si la dignité n'était prise que dans son sens intrinsèque et universel, c'est toute la réflexion portée sur le sujet qui deviendrait caduque. C'est aussi toute tentative d'action qui serait alors inutile et futile.

De plus, la dignité telle qu'elle est comprise dans la vie de tous les jours renvoie à la notion de dignité subjective, ce qui a d'ailleurs été démontré par le nombre de témoignages ayant fait état de fins de vie dignes ou indignes. (Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité, 2012, p. 65)

Si ce constat est basé sur le quotidien de situations cliniques tragiques que nous avons nous-même vécues dans notre pratique clinique, nous devons néanmoins prendre cette question au sérieux et nous poser à nouveau la question de savoir si cette notion de dignité ne porte effectivement que sur ces deux aspects: l'un entièrement objectif, l'autre totalement subjectif, ou bien s'il n'y a pas là matière à nuancer et ainsi élaborer une compréhension de la dignité qui soit plus complète.

Soulignons au passage qu'il nous apparaît entièrement légitime et tout à fait nécessaire de vouloir atténuer la crainte et la détresse que peut inspirer la mort auprès du plus grand nombre, en tentant de réduire les douleurs et les souffrances vécues lors des derniers moments de la vie. L'aide médicale à mourir vient offrir un moyen supplémentaire de mettre fin à ces souffrances de manière radicale, en s'en remettant à la décision propre du patient. La dignité, ainsi considérée dans son caractère subjectif, sous-tend l'idée qu'il appartient au patient lui-même de décider s'il a la volonté de continuer les traitements, d'endurer ses souffrances — même sans espoir de guérison à court, moyen ou à long terme —, ou bien s'il souhaite mettre fin à une vie qui ne lui semble plus digne d'être vécue.

Tout cela est très cohérent, mais qu'en est-il d'un patient qui n'est plus capable d'exprimer son point de vue? Que faire pour une personne qui, pour une raison ou une autre, par exemple paralysie, démence ou inconscience, est incapable de donner la moindre indication sur ses volontés, ou bien encore une personne dont le jugement est obscurci ou affaibli? Ces questions sont encore aujourd'hui débattues dans le cadre de l'élargissement de la loi. Pour une part au Québec, elles ont été tranchées dans les situations de maladie incurable *menant* à des situations d'inaptitude: l'accès à l'aide médicale à mourir devrait ainsi très prochainement être ouvert à la possibilité d'une demande médicale anticipée (Commission spéciale sur l'évolution de la Loi concernant les soins de fin de vie, 2021). Cependant comme nous l'avons vu, la question des troubles mentaux provoquant une souffrance intolérable et une diminution significative du sentiment de dignité subjective demeure un sujet épineux. Par ailleurs, d'autres situations particulières, telles que des accidents menant à des pertes de consciences durables — comme les comas —, peuvent également mener à des cas problématiques. Il semble que la définition de la dignité subjective proposée plus haut ne

nous permette pas de résoudre cette difficulté et qu'elle atteigne par ailleurs une limite éthique. Les cas de troubles mentaux graves, d'inconscience permanente ou de mort cérébrale sont particulièrement troublants à cet égard : si la personne n'est plus en mesure de se penser elle-même, comment peut-elle alors juger de sa dignité à continuer à vivre et à recevoir des soins, ou au contraire à décider de mettre fin à sa vie ? Nous constatons ainsi qu'aucune des précédentes définitions de la dignité — que cette dernière soit purement subjective ou bien intrinsèque et objective — ne nous aide à trouver une issue à cette situation. Cependant, si nous nous arrêtons un moment et que nous regardons vers la tradition et les origines du mot *dignité*, il semble que nous pourrions parvenir à y déceler d'autres sens qui pourraient nous éclairer. Nous proposons donc d'aborder ici une brève exploration étymologique qui pourrait nous donner quelques pistes fertiles pour la suite de notre étude.

Comme déjà évoqué, en son sens philosophique et légal, nous trouvons dans le mot *dignité*, le caractère même de la personne humaine — vue avant tout comme une fin en soi. Il s'agit alors de la dignité intrinsèque et objective que mentionne brièvement la commission d'enquête québécoise pour la mettre ensuite de côté. Par ailleurs, le caractère *digne* que nous espérons avoir et garder à la fin de notre vie est bien plus celui qui provient du latin *dignus* (Gaffiot, 1934), qui implique plutôt le mérite, le respect de la décence et des convenances. La dignité que nous saisissons ici évoque un désir qui vise à nous voir garder notre autonomie, à conserver notre indépendance jusqu'au bout, jusqu'à nos derniers instants. En l'espèce, nous relevons ce souhait exprimé dans le rapport de la commission québécoise, qui décrit une situation présentée comme inacceptable : «privé de ses capacités relationnelles et de son autonomie, le malade sera dans un état de totale dépendance envers autrui» (2012, p.37). Dans cette vision très individualiste, il semble difficile d'accepter que la dépendance et la vulnérabilité puissent être également des chemins de dignité pour les personnes en fin de vie — ou même pour toute personne vivant une situation difficile au cours de sa vie. Cette vision strictement subjective de la dignité est ainsi partiellement aveugle au regard de l'autre, et ce même si elle est pourtant implicitement définie en relation à ce même regard. Elle conduit à considérer l'autonomie et l'indépendance à autrui comme des objectifs de vie surpassant tous les autres — comme des formes de vie en société qui nous font oublier que

la dépendance est souvent inhérente à toute relation humaine, depuis notre naissance jusqu'au moment de notre mort.

Mais prolongeons notre exploration étymologique et observons également que la dignité recouvrait initialement le caractère d'une personne qui a reçu et possède une charge *dignitaire*, telle une dignité épiscopale ou seigneuriale (Littré, 1884). Parfois de don divin, la dignité royale renvoie à la responsabilité du roi envers l'État. Il s'agit dans ce cas d'une dignité suprême (provenant du latin *dignitas*), apportant estime, prestige et mérite. Elle s'est progressivement associée à la noblesse, à la gravité d'une position qui doit surtout inspirer le respect qu'elle attend. La dignité est donc une charge qui est avant tout donnée, accordée par une autorité ou par une puissance supérieure; associée à une responsabilité reçue ou à un mérite reconnu. En ce sens, elle ne peut donc être ni seulement intrinsèque, ni strictement subjective. Elle ne peut que s'incarner dans une relation entre la personne qui reçoit cette dignité et celle qui lui accorde. Notons que dans d'autres cas encore, la dignité est accordée par toute une communauté. S'il s'agit d'un représentant officiel de cette communauté, d'un ambassadeur ou d'un élu, elle s'accompagne d'un devoir de représentation du pays ou de la cité, ainsi que du respect d'un mandat qui lui a été fixé. Ainsi dans ce sens, *être digne* signifie toujours être en lien et mériter ce lien. À partir de ces simples et modestes considérations, il est donc possible d'observer que nous naissons dans la dignité dès lors que nous recevons un nom, une famille, une culture et une reconnaissance; et également que nous mourrons dans la dignité lorsque nous vivons, à travers notre mort, l'opportunité de représenter quelque chose ou quelqu'un qui nous dépasse, de donner en retour à un autre, ou encore lorsque que nous conservons un lien significatif avec la communauté qui nous entoure. De cette vision, il devient clair que nous ne pouvons pas uniquement être digne en étant seul, mais qu'il s'agit tout autant d'une affaire de relation aux autres.

À travers ces courts exemples d'élaboration sur la question de la dignité, nous pouvons prendre conscience de quelques éléments: premièrement, que cette notion est tout à fait centrale à notre étude et qu'au-delà de la seule *aide médicale à mourir*, il nous est pertinent d'explorer ce thème de manière plus large. Deuxièmement, nous y contemplons également le fait que la souffrance est intrinsèquement liée à la dignité et qu'elle y a elle aussi une place

fondamentale. Nous pouvons encore constater que l'appel à une vision culturelle et non scientifique nous permet d'envisager d'autres façons de comprendre ces concepts, hors d'un strict clivage objectif/subjectif, mais avant tout dans une perspective relationnelle (ou intersubjective) qui ouvre potentiellement sur un sens lui aussi plus large. De la sorte, la dignité ne demeure pas enfermée dans une définition binaire. Nous constatons encore une fois à quel point les seules connaissances objectives et rationnelles dérivées de la méthode scientifique ne nous sont que de peu d'aide pour nous faciliter l'abord de ces sujets. Quand il s'agit d'aborder les questions de la souffrance ou de la mort, elles nous empêchent parfois d'endurer l'impuissance et d'accueillir l'inéluctable.

En nous focalisant uniquement sur la conquête de nouveaux territoires scientifiques, sur la recherche de la performance économique, sur la mise en valeur de normes individualistes, nous avons souvent occulté et rejeté l'héritage qui nous préparait à l'accueil de telles problématiques existentielles. Or dans notre déchéance, si nous repoussons hâtivement tout ce qui peut nous apparaître ancien, obsolète et dépassé, nous nous retrouvons parfois paradoxalement encore plus démunis et isolés. Lorsque nous évoluons sans les ressources que la culture humaine nous offre et que rien de scientifique ne vient aujourd'hui remplacer, notre réflexion sur le sens est amputée de l'une de ses parties les plus fondamentales, ce qui ne peut que nous laisser durablement dans le désespoir. Ceci nous empêche alors d'accéder à une compréhension plus globale et entière de ces questions qui entourent la fin de la vie, de la dignité, mais aussi de la souffrance. En conséquence, il apparaît maintenant plus clairement que si nous restons uniquement dans une vision rationnelle et objective, nous ne pourrions que constater ce manque et souffrir du fait que notre démarche risque de rester singulièrement incomplète.

3. La méthodologie phénoménologique et herméneutique

Devant cette impasse et afin d'explorer de la manière la plus juste possible cette problématique de la dignité à la fin de la vie et de la souffrance qui l'accompagne parfois, il apparaît donc nécessaire de nous tourner vers d'autres sources d'informations et de connaissances que celles que nous offrent les approches scientifiques. Se pose alors la question de savoir quelles méthodologies seraient les plus appropriées pour aborder ces

sujets. Il nous apparaît intuitivement qu'en faisant appel à la tradition de notre civilisation, aux œuvres d'art et aux mythes fondateurs, nous serions plus à même de mettre en valeur un sens qui nous échappe parfois. Il nous faut toutefois nous interroger sur la pertinence et la validité d'une telle démarche de recherche. Dans cette perspective culturelle, ce sont naturellement la phénoménologie et l'herméneutique qui apparaissent comme les outils de prédilection pour aménager un espace de compréhension autour de ces questions. Nous nous plaçons ainsi dans un contexte de recherche propre aux humanités et dans lequel la science objective sort de son champ de validité. L'expérience relationnelle y est première et nous voyons qu'elle ne peut être ignorée, car c'est avant tout cette expérience qui est à la base de nos questionnements existentiels : Comment vivre la fin de notre vie en conservant une dignité et en dépit des souffrances qui surviennent parfois ? Comment aider d'autres personnes qui vivent de telles situations ? Comment aider les proches de ces personnes qui les accompagnent dans leurs derniers instants ?

Au préalable, il nous semble utile ici de prendre un temps supplémentaire pour nommer précisément pourquoi nous affirmons aussi assurément que la démarche scientifique n'est pas la plus appropriée à ce domaine qu'est l'expérience humaine, qu'elle sort de son champ de validité et qu'elle atteint ici ses limites. Considérons d'abord comment ce que nous appellerons *la science* — c'est-à-dire la méthode scientifique appliquée à un domaine d'étude particulier — s'appuie sur plusieurs prémisses fondamentales. L'une d'entre elles — non la seule, mais la plus essentielle — est la *mesure* des phénomènes selon des protocoles stricts et reproductibles dans certains cadres, afin de leur assurer validité et fidélité. Lorsque ces phénomènes se laissent mesurer, il devient alors possible de déterminer des hypothèses, des règles, des théories, qui pourront ensuite être vérifiées, répétées et utilisées pour prédire de nouveaux phénomènes. Que ce processus soit hypothético-déductif ou inductif, il repose toujours sur une certaine appréhension des phénomènes étudiés à travers l'observation, la description et parfois l'expérimentation, ce qui se traduit ensuite en des mesures physiques, bien souvent appuyées sur des outils logiques et/ou mathématiques.

Or l'expérience humaine n'est pas à proprement parler un phénomène mesurable et c'est précisément ce qui la rend aussi obstinément rétive aux approches scientifiques. Que nous

vivions des évènements aussi banals que le fait de voir les couleurs, de ressentir de la douleur physique ou d'éprouver des émotions, il n'est simplement pas possible d'encoder les expériences que nous vivons dans toute leur complexité, à travers une simple série de mesures chiffrées et quantitatives. Si nous croyons parfois y parvenir, ces mêmes phénomènes incommensurables subissent une irrémédiable réduction et une perte de la subtilité et de la richesse qualitative qu'ils contiennent. Ainsi, tout processus d'opérationnalisation des variables entraîne toujours un appauvrissement de la représentation de ces expériences intérieures que nous souhaitons étudier — parfois jusqu'à les vider totalement de leur sens. Dès lors, il faut bien admettre que les approches scientifiques échouent, au minimum partiellement, à rendre compte de manière satisfaisante des phénomènes intérieurs dont nous faisons quotidiennement l'expérience — tels que les émotions, les états intérieurs, la dépression, l'amour, la compassion, l'inquiétude, l'épanouissement, etc.

À ce titre, s'il est toujours possible de mesurer une douleur en lui affectant un chiffre entre 0 et 10, ce chiffre en lui-même est loin d'être la seule caractéristique de la douleur que nous ressentons — puisqu'elle peut parfois brûler, piquer, pincer, élaner ou encore tirer. Faire l'expérience de la douleur physique demeure donc un phénomène pourtant simple, mais qui dépasse déjà toutes nos tentatives d'opérationnalisation. De la même manière, faire l'expérience de la dépression ne se traduit pas seulement par un taux de dopamine ou de sérotonine anormalement bas dans certaines zones de notre cerveau. Il s'agit d'une expérience totale qui nous enveloppe et nous écrase, provoque un renversement de notre expérience du monde, ternit notre horizon et nous enlève progressivement tout désir de vivre. À l'inverse, vivre dans la plénitude d'une relation amoureuse ne saurait non plus être résumé à un seul dosage d'ocytocine. Il s'agit d'un sentiment dont la description est ardue, mais accessible par la métaphore et par l'art ; une sensation qui ne peut véritablement se comprendre lorsque nous avons nous-même fait l'expérience d'une telle extase, lorsque nous sommes transportés par la relation à l'autre et transformés par elle.

Précisons que même si ces éléments ne sont pas en lien direct avec notre sujet, ils démontrent clairement qu'afin de mieux cerner des problématiques telles que celles de la

dignité et de la souffrance à la fin de la vie, il nous faut assurément sortir d'une perspective strictement quantitative. Nous pouvons donc apprécier que même lorsque les sciences de la nature délaissent ou ignorent les expériences subjectives qui leur échappent, nous n'avons pas à nous résigner, mais nous pouvons au contraire tenter de les approcher et de les comprendre d'une manière complémentaire au paradigme biologique et scientifique — là est précisément notre propos dans cette étude. À présent et pour prolonger cette réflexion méthodologique, il nous faut encore explorer de manière plus positive la position que nous pourrions adopter et dans quelle tradition nous allons nous placer pour entamer notre étude. Notre objectif étant toujours de demeurer dans une approche valide et rigoureuse, même si elle est non scientifique, nous pouvons nous inspirer ici du domaine de la compréhension et de la vérité sur lesquelles Hans-Georg Gadamer a apporté un éclairage décisif (1996). La première question qui se pose alors à nous est celle de la validité de la démarche phénoménologique et herméneutique. Partant du constat que le concept de vérité a été monopolisée par les sciences de la nature, Gadamer (1996) y oppose ainsi l'expérience de l'art, qui ne peut se réduire à une simple conscience objective :

Le fait qu'en présence d'une œuvre d'art on fasse l'expérience d'une vérité inaccessible par toute autre voie constitue la signification philosophique de l'art, qui s'affirme en face de toute ratiocination. Ainsi, outre l'expérience de la philosophie, l'expérience de l'art constitue, pour la conscience scientifique, l'incitation la plus pressante à reconnaître ses propres limites. (p. 12)

Soulignant lui aussi les limites de l'approche scientifique, Gadamer n'est d'ailleurs pas le seul ni le premier, à constater ainsi que les sciences de la nature échouent à rendre compte des phénomènes artistiques ou poétiques — comme nous l'avons fait nous-même à l'instant à partir des expériences intérieures. En remontant le temps, nous trouvons des échos de cette pensée chez plusieurs philosophes. Ainsi peu de temps avant Gadamer, Gaston Bachelard (1957) qui était lui-même scientifique avait déjà tiré une conclusion similaire :

Fidèle à nos habitudes de philosophe des sciences, nous avons essayé de considérer les images en dehors de toute tentative d'interprétation personnelle. Il nous est apparu alors que cette transsubjectivité de l'image ne pouvait pas être comprise, en son essence, par les seules habitudes des références objectives. (p. 3)

Plusieurs années avant lui, Edmund Husserl le fit également, d'une façon plus mordante, dans son fameux texte de la *conférence sur la crise de l'humanité européenne de la philosophie*, prononcée en 1935 :

Cet objectivisme ou cette appréhension psychophysique du monde, malgré son évidence apparente, est unilatérale et naïve et, en tant que telle, était demeurée incomprise. La réalité de l'esprit en tant qu'annexe réelle présumée des corps, son être spatio-temporel présumé à l'intérieur de la nature sont un contresens. (Husserl, 1935, p. 72)

Et l'on pourrait encore volontiers remonter à Wilhelm Dilthey, comme un précurseur qui faisait lui aussi déjà cette distinction entre *expliquer* et *comprendre*, dans un texte écrit en 1883, nommé *Introduction aux sciences de l'esprit*. Comme nous l'explique Jacques Quintin :

Pour Dilthey, la principale différence entre les sciences de la nature et les sciences de l'esprit réside dans leur objet d'étude et dans la manière avec laquelle chacune d'elles le saisit. Cette différence est celle qui existe entre les catégories d'explication (*erklären*) et de compréhension (*verstehen*). (Quintin, 2005, p. 32)

De cette clarification en guise de rappel historique, nous pouvons souligner la distinction moderne entre les méthodes des sciences de la nature et celles des sciences de l'esprit. Rappelons que ces dernières qui ont parfois été accusées par leurs détracteurs de manquer de méthode, ont soit progressivement cédé leur place ou plus souvent se sont accommodées de l'introduction de contraintes objectives — pourtant intrinsèquement étrangères à leur sujet d'étude. Comme si, pour se justifier d'un idéal de connaissance et de performance propres aux sciences de la nature, les sciences de l'esprit avaient décidé d'abandonner leurs voix propres et leurs spécificités. Il est étonnant d'observer que ces constatations établies fermement il y a déjà plus d'un siècle ne semblent jamais en avoir fini d'être reprises et répétées, sans véritable changement. Pourtant la critique est forte et régulière et il semble que nous ne saurions dire mieux que Husserl (1935), combien il est contradictoire de prétendre atteindre la compréhension de phénomènes humains en adoptant des méthodes scientifiques qui les ignorent :

C'est un contresens que de vouloir appréhender la nature comme étant en soi étrangère à l'esprit, et ensuite, d'asseoir la science de l'esprit sur la science de la nature en prétendant ainsi la rendre exacte. (Husserl, 1935, p.53)

De cette aporie qui demeure encore aujourd'hui, rien ne semble pouvoir convaincre totalement du bien-fondé d'une démarche non scientifique. Cela provient-il de la difficulté à proposer une alternative aussi définitive et aussi rapidement efficace que celle de la méthodologie scientifique? Cela vient-il de la réassurance que nous trouvons lorsque nous appliquons des règles toutes faites, lorsque nous suivons des protocoles préétablis ou adoptons des postures de domination apaisantes face à nos propres lacunes? En effet, ces balises de l'esprit nous rassurent et nous aident à avancer vers l'inconnu. Elles nous donnent souvent une impression factice de pouvoir et de sécurité. Il faut bien admettre que nous sommes pris d'angoisse lorsque nous approchons de domaines où nous ignorons tout et où nous ne pouvons nous appuyer sur aucun sol ferme et rassurant. Il est pourtant clair que la maîtrise de cette incertitude demande une assise plus profonde et plus fondamentale que celle offerte par la seule méthode scientifique — elle qui est pourtant déjà si ardue et si difficile à maîtriser. Il s'agit néanmoins pour nous de suivre un processus où il faut d'abord quitter le monde préscientifique, pour nous diriger ensuite vers la sécurité méthodologique propre à la science et à la rationalité. Mais sans s'y arrêter, il nous faudra continuer vers une démarche réconciliant objectivité et subjectivité dans une véritable confiance post-scientifique, que nous pourrions également nommer *transrationnelle*⁶.

C'est donc en re-connaissant pleinement la subjectivité qui a pu être mise à l'index lors de la révolution scientifique positiviste que nous pourrions être capable de découvrir à nouveau certains trésors que la tradition nous a laissés. Les œuvres d'art deviennent ainsi un puissant moyen de partager une émotion ou une expérience, qui sont toutes les deux des formes de connaissance. Les religions et les mythes nous transmettent eux aussi un savoir ancestral qui trouve une actualisation dans notre temps, car comme le précise encore Gadamer (1976):

Si dans l'expérience de l'art nous avons affaire à des vérités qui outrepassent fondamentalement le domaine de la connaissance méthodique, une situation

⁶ Ceci étant vu comme étant *au-delà* du rationnel, c'est-à-dire dépassant mais incluant le rationnel.

semblable se découvre pour l'ensemble des sciences de l'esprit, où notre tradition historique sous toutes ses formes devient elle aussi un objet d'investigation, ce qui n'empêche pas qu'en même temps *elle vienne s'y dire dans sa vérité*. (p. 13)

Et c'est dans cette question de la *vérité* que s'expriment toute la validité de cette démarche et son pouvoir de compréhension, de transmission et d'éducation. Si la science n'exprime pas son idéal dans ces termes, c'est qu'elle agit d'une manière fondamentalement différente. Le savoir est son objectif ultime, l'unification des lois de la nature est son saint Graal. Pour arriver à ce but, la science seule ne connaît pas de limites éthiques, elle n'a pas de contraintes morales. À l'intérieur même de son univers, rien ne vient arrêter ce désir de dépasser les obstacles. Ainsi la science cherche toujours le dénominateur commun aux choses, celui qui lui permettra de fusionner ses lois afin d'arriver à une unité totale.

Bernd Jager (1996) a amplement décrit cette différence fondamentale entre la science et les humanités dans nombre de ses travaux. La métaphore de *l'obstacle (barrier)* et du *seuil (threshold)* nous donne de mieux comprendre en quoi cette approche phénoménologique, herméneutique, humaniste et existentielle, diffère fondamentalement de la méthode scientifique :

We must thus recognize a major division running through all our cultural activities such as these are now constituted, including those promoted by our various intellectual disciplines. On the one hand there are those that are organized according to the principle of work and a struggle with nature. These disciplines are joined under the emblem of the barrier and they incite us to overcome the natural resistance to human life on earth. On the other hand there are the arts, the religions, the humanities and the human sciences that are essentially governed by the desire for a mutual and personal manifestation of self and other and that stand under the aegis of a threshold. (Jager, 1996, p. 41-42)

Sans les considérer opposés, c'est avant tout cette dualité entre *fête* et *travail*, entre sciences et humanités, qui est à la base de notre existence humaine et nous permet sainement d'habiter le monde. Notre objectif n'est donc pas de nous réfugier uniquement dans le monde de la fête et du seuil, le monde des humanités, le monde des arts, des religions et des mythes. Mais c'est en étant capable de passer gracieusement de l'un à l'autre que nous réaliserons en notre personne la complétude de notre humanité :

Dans ce monde habité de tous les jours, le corps humain peut pivoter d'une attitude de travail et de combat vers une attitude de célébration, de la rencontre et de la fête. Et les mains qui, à un moment donné, manient les outils pour façonner le bois ou le fer, peuvent au prochain moment caresser un amant ou saluer un ami, ou se tourner vers le ciel. (Jager, 2012, p.5)

C'est précisément dans cette vision apaisée et réconciliée que nous nous situons. Ne cherchant ni à nier la performance de la science quand il est question d'expliquer le fonctionnement des objets du monde; ni à minimiser les qualités des humanités lorsqu'il s'agit de comprendre et d'élaborer autour des problématiques typiquement humaines. Il est simplement question pour nous de choisir l'attitude la plus adaptée à notre recherche. Or la question de la dignité et celle de la souffrance sont — nous l'avons vu — premièrement des questions d'expériences vécues. Rien ne peut se substituer totalement à cette expérience et rien ne peut la réduire complètement en une donnée mesurable sans la réduire, la travestir ou la perdre irrémédiablement.

Par ailleurs, si nous regardons la question de la fin de la vie, il nous faut encore rappeler que, quels que soient les efforts faits par la science pour retarder le moment de la mort, elle reste un seuil indépassable, inéluctable, aussi certaine qu'inévitable — même si nous voudrions l'oublier parfois. En cela, la science dans son espoir de domination et de contrôle n'a aucunement réussi à maîtriser ou à effacer la mort; et rien ne semble montrer aujourd'hui que nous pourrions nous en approcher d'une manière ou d'une autre. À elle seule, cette dernière constatation nous porte à conclure que la méthode scientifique, dans son objectif d'emprise sur la nature, n'est donc pas l'approche qui convient à la question de la dignité et de la fin de vie. Au contraire, les arts, les humanités et les sciences humaines ont cette capacité intrinsèque à élaborer. Elles nous permettent d'être présent à l'autre, sans vouloir en faire un objet, sans prétendre à le contrôler, ni chercher à en devenir le maître. Gadamer le précise lui-même, lorsqu'il souligne que :

Dans les sciences humaines, on ne retrouve en rien une telle maîtrise du monde historique. Les sciences humaines introduisent par leur forme de participation à la tradition quelque chose d'autre dans notre vie qui n'est pas un «savoir dominateur» et qui n'est pourtant pas moins important. Nous le nommons habituellement «culture». (Dutt, 1998, p.25-26)

La phénoménologie et l'herméneutique que nous voyons comme indissociables nous permettent d'entrer dans cette culture. Les traditions, les mythes, les religions et les œuvres d'art sont autant de pièces qui nous permettent d'entrer en conversation avec notre humanité. Comment cette conversation se crée-t-elle? Comment « parler » à une peinture, une sculpture, « écouter » un texte sacré? Est-ce une pathologie, une forme d'hallucination qui nous ferait entendre des voix ou bien entrer dans un délire mystique? Rien de tout cela, bien sûr. C'est par l'interprétation que nous pénétrons le mystère émotionnel de l'œuvre, de la même manière que c'est toujours par l'interprétation que nous comprenons le monde qui nous entoure et l'autre qui nous accompagne. Nous nous interrogeons sur nous même, nous nous interrogeons sur l'œuvre. Nous la laissons nous parler et générer en nous des émotions et des réactions typiquement humaines. Il nous faudra démêler patiemment l'écheveau de nos idées afin de mettre à plat — et pas toujours de façon très ordonnée — le résultat de nos méditations. La proximité avec le dialogue authentique que nous avons avec un ami, est ici une métaphore pleine de sens. L'attitude devant le *seuil* de la porte l'est aussi, comme symbole de l'hospitalité et de l'invitation à entrer dans la demeure. Ce sont ces gestes proprement humains qui nous permettent d'entrer en conversation de manière véritable et authentique, sans chercher à conquérir l'autre, sans jamais avoir un objectif de contrôle ou de domination, sans volonté d'instrumentalisation.

Notons qu'il se pourrait cependant que cette conversation nous conduise à un monologue stérile. Ce que Husserl nommait *préjugé*, et qui constitue en même temps la base de notre réflexion phénoménologique et de notre interprétation herméneutique, devient parfois prétention et illusion dans notre discours (Dutt, 1998, p. 29-31). Comment alors nous assurer que notre conversation avec l'œuvre d'art n'est-elle pas seulement l'écho de notre propre voix? Comment se rendre compte que nous plongeons dans le relativisme, ou encore que nous mettons trop de nous dans notre perception de l'autre? Comment justifier de la différence existant entre une démarche qui intègre la subjectivité et celle se dérivant vers le subjectivisme? Ici encore Gadamer nous offre un élément de réponse et nous aide à entrevoir comment nous situer dans cette approche :

À travers le contact avec l'autre, nous nous élevons au-dessus de l'étroitesse de notre propre assurance de savoir. Un nouvel horizon s'ouvre vers l'inconnu. Ceci advient dans tout dialogue authentique. Nous nous approchons de la vérité parce que nous ne cherchons pas à nous faire valoir. Or, pourquoi le contact avec la tradition, dans laquelle quelque chose nous est dit, est-il aussi un dialogue? Eh bien, il est un dialogue parce que ce que nous rencontrons nous pose une question à laquelle nous avons à répondre. Quelque chose issu de la tradition s'adresse à nous — une œuvre d'art, un événement que nous comprenons soudainement: cela nous accompagne tel le partenaire d'un dialogue. (Dutt, 1998, p. 43-44)

C'est donc précisément la manière dont nous entrons en contact avec l'autre et avec l'œuvre, qui doit devenir notre guide. Et c'est encore une fois la question de la vérité et de l'authenticité, mais aussi celle de l'humilité dans cette relation qui devient la pierre de touche de notre démarche et de notre réflexion. Cela pourrait paraître étrange, mais comment nous assurer encore que nous répondons bien à cette exigence? Peut-être est-ce en s'assurant toujours que nous *sommes dans la vérité*, c'est-à-dire en cherchant constamment nos motivations profondes et la finalité de ce pour quoi nous agissons. Si à ce stade, cet aspect des choses semble encore difficile à mettre en mots, Jacques Quintin nous en parle d'une manière unique dans l'un de ses textes sur l'herméneutique et la psychiatrie (2005). Faisant de ce point une question centrale qui nous ramène à l'éthique, il se pose à son tour la question du champ d'application de la démarche herméneutique à travers la question du jugement de ce qui est *bien*:

Nous désirons malgré tout le bien de tous. Or cette notion de bien ne va plus de soi (mais en a-t-il déjà été autrement?). Nous vivons dans une ère de soupçon qui remet en question toute forme non scientifique de savoir général. Parce qu'il n'y a pas d'entente sur ce qu'est le bien, l'herméneutique s'impose malgré nous, parce que le savoir moral n'est pas un savoir d'objet qui relève de la nature, mais de l'être humain et de ce qu'il sait de lui-même. (Quintin, 2005, p. 102)

Cette posture, qui est avant tout éthique, pose de façon intéressante la question du *bien*, ce que peu d'auteurs osent aborder aussi frontalement dans leurs textes. Citant encore Gadamer, Quintin poursuit en précisant que «le bien permet à l'existence humaine de “se comprendre comme un tout cohérent”. Il est ce en quoi l'homme “trouve son pourquoi et sa raison d'être”» (p. 103). Ainsi nous pourrions dire que si la finalité de l'éthique est d'être

humain, la finalité de l'existence humaine est tout autant d'être éthique. Et c'est ce caractère proprement éthique de notre posture vis-à-vis de la vérité qui nous donne également d'accéder à une attitude humaniste authentique. Enfin, il faut encore livrer notre conviction qu'une telle attitude ne peut s'appuyer sainement que sur une *métaphysique*⁷ — discipline relative à l'expérience intérieure et spirituelle. Car, comme toute herméneutique prend racine dans une tradition, toute phénoménologie trouve également sa source dans une attitude au monde qui touche parfois à l'expérience mystique — c'est-à-dire à une expérience vécue, ineffable et *incommensurable*, mais que la phénoménologie tente néanmoins de décrire pour mieux la saisir.

Ce sont donc ces attitudes éthiques qui définissent probablement le mieux ce que sont les démarches phénoménologique et herméneutique lorsqu'elles s'associent :

La juste interprétation nous donne les moyens de vivre ensemble, de laisser parler notre cœur, d'aimer les dieux et de nous entendre avec nos voisins. Cette juste interprétation nous rend heureux, nous inspire la fête. Elle s'annonce comme une réconciliation. (Jager, 2012, p. 71)

Ainsi *amitié, amour, bonheur, joie* ou *épanouissement*, sont les mots appropriés pour dépeindre le contexte dans lequel se raconte une réflexion phénoménologique et herméneutique authentique, qui ne peut se dérouler que dans une relation. Car comme la vérité ne se dévoile elle-même que dans une relation à l'autre, l'herméneutique nous dévoile le sens des choses uniquement en reliant un monde à un autre. En son étymologie même, l'herméneutique rend hommage à Hermès, le dieu messager de l'Olympe, et c'est cette tradition du lien entre les hommes et les dieux, que nous retrouvons dans l'attitude herméneutique qui ouvre à l'interprétation.

L'interprétation représente une réconciliation entre deux mondes, entre deux domaines qui par nature sont séparés et ne savent pas parler l'un à l'autre. L'interprétation trouve un moyen pour les deux mondes d'apprendre à vivre

⁷ Nous entendons ici le mot *méta-physique* dans son sens premier étymologique, comme *au-delà de la physique*, c'est-à-dire à la fois *sur-naturel* et spirituel. En ce sens, toute expérience intérieure est par définition *métaphysique* — tout comme l'expérience *spirituelle* est par nature relationnelle.

ensemble. Elle crée une nouvelle unité et offre une réconciliation métaphorique.
(Jager, 2012, p. 72)

La tradition devient alors l'allié indispensable pour compléter le lien entre ces mondes séparés. En elle-même, la tradition est même parfois l'un de ces mondes que nous cherchons à relier dans notre modernité par le biais de la phénoménologie et de l'herméneutique. Et comme nous l'avons vu avec l'éthique qui donne le sens à l'existence humaine, la tradition est ce qui donne sens à notre interprétation herméneutique. Ainsi lorsque nous interprétons une œuvre d'art ou un mythe, nous désirons entrer en conversation avec cette tradition et nous souhaitons faire apparaître de tout notre cœur la vérité qui s'exprime avec elle.

Il ne faudrait pas croire cependant que cette conversation avec la tradition ne soit que matière à répétition — puisqu'elle ne changerait jamais à partir du moment où elle a été créée. Du moment où nous ne sommes pas les seuls à utiliser la tradition comme source de réflexion et que nous ne demeurons pas isolés dans nos recherches, il va sans dire que notre relecture est par nature toujours renouvelée. Ainsi que le précise encore Gadamer :

Dans les sciences humaines, nous apprenons toujours de façon nouvelle de la tradition. Pour cela, il faut une véritable disponibilité pour l'expérience, c'est-à-dire une ouverture à la prétention de vérité que nous rencontrons dans la tradition. (Dutt, 1998, p. 52)

C'est aussi cette attitude à la fois humble et confiante qui nous donne de toucher à la vérité dans notre relation avec la tradition. Liée au désir de rencontre, à l'absence de domination, à l'ouverture à l'autre, elle nous donne de nous laisser surprendre dans notre découverte de cet instant de la compréhension. Ce moment unique, à la fois mystique et fugace que nous vivons dans la rencontre avec l'autre, qui nous relie spirituellement aux autres mondes et peut faire apparaître en nous un allongement du temps que certains qualifient d'éternel.

Pour finir sur cette vision personnelle de la démarche phénoménologique et herméneutique, il faut encore préciser que c'est justement ce lien avec la tradition, la pensée existentielle et la métaphysique qui nous garantit que notre voix ne se desséchera pas dans sa recherche de la compréhension et de la vérité. Car comme des fleurs coupées mises dans un vase, la

phénoménologie et l'herméneutique ne peuvent que se faner si elles sont séparées de leurs racines. La recherche que nous menons ici n'est donc pas ultimement celle de la connaissance, mais d'abord celle de la relation, du dialogue et de la conversation. Cette attitude ne nous amènera pas à prouver une vérité absolue et définitive, mais à participer à l'élaboration d'une interprétation de cette vérité qui nous aidera à mieux comprendre le monde et à y vivre plus humainement avec nos amis, nos voisins, nos patients, nos ancêtres et nos dieux, dans un dialogue ouvert qui n'aura pas de fin. Car comme le dit encore Gadamer: «c'est là le critère d'un véritable dialogue. Chaque mot en appelle un autre, même le prétendu dernier mot qui, en vérité, n'existe pas». (Dutt, 1998, p. 66)

4. Le choix d'une œuvre

Avant de clore cette introduction, il nous reste encore maintenant à nous inscrire effectivement dans une tradition et choisir une ou des œuvres qui illustrent notre thème. Mais quelles œuvres, quels mythes, quelles traditions seraient les plus appropriées pour aborder cette problématique de l'aide médicale à mourir que questionnent de manière accrue la dignité à la fin de la vie et que la souffrance? Force est de constater que d'innombrables œuvres antiques ou plus récentes évoquent la souffrance, la fin de la vie et la dignité. Le choix est immense parmi tout l'héritage grec, mésopotamien et la tradition judéo-chrétienne qui nous baigne encore. D'autres traditions orientales, comme le bouddhisme, rassemblent un riche corpus de textes qui abordent de manière très pertinente le sujet de la dignité et de la souffrance. Cependant, il nous paraît spontanément opportun de nous arrêter plus attentivement sur les fondements les plus importants de notre civilisation occidentale — que nous nommerons *Européenne*, à la suite d'Edmund Husserl (1935) et de Rémi Brague (1999). Ces fondements, à la fois grecs et judéo-chrétiens, ont été transmis et enrichis au fil des siècles par les générations de civilisations qui se sont succédées aussi bien en Europe, qu'ensuite en Amérique du Nord — des civilisations qui se sont toutes réclamées de cet héritage et de cet esprit occidental (Hentsch, 2005). Toutefois, même restreint selon ce critère, le choix demeure vaste. Avec quels interlocuteurs dialoguer pour avancer plus précisément dans la compréhension de notre sujet d'étude?

Pour répondre à cette question, nous choisissons de nous orienter vers ce que notre propre culture nous offre et faire ainsi un choix personnel. Nous désirons donc placer cette recherche sous les auspices de la tradition chrétienne. En effet, il nous semble que les thèmes de la dignité, de la fin de vie et de la souffrance résonnent tout particulièrement avec la vie du Christ, telle qu'elle est décrite dans les textes évangéliques de la Bible. Bien sûr, ceci ne doit pas nous empêcher de considérer brièvement d'autres œuvres, mythes ou d'autres textes de traditions différentes qui viendraient également en sympathie avec notre exploration. Néanmoins, pour garder également une certaine unité et une profondeur de sens, nous souhaitons nous focaliser plus attentivement sur l'histoire et la vie du Christ telle que nous la rapportent les textes néotestamentaires ainsi que la tradition antérieure, hébraïque et juive, sur laquelle cette dernière est appuyée.

Il faut aussi mentionner que nous considérerons avant tout ces récits en tant que *mythe*. Ce mot pourrait en choquer certains pour parler de la tradition religieuse chrétienne, mais il s'agit pourtant bien d'un mythe dans cette même acception religieuse. En effet, le dictionnaire Littré (1884) nous éclaire sur le mot mythe en le définissant comme un «récit relatif à des temps ou à des faits que l'histoire n'éclaire pas, et contenant soit un fait réel transformé en notion religieuse, soit l'invention d'un fait à l'aide d'une idée.» La première partie de cette définition paraît convenir tout à fait à l'ensemble de nouvelles et de récits qui sont livrés dans les évangiles et qui sont au fondement même de notre civilisation judéo-chrétienne. Sans chercher à mettre ici en doute ni l'historicité de la personne de *Yeshoua ben Yosef*⁸ ni le caractère réel de certains des faits qui sont rapportés dans les textes, il faut néanmoins souligner la présence de nombreuses paraboles, de récits symboliques et de métaphores qui visent à illustrer un message s'adressant aux humains dans toute leur diversité. En ce sens également, les évangiles chrétiens correspondent tout à fait à la notion de mythe. Loin de l'idée de les voir simplement comme des contes ou des légendes, nous leur reconnaissons un caractère sacré et inspiré qui nous donne une chance de mieux comprendre notre condition humaine à travers leur interprétation. Ainsi la tradition

⁸ Plusieurs fois dans ce texte, nous utiliserons le nom araméen de celui que la tradition chrétienne a nommé «Jésus de Nazareth» ou encore «Jésus-Christ», mais qui était vraisemblablement connu de son temps comme «Jésus, fils de Joseph», selon la tradition sémite qui rappelle le nom du père.

chrétienne a pratiqué l'exégèse biblique depuis ses origines et c'est dans cette même attitude ancestrale que nous souhaitons prolonger cette tradition dans ce travail de recherche herméneutique. Étant nous-même issu de cette culture et de cette tradition judéo-chrétienne, il nous faut également reconnaître que nous avons une proximité naturelle avec cette pensée et son approche, qui nous incitent à «regarder chaque jour le monde comme si c'était la première fois» (Schmitt, 2002) — telle une suspension des préjugés qui nous fait inmanquablement penser à la phénoménologie husserlienne.

En nous arrêtant pour regarder un instant en arrière, il nous paraît maintenant clair que la question de la dignité et de la souffrance qui survient à la fin de la vie fait sens à plusieurs titres, lorsque nous la mettons en relation avec la tradition chrétienne. Il s'agit d'une part de la proximité entre le thème choisi et la vie du Christ, sa souffrance et sa mort suppliciée, dans laquelle des générations de chrétiens ont cherché une signification pour leur propre vie et une promesse de libération de la souffrance. Il s'agit également de la dignité qui se retrouve de nombreuses manières dans ces récits bibliques mythologiques, qui ont tous pour vocation d'éduquer et d'édifier les croyants dans l'espérance d'une résurrection. Il s'agit enfin pour nous de suivre la tradition exégétique qui a historiquement ouvert la voie à la recherche herméneutique, ainsi que la vision phénoménologique qui s'y associe et qui, du moins en occident, nous apparaît inspirée de cette même tradition judéo-chrétienne.

5. La question de recherche

À la suite de ces dernières considérations plus vastes autour de la dignité, de la souffrance, du mythe du Christ et de la méthodologie phénoménologique et herméneutique, notre question de recherche s'affine progressivement et commence à se révéler plus clairement. Par ailleurs, la dimension existentielle qui participe à notre réflexion se manifeste elle aussi plus fortement et trouve une place prépondérante dans le cheminement de notre étude. De la sorte, il nous apparaît que cette dernière ne saurait rester strictement confinée au sujet de l'aide médicale à mourir, mais qu'elle pourra aborder plus largement la question du *mourir dans la dignité* — quelle que soit la maladie ou la cause qui a pu conduire à la mort — et qu'elle abordera l'épineuse question de la souffrance.

En regard de tous ces éléments, nous sommes donc à présent prêt à exprimer notre question de recherche sous la forme suivante: «Que nous apprend le mythe du Christ sur la dignité à la fin de la vie et sur la souffrance qui souvent l’accompagne?»

Sans doute, il serait ambigu de ne pas expliciter la motivation première qui se cache derrière cette recherche. Bien sûr, il ne s’agit pas ici de faire une thèse de théologie, de sociologie, d’anthropologie ou de philosophie. Nous anticipons de ce questionnement qu’il nous mène ultimement à une meilleure compréhension des relations humaines et des craintes existentielles que ressentent les personnes en fin de vie, mais surtout à mieux nous préparer à les accompagner vers ce dernier voyage. Une autre façon de poser cette même question pourrait donc prendre la forme suivante: Comment en tant que psychothérapeute, pouvons-nous soutenir des personnes en fin de vie, en souffrance, et les aider à rester dans la dignité — elles et leurs proches —, en faisant appel à ce que les mythes nous racontent, notamment celui du Christ dans la Bible? Voilà notre objectif à travers ce travail, voilà ce qui nous intéresse tout particulièrement de par sa proximité avec notre sensibilité, notre histoire et notre intérêt personnel.

Une fois cette question de recherche clairement posée, elle nous oriente dès lors à préciser plus avant quel sera le corpus de textes utilisé, dans quelle version et dans quelle traduction, et même selon quelles inspirations au sein de la tradition chrétienne. Car devant la multiplicité de livres composant les deux tomes de la Bible chrétienne, il apparaît important d’orienter notre étude vers un ensemble restreint d’œuvres. En effet, rappelons que le Nouveau Testament — le seul qui mentionne la personne de Jésus-Christ — est un ensemble composé de 27 livres. Par ailleurs, il est à souligner que ces textes ne peuvent bien se comprendre sans les mettre en lien avec des textes antérieurs de la tradition juive et hébraïque. Ces textes que les chrétiens reconnaissent également comme canoniques composent l’Ancien Testament⁹ qui comporte à lui seul 46 livres.

⁹ Ce premier tome de la Bible chrétienne est aussi parfois appelé «premier testament» par respect pour cet héritage antérieur qui fait toujours partie de la Bible chrétienne. Ces textes constituent et décrivent ainsi la première «alliance» avec Dieu, que les chrétiens considèrent renouvelée par l’irruption du Christ-Jésus dans l’histoire humaine.

Les textes canoniques reconnus par l'Église catholique romaine ont naturellement notre préférence de par leur brassage abondant et prolongé avec la tradition qui baigne encore notre civilisation et notre culture occidentale et francophone, aussi bien en France — dont nous sommes originaire — qu'au Québec — où nous sommes aujourd'hui installé depuis plus de douze ans. De plus, c'est la tradition dans laquelle nous avons grandi et dont nous avons également une connaissance préalable opportune.

Ensuite, au sein des livres canoniques en eux-mêmes, ce sont certainement les quatre évangiles — que la tradition attribue à Matthieu, Marc, Luc et Jean — qui représentent au mieux le cœur des textes bibliques qui pourront nous guider tout au long de cette étude, car ils nous content en détail le récit de la vie de Jésus, ainsi que les paroles qu'il a prononcées. En outre, il faut souligner que les écrits de Paul auront également une place à part dans notre démarche d'interprétation, car ils composent le corpus de textes le plus ancien. Dans ces 14 lettres écrites dès les années 50 aux premières communautés chrétiennes qu'il a lui-même fondées, nous trouvons les commentaires les plus importants et les toutes premières interprétations, les premières exégèses, ayant donné sens à la vie et à la mort du Christ. Ces épîtres constituent ainsi en eux-mêmes ce qui est considéré par certains comme ce qui constitue le premier fondement de la religion chrétienne. Enfin, dans plusieurs cas, nous aurons plaisir à revenir également à une étude de quelques textes vétérotestamentaires — ceux-ci demeurant à la base de l'interprétation de la plupart des éléments donnant leur sens à la révélation chrétienne. Plusieurs textes fondateurs, comme la Genèse, le livre de Job et encore un passage du livre du prophète Isaïe, constituent ainsi des pierres angulaires sur lesquelles nous bâtirons le chemin vers la dignité et l'étude de la souffrance, que nous allons suivre à partir de maintenant.

En prolongement de cet horizon néotestamentaire catholique, nous laisserons donc de côté tous les textes apocryphes. Ces textes qui n'ont pas été retenus par l'Église au fil des premiers siècles de notre ère ne constituent pas une source aussi pertinente pour notre démarche phénoménologique et herméneutique. Implicitement, nous écarterons également les épîtres de Jacques, Pierre, Jean et Jude, qui constituent une petite part du corpus du Nouveau Testament et n'apportent pas autant de détails sur la vie du Christ, même s'ils sont

précieux d'un point de vue théologique. Ce sera aussi le cas du deuxième livre selon Luc — plus connu sous le nom des *Actes des apôtres* — ce dernier ne reprenant pas directement les événements de la vie du Christ, mais plutôt la période qui suit sa mort et décrit principalement la vie, les habitudes et les difficultés rencontrées par les premières communautés adeptes de la Voie. Enfin, nous ne retiendrons pas non plus dans notre étude le dernier livre de la Bible chrétienne: le livre de l'Apocalypse. De par son caractère extrêmement mystique et son genre littéraire si particulier, il semble trop éloigné et moins approprié à notre objectif de recherche.

Malgré cette réduction à une poignée de textes, il nous faut constater que le champ d'études demeure vaste. Il convient sans doute de le limiter encore afin de ne pas éparpiller notre réflexion. C'est pourquoi, à certains moments de notre étude, nous anticipons d'entrer en conversation de manière privilégiée avec le texte de l'évangile selon Jean. Dernier des quatre évangiles dans le canon évangélique catholique, c'est le récit considéré comme le plus symbolique par les exégètes chrétiens et le plus renommé pour son style poétique et métaphorique. Il présente par ailleurs de nettes différences de forme et de structure avec les évangiles synoptiques (selon Matthieu, Marc et Luc) — ces derniers formant un corpus beaucoup plus homogène et semblable. Peut-être est-ce la raison pour laquelle nous avons conscience d'avoir une affinité importante avec celui-ci. Mentionnons également que le récit de Jean propose dès son prologue une vision du Christ venu au monde comme *Logos* — parole de vie — qui peut évoquer de façon suggestive la parole thérapeutique et vient ainsi faire écho à la démarche psychothérapeutique qui nous anime. Notons cependant que cette préférence ne pourra demeurer une règle stricte, car c'est presque toujours par un jeu d'échos et de références en provenance d'autres textes bibliques, aussi bien du nouveau que de l'Ancien Testament, qu'il nous sera donné d'éclairer notre compréhension au fil de l'interprétation — comme nous pourrons faire appel également aux commentaires d'exégètes ayant marqué la tradition chrétienne, ainsi qu'à d'autres auteurs, psychologues et philosophes dont la pensée résonne avec la nôtre.

Les versions et les traductions choisies elles aussi ont leur importance. Les récits du Nouveau Testament ayant tous été transcrits initialement à partir du grec ancien et ceux de

l’Ancien Testament à partir de l’hébreu, il nous faudra travailler sur la base d’une traduction en français moderne. Pour cela, nous pourrons utiliser plusieurs traductions, mais nous privilégierons souvent la traduction œcuménique de la Bible (TOB), qui a été écrite par des exégètes catholiques et protestants au milieu des années 1970, puis révisée en 2010, afin de procéder au rapprochement de ces deux familles chrétiennes. Le texte en est facile d’accès et reprend avec assez de subtilité les jeux de mots parfois présents dans le récit biblique, qui est aussi souvent riche de symboles et de références antiques. Il est à noter également — comme pour ce qui est des sources de textes et des autres références théoriques — que nous pourrons faire appel à d’autres traductions afin de mieux saisir le sens de certains passages — à travers les éditions récentes de la Bible de Jérusalem, de la Bible liturgique, de la Bible Chouraqui (plus littérale et proche du parler sémitique), ou encore de la Bible Bayard (nouvelle traduction) — chacune ayant une particularité qui pourra éventuellement nous aider à mieux saisir le sens du texte original. Précisons que nous avons également accès à des ressources en ligne offrant le texte original hébreu, araméen et grec, encodé avec les correspondances *Strong*¹⁰ et donnant les références croisées des utilisations de ces mots dans tout le corpus biblique (Lexique grec et hébreu, 2022). Sans aller jusqu’à utiliser fréquemment cette ressource, nous trouvons précieux de pouvoir y recourir parfois pour atteindre une compréhension plus minutieuse du texte biblique et des références qui y ont été glissées par les auteurs.

Soulignons enfin que notre horizon personnel s’inspire et se nourrit de plusieurs influences : une ouverture à l’œcuménisme, au dialogue interreligieux, une affinité avec la frange la plus progressiste des mouvances qui sont multiples au sein de l’Église catholique. Ainsi, nous nous reconnaissons dans la pensée réformatrice exprimée par le concile Vatican II, lorsqu’elle précise que les autres religions non chrétiennes « reflètent souvent un rayon de la vérité qui illumine tous les hommes » (Paul VI, 1965a). C’est pourquoi nous nous autoriserons à évoquer le bouddhisme, à faire des liens avec la tradition juive, comme avec la tradition islamique — comme nous pourrons également le faire par un dialogue avec des

¹⁰ James Strong, théologien américain, est l’auteur d’un travail titanesque publié en 1890, qui a consisté à répertorier et encoder 8674 racines hébraïques et 5523 racines grecques trouvées dans la Bible, dans le but de faciliter le travail d’exégèse et de compréhension de ces langues mortes.

psychologues, sociologues, anthropologues, philosophes de tous horizons et des commentateurs des textes religieux de toutes confessions. Nous pouvons également nommer ici que avons pris une part active depuis environ douze années, dans une communauté de base située à Montréal dont l'esprit est proche de certains des thèmes trouvant leur inspiration dans la théologie de la libération. Cette petite communauté fait la part belle au dialogue, au recueillement dans la simplicité et à des moments d'échange sur les écritures, vécus d'une manière plus horizontale que dans la plupart des églises traditionnelles. Elle se montre également souvent plus soucieuse de justice sociale, d'ouverture auprès des personnes souffrant de difficultés personnelles, que ce soit sur le plan physique, mental ou souffrant de discrimination sociale.

6. Plan de la recherche

Voici donc un aperçu de la démarche qui sera la nôtre pour cette recherche qui explorera d'abord la question de la dignité, puis celle de la souffrance. Nous aborderons initialement ces deux thèmes dans une perspective générale, puis nous resserrerons notre sujet pour les mettre à nouveau en relation avec les problématiques plus spécifiques de la fin de vie et de l'aide médicale à mourir. C'est selon ces influences et à partir de cette approche que nous souhaitons mettre en relation le cœur de notre étude avec une inspiration spirituelle qui viendra l'éclairer selon différents angles, pour finalement proposer une réflexion vivante et actuelle. Nous pensons que l'utilisation des textes bibliques, de par leurs caractères fondateur et essentiel, peut nous donner un point de vue unique sur notre propre civilisation, sur notre histoire et sur notre culture, afin d'enrichir la réflexion sur ces sujets particuliers. Ces écrits agissent encore aujourd'hui comme une mythologie riche de sens qui a inspiré de nombreux penseurs et qui trouve une proximité naturelle avec la problématique de notre question de recherche. La dignité, le sens de la vie et la présence de la souffrance sont en effet parmi les thèmes les plus importants à propos desquels nous pouvons entrer en conversation avec le récit biblique chrétien. C'est dans cette approche ouverte et libre que nous tenterons d'atteindre un nouveau regard inscrit dans le présent et nourri à la fois de la tradition antique, des psychologues, des penseurs, des philosophes et des commentateurs. En créant un pont entre ces différents mondes, nous souhaitons trouver une position herméneutique authentique, doublée d'une attitude phénoménologique d'ouverture au

monde. Cette vision, basée sur la conversation, nous ouvrira un espace et un temps où se rencontrent et peuvent entrer en dialogue la Terre et le Ciel, les humains et les dieux, les vivants et les morts, les hommes et les femmes, les habitants et les étrangers, les enfants et les adultes, ainsi que les voisins entre eux (Jager, 2012, 2013).

Enfin, c'est aussi à travers le lien thérapeutique que nous souhaitons inclure une dimension éthique à ce travail. Notre désir est donc de rendre cette recherche proche des personnes en fin de vie, proche de leurs familles et de leurs amis, proche de toutes celles et de tous ceux qui ont à vivre des moments de souffrance et de deuil, pour eux-mêmes ou pour d'autres. C'est en pensant à ces personnes et en conversation avec elles que nous voulons avancer sur cette route et proposer une vision personnelle sur ces questions. Nous espérons ultimement qu'elle nous sera utile afin d'apporter une aide concrète aux personnes que nous rencontrerons dans le cadre de notre futur métier de thérapeute, ainsi qu'à nos lecteurs, professeurs et collègues.

CHAPITRE I SUR LA DIGNITÉ

Avant aborder la question de la dignité selon la perspective méthodologique que nous venons d'établir, il nous faut revenir un moment sur la brève exploration étymologique que nous avons entamée dans les pages précédentes et observer attentivement l'évolution de sa définition au fil du temps afin d'en préciser le sens. Nous l'avons vu, dans son sens actuel le mot dignité renferme plusieurs acceptions et cette ambiguïté autorise de nombreuses interprétations contradictoires, particulièrement fréquentes dans le débat éthique qui a agité, et agite encore, les réflexions au sujet de l'aide médicale à mourir et de son intégration dans les soins de fin de vie. Or s'il peut sembler évident à notre regard contemporain que le mot *dignité* a toujours existé dans la langue française, le dictionnaire d'Émile Littré (paru en 1874) ne note pourtant sa présence qu'à partir du XII^e siècle. Sa forme antérieure romane est le mot *deintet*, qui donnera ensuite le mot *dignité*, calquée sur le latin *dignus* (Gaffiot, 1934). Mais son sens premier n'est pas le sens actuel auquel nous pensons aisément aujourd'hui, qui est lié au « respect que mérite quelqu'un ou quelque chose » (Larousse, 2023 & Robert, 2023).

La signification du mot a glissé au courant des derniers siècles et le *Littré* (1874) nous dévoile que ses premières acceptions sont tout d'abord reliées aux notions de rôle et de fonction officielles, aux qualités et aux bénéfices qui y sont associés, puis secondairement aux notions de décence et de respect des convenances, éminence, noblesse et respect, gravité dans les manières, affectation d'importance et de grandeur. C'est ce sens qui progressivement s'imposera en le liant à la fierté et à l'amour-propre, exigeant le respect et la considération. Nos dictionnaires modernes reprennent ainsi le sens antique de la *charge digne* qui s'est prolongé au Moyen-Âge (Robert, 2023), mais cette signification ne vient plus qu'en deuxième ou troisième position (Larousse, 2023 & Wiktionnaire, 2023). En lieu et place, la dignité est d'abord comprise comme « une gravité noble, qui inspire la considération, commande le respect et les égards ». Son sens philosophique s'insère généralement en deuxième place, mais il est simplifié et recouvre essentiellement le « fait que la personne humaine ne doit jamais être traitée comme un moyen, mais comme une fin en soi » (Wiktionnaire, 2023), ou encore qu'il s'agit du « sentiment que quelqu'un a de sa valeur »

(Larousse, 2023). Ainsi rares sont les ouvrages de référence qui définissent avec subtilité toutes les composantes de la dignité et c'est à chaque auteur de faire sienne la définition de ce mot, notablement dans sa perspective philosophique.

À ce propos, il est important de souligner que l'apparition de la dignité comme concept philosophique est une nouveauté qui apparaît seulement au cours des XVII^e et XVIII^e siècles. Cette dernière gagne ainsi un sens supplémentaire connectée à cette idée de *valeur* de la vie humaine. Cependant, deux de ses interprétations sont bien souvent opposées dans leurs dimensions — qui recouvrent d'une part son caractère absolu et ontologique, et d'autre part son caractère personnel et subjectif. Comme l'indique la théologienne et éthicienne française Marie-Jo Thiel (2013, p. 110-116), le concept a pris une importance majeure au XX^e siècle, suite aux événements indignes de la Shoah. C'est ce qui a valu à la dignité d'avoir été inscrite au préambule de la déclaration universelle des droits de l'homme de 1948 et plus récemment d'avoir été reprise comme principe clé dans les règles de bioéthique, dont la signification demeure cependant ambiguë et discutée — comme nous allons le voir dans les prochaines pages.

C'est précisément en raison de cette ambiguïté qu'il nous apparaît important d'aborder la question de la dignité avec un regard renouvelé dans cette première partie de notre réflexion. Nous ferons un premier tour d'horizon de ce que notre domaine d'étude, la psychologie, a pu dire sur ce même thème. Puis, nous prendrons le temps de l'examiner attentivement dans sa dimension philosophique, car c'est sans doute le domaine d'étude qui a apporté les élaborations les plus riches sur la question de la dignité. C'est à partir de cette base que nous entreprendrons enfin de l'explorer à l'aide des récits et des traditions judéo-chrétiennes, pour tenter d'en proposer un modèle pertinent.

1.1. Perspectives psychologiques sur la dignité

En préambule, il est nécessaire de signaler que le concept de dignité a été singulièrement peu étudié en psychologie — cette discipline ayant visiblement privilégié le concept d'estime de soi, ce dernier étant possiblement plus aisé à opérationnaliser. Une recherche sur la base de données de l'Association de Psychologie Américaine (PsycNet), dénombre seulement 25

références d'articles comportant explicitement le mot *dignity* dans leur titre, pour une période couvrant les 50 dernières années. Par opposition, on y trouve près de 14 000 références d'articles sur l'estime de soi (*self-esteem*) dans les 70 dernières années. De plus, parmi ces 25 entrées, seulement cinq ont été publiées dans la dernière décennie. Par ailleurs, une portion significative de ces études utilisent le mot *dignité* dans leur intitulé, mais traitent pour la plupart de sujets spécifiques qui n'incluent pas d'élaboration sur le concept en tant que tel. Certaines touchent aux conséquences de conflits armés, d'autres sont liés au vieillissement ou à l'éducation. Une part importante d'entre elles sont aussi des recherches empiriques liées à l'introduction de l'aide médicale à mourir en Oregon dans les années 2000, mais elles n'approfondissent pas la notion même de dignité.

Une sélection limitée aborde cependant ce thème dans une volonté de mieux saisir le concept et tente de l'intégrer à une pratique psychothérapeutique. Lynne Jacobs, psychologue gestaltiste et clinicienne basée en Californie, a ainsi publié une série d'articles récents approfondissant le sujet (2017, 2020). Elle y mentionne comment la dignité peut être comprise principalement de deux manières : la première étant la dignité en tant que caractéristique d'une vie considérée comme *digne* ; la deuxième, peut-être la plus courante, est celle qui considère la dignité comme précepte éthique, qui affirme que les êtres humains méritent la dignité, et que cette garantie fait partie de ce qui nous définit en tant qu'êtres humains (Jacobs, 2017). Elle reconnaît cependant que ce dernier sens recouvre un concept philosophique, moral ou éthique, plutôt qu'un concept psychologique en tant que tel. Plus spécifiquement, Jacobs observe comment de nombreux patients viennent en thérapie à la suite d'atteintes à leur dignité ou suite à des effets de situations familiales si corrosives qu'ils n'ont jamais développé le sens de leur propre dignité. Elle considère alors la thérapie comme un processus de recherche ou de restauration de la dignité (Jacobs, 2017). Dans ce même article, elle aborde par de nombreux exemples les perspectives éthiques et cliniques, en distinguant la dignité, du « sentiment de dignité ». Ce dernier se constitue d'éléments tels que le sens de sa propre valeur, la perception de l'autonomie et du choix, la sensation d'être un humain parmi les autres humains, la présence d'une signification ou d'un but dans la vie et enfin la perception d'avoir une expression personnelle ou une unicité. Selon elle, la dignité est également liée au sentiment de confiance que notre corps fonctionne correctement, à la

capacité de gérer notre vie émotionnelle dans une fourchette culturellement acceptable, à l'intégrité psychologique et aussi à un sens de l'intégrité comportementale, reflétée dans le traitement respectueux des autres. Jacobs établit également un lien entre la dignité et la honte — voyant même cette dernière comme un moyen pour retrouver notre dignité. Enfin, elle nomme et souligne une facette souvent oubliée en clinique: la dignité d'avoir quelque chose à donner à l'autre. Cette dernière se manifeste dans le fait que le thérapeute est lui-même gratifié du don qui lui permet de contribuer à la vie de ses patients, et par le plaisir qu'il prend à être avec eux. Ceci devient alors le substrat de fond qui rend digne ce travail dans la relation thérapeutique. Dans son tout dernier texte, Jacobs observe encore plus précisément que le sentiment de perte de dignité est l'une des trois principales raisons qui amènent ses patients à venir la consulter en thérapie (Jacobs, 2020). Elle y mentionne comment elle considère que les deux éléments qui restaurent le sens de la dignité d'une personne sont l'acquisition de compétence via un processus émotionnel, ainsi que l'acquisition de la résilience nécessaire pour utiliser sa voix dans une communauté parfois dysfonctionnelle. Par ailleurs, elle souligne comment le sentiment d'agence (ou d'agentivité), c'est-à-dire la capacité à faire des choix dans notre propre vie, est une caractéristique cruciale qui permet d'avoir le sens de sa propre dignité. Il s'agit pour elle d'une des composantes mêmes de la dignité.

Dans un article fort intéressant (1996), John Iuculano, professeur de psychologie à la Felician University du New Jersey et Keith Burkum, professeur de philosophie à la William Paterson University du New Jersey, soutiennent que l'humanisme, plus que toute autre orientation courante en psychologie, se préoccupe du statut humain de l'individu et de la reconnaissance de la dignité comme élément central de ce statut. Selon eux, la dignité est fondamentale dans la structure de l'existence humaine et elle n'est atteinte qu'en tenant l'autre comme un *être humain*, à l'opposé de la posture qui vient le réduire à un statut d'objet. Ils expriment leur conviction que c'est la connexion de la psychologie humaniste à ses racines épistémologiques et ontologiques fondamentales qui lui permet de s'accrocher à l'humanité de l'individu et d'identifier la dignité comme fondamentale à l'existence humaine. Les qualités de l'expérience humaine, telles que l'intersubjectivité, la conscience, le souci et la dignité, font ainsi partie de la structure *existentielle* de l'existence. En s'appuyant

principalement sur la position philosophique de Sartre sur la *honte*, ils rappellent que cette dernière n'est qu'une expression négative de ce qui est exprimé positivement par la dignité. Ils précisent bien que la dignité ne peut pas être appréhendée comme un objet, mais qu'elle n'est connue qu'à travers le vécu de notre expérience. Selon eux, c'est l'*intersubjectivité* qui crée les conditions dans lesquelles la dignité peut être réalisée. C'est par l'*intersubjectivité* que la structure de l'existence s'articule pleinement, devenant un *être-au-monde-avec-les-autres*, c'est-à-dire un *être-au-monde* qui est tout autant un *être-avec*. Ainsi, la structure de l'existence humaine est nécessairement co-constituée avec tous les autres êtres humains. Et parce que la dignité fait partie de la structure de l'existence humaine authentique, elle y est fondamentale. Elle ne peut venir à la réalité de l'extérieur du monde de la vie comme une réflexion après coup. Les auteurs soutiennent enfin l'idée que la dignité soit alimentée par une psychologie qui reconnaît l'importance du choix de l'individu de s'engager envers le statut humain de l'autre et, par conséquent, de rester authentique à la structure de l'existence humaine.

Le dernier texte directement lié à la psychologie que nous considérerons pertinent à notre étude a été écrit par Alphonso Lingis (2010), professeur de philosophie émérite à la Pennsylvania State University. Dans un court article sobrement intitulé *Dignity* et publié dans *The Humanistic Psychologist*, ce pilier des conférences internationales de recherche en sciences humaines (IHSRC) souligne avec justesse que la dignité ne peut être qu'un effet secondaire des entreprises que nous engageons et qui ont des objectifs. En d'autres termes, on ne peut selon lui produire intentionnellement ou volontairement de la dignité, elle ne peut apparaître que comme un effet secondaire de *bien* faire d'autres choses, en visant des objectifs extérieurs. Lingis y décrit aussi d'une manière assez lyrique l'une des caractéristiques les plus mystérieuse et paradoxale de la dignité, lorsqu'elle se manifeste dans les situations de douleurs physiques terminales et de souffrances psychologiques intenses, telles celles de l'agonie précédant parfois la mort :

What we designated there as dignity appeared to us to be the most improbable, inexplicable, awesome trait that emerged in the throes of physical collapse, pain, the impotence of mental skills, the process of definitive and irreversible defeat. The intense longing that arises in us to be able to die that way surges in us like a

hope fraught with all the sense of all the laxities, facilities, cowardices, escapisms, illusions, fantasies with which our lives are interwoven. If the spectacle of someone dying with dignity is what motivates us to wish to live with dignity, whether we, in fact, do live with dignity will be known only when the time comes for us to die. (Lingis, 2010, p.268)

Cette vision quelque peu fataliste ne devrait cependant pas nous faire peur. Elle nous rappelle à l'humilité de notre condition, en particulier face à la complexité du sujet, lorsqu'il est envisagé sous toutes ses dimensions. Et de fait, s'il ressort de cette courte recension une impression de mieux comprendre les caractéristiques et les éléments associés à la dignité, il nous semble pourtant encore difficile de la percevoir de manière globale et de se faire une idée vraiment claire de ce qui relie tous ces éléments disparates.

Peut-être est-ce parce que nos recherches n'ont porté jusqu'ici que sur les études de psychologie, qui nous le savons maintenant sont notoirement peu nombreuses sur le sujet de la dignité? Or c'est dans un domaine connexe à la psychologie, celui de la psychiatrie que nous avons trouvé une source jaillissante. Le professeur distingué de psychiatrie de l'Université du Manitoba, Harvey Max Chochinov, a en effet consacré une grande partie de sa vie professionnelle à formaliser un modèle de la dignité chez le malade en fin de vie. Il en a tiré une méthode thérapeutique, intitulée «thérapie de la dignité» (*Dignity Therapy*) qu'il a élaborée à travers plus de 300 publications scientifiques.

Son approche est rendue accessible par le Canadian Virtual Hospice qu'il a co-fondé en 2001, et via le CancerCare Manitoba Research Institute, auquel il participe comme scientifique senior. La méthode est également rendue publique sur un site Internet extrêmement efficace (dignityincare.ca) qui propose toutes les informations sur les livres publiés par Chochinov, ainsi que les formations régulières offertes aux professionnels de la santé qui œuvrent dans le domaine des soins palliatifs — ou encore pour tout autres professionnels de la santé, peu importe leur rôle, du moment où ils sont intéressés à découvrir cette approche pour résoudre les difficultés auxquelles ils sont confrontés dans leur quotidien, et retrouver ainsi plus de satisfaction dans leur travail (Dignity in Care, 2023).

Dans un ouvrage publié en 2012, intitulé *Dignity Therapy, Final Words for Final Days*, Chochinov expose son modèle de la dignité à travers une recension des grandes catégories, thèmes et sous-thèmes qui la composent. Il y explique que son modèle a été entièrement basé sur les données de patients à travers plusieurs années de recherche, composant ainsi un ensemble apparemment fort détaillé indiquant les trois principales sources d'influence qui préoccupent les patients en fin de vie. Selon lui, la dignité peut être affectée en premier lieu par des *préoccupations liées à la maladie*, qui sont les facteurs qui découlent le plus directement de la maladie elle-même, comme les réactions physiques et psychologiques. En deuxième, la dignité peut également être affectée par ce qu'il nomme le *répertoire de préservation de la dignité*. Ce répertoire décrit une «myriade de facteurs psychologiques et spirituels» qui peuvent influencer le sens de la dignité d'une personne, ces derniers sont souvent intégrés à la «composition psychologique du patient», à ses antécédents personnels et à ses expériences de vie accumulées. Enfin, selon Chochinov, alors que la dignité peut être médiatisée de l'intérieur, elle peut aussi être influencée de l'extérieur. En d'autres termes, il existe des facteurs au sein de l'environnement social ou des défis externes qui affectent le sens de la dignité d'une personne, ce que l'auteur nomme *inventaire de la dignité sociale*.

Dans le modèle détaillé (Chochinov, 2012) sont donc d'abord placés ensemble les éléments touchants aux *préoccupations liées à la maladie*: le niveau d'indépendance, qui regroupe lui-même l'acuité cognitive et la capacité fonctionnelle; ainsi que les symptômes de détresse, regroupant la détresse physique et la détresse psychologique, cette dernière étant elle-même composée de l'incertitude médicale et de l'angoisse de la mort. Vient ensuite le *répertoire de préservation de la dignité* qui consiste lui aussi en deux éléments principaux: premièrement les *perspectives* de préservation de la dignité, avec la continuité du soi, la préservation du rôle, la générativité/l'héritage, le maintien de la fierté, l'espoir, l'autonomie/le contrôle, l'acceptation et enfin la résilience/l'esprit combatif. Dans ce même répertoire viennent ensuite les *pratiques* de préservation de la dignité, qui sont formées du vivre «dans l'instant», du maintien de la normalité et de la recherche du réconfort spirituel. Le modèle est finalement complété par l'*inventaire de la dignité sociale* regroupant les limites de la vie privée, le soutien social, la «teneur» des soins (faisant référence au *ton* des soins que les professionnels de santé offrent), le fait d'être un fardeau pour les autres, et enfin les préoccupations des conséquences.

La méthode thérapeutique en elle-même s'appuie alors le modèle précédent ainsi que sur deux outils distincts. En premier, il s'agit de la «question sur la dignité du patient» (*Patient Dignity Question*) — une question simple et ouverte, développée et validée par le Dr Chochinov lui-même, qui est posée au patient et s'exprime ainsi: «que dois-je savoir sur vous en tant que personne pour vous prodiguer les meilleurs soins possibles?» Une entrevue est alors menée par le thérapeute spécialement formé à la thérapie de la dignité, qui consiste en une brève conversation d'environ dix minutes, encadrée par cette question. En un deuxième temps, le thérapeute peut faire passer au patient l'*inventaire de la dignité du patient* (*Patient Dignity Inventory*), consistant en une série de 25 questions à répondre chacune sur une échelle de Lickert, qui vont permettre d'évaluer son niveau de dignité afin d'orienter le travail thérapeutique par une autre série de questions spécifiques à chaque élément du modèle. Dans son livre, Chochinov livre une description plus claire de l'intervention essentielle composant son approche:

In essence, patients taking part in Dignity Therapy are invited to engage in conversations, addressing issues or memories that they deem important or that they want recorded for the sake of those loved ones who will outlive them. In the service of generativity, the conversations are audio-recorded and transcribed. Hence, the therapy results in the creation of something that will last — something whose influence will extend beyond the death of the patient, to be heard across coming generations. The role of the therapist, besides guiding and enabling the process, is to imbue the therapeutic interaction with dignity; this means that patients must feel accepted, valued, and honored. (Chochinov, 2012, p. 42)

La thérapie implique ainsi la création d'un document «soigneusement construit et édité», composé d'un contenu que les patients voudraient faire connaître à ceux qu'ils sont sur le point de laisser derrière eux. Ce document, intitulé *document de générativité*, est un élément essentiel de la thérapie de la dignité. Selon la description qu'en fait Chochinov, sa signification est double: il transmet un sentiment de profond respect pour les révélations que les patients partagent sur le moment, et il garantit que tout ce qui est dit par le patient est «capturé et préservé pour la postérité».

Enfin, il faut souligner que le modèle et sa méthode ont été validés à travers une large étude réalisée entre 2004 et 2008 par trois équipes de recherche internationales réparties au Canada, aux États-Unis et en Australie. Les résultats furent publiés en 2011, dans la revue *The Lancet Oncology* (Chochinov, 2011).

Three hundred twenty six patients with a terminal prognosis were randomized across the three study conditions. (...)

Patients reported that dignity therapy was significantly more likely than the other two interventions to have been helpful, improve quality of life, increase sense of dignity, change how their family saw and appreciated them, and be helpful to their family. (...) Significantly more patients who had received dignity therapy reported that the study group had been satisfactory, compared with those who received standard palliative care. (Chochinov, 2012, p. 49)

Ces résultats éclatants démontrent assurément la pertinence du modèle et le succès de la méthode. De par notre expérience personnelle en soins palliatifs, il nous semble cependant qu'elle puisse ne pas être adaptée à toutes les situations de fin de vie, notamment celles où le temps est particulièrement compté. L'urgence qui survient parfois et la dégradation rapide des capacités physiques ou cognitives des personnes en fin de vie peuvent en effet limiter ou même empêcher l'application de cette méthode. Par ailleurs, hors des maisons de soins palliatifs, les différences configuration matérielles dans lesquelles se trouvent les patients dans beaucoup d'hôpitaux pourraient également rendre ardues l'enregistrement des séances, notamment pour des raisons de confidentialité. Enfin, même si dans la description de la méthode, l'accent est clairement mis sur l'importance du respect de la dignité des patients pour soutenir leur sentiment d'être « accepté, valorisé et honoré », il nous semble certainement délicat de parvenir à installer une telle ambiance à travers une entrevue dont la durée est limitée à seulement une dizaine de minutes, complétée par l'utilisation de tests psychométriques. Nous saluons le modèle proposé qui semble effectivement très détaillé et appuyé sur des données probantes, mais qui ne fournit malheureusement pas non plus de compréhension théorique sous-jacente adossée au concept de dignité. Pour tenter d'y voir plus clair, il nous faut donc vraisemblablement continuer à explorer le sujet et nous allons le faire maintenant en commençant par la dimension philosophique associée à la notion de dignité.

1.2. Dimensions philosophiques de la dignité

Dans son livre «*Au nom de la dignité de l'être humain*», Marie-Jo Thiel nous en propose une analyse très complète, appuyée en reprenant à son compte les deux dimensions de la dignité philosophique avant d'en ajouter une troisième. La première dimension dont elle détaille la signification est la dignité *ontologique* :

Elle désigne cette qualité intime, précieuse d'humanité, que l'on ne saurait dénier à quelqu'un sous peine de le réduire à néant, et qui fonde le respect autant des droits et les devoirs de tout être humain en vertu de son engendrement à l'intérieur de l'espèce humaine. C'est, nous l'avons vu, la perspective des droits de l'homme. (Thiel, 2013, p. 96)

Cette forme de dignité est directement en rapport avec la vision amenée par le philosophe allemand Emmanuel Kant dans l'une de ses œuvres essentielles, les «*Fondements de la métaphysique des mœurs*». Dans ce texte, il précise et distingue ce qui fait la valeur de la personne humaine : sa dignité.

Dans le règne des fins tout à un *prix* ou une *dignité*. Ce qui a un prix peut être aussi bien remplacé par quelque chose d'autre, à titre d'équivalent ; au contraire, ce qui est supérieur à tout prix, ce qui par suite n'admet pas d'équivalent, c'est ce qui a une dignité. (...) La moralité, ainsi que l'humanité, en tant qu'elle est capable de moralité, c'est donc là ce qui seul a de la dignité. (Kant, 1792, 2013, p. 47)

La dignité devient ainsi la caractéristique principale de l'être humain, qui lui est exclusivement attachée, car il est le seul animal doué de raison et guidé par une morale. C'est précisément la présence de cette morale qui place la personne humaine en position unique, comme nous l'explique Marie-Jo Thiel :

Kant ne fonde la dignité ni sur l'anthropologie ni sur la théologie. Il ne l'adosse de surcroît ni au bonheur, ni à l'utilité, ni au prix financier, ni aux manières du vouloir. Il la pose dans la moralité qui fait le prix sans prix de la personne humaine. Il signifie par-là que l'être humain a une valeur intrinsèque du nom de «dignité». Celle-ci ne réside donc pas dans la valeur estimée par autrui ni sur l'estime que l'on devrait avoir pour quelqu'un en raison de son rang, mais sur l'humanité en tant que telle, dans l'autonomie de la volonté. (Thiel, 2013, p. 113)

Le philosophe français Éric Fiat nous précise également dans son *Petit traité de dignité* (2010, p. 145), l'impact qu'a eu cette vision absolument novatrice avec la finalité de l'homme : « dire [que l'homme] ne saurait être remplacé par quoi que ce fût d'équivalent, c'est à la fois suggérer que tout homme est un être singulier et le regarder comme une fin en soi », ce qui nous ramène à cette définition.

Mais cette *autonomie* dont parle Kant sera parfois mal interprétée. Comme le souligne l'éthicien québécois Hubert Doucet, lors des débats portant sur l'aide médicale à mourir : « plusieurs personnes appartenant à l'un ou l'autre camp se réclament de Kant pour fonder leur idéal d'interprétation » (Doucet, 2015, p. 22). Or lorsque Kant nous parle d'autonomie, c'est dans la perspective ce qu'il appelle « le règne des fins », c'est-à-dire un espace où la volonté de l'être humain s'exprime grâce à sa raison et en instituant une morale universelle. Cette *autonomie* kantienne est donc bien éloignée de celle, individuelle et subjective, amenée par Hobbes plus d'un siècle auparavant. L'écart de pensée entre ces deux auteurs a été tellement fondamental qu'il vient aujourd'hui encore cliver le débat sur la dignité, notamment lorsqu'elle est utilisée pour justifier ou objecter le droit à l'euthanasie.

En conséquence, il est souvent dit du caractère ontologique de la dignité qu'il est intrinsèque à l'être humain, ou intrinsèque à l'espèce humaine. Marie-Jo Thiel insiste et se fait encore plus précise en disant qu'il est intrinsèque à tout être « engendré à l'intérieur de l'espèce humaine ». Ce point est important, car il souligne l'accueil dans la dignité humaine de tout être humain dont le patrimoine génétique serait légèrement variant — possédant un chromosome de plus ou un chromosome de moins. Sans cette précaution utile, nous pourrions facilement en arriver à la remettre en cause pour les enfants atteints du syndrome de Down ou encore pour les personnes atteintes de monosomie ou de trisomie sexuelle.

Au contraire, la dignité humaine ontologique est une qualité qui ne peut être aliénée, retirée, hiérarchisée ou soumise à des critères tels que la race, le sexe, l'âge, la couleur de peau, la richesse, la beauté, la religion, la langue, la présence de pathologie ou de handicap. Par ailleurs, cette dignité est une qualité réciproque, entrecroisée, indissociablement liée à celle de l'autre. Si occasionnellement elle peut être déniée, cela n'est pas sans conséquence, car

«renier la dignité d'autrui, c'est aussi renier la mienne» (Thiel, 2013, p. 98). Même lorsque la dignité humaine est ainsi bafouée ou niée, sa dimension ontologique reste présente et inextinguible. «Enfouie dans les profondeurs de l'être, non immédiatement visible et tangible, elle demeure néanmoins prête à réimprégner et à réengager l'être dans le procès de l'humanisation qu'elle appelle» (p. 99). La dignité ontologique est ainsi à la fois un espoir et un don, mais elle est aussi la promesse d'une tâche, car il est de notre responsabilité de la faire émerger ou réémerger lorsqu'elle semble avoir disparu. Ainsi selon Kant, «la dignité ne se mesure pas, elle est absolue, inconditionnée et intrinsèque» (Fiat, 2010, p. 144). C'est sans doute ici le plus grand mérite de ce philosophe, d'avoir introduit une notion de dignité qui n'est plus hiérarchique, qui ne donne plus l'occasion de juger ni de critiquer l'autre, pas plus que de lui nier sa valeur en se basant sur ses comportements ou ses carences.

La deuxième dimension philosophique de la dignité rapportée par Marie-Jo Thiel est *le sentiment de dignité*. C'est aussi la dignité telle que Thomas Hobbes la formule dans son ouvrage de philosophie politique, «*Léviathan*» (1651). Comme elle le mentionne très justement, il s'agit d'un sentiment complexe et parfois paradoxal:

Il tient de l'estime de soi, mais aussi de l'image de soi en face d'autrui, de la société, de sa propre histoire, et enfin de l'autoappréciation (ou dépréciation) à partir de ses actes, tout en assumant la complexité de la condition humaine jusque dans ses aspects contradictoires. (...) Il est à la fois en continuité et en rupture avec la dignité ontologique. (Thiel, 2013, p. 100)

Ce rapprochement avec le concept d'estime de soi est sans doute l'image qui nous permet le mieux de saisir la véritable nature du *sentiment de dignité*. À la fois subjectif et intersubjectif, il est renforcé par les interactions sociales et relationnelles entre les êtres humains. Il se manifeste parfois en accord ou bien en contradiction avec les actes posés, mais peut varier en fonction de l'appréciation personnelle que nous posons sur ces actes. Ainsi pour Marie-Jo Thiel, le sentiment de dignité est relié à la dignité ontologique par le fait que cette dernière est la source fondamentale de toute dignité humaine. Or ceci peut pourtant nous amener à agir à l'inverse de ce sentiment de dignité qui se manifeste alors à l'opposé d'une perception éthique et objective de la dignité.

La personne humaine est ainsi faite. Tantôt elle est heureuse de s'imprégner des la dignité ontologique comme d'une eau jaillissante irriguant tout son être, et elle pourra aller jusqu'à désobéir, en son nom, à des lois de la cité, tantôt elle sera portée à en transgresser certaines exigences, convaincue d'être exclue de sa dynamique... (Thiel, 2013, p.101)

À l'évidence le sujet est complexe, car l'estime de soi est elle-même un concept irrégulier et ambigu. Parfois confondue avec la confiance en soi, il s'agit d'un sentiment qui touche à l'amour-propre, à l'image de soi et parfois au sentiment de contrôle. Il est également équivoque selon les types de personnalité — comme dans les cas de personnes aux traits narcissiques pathologiques dont l'estime de soi défaillante est masquée derrière un amour-propre excessif et dévorant. Ceci les entraîne vers l'instrumentalisation des autres, tout en négligeant du même coup la dignité humaine. Le sentiment de dignité qu'ils perçoivent d'eux-mêmes n'est donc pas lié à la dignité éthique des actes posés; or il est clair qu'il n'est pas non plus une fonction directe de la présence ressentie de la dignité ontologique.

Ce cas particulier vient nous interroger sur l'existence d'un lien tangible entre ces deux dimensions. C'est sans doute pour expliciter ce lien que Marie-Jo Thiel ajoute enfin une troisième dimension qu'elle appelle la *dignité objective déployée*:

La dignité objective déployée désigne la mise en œuvre éthique, pour chacun, de son humanité, toujours à distance de l'idéal, toujours «seulement» humaine, et pas forcément coupable quand le mal et la finitude s'en mêlent. (...) Cette dignité objective déployée est normalement solidaire du sentiment subjectif de dignité et l'une s'appuie sur l'autre. Les deux ne sont cependant pas du même ordre et dans certains cas comme la perversion par exemple, ils peuvent même être totalement déconnectés. (Thiel, 2013, p.104-105)

C'est dans cette dernière dimension que nous trouvons l'expression manifeste de la dignité telle qu'elle peut se comprendre objectivement; tel qu'elle peut se codifier et se mettre en mots. Elle peut de cette manière être mesurée et même être jugée. C'est ainsi qu'elle devient morale, voire moralisante; d'une manière qui se rapproche du sens ancien du respect de la décence et des convenances, ou encore de la gravité et de la noblesse. Ceci est peu ou prou la conception «bourgeoise» de la dignité, telle que décrite par Éric Fiat (2010, p.99). Cette dignité objective est donc «normalement» solidaire de la précédente, mais nous avons vu

qu'il se peut aussi bien qu'elle ne le soit pas, comme dans les cas de perversions ou de troubles de la personnalité. Selon Marie-Jo Thiel cette dimension demeure importante, car elle vient contrebalancer la violence arbitraire de la subjectivité pure et rendre plus concrète l'abstraction de la dignité ontologique. Cela nous amène cependant à nous interroger sur ce que nous pouvons faire de cette dernière dimension si elle s'avère ne pas être vraiment en lien avec les deux autres. Et comment les agencer toutes les trois de manière à aller vers une plus grande compréhension?

Marie-Jo Thiel propose de placer ces trois dimensions de la dignité sous la forme d'une triangulation, soutenue par une mise en interaction de l'une avec les autres. Selon elle, l'intérêt de cette structure est qu'il est toujours possible de faire appel à l'une de ces dimensions lorsqu'une autre en viendrait à se tarir ou encore à manquer. Bien sûr, cette articulation a certainement le mérite de ne pas nous laisser enfermer dans une unique conception de ce qu'est la dignité. Comme modèle éthique, elle vise également à établir un cadre de pensée et à permettre un jugement ordonné, mais il s'agit à l'évidence d'une construction artificielle qui ne nous donne que peu d'horizons de compréhension. En effet, le sentiment de dignité tel qu'il a été décrit jusqu'à présent ne nous semble pas assez nuancé. Lorsqu'elle est nommée «dignité subjective ressentie», l'on comprend qu'il s'agit surtout d'une dignité/estime de soi, qui pêche par son subjectivisme. L'auteure mentionne l'impact de la présence et du regard des autres sur ce sentiment de dignité, mais elle ne l'amène nullement sur le terrain de la dignité relationnelle. Cette dimension intersubjective de la dignité n'est pas explorée au-delà d'une courte mention :

La dignité dans sa dimension phénoménologique représente finalement une modalité à la fois émotionnelle et rationnelle, personnelle et collective, de la dignité ontologique, confrontant celle-ci à sa capacité d'«irrigation» pratique, son pouvoir de ressourcement, et celle-là à sa capacité de l'accueillir et de s'en laisser imprégner et dynamiser. (Thiel, 2013, p. 103)

Cette piste s'annonce fertile, mais elle reste malheureusement non exploitée par la suite. Si l'on saisit bien l'image de la dignité ontologique comme la source de toutes les autres manifestations de la dignité — subjective et objective —, une phénoménologie de la dignité mériterait d'être menée pour les mettre en dialogue et offrir une compréhension plus large.

Mais la dignité relationnelle n'est pas aisée à positionner au milieu du triptyque précédent. Soit le sentiment de dignité n'est pas seulement subjectif, mais contient également l'aspect intersubjectif, alors il nous faut ajouter un pan entier à la définition précédente — ce qui nous éloigne d'un sentiment de dignité, vue comme une estime de soi, fortement liée à l'autonomie individuelle et au désir de contrôle. Soit au contraire, nous voulons conserver le côté purement subjectif de cette dimension et alors il nous faut ajouter la dignité relationnelle comme un quatrième axe au modèle. Finalement à ce stade, rien ne vient trancher pour nous cette indécision.

Par ailleurs, Marie-Jo Thiel nous suggère de voir le lien entre les trois dimensions de la dignité comme une cascade : l'eau jaillit de la source de dignité ontologique, pour couler vers la dignité déployée objectivement et enfin ruisseler jusqu'à la dignité ressentie subjectivement. À chaque étape, il est bien sûr possible que des pierres ou des branches viennent obstruer le cours d'eau et tarir la source pour le niveau inférieur (Thiel, 2014, p. 99). C'est ainsi qu'une sécheresse d'indignité peut s'installer durablement aux niveaux objectif et subjectif, sans jamais épuiser totalement la présence immanente de la source ontologique. Cependant, nous l'avons vu, ce schéma séduisant ne coïncide pas avec les cas où les dimensions objectives et subjectives sont décorréées. Il y a parfois des résurgences de dignité qui surviennent au niveau subjectif, alors que la dignité objective apparaît pourtant irrémédiablement asséchée. Le modèle échoue à faire comprendre le lien intuitif présenté entre les dimensions et incite au contraire à penser qu'aucun lien ne vient les réunir.

Ne contemplons-nous pas ici plutôt une nomenclature théorique qui ne fait que juxtaposer plusieurs concepts hétérogènes, sous le prétexte qu'ils adviennent sous le même mot ? Il semble que l'origine de notre embarras provienne notamment du fait que la *dignité* rassemble effectivement une pluralité de significations qui sont plus distantes qu'il n'y paraît au premier abord, telle que la valeur de l'être humain, l'estime de soi ou le respect dû. Mais alors, que faire ?... Peut-être serait-il fructueux de reprendre l'analyse sous une autre forme. Il nous vient à l'esprit une parole de Phil Simmons, écrivain américain décédé des suites d'une maladie dégénérative, la sclérose latérale amyotrophique (SLA ou maladie de Charcot). Ce

professeur qui avait tout pour réussir se heurta à une lourde désillusion lorsqu'il comprit la teneur de sa maladie et s'interrogea sur le sens de la vie et la dignité :

By the time I was 35 years old, I had a tenure tracked job at a good liberal arts college, I had two beautiful healthy children and a loving marriage. When this guy learned he had an illness with no treatment and no cure, you bet he saw it as a problem to be solved. But ALS wasn't going to let me resume business as usual. I needed a new vocabulary. In my search for healing, I turned to religion in particular, because it is with religious language that human beings have most consistently, rigorously and powerfully explored the harrowing business of rescuing joy from a heartbreak. (Beitel, 2004, audio transcription)

Le langage de la religion, mais surtout sa manière d'aborder les sujets existentiels, nous offre en effet un angle de vue bien différent de celui de la science ou de la philosophie. Contrairement à ces dernières, la méthode qu'elle propose ne cherche pas à affirmer ou à consolider une conclusion, mais au contraire à offrir un espace de dialogue et de conversation. Ainsi l'exégèse est un outil qui permet la compréhension tout en respectant l'infinie complexité des mots et des images. L'herméneutique des textes bibliques nous invite à entrer dans le mystère de l'expérience de la relation à l'autre et à en accepter l'incertitude. C'est à l'aide de ces outils que nous allons maintenant continuer le chemin de notre exploration de la dignité humaine pour en faire une interprétation plus personnelle.

1.3. Créés à l'image de Dieu

Précisons pour débiter que contrairement à ce que nous pourrions penser, l'occurrence des mots *digne* ou *dignité* n'est pas fréquente dans la Bible. Nous les rencontrons 37 fois dans le Nouveau Testament, mais pour l'essentiel dans le sens antique du *mérite*. Comme le mentionne d'ailleurs Marie-Jo Thiel (2013):

La dignité ne fait pas pour autant l'objet de longs développements en soi ni dans la Bible, ni dans la liturgie, ni dans les textes officiels de l'Église. Elle est comme expulsée du texte parce qu'elle en constitue précisément le pré-texte. (p. 25)

Ainsi le mot n'est jamais vraiment utilisé dans son sens moderne et philosophique, mais la plupart des théologiens et des clercs admettent volontiers que la dignité chrétienne recouvre

essentiellement le sens ontologique et intrinsèque de la dignité kantienne. L'archevêque de Westminster, Vincent Nichols, en précise ainsi l'origine :

Le point de départ théologique est bien sûr l'enseignement biblique du livre de la Genèse. De là, nous tirons notre compréhension que toutes les choses créées ont une dignité qui leur est propre, mais que la dignité humaine est spéciale puisque les êtres humains ont été créés à l'image de Dieu. (Nichols, 2012, p. 3)

Cette allégorie de la dignité, liée à la nature ontologique de l'être humain comme étant créé à l'image de Dieu est en effet tout à fait fondamentale dans la vision chrétienne. Car c'est directement dans le tout premier récit biblique, que Dieu dit :

Faisons l'homme à notre image, selon notre ressemblance,
et qu'il soumette les poissons de la mer, les oiseaux du ciel,
les bestiaux, toute la terre et toutes les petites bêtes qui remuent sur la terre!
(Genèse 1, 26)

Si ce verset a souvent été utilisé pour justifier de la suprématie de l'être humain sur toutes les autres espèces animales et souvent les asservir pour son propre compte, il nous rappelle aussi la responsabilité éminente que Dieu exige de l'homme en contrepartie. Au-delà de la seule dignité humaine, nous pouvons d'ailleurs également y lire le fait que chaque créature possède elle aussi une forme de dignité qui doit être respectée. Et si la dignité humaine se place à un autre niveau, c'est uniquement parce que Dieu a investi en l'être humain un quelque chose de plus qui lui permet effectivement d'assumer cette responsabilité sur l'ensemble de la Création — pour autant, elle semble ne lui donner en aucun cas un blanc-seing. Ainsi, à la suite de ce passage dans le premier récit de la Genèse¹¹, nous pouvons noter la toute première consigne végétalienne que Dieu donne à ses créatures :

Voici, je vous donne toute herbe qui porte sa semence
sur toute la surface de la Terre et tout arbre dont le fruit porte sa semence;
ce sera votre nourriture. À toute bête de la terre, à tout oiseau du ciel,
à tout ce qui remue sur la terre et qui a souffle de vie,
je donne pour nourriture toute herbe mûrissante. (Genèse 1, 29-30)

¹¹ Rappelons ici que le texte que nous appelons communément « la Genèse » se compose en fait de deux récits distincts, placés l'un derrière l'autre, dans les chapitres 1, 2 et 3 du premier livre de la Bible qui porte le même nom. Nous aurons l'occasion d'y revenir dans la suite de notre étude.

Cette solidarité animale est encore renforcée dans le deuxième récit de la Genèse, où le premier homme est qualifié d'*être vivant*, car il est modelé de la terre et «insufflé de l'haleine de vie» (Genèse 2, 7). Notons que c'est précisément de cette origine *terreuse* — l'humus, que l'humanité tire son nom. Pourtant, nous sommes prompt à oublier que c'est exactement de la même façon, à partir de la terre, que tous les animaux furent créés par Dieu (Genèse 2, 19) et qu'ils furent eux aussi qualifiés d'*êtres vivants*. Il nous faut donc sans doute aller chercher ailleurs pour trouver ce qui fait la spécificité de l'être humain comme gardien de la Création et unique créature créée à l'image et à la ressemblance de Dieu. Or si cette métaphore donne accès à de nombreux symboles, il apparaît clair qu'elle nécessite de plus amples explications pour mieux comprendre quelle serait la nature exacte de cette ressemblance.

Peut-être l'une des clefs se situe dans la façon dont Dieu crée lui-même le Ciel et la Terre : c'est-à-dire par la *parole*. En effet dans le premier récit de la Genèse, Dieu *dit* :

«Que la lumière soit !»
Et la lumière fut. (Genèse 1, 3)

Dans ce récit primordial, c'est par une simple parole que chaque jour de la Création Dieu met en ordre le Cosmos et donne naissance à toutes les choses et à tous les êtres qui composent notre monde. Au premier jour, il sépare le jour de la nuit, puis au deuxième jour, il sépare le ciel des eaux. Au troisième jour, il fait émerger la terre à partir des eaux et crée du même coup toute la végétation. Au quatrième jour, il crée le soleil¹² et la lune et au cinquième jour, les poissons et les oiseaux. Arrivé au sixième jour, c'est encore par une parole que Dieu crée tous les animaux terrestres, puis décide enfin de créer l'homme et la femme à son image.

Le texte nous rappelle ainsi que la parole est créatrice, mais aussi qu'il s'agit d'un des signes essentiels de la puissance et de la divinité de Dieu. Non seulement la parole lui sert à *créer*, mais elle lui sert également à *bénir*. Si à chaque journée suffit sa peine, Dieu prend néanmoins à chaque fois le temps de se reculer et de marquer un temps d'arrêt pour regarder

¹² Soulignons au passage le caractère hautement symbolique du récit, puisque la création du soleil ne survient qu'au quatrième *jour* de la Création, alors que la lumière a été créée dès le premier jour. À l'évidence, le récit ne saurait être considéré comme une description scientifique et littérale des événements, ce qui vient vite invalider toute lecture créationniste.

sa création et voir «que cela était bon». Nommer ce qui est bien — littéralement, faire la bénédiction —, participe ainsi pleinement à l'entreprise divine de création du monde et semble faire partie intégrante de sa nature divine.

Par ailleurs, notons qu'en Genèse 1, 27, il est explicitement mentionné :

Dieu créa l'homme à son image,
à l'image de Dieu il le créa;
mâle et femelle il les créa. (Genèse 1, 27)

Reconnaissons que la répétition du verbe créer n'est sans doute pas due au hasard. Dieu n'étant a priori ni homme ni femme, c'est pourtant «à son image» que les deux sexes furent créés. D'autres traductions préfèrent d'ailleurs cette formulation : «Dieu créa *les êtres humains* comme une image de lui-même; il les créa homme et femme» (Bible en français courant). Dieu serait-il simultanément des deux genres? Nous pourrions aussi le penser, mais cela n'est certainement pas le but premier de ce passage. Au lieu d'opposer hommes et femmes ou de privilégier l'un des deux sexes, le texte les rassemble dans la même humanité et leur donne comme fondement ontologique d'avoir été créés à l'image de Dieu.

Or il nous apparaît que s'il est une caractéristique particulière à l'humain qu'aucune autre espèce animale ne possède à un tel niveau, c'est bien le langage associé à la pensée symbolique et rationnelle. Ce que les Grecs anciens appelaient λόγος — *logos* —, recouvre à la fois les notions de pensée, de discours, de raison et de relation; toutes ces choses qui dérivent de la maîtrise de la parole et du langage spécifique à l'être humain. Gaston Bachelard affirmait sans ambages «que tout ce qui est spécifiquement humain dans l'homme est logos» (1957, p. 7). Cela n'est donc sans doute pas un hasard non plus si c'est précisément ce mot que nous retrouvons également dans l'en-tête du prologue de l'Évangile attribué à Jean, qui fut originellement écrit en grec :

Au commencement était le logos,
et le logos était auprès de Dieu,
et le logos était Dieu. (Jean 1, 1)

Là encore, d'autres traductions préfèrent utiliser le mot *parole*, ou parfois le mot *verbe*, ce dernier ayant eu la faveur de plusieurs traductions françaises pour son genre masculin, identique à celui du mot *Dieu* et rejoignant aussi celui de Jésus, afin d'en souligner la proximité trinitaire — mais possiblement également à cause d'une perspective théologique très phallocrate. Nous retrouvons en anglais (une langue qui n'a plus de genre) le mot *Word* et en allemand *das Wort* (du genre neutre). Or ce prologue de l'Évangile de Jean possède également une proximité forte avec le premier récit de la Genèse : il a été écrit en écho à ce texte fondateur et débute par le même mot : « au commencement » (en hébreu : בראשית — *bereshit*; en grec : ἀρχή — *arkhê*, qui donne en français le mot *arche*). Le bibliste israélien, André Chouraqui, auteur d'une traduction de la Bible très proche du texte hébreu et grec et qui porte son nom, le traduit par « en-tête ». Le terme a ensuite été traduit par « genèse », via le grec γένεσις (*genesis*), signifiant *création*. Cette référence nous aide à mieux comprendre pourquoi le *logos* est devenu pour les chrétiens la présence divine elle-même, sous la forme de l'Esprit saint — souffle de Dieu qui planait déjà sur la surface des eaux primordiales avant la Création (Genèse 1, 2). La nouvelle traduction de la Bible Bayard se veut plus explicite encore dans le lien entre la présence de cette parole et la Création originelle :

Par elle tout est venu et sans elle rien n'a été de ce qui fut. (Jean 1, 3)

Ainsi la parole, le *logos*, l'esprit, le souffle s'entremêlent pour donner forme à la Création et représenter l'être même de Dieu. Peut-on dès lors affirmer que l'un des aspects de Dieu serait d'être langage ? Il est certes frappant de constater la similitude entre notre relation à la langue et celle que nous pouvons avoir avec Dieu. Ainsi, nous pouvons constater que nous sommes plongés dans le langage dès notre enfance — comme le disait Françoise Dolto (1995) : « l'être humain est avant tout un être de langage ». Celui-ci nous entoure et nous baigne de manière invisible. Il nous précède avant notre naissance et nous succède après notre mort. Par notre vie, nous participons à la sienne, mais aucun de nous ne peut affirmer qu'il en est à la source. Bien au contraire, nous sommes intimement et en permanence modelés par sa présence — elle qui donne forme à notre pensée, à notre histoire et à notre identité. Le langage est la lumière, l'une des composantes essentielles, de notre intelligence. Il donne son élan à notre raison, il puise sa force dans le symbolisme des mots et leur

puissance d'évocation. Il donne vie à une partie fondamentale de notre conscience. De la sorte, la maîtrise du langage fait de nous une espèce à part dans l'ensemble de la Création, ce qui nous permet effectivement de la soumettre grâce à cette capacité symbolique inégalée sur la Terre. Et si Dieu nous a créés à son image, c'est donc sans doute premièrement comme des êtres doués de langage. Finalement, en filant ensemble cette métaphore, nous constatons qu'il y a certainement quelque chose dans notre rapport à la langue qui pourrait bien ressembler aussi à notre rapport à Dieu.

Plus précisément, c'est sans doute le *logos*, dans lequel le langage et la raison se combinent pour former la conscience et l'intelligence, qui nous donne d'avoir la connaissance du bien et du mal (Genèse 2, 9). Peut-être est-ce d'ailleurs là que se situe l'origine de notre dignité humaine. Le deuxième récit de la Genèse explicite la manière dont l'homme et la femme ont acquis cette connaissance proprement divine, en mangeant du fruit de l'arbre de la connaissance du bien et du mal, après avoir été tentés par le serpent (Genèse 3, 6). Sans chercher à les accabler, nous pourrions pourtant imaginer que grâce au langage, cette connaissance leur aurait été acquise tôt ou tard. L'être humain — homme et femme — se trouve ainsi doté d'une qualité supplémentaire par rapport au reste de la Création à travers cette capacité unique de discernement. Or que représentent la conscience du bien et du mal, sinon ce que nous appelons plus communément le sens moral ou encore *la moralité*? D'une certaine manière nous retrouvons ici la condition même de ce que Kant postulait à propos de la dignité humaine :

Or la moralité est la condition qui seule peut faire qu'un être raisonnable est une fin en soi ; car il n'est possible que par elle d'être un membre législateur dans le règne des fins. La moralité, ainsi que l'humanité, en tant qu'elle est capable de moralité, c'est donc là ce qui seul a de la dignité. (Kant, 1792, 2013, p. 47)

Associant raison et moralité comme le socle de la dignité intrinsèque et ontologique, Kant vient ainsi redéfinir à sa manière la vision mythologique chrétienne de la dignité dans laquelle l'être humain est créé à l'image de Dieu, insufflé et engendré par le souffle — *logos*, et accédant par sa volonté propre à la connaissance du bien et du mal. Y a-t-il une différence vraiment fondamentale entre l'une et l'autre manière de l'exprimer? Plusieurs auteurs,

comme Schopenhauer, ont reproché à Kant le risque de dérive vers une moralisation excessive qui découle de son approche (Nichols, 2012) — pour autant, nous pourrions bien sûr en dire tout autant d'une vision chrétienne conservatrice de la morale, elle aussi très clivée et très stricte. En fait, les deux traditions se sont volontiers influencées puis nourries l'une l'autre, toutes les deux inspirées à leur origine de la pensée et des écrits des philosophes grecs, ce qui leur donne naturellement de grandes affinités.

Arrivé à ce stade, il serait facile de nous arrêter et de ne considérer que les récits de la Genèse pour tenter de comprendre la dignité dans sa seule dimension ontologique. Il semble cependant que nous puissions aller plus loin dans notre exploration du concept de dignité, à partir des mêmes sources antiques et mythologiques. Et si nous revenons au mot *logos*, nous nous rappelons qu'il contient non seulement les notions de pensée, de langage, de raison, mais aussi celle de *relation*. Or, si cette dimension n'apparaît pas aussi clairement dans la pensée philosophique de Kant, elle est pourtant une composante primordiale et centrale de la vision chrétienne. Plus spécifiquement, ce sont naturellement les textes du Nouveau Testament qui — du point de vue chrétien — contiennent le plus d'éléments relatifs à cette dimension relationnelle. Nous allons donc maintenant nous tourner vers ces récits, car, comme nous l'explique l'archevêque de Westminster, Vincent Nichols :

Une nouvelle profondeur s'ajoute avec la réflexion chrétienne sur l'incarnation, la mort et la résurrection du Christ, qui révèle à la fois la splendeur de la dignité humaine, et par sa résurrection, nous offre le chemin vers la plénitude de la vie avec Dieu à laquelle nous sommes tous appelés. (Nichols, 2012, p. 3)

Soulignons le fait que nous plongeons ici dans une interprétation du message des évangiles qui établit un lien explicite entre la dignité et la finalité même de l'être humain. Ceci nous amène à prendre un temps pour l'expliquer plus avant. Car s'il est un message fondamental de la religion chrétienne à propos de la finalité de l'être humain, il touche à la notion de *vie éternelle* ou encore de *plénitude de vie*. Ce concept pourrait nous paraître ésotérique s'il n'était pas relié directement à une quête humaine et universelle qui est celle du bonheur. Voici comment le pape Benoît XVI en parle dans une lettre encyclique intitulée «*Spe Salvi*» :

Augustin écrivit un jour: dans le fond, nous voulons une seule chose — «la vie bienheureuse», la vie qui est simplement vie, simplement «bonheur». En fin de compte, nous ne demandons rien d'autre dans la prière. Nous ne marchons vers rien d'autre — c'est de cela seulement qu'il s'agit. Mais ensuite, Augustin ajoute aussi: en regardant mieux, nous ne savons pas de fait ce qu'en définitive nous désirons, ce que nous voudrions précisément. Nous ne connaissons pas du tout cette réalité; même durant les moments où nous pensons pouvoir la toucher, nous ne la rejoignons pas vraiment. (...)

Je pense qu'Augustin décrivait là de manière très précise et toujours valable la situation essentielle de l'homme, la situation d'où proviennent toutes ses contradictions et toutes ses espérances. Nous désirons en quelque sorte la vie elle-même, la vraie vie, qui ne finisse pas par être atteinte par la mort; mais, en même temps, nous ne connaissons pas ce vers quoi nous nous sentons poussés. Nous ne pouvons pas cesser de nous diriger vers cela et cependant nous savons que tout ce que nous pouvons expérimenter ou réaliser n'est pas ce à quoi nous aspirons. (...) L'expression «vie éternelle» cherche à donner un nom à cette réalité connue inconnue. Il s'agit nécessairement d'une expression insuffisante, qui crée la confusion. (Benoît XVI, 2007, §11)

Dès lors nous comprenons mieux que les expressions telles que «vie éternelle», «royaume de Dieu» ou encore «communion», sont toutes des formules métaphoriques qui cherchent à rendre compte d'une expérience humaine de plénitude qui se situe au-delà des mots. Il s'agit d'un phénomène mystique et fugace qui ne pourrait être que réduit par une tentative de description objective. De plus, cette sensation de plénitude semble toujours expérimentée par les êtres humains comme un désir impénétrable et mystérieux qui n'est jamais totalement atteint. Seules la poésie ou l'envolée lyrique nous permettent de saisir symboliquement le sens d'une telle expérience. Benoît XVI s'y essaye à son tour, dans la suite de ce passage, afin d'explicitier un peu mieux le sens du mot éternité:

Nous pouvons seulement chercher à sortir par la pensée de la temporalité dont nous sommes prisonniers et en quelque sorte prévoir que l'éternité n'est pas une succession continue des jours du calendrier, mais quelque chose comme le moment rempli de satisfaction, dans lequel la totalité nous embrasse et dans lequel nous embrassons la totalité. Il s'agirait du moment de l'immersion dans l'océan de l'amour infini, dans lequel le temps — l'avant et l'après — n'existe plus. (§12)

Le message fondamental de la religion chrétienne étant celui de la résurrection du Christ préfigurant la nôtre, nous saisissons maintenant un peu mieux sa teneur. Il s'agit avant tout

d'une promesse de plénitude profonde qui passe par l'adoption d'un mode de vie relationnel, ajusté à Dieu lui-même. Jean-Paul II utilise une autre image pour le décrire dans sa lettre encyclique «*Evangelium Vitæ*» :

L'homme est appelé à une plénitude de vie qui va bien au-delà des dimensions de son existence sur terre puisqu'elle est la participation à la vie même de Dieu.
(Jean-Paul II, 1995, §2)

Ce commentaire qui se veut édifiant pourrait pourtant nous laisser encore une fois dans l'expectative. Qu'est-ce que Jean-Paul II entend par l'expression «participer à la vie même de Dieu?» Si elle peut nous paraître hors sujet, nous allons voir que cette dernière est toutefois fortement liée à la notion de dignité relationnelle dans la perspective chrétienne (ainsi qu'à la question de la souffrance que nous explorerons par la suite). Par ailleurs, les explications précédentes, pourtant bien sommaires, devraient nous être utiles dans la suite de notre parcours, alors que nous allons prendre pour inspiration quelques versets tirés des évangiles pour explorer cette même dimension relationnelle.

1.4. Si le grain ne meurt, il reste seul

Le texte vers lequel nous allons maintenant nous tourner est un passage tiré de l'Évangile selon Jean. Il s'agit d'un récit intitulé par les exégètes de la Bible de Jérusalem : «*Jésus annonce sa glorification par sa mort*» (Jean 12, 20-36). Précisons le contexte : quelques jours avant son arrestation, sa condamnation, puis sa mise à mort, Jésus arrive dans la ville de Jérusalem pour la grande fête juive du passage (*Pessa'h*, aussi appelée la Pâque juive). Quelques croyants étrangers qui étaient venus eux aussi pour la fête, sollicitent une entrevue avec lui et en font la demande auprès de ses disciples. Jésus en profite alors pour livrer un message annonciateur sur le sens qu'il donne à sa mort future.

Jésus leur répondit en ces termes :
«Elle est venue, l'heure où le Fils de l'homme doit être glorifié.
En vérité, en vérité, je vous le dis,
si le grain de blé qui tombe en terre ne meurt pas, il reste seul ;
si au contraire il meurt, il porte du fruit en abondance.
Celui qui aime sa vie la perd,

et celui qui cesse de s'y attacher en ce monde
la gardera pour la vie éternelle.» (Jean 12, 23-25)

Le passage est illustre et André Gide utilisera l'image dominante de ce texte pour en faire le titre de son roman autobiographique «*Si le grain ne meurt*», de manière à illustrer la transformation et la renaissance qu'il a vécues lors du passage de sa vie d'enfant à sa vie d'adulte.

Mais revenons au texte biblique. Nous retrouvons dans ce passage l'expression «vie éternelle» que nous avons évoquée précédemment et dont le sens s'est maintenant éclairci. Or il est aussi question ici de la «gloire du Fils de l'homme» — expression obscure s'il en est. Précisons d'abord que la formule «Fils de l'homme» est généralement comprise comme une manière pour Jésus de parler de lui-même à la troisième personne. Par contre, la notion de *gloire* pourrait être plus difficile pour nous à approcher. La plupart des exégètes s'accordent pour dire que le sens de cette gloire n'est pas uniquement une question de renommée ou d'honneurs dus à une personne grâce à son mérite (ce qui réfère alors à un autre sens de la dignité). Il s'agit ici d'une traduction du latin *gloria*, via le grec δόξα (*doxa*), du mot hébreu כָּבוֹד (*kavôd*), qui dérive lui-même de כָּבַד (*kavéd*), signifiant à l'origine «être lourd», avoir du poids. La gloire du Christ — qui est aussi celle de Dieu — est donc celle que reçoivent tous les êtres humains lorsqu'ils entrent en communion avec lui et gagnent en épaisseur et en assise. Ce concept a en vérité beaucoup à voir avec la notion de dignité humaine. Le médecin biologiste, philosophe et écrivain français, Henri Atlan, le décrit avec justesse :

Nous pouvons définir la dignité humaine comme le minimum de gloire sans lequel un individu serait exclu de la société des humains; c'est-à-dire, d'après ces définitions de la gloire, un minimum de satisfaction et d'estime de soi, ainsi que de reconnaissance et louange par les autres, sans lequel la condition d'un être humain serait inhumaine. Mais «Gloire» est aussi le nom, pour Spinoza, que donne la Bible «non sans raison» à la Béatitude, ou liberté spinoziste, suprême perfection que le philosophe est censé atteindre, grâce à l'exercice adéquat de son entendement. Compte tenu du rapport de Spinoza à la Bible hébraïque, ceci nous renvoie au terme hébreu *kavod*, pour gloire, honneur ou dignité, de la même racine que *kaved* «lourd». Nous sommes ainsi conduits à considérer le *kavod* comme un poids, de réalité ontologique et morale, tel que cette dignité est ce qui fait qu'un être humain «pèse» quelque chose d'irréductible, autrement dit, a une valeur intrinsèque en tant que telle. (Atlan, 2006, p.15)

Nous revoici donc au cœur même du sujet : la dignité du Christ passe par son élévation qui est paradoxalement, en même temps, sa mise à mort dans de grandes souffrances et son humiliation par le supplice de la croix. Jésus le précise lui-même dans la suite du texte :

« Pour moi, quand j'aurai été élevé de terre,
j'attirerai à moi tous les hommes. »

— Par ces paroles, il indiquait de quelle mort il allait mourir. (Jean 12, 32-33)

Étrange dignité que celle qui passe par la torture, la souffrance et la mort. Pourtant la dignité vécue apparaît bien réelle, notamment parce que pour le premier intéressé cette expérience ne demeure pas absurde. Ce qui lui donne du sens, c'est qu'elle s'inscrit d'abord dans la relation à l'autre — c'est-à-dire la relation aux autres et à l'Autre. Nous comprenons ici que le désir absolu d'indépendance, de contrôle et d'autonomie individuelle mène ultimement à la solitude, au vide existentiel, à la détresse et au malheur. Au contraire, le lâcher-prise face à ce qui nous dépasse, lorsque cela est vécu dans la relation à l'autre et dans l'acceptation d'une démaîtrise, d'une dépendance inévitable, peut nous apporter le soulagement et même le bonheur malgré l'adversité. Osons ici un lien avec cette formule d'Aristote notant que « l'homme est un animal social » — ce passage de l'évangile nous rappelle justement que c'est par là que passe son bonheur. Ceci semble d'ailleurs constituer la force de la dignité relationnelle qui naît de l'échange et du partage pendant la vie terrestre, mais qui peut aussi se prolonger au-delà de la mort. Il nous semble que c'est pour cette même raison que le grain de blé peut ultimement accepter de mourir afin de ne pas rester seul et donner beaucoup de fruits. Le sens de la parole paradoxale qui accompagne cette image devient d'un coup plus clair : « Celui qui aime sa vie la perd, et celui qui cesse de s'y attacher en ce monde la gardera pour la vie éternelle. » Jésus la reprendra d'ailleurs à plusieurs reprises et de différentes manières, parfois même de façon assez brusque, afin d'illustrer ce mystère de la *vie éternelle*, comme dans ce texte de l'Évangile de Matthieu :

Qui aime son père ou sa mère plus que moi n'est pas digne de moi ;
qui aime son fils ou sa fille plus que moi n'est pas digne de moi.
Quiconque ne prend pas sa croix et vient à ma suite n'est pas digne de moi.
Qui aura assuré sa vie la perdra et qui perdra sa vie à cause de moi l'assurera.
(Matthieu 10, 37-39)

Ou, plus clairement encore, ici :

Si quelqu'un veut venir à ma suite, qu'il se renie lui-même et prenne sa croix, et qu'il me suive. En effet, qui veut sauvegarder sa vie, la perdra; mais qui perd sa vie à cause de moi, l'assurera. Et quel avantage l'homme aura-t-il à gagner le monde entier, s'il le paie de sa vie? Ou bien que donnera l'homme qui ait la valeur de sa vie? (Matthieu 16, 24-26)

Or c'est précisément cette valeur de la vie humaine qui porte le nom de dignité. Par ailleurs, si nous prolongeons encore un peu notre étude autour du texte, nous pouvons apercevoir un autre lien entre la dignité ontologique que nous avons explorée précédemment, et la dignité relationnelle vécue dans le lien à l'autre. Car il semble que c'est par la bénédiction — la parole de Dieu qui vient glorifier son nom —, que s'exprime le poids de l'être humain, autrement dit, sa gloire, qui est elle aussi à l'image de celle de Dieu. Et c'est en même temps le fruit de la relation à l'autre qui permet la reconnaissance de cette dignité ontologique à travers la dignité relationnelle. C'est peut-être là le sens de ce passage mystique qui suit immédiatement la métaphore proposée par Jésus :

«Maintenant mon âme est troublée, et que dirai-je?
Père, sauve-moi de cette heure?
Mais c'est précisément pour cette heure que je suis venu.
Père, glorifie ton nom.»
Alors, une voix vint du ciel:
«Je l'ai glorifié et je le glorifierai encore.» (Jean 12, 27-28)

Précisons que nous assistons ici à un dialogue intérieur dans lequel Jésus ressent la peur, la souffrance face à la perspective de sa propre mort. Le doute et l'incertitude le remuent jusqu'au tréfonds de son âme. Le mot grec utilisé dans le premier verset est *ταράσσω* (*tarasso*), qui signifie être ému, troublé, confus. Nous pouvons y lire le signe d'un désarroi intense pendant lequel l'inquiétude de l'échec l'agite et le désarçonne pour un instant. Mais ce moment de détresse est temporaire, il est rapidement soulagé par la relation unique qui le lie à celui qu'il appelle son Père. Or c'est justement par une parole qui répond à cet appel à l'aide qu'est redonnée la dignité, à celui qui l'avait perdue. À travers ce moment de souffrance et de doute au milieu de l'épreuve, Jésus nous dévoile que même si la dignité du Père est toujours présente et inextinguible, elle passe parfois inaperçue même pour lui. Le

dessaisissement dont il fait preuve ensuite l'amène à retrouver le sens qu'il veut donner à sa vie. Ainsi nous voyons que c'est par la parole et dans relation à l'autre que la dignité se manifeste à nouveau et qu'elle peut nous permettre d'avancer vers une vie de plénitude. À l'inverse, dans la fermeture sur soi, elle ne peut que s'estomper et dès lors sembler disparaître. Étonnamment, c'est parfois en perdant ce contrôle, et en finissant par l'accepter, que nous nous ouvrons à l'autre. Ce que Marie-Jo Thiel souligne à sa manière :

L'expérience de démaîtrise n'est donc pas forcément un temps de négativité. Dans la confiance en Dieu, elle peut même être un temps de germination comme pour le grain de blé tombé en terre. Elle peut se vivre comme un authentique temps de créativité parce que Dieu reste présent à sa créature humaine, agissant et ressuscitant, jusque dans cette perte de contrôle. (Thiel, 2013, p. 22)

Il s'agit en effet d'une reddition à l'épreuve, d'un abandon à Dieu, dont le résultat est parfois véritablement miraculeux. Pour autant, il nous faut expressément résister à la tentation du dolorisme, cette doctrine qui prêche la recherche de l'épreuve pour atteindre la rédemption et le salut. Si cette conclusion peut nous en rapprocher, il serait trop facile de croire que c'est la souffrance seule qui mène à la plénitude. C'est plus justement la relation à l'autre, la relation authentique et bienveillante, la relation d'amour inconditionnel qui est porteuse de cette dignité. La souffrance n'est alors que la faille qui parfois entrebâille la porte de la solitude qui était demeurée verrouillée. Il s'agit donc ici d'abord d'un constat et non pas d'un chemin à suivre, car il nous faut reconnaître que c'est uniquement dans l'après-coup qu'il est possible d'observer qu'un tel miracle s'est produit. Ceci nous enseigne sans doute qu'il nous faut parfois accepter d'aller dans l'indignité afin de reprendre conscience de notre dignité — et de façon surprenante, que c'est aussi dans la faiblesse et la vulnérabilité que l'être humain peut la retrouver —, mais uniquement lorsque cette faiblesse l'oblige à renouer le lien qui le relie à l'autre, à son frère, à son voisin, à l'étranger, à l'ancêtre, au défunt ou à Dieu. Nous y reviendrons plus en détail dans la suite de notre étude sur la souffrance.

Au final, c'est paradoxalement l'incarnation de Jésus en homme et sa mort sur la croix qui devient le signe même de sa dignité, à travers l'indignité de tout ce qu'il a traversé. C'est cette proximité et cette solidarité avec toutes celles et tous ceux qui souffrent, qui assure que la notion de dignité n'est pas tirée d'une philosophie abstraite et intellectuelle, mais

qu'elle a du sens et qu'elle est solidement ancrée dans la vie et la vérité. C'est par son exemple, comme notre frère en humanité, que Jésus devient à travers ces textes d'évangiles, la figure même de la dignité humaine. Plus largement, c'est de cet exemple que naît l'idée que notre dignité humaine est de mourir à nous même, comme le Christ. Fort heureusement, cette extension du sacrifice n'implique pas littéralement une mort dans la souffrance. Cette vision de la dignité est par contre totalement indissociable de l'amour humain, lorsqu'il est à l'image de l'amour divin, fait d'humilité et de dessaisissement. Pour l'illustrer, Jésus aura aussi cette parole, reprise élégamment par les frères de Taizé dans l'un de leurs chants méditatifs: « Il n'est pas de plus grand amour que de donner sa vie pour ceux qu'on aime » (Jean 15, 13). Nous y retrouvons encore une fois l'essence même de ce qu'est la dignité humaine dans son sens relationnel, elle qui se vit aussi bien dans la vie que dans la mort. Il s'agit d'ailleurs de l'extrait précis qu'avait choisi le biologiste belge, Christian de Duve (prix Nobel de médecine pour ses découvertes sur le fonctionnement cellulaire), en préparation de sa propre messe d'enterrement qui fut présidée par son ami et prêtre Gabriel Ringlet. Se sachant condamné à court terme, Christian de Duve avait quelques jours auparavant fait une demande d'euthanasie et souhaitait par le choix de ce texte expliquer son geste de dessaisissement — ou encore comme l'a exprimé son ami, ce « dévêtement suprême » (Ringlet, 2015, p. 90-91). Cet acte final d'humilité nous amène maintenant à considérer une troisième dimension de la dignité, portée elle aussi par les textes du Nouveau Testament.

1.5. Le lavement des pieds

Rappelons que nous avons exploré jusqu'ici deux aspects de la dignité telle que la Bible et la tradition chrétienne nous amènent à la considérer. À travers la Création, nous avons observé que l'image de Dieu peut être vue comme la base ontologique de ce qui constitue la dignité intrinsèque à l'être humain. À travers la relation d'amour à l'autre, c'est la dignité relationnelle qui se manifeste et permet d'atteindre un certain sentiment de vie de plénitude. Avançons maintenant encore notre recherche sur d'autres aspects du sens de la dignité à l'aide d'un autre texte de l'Évangile selon Jean, qui touche plus particulièrement à l'humilité et à l'incarnation de cette relation. Le passage a lieu très peu de temps après l'échange autour de la parabole du grain de blé — peut-être le soir même ou le lendemain,

lors du dernier repas que Jésus passe avec ses disciples, juste avant qu'il soit pris par les gardes qui l'emmèneront vers son supplice :

Jésus sachant que son heure était venue,
l'heure de passer de ce monde au Père,
lui, qui avait aimé les siens qui sont dans le monde,
les aima jusqu'à l'extrême.
Au cours d'un repas, (...)
sachant que le Père a remis toutes choses
entre ses mains, qu'il est sorti de Dieu et qu'il va vers Dieu,
Jésus se lève de table,
dépose son vêtement et prend un linge dont il se ceint.
Il verse ensuite de l'eau dans un bassin et commence à laver les pieds des
disciples et à les essuyer avec le linge dont il était ceint. (Jean 13, 1-5)

Ce texte sobrement intitulé «*le lavement des pieds*» incarne de manière très humaine, la relation d'humilité, vécue dans la relation d'amour, que Jésus porte à ses disciples. Quelques lignes plus loin, se situe d'ailleurs le passage le plus central, le cœur du message chrétien :

Je vous donne un commandement nouveau :
aimez-vous les uns les autres.
Comme je vous ai aimés, aimez-vous les uns les autres. (Jean 13, 34)

Cette phrase essentielle a été et sera encore prononcée à plusieurs reprises par Jésus, mais lors de son dernier repas, Jésus souhaite avant tout donner à ceux qu'il appelle désormais ses amis, l'exemple parfait de cet amour désintéressé et inconditionnel. Dans un geste qui pourrait paraître incongru à un tel moment, il s'agenouille et s'abaisse pour nettoyer les pieds de tous les convives présents — alors que c'est lui, le maître et l'hôte en l'honneur de qui le repas a été organisé. De plus, conscient de sa mort prochaine, il va aller jusqu'à laver les pieds de celui même qui va le trahir quelques minutes plus tard — en toute connaissance de cause — le pardonnant à l'avance de son crime.

Toute autre personne qui vivrait un tel instant, se sachant condamnée, aurait certainement d'autres pensées et d'autres préoccupations. Mais ici, Jésus souhaite plus que tout incarner jusqu'au bout cet amour qui est à l'image de celui de Dieu. Notons qu'à l'origine ce geste singulier est bien une marque de dignité, car il s'agit d'une coutume antique qui vise à faire

honneur aux invités prestigieux au moment de leur entrée dans la maison. Bien sûr, habituellement c'est un esclave, privé de sa dignité, qui procède à cette ablution et non le maître de la demeure. L'apôtre Pierre en sera naturellement choqué et refusera de se faire laver les pieds, avant de se raviser. Mais en se portant lui-même au service de ses amis et en plaçant ce geste au milieu du repas, Jésus va souhaiter en renouveler la signification et interpeller ses convives. C'est exactement dans ce sens qu'il va les interroger en retournant à sa place après avoir fini :

Lorsqu'il eut achevé de leur laver les pieds,
Jésus prit son vêtement, se remit à table et leur dit :
«Comprenez-vous ce que j'ai fait pour vous?» (Jean 13, 12)

Sous le prisme d'une vision moderne et individualiste, ce geste pourrait être compris justement comme une forme d'indignité¹³ — que l'on soit d'ailleurs celui qui le donne ou celui qui le reçoit. Une culture qui rejette toute forme de dépendance à l'autre ne peut que réprouber cette forme de vulnérabilité, de soumission, d'abnégation, qui blesse l'amour-propre et l'estime que l'on a de soi-même. La réprobation de ce qui vient choquer la décence et les convenances — la dignité des hommes — est alors renversée par le geste de celui qui le pose par amour — la dignité de Dieu. Et c'est encore par une parole que Jésus vient créer un espace de dignité, qu'il semble être alors à ce moment peut-être le seul à percevoir. C'est son regard et son attitude qui viennent transformer l'instant en un véritable moment de dignité.

Jean Vanier, le fondateur de l'Arche, semble l'avoir intégré lui aussi, en soulignant lors d'une conférence donnée en 1998 à la congrégation des évêques anglicans :

Le lavement des pieds est symbolique. C'est un geste qui parle de service, de communion, de pardon mutuel, de coexistence, d'unité. Mais Jésus insiste tellement sur le lavement des pieds, sur le fait de toucher le corps, que je crois que ce symbole est aussi un sacrement. (Vanier, 1998, fin de l'article)

La notion de pardon, de réconciliation, devient alors tout à fait centrale dans la symbolique du lavement des pieds et c'est peut-être là précisément qu'est le sacrement. Il est ainsi

¹³ Mais cette vision est-elle vraiment moderne, si l'apôtre Pierre la partageait déjà avec nous?

possible de voir dans le geste de Jésus acceptant de laver les pieds de Judas, un pardon anticipé pour la trahison qui n'est pas encore commise. C'est d'ailleurs l'une des symboliques premières retenues par l'Église lorsqu'elle en institue la répétition par une liturgie commémorative, le soir du jeudi saint. C'est aussi pour cette même raison qu'elle l'a associé au rite le plus central de la pratique religieuse chrétienne, l'Eucharistie — mémorial du dernier repas du Christ, porteur de l'essence même du message d'amour. Est-il un geste qui puisse justement manifester plus d'amour inconditionnel que celui du pardon et de la réconciliation? En choisissant volontairement de s'abaisser face à ses disciples, Jésus abandonne toute volonté de contrôle et de maîtrise sur eux. Sa dignité divine s'exprime aussi de cette manière, par le refus de la vengeance, le refus de la domination, même de la part d'un Dieu. Comme le souligne Jean Vanier, le pardon mutuel est vecteur d'unité, de coexistence et de communion. Il est porteur d'amour et de plénitude, car il vient réparer la relation brisée ou abîmée. Il devient ainsi l'une des manifestations de la dignité relationnelle qui induit elle-même la dignité subjective, ressentie au fond du cœur de chacun.

Enfin, ce geste nous parle encore de l'aspect relatif de ce sentiment de dignité perçue — qu'il est possible d'inverser et qui vient s'inscrire dans le regard de l'autre, mais qui ne s'arrête heureusement pas forcément à ce regard s'il est seulement porté vers un désir d'honneur ou de prestige. À l'instar du Mahatma Gandhi qui avait décidé de prendre en charge le nettoyage des latrines de l'ashram dans lequel il a vécu et a fini ses jours, nous voyons qu'une des tâches les plus ingrates peut elle aussi devenir un symbole d'amour et de paix pour toute une communauté. La dignité peut ainsi trouver sa place dans le don gratuit, le sacrifice de soi, même si l'on ne bénéficie pas toujours d'un regard humain qui nous soutient ou que cette dignité ne correspond pas aux attentes objectives de la décence ou du respect. Réciproquement, la dépendance à l'autre peut devenir elle aussi une manière de donner de la dignité. Le chemin en est étroit, mais il s'agit pourtant des deux faces de la même pièce: sans l'une, l'autre ne peut pas exister. Le don désintéressé et l'acceptation de ce don dans la gratitude sont aussi indissociables et nécessaires l'une à l'autre, que le jour à la nuit, que l'été à l'hiver, le soleil à la lune — tel un yin-yang dans lequel la dualité n'entraîne pas forcément l'opposition, mais plutôt une forme de complémentarité, de co-construction et d'interdépendance qui peut alors être heureuse et apaisée.

1.6. L'âme et la dimension trinitaire de la dignité

Nous voici parvenu à notre dernière réflexion autour de la dignité qui trouve sa source dans un questionnement en relation avec la question de la fin de vie et de l'aide médicale à mourir. Elle s'appuie sur la lecture d'un texte du prêtre et théologien belge, Gabriel Ringlet, tiré de son livre essentiel: «*Vous me coucherez nu sur la terre nue*», où il défend sa vision de la pratique de l'accompagnement spirituel jusqu'à l'euthanasie. Dans un chapitre portant sur la symbolique de la résurrection, ce dernier aborde le sujet de l'expérience humaine et soulève l'épineuse question de comment parvenir à la nommer correctement. Il soutient la beauté des métaphores poétiques que nous offre la Bible et aborde finalement la question de l'âme en faisant appel aux racines hébraïques de ce mot:

Comment appeler ce fil qui relie ma chair sensible à ma chair spirituelle? Comment appeler ce qui m'attache aux autres et qui me rend unique? Et qui dépasse le hasard et les aléas d'une existence? Et qui n'est pas lié à ma richesse, ni à ma pauvreté, à ma laideur ou à ma beauté? Comment appeler cela qui reste, que je sois gagnant ou perdant, que je sois puissant ou mendiant? Ce lieu inviolable en moi, indestructible, comme un diamant, comme un saphir, une tourmaline, et qui fait que je suis qui je suis et pas quelqu'un d'autre? Pour dire ce désir de vie qui, en moi, traverse la mort, la tradition hébraïque utilise le mot *nefesh* souvent traduit par «âme» en français. Pourquoi pas, mais à une condition: il faut le réenchanter, ce mot-là. Et qu'il exprime toute la polyphonie de sa musique originelle. Que l'âme se sente vraiment multiple. Une âme si concrète dans sa glaise hébraïque qu'elle dit tantôt ma respiration, tantôt la détermination qui m'habite. Car l'âme fait mouvement en moi, elle m'ouvre à plus grand que moi. Autrement dit, l'âme est de nature relationnelle. Mais en hébreu, l'âme exprime aussi l'odeur, le parfum, l'appétit. L'appétit de vie en moi. Et un appétit qui ne meurt pas avec la mort! (Ringlet, 2015, p. 204-205)

Comment ne pas ressentir à travers ce texte ce qu'il y a de lié entre l'âme et la dignité ontologique? En effet, l'âme est dans la tradition chrétienne ce qui est le propre de l'être vivant — l'âme humaine étant celle propre à l'être humain. Elle «qui n'est pas liée à ma richesse, ni à ma pauvreté, à ma laideur ou à ma beauté», qui n'est pas liée non plus à ma race, ma couleur de peau ou mon sexe. L'ancienne controverse de Valladolid, réputée à tort avoir posé la question de la présence de l'âme humaine chez les Amérindiens (Fabre, 2006), pourrait ainsi se résumer à la question du respect de la dignité des peuples autochtones d'Amérique que certains souhaitaient alors pouvoir réduire à l'état d'esclavage —

précisément un déni de la dignité humaine, assimilant l'être humain au statut d'objet meuble. Les liens entre la dignité et l'âme viennent interroger également le statut et la considération que nous portons aux animaux — simples objets ou *êtres vivants doués de sensibilité* (comme le Québec et la France l'ont admis dans leurs codes civils respectifs en 2015). Ainsi sans vouloir les confondre, nous pourrions affirmer que la dignité animale se lie à l'*anima*, de la même manière que la dignité humaine est liée à l'âme humaine. Nous y retrouvons bien évidemment la proximité de la condition humaine avec celle des animaux, tous pareillement nés du sol et de la glaise lors de la Création¹⁴ — l'être humain étant le seul, selon la Genèse, à avoir reçu le *logos*, souffle divin et esprit de Dieu, spécifique à l'âme humaine.

Mais qui emploie encore ce mot, *âme*? La psychologie a préféré adopter son équivalent grec, la *ψυχή* (*psyché*), mais l'approche scientifique contemporaine cherche davantage à en opérationnaliser les termes. Aujourd'hui ce mot est devenu extrêmement difficile à nommer dans la sphère publique et académique. Or, si la dignité ontologique vient du fait que nous avons été créés à l'image de Dieu, il semble que c'est bien plus l'âme qui porte les traits de cette ressemblance divine. De même, c'est encore l'âme qui nous donne notre autonomie, ainsi que la capacité de nous mouvoir et nous émouvoir. Lorsque nous évoquons l'expression «vendre son âme au diable» — signifiant une perte de dignité inscrite dans une transaction ou une compromission —, nous réalisons plus clairement que c'est bien encore une fois le prix de l'âme, la valeur de la vie, qui porte le nom de dignité. Dans la tradition chrétienne, la psychostasie, la pesée des âmes, survenant à la fin des temps (ou bien peut-être tout simplement à la fin de notre vie), évoque cette mesure de la valeur, de la dignité ou encore de la gloire qui, prise dans son étymologie hébraïque (קָוֶד – *kavéd*) est donc vue comme un poids. Tout ceci nous donne la conviction persistante que le mot dignité dans son sens ontologique est venu remplacer d'une certaine manière celui plus ancien qui évoquait la valeur ou le poids de l'âme, tout comme la notion ontologique de l'*être* peut alors en venir à se confondre avec celle de l'âme (Henry, 2003, p. 10-38).

¹⁴ Précisons que l'Église catholique reconnaît bien la présence d'une âme chez les animaux, à la suite des inspirations célèbres de St-François-d'Assise ou des réflexions de St-Thomas-d'Aquin. Ce dernier explicite le fait « que les animaux ont une âme végétative et sensitive, bref qu'ils ont une âme d'animal — c'est ce qui les démarque de l'inanimé tout en les rendant contigus à l'homme, seul apte à vouloir, à mettre en balance, à tourner certaines contraintes. » (Hurson, 2010)

Par ailleurs — si l'âme est bien la marque tangible dans notre être de la présence divine, lorsqu'à la fin de notre vie terrestre nous rejoindrons le Créateur dans la plénitude des temps et la communion éternelle —, précisons que dans la tradition chrétienne cette divinité se manifeste d'une manière toute particulière sous la forme de la *Trinité*. Ce concept, parfois complexe à saisir, vise à exprimer la présence de l'essence divine, via trois manifestations différentes: un Dieu à la fois Père, Fils et Esprit (Catéchisme, 2021, §253-256). Pour en éclairer le sens, il nous est possible de l'exprimer ainsi: dans sa dimension verticale, le *Père* représente notre lien au monde, à l'insaisissable, au transcendant. Dans son orientation horizontale, le *Fils* correspond au lien fraternel et relationnel avec les autres êtres humains. Enfin dans sa perspective intérieure et personnelle l'*Esprit*, symbolise la présence divine qui a été placée au cœur de notre être¹⁵.

Mais que pouvons-nous tirer de l'irruption de ces derniers concepts lorsque nous les mettons en lien avec celui de la dignité? Essentiellement, si nous admettons que cette présence divine, c'est-à-dire la Trinité, se trouve incarnée par les trois dimensions de l'altérité, alors c'est que la dignité — étant la valeur même de l'âme — pourrait elle aussi se décrire en s'exprimant dans les mêmes dimensions. Or il se trouve que c'est précisément ce que nous avons observé dans notre étude: la dimension ontologique, liée à la création de l'être humain à l'image même de Dieu; la dimension relationnelle que nous avons illustrée par la parabole du grain de blé tombé en terre; et enfin la dimension personnelle et subjective que nous avons décrite à partir de l'épisode du lavement des pieds, recoupe à elles trois ces mêmes dimensions trinitaires. La dignité s'exprime donc toujours en lien avec l'altérité et avec les trois composantes qui la forment et qui s'assimilent à la perspective trinitaire. Cette prise de conscience nous ramène à la manière avec laquelle l'estime de soi, la valeur que nous nous donnons à nous-même et qui s'assimile à la dignité personnelle et subjective, est profondément dépendante du regard de l'autre, que cet autre soit *surmoi* (Freud, 2011), autour de moi ou en moi.

¹⁵ Notons comment cette vision se rapproche de celle que Martin Heidegger a pu décrire à travers les notions d'*Umwelt*, *Midwelt* et *Selbswelt* (2016) — également vues comme les trois dimensions de l'altérité. Nous considérerons aisément que ceci n'est pas surprenant, si nous apprécions l'influence qu'ont pu avoir sur sa pensée les écrits chrétiens, ainsi que les épîtres de Saint-Paul et les travaux de Saint-Augustin.

Il nous semble à présent que pour porter cette réflexion encore un peu plus loin, il nous faille également évoquer la dimension relationnelle et altruiste qui est incluse dans cette perspective trinitaire. Car, comme nous l'indique la tradition chrétienne, les trois personnes de la Trinité sont dans une relation permanente, éternelle et perpétuelle d'amour. Plusieurs Pères de l'Église, comme Grégoire de Nazianze, nomment ainsi la «circulation d'amour» qui pour eux est la vie même de la Trinité. Le prêtre et théologien suisse Maurice Zundel en parle lui aussi de cette manière dans son livre «Je est un autre» :

En Dieu, le «moi» est pur altruisme, la personnalité jaillit éternellement comme un pur regard vers l'autre ou comme un pur rapport à l'autre : le Père, en effet, n'est qu'un regard vers le Fils, le Fils n'est qu'un regard vers le Père et l'Esprit Saint n'est qu'une respiration d'amour vers le Père et le Fils. (Zundel, 1986, p. 63)

Cet amour inconditionnel qui relie les trois figures de la Trinité est donc constitutif de leur relation et en devient la nourriture essentielle de leur dignité. À la suite de cet exemple, la tradition chrétienne nous invite toujours à demeurer dans la bienveillance inconditionnelle, à la fois dans la relation avec les autres, avec nous-même et avec ce qui nous dépasse, quelle que soit la manière que nous pouvons avoir de la nommer. C'est ce qui nous donne une valeur, une dignité, qui nous offre ensuite à nous aussi de la transmettre à autrui dans le don.

Or nous reconnaître comme des êtres humains animés par une étincelle divine, c'est-à-dire ayant une part de *logos* à l'intérieur de nous, signifie également dans les termes de la religion chrétienne que nous sommes appelés à une «participation à la vie même de Dieu» (Jean-Paul II, 1995), ou encore que nous sommes toutes et tous «membres du corps du Christ» (1 Corinthiens 12, 12-30). Ces expressions mystiques peuvent signifier également que nous avons donc pour finalité, comme être humain, de devenir pleinement une part de Dieu lui-même et l'incarner en nous-même dans la temporalité et la spatialité. Cette idée pourrait paraître audacieuse, nous en trouvons cependant des traces dans de multiples écrits de la Bible — le tout premier étant le récit de la Genèse :

Le SEIGNEUR Dieu dit : « *Voici que l'être humain est devenu comme l'un de nous* par la connaissance de ce qui est bon ou mauvais. Ne permettons pas qu'il avance la main, qu'il cueille aussi le fruit de l'arbre de vie, qu'il en mange et vive éternellement ! » (Genèse, 3, 22)

Ou bien dans ce que Jésus dit lui-même aux juifs qui l'interpellent :

N'est-il pas été écrit dans votre Loi : « J'ai dit : *vous êtes des dieux?* »
Il arrive donc à la Loi d'appeler dieux ceux auxquels la parole de Dieu fut adressée. (Jean 10, 34-35)

Ou encore dans les psaumes, même si c'est avec un « *presque* » :

Quand je vois tes cieux, œuvre de tes doigts,
la lune et les étoiles que tu as fixées,
qu'est donc l'homme pour que tu penses à lui,
l'être humain pour que tu t'en soucies?
Tu en as presque fait un dieu :
tu le couronnes de gloire et d'éclat ;
tu le fais régner sur les œuvres de tes mains ;
tu as tout mis sous ses pieds :
tout bétail, gros ou petit,
et même les bêtes sauvages,
les oiseaux du ciel, les poissons de la mer,
tout ce qui court les sentiers des mers. (Psaume 8, 6)

De cette présence divine en nous qui nous amène éventuellement à y prendre part, ainsi que de la perspective trinitaire, nous pouvons conclure que Dieu est donc présent partout comme une altérité, dans l'ensemble de sa création et dans chaque être humain, y compris en nous-même. Pour nous qui vivons, c'est donc dans la rencontre à l'autre que Dieu se manifeste — y compris quand cet autre c'est nous-même ! Et si nous tenons pour acquis que la manifestation de Dieu s'inscrit à la fois dans l'œuvre de sa création, mais aussi dans l'être humain lui-même, comme membre de cette œuvre et artisan co-créateur ; elle est cependant soumise à la présence et au respect de la valeur de la vie, c'est-à-dire de la dignité que Dieu a placée dans cette création. La dignité peut donc être vue comme l'un des traits essentiels de cette altérité divine trinitaire qui, lorsque nous la rencontrons dans la bienveillance et l'amour inconditionnel, nous donne d'accéder à la vie de plénitude, à la communion, à la vie éternelle, qui deviennent ainsi des synonymes de ce sentiment de dignité lorsqu'il est vécu de manière pleine et entière. De la sorte, il devient plus évident que tout manque de respect pour la dignité d'un être humain quel qu'il soit, se transforme en un manque de respect pour Dieu, c'est-à-dire pour l'ensemble de l'humanité ; et de même, tout manque de respect pour

la dignité d'un être humain se transforme également en un manque de respect pour nous-même.

La dignité est ainsi à la fois ontologique, relationnelle *et* ressentie subjectivement — Père, Fils et Esprit —, mais elle est en même temps un don reçu dans toutes les dimensions divines et la tâche que nous devons sans cesse recommencer pour nous assurer de sa présence autour de nous et en nous même. Elle est à la fois verticale, comme don transcendant et immanent, mais aussi horizontale, incarnée à la fois dans la relation avec l'autre, et intérieure, comme dans l'intimité avec nous-même. Elle peut bien sûr être niée, étouffée ou négligée, mais elle peut heureusement aussi être soutenue, encouragée et ravivée. Elle est fragile et suppose l'ouverture, l'écoute et une attitude de respect. Surtout, elle ne peut se mettre en boîte et se voir réduite à un concept opérationnel ou légal. C'est sans doute ce qui la rend si difficile à définir et à appréhender. C'est sans doute aussi ce qui rend nos mots insuffisants pour rendre compte de cette réalité sur-naturelle¹⁶ qui nous dépasse, alors qu'elle fait en même temps partie de nous même. La dignité est multiple et elle a tout à voir avec l'amour inconditionnel, l'altruisme, la bienveillance, la compassion, le partage, l'humilité, le pardon et la vérité.

1.7. Vers un modèle multidimensionnel de la dignité

De la définition de la dignité rappelée au début des pages de ce chapitre, notre exploration à l'aide du récit biblique nous a emmené bien loin. Si la dignité est originellement la marque d'un mérite, d'une charge et d'une responsabilité, nous avons vu que sa signification moderne s'est transformée et cette notion a pris de l'importance surtout dans les dernières années avec l'avènement de la bioéthique et des questionnements qui l'entourent. Après avoir exploré brièvement quelques observations tirées de la psychologie, nous avons fait appel aux philosophes et nous avons élaboré une compréhension certainement plus précise de ce qu'est la dignité, vue comme principe ontologique, intrinsèque à l'être humain. Mais cette définition est restée souvent sèche et théorique, abstraite. Pire, elle se confronte avec une autre dignité, bien terre à terre celle-là, dont tout le monde peut faire l'expérience — la

¹⁶ Nous faisons encore une fois référence ici à l'étymologie même du mot *méta-physique*, comme un «au-delà de la physique», ou encore une expérience subjective littéralement *sur-naturelle*.

dignité ressentie subjectivement qui s'appuie sur une tout autre vision du monde, rejoignant la notion d'estime de soi. L'approche éthique souligne l'existence d'une troisième dignité qui elle se veut objective et opérationnelle, comme une codification du bien et du mal qui puisse nous aider à diriger notre vie. Mais au final, nous avons dû admettre notre peine à articuler de façon cohérente la relation entre ces trois dignités ainsi définies et la manière dont elles interagissent.

Toutefois, à l'aide du mythe de la Création ainsi que de plusieurs récits évangéliques, nous avons pu éclairer différemment notre sujet et mieux saisir toute la simplicité et la force qui peut émaner de ces sources. Découvrant une dignité qui s'inscrit dans la bienveillance et l'amour inconditionnel, exprimée à travers le regard de l'autre, elle devient à la fois celle portée par le Père, verticale, intrinsèque et ontologique; par le Fils, horizontale, relationnelle et intersubjective; et rejoint celle vécue par l'Esprit, intérieure, intime et subjective. Il ne s'agit donc pas de trois dignités différentes, mais d'une seule même dignité qui s'exprime, à la manière de la Trinité, selon trois dimensions différentes et toutes trois en relation permanente. Cette interprétation de la dignité nous offre ainsi à contempler les trois facettes du Dieu trinitaire et la relation qui les unit. La dignité aperçue dans ce cadre nous apparaît fertile de nouvelles possibilités de compréhension. Elle s'inscrit à la fois dans l'horizontalité, dans la verticalité et au croisement des deux (Jager, 1971). La dignité verticale peut nous donner une espérance, une confiance, qui peuvent perdurer même quand les dignités relationnelle et subjective ne sont plus présentes. Dans l'ouverture à l'altérité, la dignité horizontale nous ravive, même lorsque nous sommes fermés à la source originelle. La dignité subjective n'est plus seule et vacillante, mais elle s'affirme, se nourrit et trouve sa force dans la relation authentique, dans la joie de la rencontre avec l'autre et la présence à l'Autre. Par ailleurs, même si elle est la seule à demeurer présente, cette bienveillance à soi-même peut également parfois nous aider à traverser les périodes de solitude relationnelle et existentielle. Cette multiplicité des sources peut donc nous permettre de composer avec les pertes de dignité, souvent temporaires, mais qui sont parfois déstabilisantes.

Se dresse ainsi un portrait plus clair de la manière avec laquelle la dignité se déploie dans notre vie quotidienne. Car, comme nous l'avons vu au fil de ces pages, la dignité s'inscrit

toujours dans l'altérité, à travers des relations que nous espérons bienveillantes et qui peuvent être liées aux autres, à nous-même, ou bien encore à une présence transcendante qui nous dépasse — que cette *Présence* (Vadeboncoeur, 2005) soit finalement nommée Dieu, la Vie, le Grand Esprit, etc. C'est précisément dans la relation à cette altérité trinitaire que nous ressentons de la dignité — que nous ressentons la valeur qu'a notre vie à l'instant présent.

Mais orientons à nouveau notre réflexion dans une perspective psychologique, et nous nous apercevons finalement que la notion de dignité que nous avons explorée dans ces pages, recoupe de très près le concept d'*estime de soi* que nous avons également entraperçu dans notre élaboration. Or si la dignité se ressent effectivement comme la perception de notre valeur dans l'ici et le maintenant, c'est précisément cette valeur ressentie qui également est la définition même de l'estime de soi — élément central et clef de voute de notre santé mentale. Suivant cette veine, l'estime de soi serait donc alimentée par la même relation trinitaire à l'altérité. En conséquence, nous pouvons dire que ce sont les mêmes regards bienveillants de l'Autre, des autres ou de «soi-même comme un autre» (Ricoeur, 1990) qui viennent encourager et faire grandir en nous cette estime. Notons par ailleurs comment celle-ci peut parfois être positive, mais aussi comment à d'autres moments, elle peut tout aussi bien être négative. Le manque durable de reconnaissance et de bienveillance dans les trois dimensions de l'altérité mène alors inmanquablement à un manque de valeur ou même à une absence totale de valeur perçue. Les sentiments de fierté, d'amour-propre, ou au contraire de honte ou de misère que nous sommes parfois amenés à ressentir s'inscrivent ainsi dans le même continuum. Nous pouvons constater comment la fierté peut également devenir orgueil, vanité ou égoïsme lorsque le regard de l'autre passe de la bienveillance à l'envie ou à la jalousie — ou bien encore lorsque le manque d'estime nous pousse à vouloir nous accaparer une valeur que nous n'avons pas. En prolongeant cette perspective, nous voyons enfin comment l'estime de soi peut influencer en retour les jugements de valeur que nous portons sur les autres, telle une «estime de l'autre». La dignité, tout comme l'indignité, la fierté ou la honte, se projette ainsi également sur les autres ce qui vient alors rejaillir sur notre propre estime, comme nous avons pu le nommer pour la dignité.

Avant de clore cette réflexion, amenons une dernière observation qui nous semble à présent essentielle: il s'agit de la manière qu'ont la fierté, l'estime de soi et la dignité de s'articuler d'une manière différente selon les modalités de notre quotidien, que nous pouvons résumer à *avoir*, *faire* et *être* (Sartre, 2017, p. 475). En effet, il nous est possible de constater que c'est souvent à travers la possession d'objets matériels (argent, logement, voiture, vêtements, etc.) ou immatériels (par l'accumulation de connaissances, via l'obtention de la célébrité ou la détention de la beauté ou du pouvoir) que notre fierté (et aussi bien souvent notre orgueil) sont amenés à se manifester — soit toutes les choses qui se ramènent au verbe *avoir*. Par ailleurs, et comme l'ont observé nombre de philosophes du XIX^e et XX^e siècle¹⁷, c'est aussi par le travail que nous pouvons accéder à une fierté, une estime de soi ou même une dignité qui nous remplit, nous donne du sens, nous permet de nous accomplir et de ressentir que nous avons une valeur — soit toutes les activités qui nous ramènent au verbe *faire*. Enfin, comme nous l'avons plus largement exposé dans ce chapitre, c'est aussi dans la seule relation à l'autre, positive et inconditionnelle, quelle que soit sa dimension trinitaire, que nous ressentons et développons notre estime de nous-même et notre dignité — soit pour l'encapsuler, toutes expériences qui sont traduites par le verbe *être*.

Il nous semble déterminant de noter que ces trois modalités: *avoir*, *faire* et *être*, sont ainsi au cœur de toute source d'estime ou de mésestime de nous-même; chacune étant liés aux trois dimensions de l'altérité qui en déterminent le sens. Ainsi, le regard des autres joue bel et bien sur la fierté ou la honte que nous ressentons lorsque nous possédons des *avoirs*; tout comme le regard que nous portons sur nous-même et comme celui, plus large, que nous avons internalisé comme transcendant à nous-même. De la même manière, notre capacité à *faire*, à avoir confiance en nous ou à nous sentir utile dans ce que nous réalisons, est modulée par la manière avec laquelle ces trois formes d'altérité nous jugent ou nous apprécient. Soulignons au passage que cette reconnaissance dans l'*avoir* et le *faire*, demeure ainsi toujours conditionnelle à son objet. En revanche, c'est plus largement dans l'*être* que nous pouvons ressentir une présence bienveillante et *inconditionnelle* qui nous fait nous sentir

¹⁷ La liste serait trop longue pour être mentionnée ici, mais outre Jean-Paul Sartre, nous pensons aussi aux philosophes ayant articulés leurs travaux autour de ces notions: Emmanuel Kant, Karl Marx, Martin Heidegger, Hannah Arendt, Gabriel Marcel, Emmanuel Levinas, Martin Buber, etc.

estimé et digne — que cette présence soit celle de «soi-même comme un autre», des autres ou bien d'un «tout Autre». Dans l'autre sens, il est aussi aisé d'observer comment un regard malveillant de ce type, ou encore l'absence de toute présence nous font sentir seuls et misérables.

Or si nous apprécions maintenant un peu plus clairement comment s'articule cette vision de la dignité à travers les trois dimensions de l'altérité, ainsi que dans les trois modalités de l'*avoir*, du *faire* et de l'*être*, il apparaît que ces dernières n'ont cependant pas toutes la même aptitude à nourrir notre sentiment de valeur. En effet, si nous considérons la distance entre là où l'estime de soi est reçue et le soi propre qui la reçoit, c'est-à-dire le «vrai soi» (Rogers, 1968) — celui qui est donc notre *être* véritable —, nous constatons que cette dernière est logiquement plus grande dans le registre de l'*avoir* et dans celui du *faire* que dans celui de l'*être*, où si elle est authentique, elle peut alors coïncider parfaitement. Autrement dit, si nous ne réduisons pas seulement notre valeur à ce que nous avons, ni à ce que nous faisons, nous avons alors le pouvoir de devenir pleinement qui nous sommes. Ceci implique également que l'estime, la bienveillance, la reconnaissance et l'amour que nous recevons de la part de nos parents (en particulier durant notre enfance), de notre conjoint, de notre famille ou de nos amis, sont les plus nourrissantes lorsqu'elles sont indépendantes de tout ce que nous *avons* ou de ce que nous *faisons*, lorsqu'elles sont reçues uniquement pour nous-même, c'est-à-dire finalement *pour rien*, ou peut-être au contraire pour l'essentiel!

Notons par ailleurs que l'effet positif en est tout à fait semblable lorsque nous le recevons dans les autres dimensions de l'altérité — tel ce sentiment que nous pouvons ressentir lorsque nous prenons soin de notre «enfant intérieur», ou encore lorsque nous nous sentons accueilli, entouré et aimé par une Présence infinie, qui par définition même peut justement être idéalement inconditionnelle. Ceci nous aide également à saisir qu'à l'inverse, vivre et exister de manière inauthentique, que ce soit dans l'*avoir*, dans le *faire* ou dans l'*être*, conduit inévitablement à distancier le soi-idéal du soi véritable, ce qui ne peut logiquement mener qu'à un jeu de dupes: l'estime reçue ne l'est pas par le soi véritable et ce dernier demeure toujours en carence, entraînant le désir vain d'accumuler de plus en plus de valeur factice, dans une fuite en avant délétère.

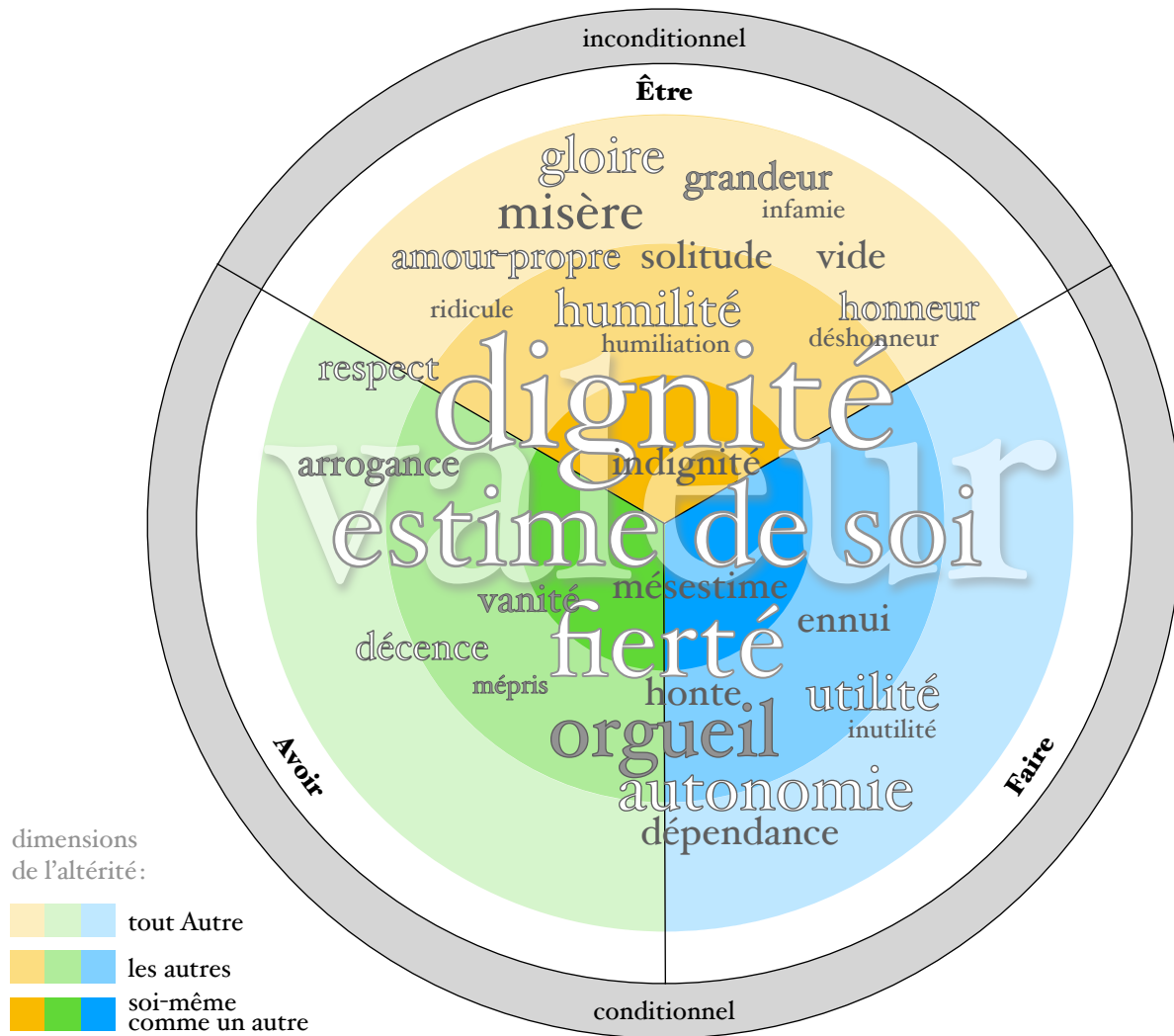


Figure 1.1: Modèle multidimensionnel de la dignité

Pour conclure cette exploration, nous avons voulu retranscrire cette vision de la dignité sous une forme multidimensionnelle par le schéma de la figure 1.1 (ci-dessus). Ce dernier adopte une représentation radiale qui place les trois modalités: *avoir*, *faire* et *être*, sur les coordonnées angulaires de la figure en les affectant chacune d'une couleur différente (respectivement verte, bleue et jaune). Les coordonnées radiales (allant du centre au bord du disque) reçoivent quant à elles la projection des trois dimensions de l'altérité qui composent le regard extérieur nourrissant notre estime. Cette dernière est ainsi comprise comme la *valeur* que nous ressentons et que nous accordons à notre vie et à celle des autres. Nous avons choisi de représenter cette altérité trinitaire par une intensité dégradée des trois

couleurs utilisées, en partant du plus foncé (pour « soi-même comme un autre »), en passant par le moyen (pour « les autres »), et jusqu'au plus clair (pour le « tout Autre »). Nous y avons enfin inscrit en nuage, au centre, plusieurs termes se rattachant tous à la notion de *valeur*, en tentant de les placer sur ces coordonnées en fonction de leur signification.

Le continuum de sens que nous avons évoqué plus haut, est illustré par le débordement de certains mots de part et d'autre de chacune des couleurs représentant les trois modalités *avoir*, *faire* et *être*, ainsi que de part et d'autre de chacune des dimensions de l'altérité. Ces termes apparaissent également encodés par une teinte allant du plus clair au plus foncé, selon leur signification allant du positif au négatif. Ainsi les premiers, tels que la dignité, l'estime de soi, la fierté, la gloire, l'honneur, l'amour-propre, l'humilité, le respect, la décence, l'utilité et l'autonomie, apparaissent écrits en blanc. Leurs antonymes évoquant le manque de valeur, tels que l'indignité, la misère, la mésestime, l'infamie, le déshonneur, le ridicule, l'humiliation, mais aussi le sentiment de vide, la solitude, l'ennui, l'inutilité et la dépendance, apparaissent en gris foncé. Entre les deux, nous avons opté pour représenter les sentiments d'orgueil, de vanité, de grandeur, d'arrogance et de mépris, par un gris moyen, afin de les placer dans une position intermédiaire, entre la valeur du soi qu'ils cherchent parfois à protéger ou à défendre et le manque de valeur qu'ils tentent plus souvent de masquer.

Nous avons également tenté de représenter sur ce schéma le sens selon lequel la fierté, tout comme l'orgueil, est plus souvent associée aux objets matériels ou immatériels que nous *avons*, ainsi qu'aux choses que nous *faisons*. Alors que dans le tiers supérieur, nous avons considéré la dignité comme plus souvent associée à *l'être* et comprise dans son sens inconditionnel et ontologique. Il faut cependant souligner comment la signification peut en déborder et chevaucher partiellement la valeur personnelle que nous retirons des choses que nous *avons*, ainsi que celles que nous *faisons* — puisque nous pouvons bel et bien dire qu'il y a une dignité dans le travail, ou encore parfois nommer que cette dernière passe par la possession de certaines choses, comme le respect reçu ou encore le confort d'un foyer. Dans cette dernière acception, la dignité se rapproche ainsi de la signification liée à la décence et aux convenances, ainsi qu'à la notion de charge digne que nous avons évoquée dans notre exploration étymologique. Par ailleurs, nous avons choisi de placer au cœur même de

ce schéma, l'estime de soi, superposée à la notion de *valeur* de soi — qui apparaît en filigrane au fond de la figure et qui demeure de notre point de vue le concept le plus fondamental à toute santé mentale, véritable pierre angulaire de notre psychisme. Ceci la fait s'étendre naturellement à travers les trois modalités (*avoir, faire et être*) et des trois dimensions de l'altérité que nous avons définies comme les coordonnées de notre figure. Cette *valeur du soi* apparaît à présent comme le construit central que nous avons exploré dans ce chapitre, qui a été mentionné dès son commencement et qui trouve ici une position cruciale et déterminante.

Bien sûr, il nous faut terminer en soulignant que cette représentation est d'abord et avant tout une approximation, un support de la pensée qui, comme toute bonne géométrie, est l'art de raisonner juste sur des figures fausses. D'une part, tout le placement sémantique pourrait y être débattu et ajusté selon le sens que nous donnons à ces termes. Ainsi, pour certains, il se peut que la dignité soit comprise dans son sens historique, c'est-à-dire comme le fait d'avoir le respect que l'on mérite — ou que l'on croit mériter —, ce qui nous ramène plus proche du sens de la fierté et de l'orgueil. Pour d'autres, il serait possible d'affirmer que l'on éprouve une certaine fierté à se sentir *être*. Par ailleurs, il nous faut également reconnaître que le positionnement de chacun de ces mots se heurte aux limites d'une représentation en deux dimensions. Ainsi, plusieurs d'entre eux trouveraient certainement une plus juste place superposés les uns sur les autres — ce qui serait sans doute le cas pour des mots comme amour-propre, gloire, misère, décence, honneur, déshonneur et quelques autres. Malheureusement, la lisibilité de ce schéma en serait grandement réduite. Il nous semble donc que cette représentation, fruit d'un compris sémantique et graphique, parvient néanmoins à être utile dans sa capacité à rendre compte de la vision que nous avons développée ici, aussi bien dans les trois dimensions de l'altérité, que dans les trois modalités qui soutiennent la valeur que nous accordons à notre vie et à notre existence.

Si nous recoupons enfin les éléments découverts lors de notre exploration avec les caractéristiques identifiées comme reliées ou constitutives de la dignité que nous avons évoqués tout au début de ce chapitre, nous pouvons y voir plusieurs constatations fertiles. D'une part, il semble que nous avons pu confirmer par notre démarche de recherche

quelque peu singulière, la position tout à fait centrale et fondamentale de la dignité dans la structure de l'existence humaine, telle qu'aménée par Iuculano & Burkum (1996). La notion d'*être-au-monde-avec-les-autres*, fortement liée à l'*intersubjectivité*, traduit ainsi très justement la vision de la dignité que nous avons identifiée comme intrinsèquement liée au regard de l'autre. Cette co-constitution de notre existence avec tous les autres êtres humains se déroule ainsi dans la rencontre à toutes les dimensions de l'altérité, pouvant tout aussi bien s'identifier à la notion de *communion* à Dieu dans sa perspective trinitaire.

Par ailleurs, au niveau des nombreuses caractéristiques plus opérationnelles et objectivables associées à la dignité dans les diverses recherches que nous avons mentionnées, plusieurs trouvent effectivement leur place dans notre schéma, notamment dans les modalités de l'*avoir* et du *faire*, telles que celles liées à l'apparence physique, au sentiment d'agentivité et au sentiment de de contrôle, à l'autonomie, aux capacités physiques et mentales, etc. D'autres sont plus clairement associés à la modalité de l'*être*, tels la capacité à vivre dans l'instant présent, le soutien bienveillant et la validation de la personne, considérée avant tout comme *être humain*, c'est-à-dire de manière inconditionnelle. Nous pensons également que les perspectives liées à l'identité, la continuité du soi, le sens de sa propre valeur, la présence d'une signification ou d'un but dans la vie et enfin la perception d'avoir une expression personnelle ou une unicité, recourent vraisemblablement les trois modalités prises ensembles, car elles s'inscrivent précisément au centre de la notion de dignité elle-même, à l'estime de soi, à la fierté, à la honte, ce qui finalement nous ramène encore une fois à la valeur de la vie et à ce qui lui donne du sens.

Il apparaît enfin que la notion de dignité, telle qu'explorée dans ces pages, a pris une importance telle qu'elle a débordé largement du cadre de la fin de vie que nous nous étions fixé au départ. Il nous semble maintenant clair qu'elle est non seulement au cœur de toute pratique clinique, mais aussi au fondement de l'existence humaine, c'est-à-dire au cœur de la vie même. Plusieurs pensées fructueuses seraient encore à élaborer sur le sujet et nous pourrions continuer encore, mais il nous faut à présent nous interrompre, car nous voici arrivé au terme de cette première série de réflexions sur la dignité. Nous reviendrons sur le sujet à la fin de cette étude afin de le mettre plus particulièrement en lien avec la souffrance,

la fin de vie et les situations spécifiques liées à l'aide médicale à mourir. Comme nous l'avons annoncé lors de l'articulation de notre question de recherche : c'est maintenant le moment d'explorer la question de la souffrance et la manière avec laquelle cette dernière se déploie. Cette dernière est large et intimidante, mais nous avons l'intuition que c'est dans la confluence de ces deux phénomènes que nous pourrions élargir notre réflexion et notre compréhension autour de notre sujet d'étude.

CHAPITRE II SUR LA SOUFFRANCE

À l'instar de la dignité, le thème de la souffrance peut nous sembler déjà rebattu, au point où l'on pourrait penser le sujet épuisé. Le fait de souffrir a été vu bien souvent comme l'une des caractéristiques indissociables de la vie humaine. Ainsi, toutes les formes de spiritualités et de religions ont tenté d'une manière ou d'une autre d'apprivoiser la souffrance à travers des élaborations qui cherchent souvent à lui donner du sens. Les plus illustres parmi les penseurs et les philosophes se sont eux aussi, et depuis bien longtemps, employés à approcher cette question pour mieux la saisir et tenter parfois de la maîtriser. Plus proche de nous et en même temps plus loin de ce désir de contrôle, nous pouvons souligner avec à-propos que l'une des motivations premières de la psychothérapie et de la psychologie clinique est de chercher à soulager la souffrance et à en minimiser les effets nocifs. Ainsi, devant la masse impressionnante de connaissances élaborées depuis des siècles à propos de la souffrance, il serait tentant de penser que tout a déjà été dit ou écrit sur le sujet. Même si cette opinion est sans doute exagérée, il apparaît néanmoins impossible d'en faire ici une synthèse complète et exhaustive et nous ne prétendons pas rendre compte de tout cet héritage. Pour autant, notre objectif sera de chercher à relier cette question à notre sujet d'étude. Afin de suivre l'esprit de notre méthodologie, nous le ferons d'une manière qui soit à la fois subjective et sélective, ce qui nous amènera à en peindre un tableau signifiant illustrant notre question de recherche.

Pour cela, commençons par ouvrir une nouvelle fois le dictionnaire d'Émile Littré (1874), afin de nous approcher de la sémantique du mot souffrance: il est surprenant d'y trouver plusieurs sens consécutifs bien différents du sens moderne auquel nous nous attendions. En effet, les acceptions majeures qui se trouvaient en tête des définitions du XIXe siècle, sont des usages aujourd'hui rares ou désuets, qui proviennent du domaine du droit, de la comptabilité et de la féodalité. C'est ainsi que le Littré (1874) place au sens premier celui de la jurisprudence qui concerne la «tolérance pour certaines choses que l'on pourrait empêcher». En deuxième lieu, nous trouvons celui de la «suspension dans l'allocation ou le rejet d'une dépense», qui se rapporte encore à ce jour aux paiements qui restent *en souffrance*.

Puis, en troisième position, se trouve un sens que nous avons aujourd'hui totalement perdu, avec l'idée de «surséance, le délai que le seigneur accordait en certains cas à son nouveau vassal.»

Si ces définitions disparates peuvent nous paraître aujourd'hui obscures ou obsolètes, leurs significations trouvent pourtant une même origine dans l'étymologie du verbe *souffrir*: «tiré du latin *fero* (porter) avec le préfixe *sub-* (sous), c'est-à-dire *porter sous, supporter, endurer*». Si l'on en ressent toute la charge et la lourdeur, c'est pourtant plus particulièrement dans le mot *endurer* que nous trouvons l'image la plus parlante. En effet, on voit ici plus nettement, qu'avant de recouper les notions de mal et de douleur, comme il le fait principalement aujourd'hui, le sens du mot *souffrance* s'inscrit initialement dans une temporalité: il nous vient premièrement de la patience et du sentiment d'attente — parfois pénible — qui s'exprime dans l'effort de tolérer le temps qui passe. Nous trouvons d'ailleurs, toujours dans le Littré (1874), avec les deux dernières acceptions du mot: «l'état de celui qui souffre, supportant le mal,» ainsi que «toute sensation pénible, qu'elle soit bornée à un simple malaise, ou qu'elle s'élève jusqu'à l'état de douleur.» La même signification est également présente dans la définition du verbe *souffrir* (tirée du même vénérable ouvrage) et dont «le sens étymologique et propre est supporter; (...) résister à quelque chose de fâcheux, de pénible; *endurer*.» On aperçoit donc ici clairement, et de la même manière, que le sens premier de la souffrance est indissociable de la *durée* et de la temporalité dans laquelle elle se déploie (le mot *durée*, venant lui-même du latin *duro*, qui s'apparente à ce qui est *dur* et qui traverse le temps sans s'altérer).

Si nous prolongeons encore un peu cette flânerie étymologique, nous sentons que la temporalité nous amène également tout proche du mot *pâtir*, dont l'étymologie vient du latin *patior*. Il apparaît que ce verbe a lui aussi subi un glissement de sens similaire à celui du verbe souffrir, car son origine latine est même initialement exempte de toute connotation délétère: il s'agit originellement d'«être dans tel ou tel état, éprouver telle ou telle sensation; être passif; supporter, endurer, se résigner à.» Cette même forme de passivité se retrouve dans la manière avec laquelle nous subissons nos *passions* (comme le Christ a subi la sienne). Le Littré mentionne encore deux sens supplémentaires (déjà vieillis en 1874): «être dans

l'inaction, dans une contemplation paisible et passive», et «endurer, avoir *patience*.» Soulignons au passage que *pâtir* est aussi, bien sûr, le mot d'où est tiré notre *patient*, c'est-à-dire celui qui pâtit et qui souffre — et de nos jours, parfois malheureusement aussi, celui qui attend (trop longtemps) que quelqu'un vienne le soigner! Enfin, même si dans son sens contemporain *pâtir* signifie aujourd'hui: «éprouver une souffrance, avoir du mal, éprouver des privations», de ces multiples exemples nous voyons là aussi et plus précisément, que le souffrir et le pâtir étaient initialement vus comme des conditions dans lesquelles l'être humain se trouvait dans l'impuissance, la passivité, l'attente — et donc également le désir, d'où vient notre passion —, mais dont le sens premier a maintenant glissé vers une sensation secondaire désagréable, intégrant également de manière implicite un point de vue mental.

Cette constatation nous est utile, car elle vient naturellement souligner la spécificité de la souffrance vis-à-vis de sa cousine la *douleur*. Si nous restons encore un moment dans les préliminaires sémantiques et linguistiques, c'est encore à partir de cette sensation durable, de cet état de l'âme profondément ancré dans la temporalité, que nous pouvons mettre en évidence une distinction pratique entre souffrance et douleur. À la suite de Paul Ricoeur, dans un texte intitulé *La souffrance n'est pas la douleur* (2013, publié originellement en 1992), que nous explorerons en détail un peu plus loin, nous nous attacherons à les démêler l'une et l'autre, au moins premièrement d'un point de vue théorique:

C'est à des signes, donc à la sémiologie, que psychiatrie et phénoménologie s'adressent d'un commun accord pour justifier leur emploi distinct des termes douleur et souffrance; on s'accordera donc pour réserver le terme douleur à des affects ressentis comme localisés dans des organes particuliers du corps ou dans le corps tout entier, et le terme souffrance à des affects ouverts sur la réflexivité, le langage, le rapport à soi, le rapport à autrui, le rapport au sens, au questionnement - toutes choses que nous allons considérer dans un instant.
(Ricoeur, 2013, p.14)

Ainsi pour emprunter le même chemin et schématiser à grands traits, nous pourrions avancer que le mot *douleur* est par principe voué à décrire un mal d'origine corporelle ou somatique, alors que le mot *souffrance* serait plutôt consacré par l'usage à exprimer une sensation désagréable qui prend naissance sur le plan psychique ou psychologique, spirituel ou existentiel. Il faut cependant rester conscient qu'il ne s'agit que d'une posture théorique

simplificatrice, car comme le souligne immédiatement Paul Ricœur pour nuancer son point de vue :

Mais la douleur pure, purement physique, reste un cas limite, comme l'est peut-être la souffrance supposée purement psychique, laquelle va rarement sans quelque degré de somatisation. Ce chevauchement explique les hésitations du langage ordinaire : nous parlons de douleur à l'occasion de la perte d'un ami, mais nous déclarons souffrir d'un mal de dents. C'est donc comme idéal-type que nous distinguons la douleur et la souffrance sur la base des deux sémiologies qu'on vient de dire. ((Ricœur, 2013, p. 14-15)

Face à ces usages indécis, on pourrait dès lors se demander à quoi peut nous servir de chercher à distinguer aussi clairement ces deux mots ? Précisons ici brièvement qu'il serait certainement aussi fâcheux de vouloir les séparer totalement, qu'il le serait de vouloir les garder confondus. Savoir qu'il nous sera impossible de les démêler tout à fait, ne nous empêchera pas de tenter d'apporter un peu plus de clarté à notre propos. Ainsi, pour reprendre la célèbre phrase d'Albert Camus : « Mal nommer un objet, c'est ajouter au malheur de ce monde » (Camus, 1944), c'est dans ce même esprit éthique que nous nous astreindrons à utiliser les mots les plus appropriés, car ils sont le support de notre pensée. La proximité sémantique entre souffrance et douleur, et notamment l'influence de cette dernière dans le monde médical¹⁸, nous apparaît justement comme une source de complexité et de confusion qui pourraient mettre notre étude sur une fausse route — de sorte que se manifeste au fil de notre réflexion personnelle une difficulté persistante à distinguer l'expérience phénoménologique de la souffrance, de celle de la douleur — ce qui rend à notre sens cette clarification d'autant plus pertinente à ce stade de notre travail.

En cherchant donc à nuancer un peu plus cette définition, l'étymologie peut encore une fois nous venir en aide. Car si *douleur* vient du latin *doleo*, qui s'utilise pour parler d'un mal proprement physique, ce mot est lui-même tiré de l'indo-européen commun **del* qui signifie *diviser* — comme si la douleur physique venait diviser l'être humain en fragments irréconciliables et le séparer de lui-même. Dans une perspective similaire, Marie

¹⁸ Les mots de Paul Ricœur (2013) que nous venons d'évoquer, ont justement été prononcés lors d'une conférence s'adressant à une audience de médecins psychiatres et soulignant clairement le fait que « *la souffrance n'est pas la douleur* ».

Darrieussecq, psychanalyste et écrivaine française, souligne de son côté dans un article grand public traitant de l'accouchement :

Entre douleur et souffrance, il y a une grande différence. Dans la souffrance, le sujet est encore présent à lui-même, il a le sentiment de la vivre et les moyens de la penser. La douleur au contraire est un moment de dépersonnalisation, d'absence. (Darrieussecq, 2011)

Selon cette vision, une douleur extrême, associée à un caractère soudain, violent et intense, viendrait donc spontanément nous extraire de la temporalité et nous placer hors du temps. Autrement dit, si l'on peut encore penser la souffrance psychique même quand elle nous submerge, une douleur physique aigüe ne nous en laisse pas l'occasion et nous coupe brutalement de certaines parties de nous-même jusqu'à la dissociation. L'accouchement pourrait être en effet l'archétype de ce type de douleur extrême dont on peut espérer qu'elle soit limitée dans le temps, mais aussi qu'elle puisse être annonciatrice d'une naissance et porteuse d'espoir et de sens, plutôt que de désespoir et d'absurdité.

Partant de ces constatations sémantiques, opérons maintenant un mouvement de recul afin d'explorer brièvement, mais plus phénoménologiquement, douleur et souffrance afin de les confronter à ces premiers éléments. Comme nous l'avons vu, souffrance et douleur se mêlent toujours à un certain point, aussi bien dans les affects, dans l'expérience, que dans le langage et c'est pourquoi il est parfois ardu de s'en faire une idée claire. Pour ce faire, l'on penserait volontiers que ce sont les cas extrêmes qui nous aident le mieux à comprendre ces phénomènes, car ils en esquissent les caractéristiques plus nettement. Cependant nous réalisons aussi que des effets de bord¹⁹ viennent bien vite en brouiller les manifestations et parfois tromper notre jugement. Portons ainsi un regard sur quelques situations qui nous permettront de nuancer la manière avec laquelle ces deux affects interagissent.

Lors de notre expérience personnelle en soins palliatifs, nous avons eu l'occasion de rencontrer plusieurs patients en fin de vie, ayant vécu à la fois des douleurs physiques et des souffrances psychologiques. Nous avons pu y observer directement l'interaction complexe

¹⁹ Les *effets de bord* dont nous parlons ici sont, en mathématiques ou en physique, les effets indésirables d'un système, non prévus par un modèle, dont la cause est liée aux bords ou aux limites du système ou du modèle.

qui se déploie entre souffrance et douleur, ainsi que leur enchevêtrement. Il nous est apparu clairement que des douleurs extrêmes, telles que celles provoquées par le cancer, peuvent aller jusqu'à nous couper de nous-même et nous empêcher d'agir, de parler et même de penser. Ces douleurs physiques viennent également avec leur lot de souffrances psychiques, mais elles prennent toute la place et toute l'énergie disponible. L'esprit n'est plus capable de réflexivité et toutes les pensées et les affects sont accaparés par l'intensité du mal ressenti. Il nous a été ainsi possible d'observer de première main comment de telles douleurs extrêmes peuvent aller jusqu'à écraser la souffrance et comment seules des personnes ayant déjà surmonté partiellement ces douleurs, souvent à l'aide d'antalgiques puissants, parviendront à exprimer un besoin de soutien moral, spirituel ou psychologique.

Si le fait de vivre une douleur intense sans souffrance psychique visible nous apparaît maintenant comme un cas d'espèce, à l'inverse vivre une souffrance strictement mentale sans vivre aucune douleur corporelle semble intuitivement plus courant. Cela serait cependant oublier que c'est pourtant d'abord dans notre corps que nous ressentons cette souffrance. Plaçons-nous encore une fois dans la perspective d'une souffrance extrême — qu'il faudrait tenter d'imaginer sans douleur physique. Cela pourrait être le cas du deuil brutal (Freud, 2016, p. 81) ou bien l'annonce d'un diagnostic terminal d'une personne très proche. Supposons que cette souffrance soit tellement écrasante qu'elle déborderait tout mécanisme d'adaptation ou de défense. Passé le stade du choc, nous voyons qu'elle nous force au contraire à une introspection devant notre impuissance, qui nous amène ultimement au découragement et à la dépression. Cette introspection peut nous amener à nous couper des autres, mais elle nous retourne assurément vers nous-même, révèle notre vulnérabilité, soulève un manque d'estime ou de confiance en soi que l'on ne peut esquiver. Or force est de constater que même dans le cas d'une telle souffrance qui serait uniquement psychique à son origine, le corps est impliqué. Les mouvements sont ralentis, l'appétit est réduit ou augmenté, le sommeil vient à manquer ou il dévore le temps, la fatigue est écrasante. L'impact corporel d'une souffrance qui ne serait que d'origine psychique la rend finalement presque impossible à imaginer seule, car tous les exemples que nous voyons impliquent d'une manière ou d'une autre cette interaction entre le corps et l'esprit. C'est

d'ailleurs sans doute la raison même pour laquelle il est impossible de les séparer totalement, aussi bien dans notre pensée que dans les mots que nous utilisons.

Paradoxalement, si nous nous approchons d'affects moins extrêmes, il semble que cette interaction devient plus claire. Ainsi, si le fait de se cogner le petit orteil contre un meuble peut provoquer une douleur intense, elle n'entraîne que plus rarement une souffrance psychique significative. Au contraire, nous voyons que certaines douleurs physiques faibles ou modérées, mais chroniques peuvent générer une souffrance intense, lorsqu'elles impliquent des renoncements, de nouvelles limites ou qu'elles suggèrent l'horizon d'une mort à venir. Car c'est bien dans la durée, dans la temporalité et dans le sens que l'on donne à cette douleur que la souffrance prend véritablement corps. Lorsque la douleur nous laisse le temps et l'espace psychique de la penser, la souffrance s'y mêle et il devient plus difficile de les distinguer. À l'inverse, dans la somatisation, il semble que c'est plutôt dans le refoulement de la souffrance que certaines douleurs physiques trouvent leurs origines. Mais comme le disait justement Paul Ricoeur (2013, p. 14), même une souffrance qui soit d'origine purement psychique, peut entraîner à quelque degré d'intensité une certaine forme de malaise physique, de nausée, de tension qui prend alors déjà une forme somatique. L'insatisfaction, la frustration, la crainte, la culpabilité, la honte, l'abattement, ou l'ennui sont des émotions qui font ressentir à même le corps des sensations déplaisantes qui sont déjà l'amorce d'un inconfort ou d'une douleur. À ce niveau également, l'interaction entre souffrance et douleur nous rappelle à quel point nous sommes à la fois l'esprit *et* le corps que nous habitons, et que nous le voulions ou non, que notre cerveau est lui-même l'un des organes de notre corps, indissociable et interconnecté à lui.

Sur la base de ces quelques constatations, nous proposons enfin les définitions suivantes qui nous suivront pour la suite de ce chapitre et qui visent à distinguer plus clairement le sens de ces deux mots. Nous parlerons de la douleur comme de la dimension strictement *nociceptive* d'un mal qui nous frappe et qui peut trouver son origine dans une tension ou une lésion du matériel somatique et biologique de notre corps — ce qui couvre aussi bien les douleurs somatiques, neuropathiques, mais également idiopathiques. D'une manière restrictive, elle sera ainsi limitée à tout signal nociceptif activant notre cortex somatosensoriel, et qui sera

ressenti comme tel. À l'inverse, la souffrance sera vue de manière plus ample, comme une affliction qui s'exprime dans les dimensions psychique, sociale, spirituelle et existentielle. Elle implique généralement, au contraire de la douleur, une forte mobilisation de notre pensée et de notre réflexivité, c'est-à-dire de notre être tout entier.

À la suite de ce tour d'horizon, il nous faut également rappeler que souffrance et douleur sont presque toujours mêlées, pouvant survenir l'une après l'autre, mais aussi et surtout l'une à cause de l'autre, ce qui peut également mener à un cercle vicieux dans lequel la temporalité joue un rôle décisif. Et si nous ne souhaitons pas totalement les séparer, il nous est maintenant possible de les voir comme deux dimensions possibles d'un mal qui nous frappe. Une fois établis ces premières considérations et ces quelques éclaircissements (sans doute quelque peu triviaux, mais dont l'explicitation nous est apparue nécessaire), une question demeure : comment aborder l'étude d'un sujet aussi vaste et exploré ce que celui de la souffrance ?

Comme nous l'avons déjà évoqué dans les lignes précédentes, le philosophe français Paul Ricœur a muri tout au long de sa vie une réflexion d'approche phénoménologique sur la question de la souffrance. Cette vision, possiblement marquée par l'empreinte laissée par le décès précoce de son fils, a été aboutie lors d'une conférence prononcée en 1992 auprès de l'Association française de psychiatrie, intitulée « La souffrance n'est pas la douleur » (Ricœur, 1992, 2013). C'est ce texte qui nous servira de point de départ et de fil conducteur pour notre réflexion, car il nous livre une description phénoménologique de la souffrance de manière à la fois dense et synthétique.

2.1. La souffrance n'est pas la douleur

Dans ce texte, c'est d'abord en faisant appel à la sémiologie que Paul Ricœur nous annonce comment il va camper solidement sa description du phénomène de la souffrance. Suivant une approche extrêmement structurée, il identifie, puis trace deux axes sur lesquels il va projeter plusieurs des signes, ou manifestations de la souffrance (Ricœur, 2013, p.15). Il nous faut saluer la radicalité et la brillance de cette approche qui évite en effet de « se perdre dans la litanie interminable des maux, dans le mauvais infini de la déploration. » Au premier abord,

ces deux axes pourraient sembler arbitraires, mais Paul Ricoeur explique les avoir choisis sur la base de deux constatations qui lui apparaissent fondamentales. La première est que «le souffrir se donne conjointement comme altération du rapport à soi et du rapport à autrui» (p.15) — ce qui l’amène naturellement à définir le premier axe comme une ordonnée dans rapport *soi-autrui*. Sa seconde constatation s’appuie sur l’hypothèse «que la souffrance consiste dans la diminution de la puissance d’agir» — ce qui vient définir de manière également évidente l’abscisse parcourant le spectre de l’*agir-pâtir*. Il est à noter que Paul Ricoeur ne justifie pas dans le texte la pertinence de ses hypothèses autrement que par leur *orthogonalité*. Il apparaît néanmoins que cette approche à la fois synthétique et structurée préfigure une compréhension très subtile du phénomène de la souffrance.

Revenons un instant sur la notion d’orthogonalité qui est amenée ici par l’auteur. Elle nous rappelle des souvenirs cuisants d’apprentissage de l’algèbre que nous avons enduré lors de l’étude des espaces vectoriels euclidiens et non euclidiens²⁰. Si cette notion se comprend facilement dans les exercices de géométrie élémentaire à deux dimensions comme étant la qualité de deux droites se coupant à angle droit; elle recouvre la même idée dans des espaces complexes à plus de 3 dimensions, mais aussi dans ceux munis d’un nombre de dimensions infinies. Il s’agit là alors d’exprimer les coordonnées d’un *point* de cet espace à l’aide des vecteurs élémentaires qui le caractérisent, sans qu’il y ait redondance d’information. Autrement dit: quel que soit l’espace (vectoriel) que l’on considère, la factorisation puis l’identification des vecteurs orthogonaux qui le caractérisent permettent de nommer et d’adresser l’intégralité des éléments de cet espace de manière économique, ou encore nécessaire et suffisante²¹. L’originalité de la pensée de Paul Ricoeur est donc ici de faire analogie entre cette définition algébrique de l’orthogonalité vectorielle et l’image des concepts existentiels dont la description phénoménologique s’exprime de manière polaire et exige également une économie dans l’expression. Le concept de la souffrance, vu comme un signifié dans l’espace de l’ensemble des concepts, pourrait alors en effet être décrit par des

²⁰ Il y a quelques années, nous avons eu le privilège d’étudier les mathématiques avancées lorsque nous accomplissions des études en génie dont le souvenir nous pourchasse encore aujourd’hui.

²¹ Notons que si les espaces vectoriels de dimensions infinies sont certainement des objets théoriques et abstraits, ils existent bel et bien et sont fort utiles, notamment dans les domaines des télécommunications et de l’informatique, où ce sont des outils puissants d’analyse et de traitement des données.

axes sémantiques orthogonaux, sur lesquels il devient possible de projeter le sens, comme s'il s'agissait de coordonnées spatiales. Nous retrouvons là une épistémologie qui fait penser à la manière avec laquelle l'analyse factorielle mène à l'expression des « Big-five » dans la théorie de la personnalité de McCrae & Costa (1990). Pour autant, est-il possible de prendre cette notion d'algèbre dans un sens littéral et de l'appliquer ainsi à la sémantique? Il nous semble clair que non, car la littéralité d'une telle approche sous-entendrait qu'il serait possible d'adresser tous les éléments de sens imaginables à travers des mots existants ou ayant existé sans qu'il y ait corrélation de sens entre les dimensions ainsi identifiées. Au contraire, il nous faut reconnaître que l'espace sémantique diffère fondamentalement des espaces vectoriels mathématiques de par son incomplétude et son imprécision, ou plus justement en raison de l'impossibilité d'en adresser le contenu de manière exhaustive et absolument conforme (d'aucuns diraient biunivoque). Autrement dit, il ne s'agit pas d'un espace rationnel²² qui puisse être mis en équation d'une manière littérale. Au contraire, c'est bien plus souvent par le pouvoir évocateur de la métaphore et de la symbolisation que nous parvenons à exprimer du sens au-delà de ce que les mots véhiculent dans leur seule acception littérale (Ricoeur, 1975). Et c'est de la même manière que nous comprenons cette analogie: l'orthogonalité est donc ici vue comme une métaphore visant à faciliter la description phénoménologique de la souffrance.

Est-ce pour autant une démonstration, comme l'avance Paul Ricoeur? — Non. Il nous faut admettre ici aussi qu'il s'agit plutôt d'un artifice de nature rhétorique qui vise à appuyer sa thèse, mais qu'au contraire de ce qui est avancé en prémisse et même répété plusieurs fois, rien dans le texte ne vient justifier l'orthogonalité. Nous n'en tiendrons cependant pas rigueur à l'auteur²³, car comme nous l'avons déjà nommé plus haut, les hypothèses avancées traduisent néanmoins une grande finesse dans l'analyse et la description, ce que nous allons examiner maintenant.

²² «Rationnel», n'étant pas ici compris comme l'ensemble des nombres que l'on peut exprimer comme la fraction de 2 nombres relatifs (\mathbb{Q}), mais comme déterminé et organisé selon des calculs littéraux et des raisonnements logiques.

²³ Et ce, malgré notre attachement viscéral à l'utilisation correcte des mots et des concepts mathématiques qui a été enraciné en nous durant des années de labeur académique!

C'est dans la première dimension, suivant l'axe soi-autrui, que nous trouvons l'une des constatations la plus fondamentale du texte, qui nomme clairement que «ce qui est atteint dans le souffrir, c'est l'intentionnalité *visant* quelque chose, autre chose que soi; de là l'effacement du monde comme horizon de représentation; ou pour le dire autrement, le monde apparaît non plus comme habitable, mais comme dépeuplé» (Ricœur, 2013, p. 17). Cette constatation phénoménologique est en effet centrale à la manière avec laquelle le souffrir se déploie, car il s'agit bien d'un resserrement des perspectives que nous subissons lorsque la souffrance nous place sous son emprise. L'énergie intérieure est comme absorbée et orientée vers le soi, ce qui amène naturellement à un rétrécissement du monde, en particulier du monde relationnel. Comme le décrit encore Paul Ricœur: «c'est ainsi que le soi apparaît rejeté sur lui-même» (Ricœur, 2013, p. 17).

Cet axe soi-autrui structure et résout également la contradiction apparente, notée par l'auteur, qui survient dans le souffrir, lorsque l'on considère à la fois la sensation d'intensification du soi et «l'intensification d'un genre spécial du rapport à autrui» (Ricœur, 2013, p. 17). L'intuition nous amène bien à sentir que quelque chose se joue dans le rapport à soi-même et dans le rapport à autrui. La présence de l'autre peut ainsi devenir paradoxalement plus lourde dans la souffrance, alors que c'est premièrement le rapport à soi qui gagne en intensité. La logique, inspirée par une perspective dynamique, voudrait que l'énergie psychique ainsi limitée se reporte exclusivement vers l'un ou l'autre de ces pôles, mais un examen trop bref, qui demeurerait à la surface des choses, nous mènerait rapidement à la confusion. Comment alors comprendre que l'intensification du rapport à soi puisse se manifester en même temps que celle du rapport à autrui? En quelques mots seulement, Paul Ricœur éclaire la logique qui articule cet apparent paradoxe. Il identifie que le rapport à autrui s'exprime dans une dimension négative et nomme la «crise de l'altérité qu'on peut résumer par le terme de séparation» (Ricœur, 2013, p. 17). D'une part, nous saisissons alors plus clairement comment dans la souffrance l'énergie est captée par le soi et peut se trouver en conflit avec la présence d'autrui. D'autre part, la séparation progressive entre soi et l'autre n'implique pas forcément la disparition de ce dernier, bien au contraire! Ce qui ouvre la possibilité de la plainte ou du conflit, jusqu'à l'hostilité.

C'est donc à partir de cette considération que Paul Ricoeur livre ensuite plusieurs exemples de la manière avec laquelle s'exprime cette intensification à travers quatre degrés de séparation soi-autrui (Ricoeur, 2013, p.17-18). Le premier est «l'expérience vive de l'insubstituable; autre que tout autre, le souffrant est unique.» À ce stade, la communication avec l'autre est encore possible, même si elle se teinte déjà d'une sensibilité empreinte d'un narcissisme blessé. — Ensuite au deuxième degré vient «l'expérience vive de l'incommunicable; l'autre ne peut ni me comprendre, ni m'aider; entre lui et moi, la barrière est infranchissable: solitude du souffrir.» Cette étape relève d'une déconnexion plus grande, une fracture ou une division qui empêche déjà de trouver le soutien dans la relation à l'autre. — Puis au troisième degré de séparation, vient l'opposition franche, où «l'autre s'annonce comme mon ennemi, celui qui me fait souffrir (...); Blessure du souffrir.» La rupture dès lors est ici consommée: l'autre devient tout à la fois adversaire et bourreau, il est la source du souffrir. La communication est encore possible, mais la désunion est totale. — Enfin, le point le plus haut est celui où «se déchaîne le sentiment fantasmé d'être élu pour la souffrance (...) Enfer du souffrir.» Jusqu'ici, si la présence d'autrui était encore visible, on voit à ce dernier stade que l'autre n'est plus là. S'il demeure quelque chose, c'est dans la présence d'un Autre désincarné qui devient tour à tour tortionnaire ou absent. Ne reste alors que le souffrant et sa souffrance, pris ensemble dans une danse funeste qui se vit souvent dans un abandon complet.

Plusieurs réflexions nous viennent immédiatement à la suite de cette description et la première d'entre elles peut consister à mettre en doute la justesse de la gradation de la souffrance, telle qu'elle est ainsi rapportée par Paul Ricoeur. Or rappelons-nous qu'il ne s'agit pas ici d'une cartographie de la souffrance selon son intensité (comme pourrait le laisser penser la gradation du premier au deuxième degré). Il s'agit, comme annoncé, de la projeter sur l'axe soi-autrui, ce qui signifie d'aller en augmentant les degrés de séparation relationnelle. À ce titre, il nous faut donc reconnaître que l'exercice auquel se livre l'auteur respecte précisément le plan annoncé et s'avère au contraire très juste. Le passage du deuxième degré au troisième degré (de la solitude à la blessure) semble en effet ne pas suivre une progression dans la souffrance, mais longe indiscutablement l'intensification de la séparation à l'autre, passant de la distance à la persécution. De même, il n'est pas plus

certain qu'au dernier degré de la séparation, la souffrance comme telle soit la plus intolérable. Mais c'est justement dans l'impossibilité du partage de cette souffrance que la situation en devient désespérante et sans issue. L'Enfer étant le lieu même de la séparation — là où demeure le *Diabole* dont l'étymologie nous rappelle, comme celle de la douleur, qu'il est celui qui nous divise et nous désunit.

En deuxième lieu, nous pouvons également nous demander s'il s'agit réellement d'une typologie discrète comme l'amène Paul Ricoeur. — À l'évidence, on parlerait plus volontiers d'un continuum. Mais reconnaissons que l'objection initiale semble peu fondée. L'important, ici comme en géométrie, étant de demeurer capable de raisonner juste sur des figures fausses, l'auteur nous amène finalement à explorer ainsi les différentes manières avec lesquelles la séparation se manifeste lorsque la souffrance s'installe. Que ces situations puissent se mélanger, se superposer ou qu'elles se situent à l'intersection de l'une et de l'autre ne vient pas en soi changer la pertinence de la description et l'importance de la dimension relationnelle dans l'expression de cette souffrance. Il semble que c'est au contraire la force et l'originalité de cette réflexion d'avoir identifié, puis illustré par l'exemple, la manière avec laquelle la souffrance est modulée par, puis module à son tour, la relation à autrui, et comment elle se colore en fonction de ce lien.

Le dernier point qui nous frappe à la lecture de cette première partie, est celui « du phénomène de la souffrance que l'on s'inflige à soi-même, » que Paul Ricoeur raccroche au même axe soi-autrui. Étrangement placé à part, il n'est pas intégré aux degrés précédents de la séparation. L'auteur en remet la description à plus tard, lors de la projection sur l'axe agir-pâtir et l'examen de l'estime de soi. Dans ce cas de figure, il faut bien reconnaître que l'autre serait par définition absent — ou plus exactement le soi serait le bourreau qui auparavant était joué par un autre. Comme l'indique Paul Ricoeur, « la sémiologie du couple rapport à soi-rapport à l'autre en sort à la fois enrichie et brouillée, au point que seule la clinique peut s'avancer plus loin que la phénoménologie » (Ricoeur, 2013, p. 18). Admettant atteindre ici les limites de cette approche devant les aspects intrapsychiques propres à cette forme de souffrance, l'auteur reconnaît implicitement du même souffle qu'elle se manifeste de manière plus appropriée sur l'autre axe. Cela viendrait-il finir d'enfoncer le dernier clou au

cercueil de l'orthogonalité telle qu'elle avait été avancée? — Il apparaît en effet possible qu'une corrélation entre l'agir-pâtir et le soi-autrui puisse exister, ce que nous allons explorer plus clairement dans quelques lignes, une fois le deuxième axe évoqué.

Pour ce deuxième axe, ainsi nommé *agir-pâtir*, Paul Ricœur évoque une « grille de lecture (...) déjà mise à l'épreuve dans *Soi-même comme un Autre* » (1990) avec « quatre niveaux d'effcience: celui de la parole, celui du faire au sens limité du terme, celui de la narration, enfin celui de l'imputation morale. » (p. 19)

Y correspondraient du côté du souffrir toutes les blessures qui affectent tour à tour le pouvoir dire, le pouvoir faire, le pouvoir (se) raconter, le pouvoir s'estimer soi-même comme agent moral. Et comme, à chacun de ces niveaux, se rejoue le paradoxe précédent du soi intensifié et du soi séparé de l'autre, on obtient ainsi une matrice à double entrée, construite sur les deux axes orthogonaux que l'on a dits. (Ricœur, 2013, p. 19)

Notons au passage la manière avec laquelle Paul Ricœur insiste à nouveau sur la rigueur toute mathématique de sa construction géométrique, mais intéressons-nous surtout à la description qu'il fait de ces quatre niveaux. Car rappelons qu'il s'agit ici de voir de quelle manière la souffrance s'exprime en suivant le critère de « la diminution de la puissance d'agir », déjà évoquée comme hypothèse préalable. Et c'est en explorant les modulations différentes de l'agir, lorsqu'il est affecté par la souffrance, que le texte examine tour à tour la capacité à dire, à faire, à faire le récit de soi et la capacité à l'appréciation de soi. Cette démarche qui semble très structurée reste pourtant difficile à cerner précisément et les raisons du choix de ces dimensions demeurent quelque peu obscures. Sans toutefois vouloir remettre en cause leur bien-fondé, on réalise cependant assez vite que l'on peine à reconstruire le schéma qui semble vouloir nous être dépeint. Le lien entre ces « quatre niveaux d'effcience » ne semble pas former un ordre logique croissant ou décroissant, et il apparaît difficile de reconstruire une matrice aussi claire que ce que la démonstration semble annoncer. Ainsi si l'axe agir-pâtir était suivi strictement, nous retrouverions alors une progression partant de l'agir, allant vers le pâtir, que la souffrance nous amène à parcourir. Ce chemin respecterait également la logique que nous avons suivie précédemment à travers l'intensification de la séparation, progressant le long de l'axe soi-autrui. Or ici, n'apparaît

nulle part cette croissance ou cette décroissance. Il s'agit bien plus d'une exploration thématique, où l'auteur examine de façon binaire la manière avec laquelle la souffrance influe sur chaque niveau en fonction de l'agir ou du pâtir. De plus, quasiment à chacun de ces niveaux (à l'exception du premier), Paul Ricœur nous propose une projection sur l'autre axe *soi-autrui*. Ce qui pourrait inspirer l'idée d'une orthogonalité, nous fait au contraire nous apercevoir que le degré de séparation provoqué par la souffrance semble toujours inversement lié au degré de l'agir. La figure 2 (ci-dessous) tente une représentation matricielle de cette démonstration et vise à mettre plus clairement en évidence l'absence d'ordonnancement entre les quatre niveaux d'efficacité et la direction de l'axe sur lequel ils sont projetés. On y observe plus nettement la corrélation systématique entre l'accroissement de la séparation et la diminution de la puissance d'agir.

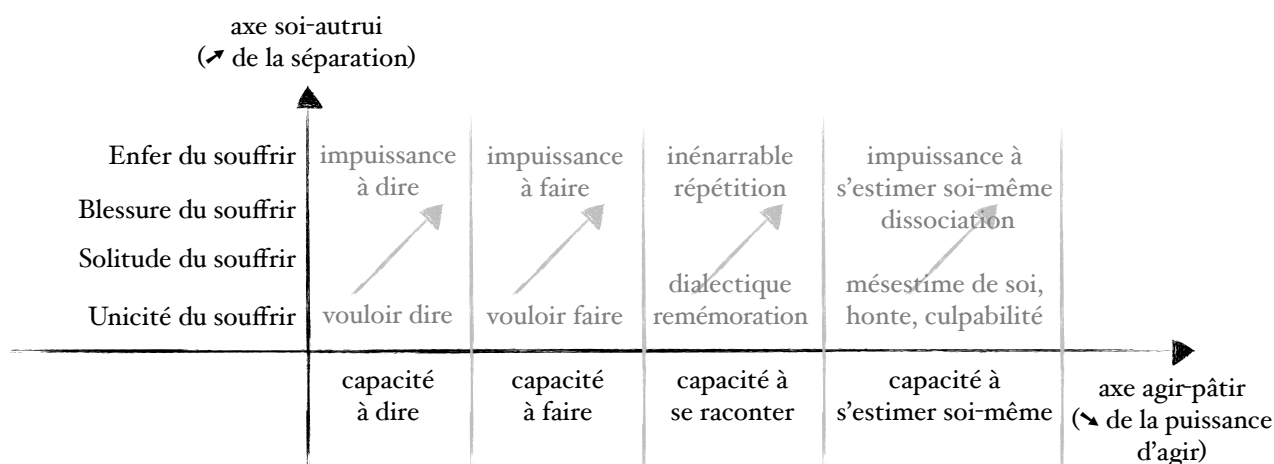


Figure 2.1: Représentation graphique: « la souffrance n'est pas la douleur »

Que pouvons-nous tirer de cette constatation? Premièrement, et comme il a été dit précédemment, que cette prétention orthogonale ne doit certainement pas être prise littéralement, mais bel et bien comme une métaphore, possiblement un effet linguistique qui souligne d'un point de vue sémiologique une manifestation bien différente entre la séparation qui procède d'une composante relationnelle donc naturellement subjective et intersubjective; et la puissance d'agir qui elle procède d'une dimension bien plus apparente et manifeste. D'ailleurs, comme le précise Paul Ricœur en entrée de jeu, « ce qui est atteint dans le souffrir, c'est l'intentionnalité *visant* quelque chose, autre chose que soi. » On peut donc ajouter que c'est vraisemblablement cette intentionnalité qui est commune à la fois au

rapport aux autres, comme au rapport aux choses : à « autre chose que soi ». Tout cela ne vient certainement pas affaiblir le talent de Paul Ricœur lorsqu'il s'agit de décrire phénoménologiquement des signes de la souffrance et de retenir que ses deux impacts principaux portent d'une part sur la capacité relationnelle et d'autre part sur la puissance d'agir, ce qui donne à penser autrement comment la soutenir, tout en tenant compte du poids de la souffrance.

Par ailleurs, notons que les quatre niveaux évoqués le long de l'axe agir-pâtir, même s'ils ne sont pas justifiés ici, semblent en effet fondamentaux dans ce que l'être humain peut faire ou entreprendre dans le cadre de sa volonté. Paul Ricœur y pousse une réflexion déjà évoquée dans l'ouvrage *Soi-même comme un Autre* (Ricœur, 1990) et qu'il a initiée dès ses premiers écrits (comme *Le volontaire et l'involontaire* (1963), premier tome de sa *Philosophie de la volonté*). À ce propos, Paul Ricœur livre dans une entrevue donnée à Gwendoline Jarczyk, le processus qui l'a amené à avancer ces quatre niveaux :

Je me suis dit : « Mais alors, quel est mon point d'ancrage ? » Mon point d'ancrage, eh bien, à la fin de ma quête, je pense le trouver dans ce problème de l'« ipséité », liée à la question du « qui », de la personne qui se demande qui elle est ; mais avec toutes les ressources d'une philosophie du langage (...), d'une philosophie de l'action (...), d'une philosophie du récit (...), d'une philosophie morale : c'est donc le rassemblement des différents domaines que j'ai traversés au cours de ma carrière, (...) que j'ai essayé de disposer autour de cette question « Qui suis-je ? ». (Ricœur & Jarczyk, 1991, p. 227-228)

C'est précisément cette question du Soi qui se trouve invoquée lorsque nous nous intéressons à la souffrance. C'est ici très nettement qu'en apparaît la dimension *totalisante* qui vient affecter l'entièreté de la personne, c'est-à-dire tout ce qu'elle est, en tant que ce qu'elle peut dire, faire, se raconter et s'estimer. D'autres approches de la souffrance que nous aborderons plus loin, comme celle de Cicely Saunders, fondatrice des soins palliatifs, ont souligné également cette dimension totalisante (Saunders & Baines, 1989). Selon Ricœur, c'est bien l'ensemble de ce qui fait la personne elle-même, son identité comme ipséité, qui est reprise dans cet examen — telle une herméneutique de l'agir humain²⁴ — et c'est ainsi,

²⁴ *Paul Ricœur : une herméneutique de l'agir humain* est justement le titre d'un numéro spécial de la revue « Laval théologique et philosophique », édité par S.-J. Arrien et P.-A. Chardel, paru en 2009.

en disposant ces quatre composantes essentielles du Soi sur l'axe agir-pâtir, que Paul Ricoeur vient mettre clairement en évidence la manière avec laquelle la souffrance vient les moduler. Le lien établi entre Soi et souffrance fait d'ailleurs écho à la vision bouddhiste qui lui associe l'*ego*. Nous reviendrons également un peu plus loin d'une part sur ce lien avec le Soi, à travers un examen intrapsychique dans une perspective dynamique, et d'autre part sur la perspective bouddhiste. Mais procédons maintenant à un bref examen de chacun de ces niveaux, tels que les décrit Paul Ricoeur en parcourant le fil de cet axe agir-pâtir :

Je commence par l'*impuissance à dire*, parce que, comme il l'a été souligné dès le début de la sémiologie du souffrir, alors que la douleur a son lieu dans le corps entier, le souffrir se somatise de façon élective au niveau de la mimique et plus particulièrement dans l'espace du visage ; ainsi son expression se replie-t-elle sur le cri et les larmes. (Ricoeur, 2013, p. 20)

C'est en rapprochant élégamment la souffrance de l'espace du visage que Paul Ricoeur vient là encore la distinguer de la douleur, notant que cette dernière « bien souvent reste enfermée dans le silence des organes. » On pourrait critiquer cette image sans doute quelque peu partielle, mais le reste nous rapproche certainement de la pensée d'Emmanuel Lévinas — ami et complice de Paul Ricoeur, qui sont tous deux entrés en dialogue sur de nombreux sujets. Ainsi la plainte s'exprimant sur le visage et traduite par la parole, invite l'autre à nous venir en aide. « La plainte est à la fois exhalée de soi, arrachée du fond du corps, et adressée à l'autre comme demande, comme appel à l'aide » (p. 20). Il y a dans cette demande une dimension éthique fondamentale que la souffrance peut mettre en lumière, lorsque la vulnérabilité ainsi dévoilée ouvre un espace à l'empathie.

Le deuxième niveau exploré ici est l'*impuissance à faire*. Paul Ricoeur y met à nouveau en contraste douleur et souffrance, notant que « l'écart entre vouloir et pouvoir d'où elle procède est d'abord commun » aux deux. Mais c'est pour ensuite les distinguer encore une fois en rappelant immédiatement que « le sens ancien du mot souffrir (...) signifie d'abord *endurer*. Un degré minime d'agir s'incorpore ainsi à la passivité du souffrir. » Nous l'avions déjà évoquée pour mettre en évidence la temporalité propre au souffrir, mais cette autre interprétation étymologique souligne à son tour comment la souffrance modifie les diverses modalités de l'agir humain. Venant souvent l'amoindrir, elle laisse toujours subsister une part

d'action, de persistance et de lien disponible qu'il est parfois possible de mobiliser dans une perspective thérapeutique. Mise en lien avec la capacité à dire et à exprimer la plainte, ainsi qu'à maintenir une relation avec autrui, cette vision subtile de la souffrance souligne l'entrelacement délicat entre agir et pâtir — ce que Claire Marin, philosophe et écrivaine française, nous explique dans un recueil qu'elle a dirigé, intitulé *Souffrance et douleur. Autour de Paul Ricœur*:

C'est dans cet intime tressage de l'agir et du subir, de l'agir et du pâtir que se joue aussi une fine compréhension de la souffrance. (...) S'attachant à l'étude de la souffrance, Ricœur montre qu'elle n'est pas à entendre comme le strict opposé de l'action. Elle est toujours traversée d'une ligne d'action qu'il s'agit de retrouver: l'être souffrant peut tisser des liens avec autrui, la séparation n'est pas radicale. (Marin & Zaccà-Reyners, 2013, p. 121-122)

Car c'est effectivement souvent dans l'ambivalence que s'exprime cette relation entre agir et pâtir, entre action et passivité, entre soi et autrui. On l'observe bien dans le cadre d'une relation thérapeutique: il s'agit d'une dynamique hésitante qui précède toute tentative de soin, un lien ténu et fragile qui nécessite tact et retenue pour établir la confiance — d'abord confiance en l'autre, puis confiance en soi-même.

La troisième modalité du souffrir examinée dans le texte «consiste dans les atteintes portées à la *fonction du récit* dans la constitution de l'identité personnelle.» C'est sans doute là un point tout à fait crucial pour Paul Ricœur, pour qui *l'identité narrative* a été un aspect central de la pensée. Nous n'investirons pas ici le sujet aussi largement qu'il serait souhaitable, mais nous nous bornerons à souligner que cette vision a été progressivement développée dans le dernier tome du triptyque *Temps et Récit* (Ricœur, 1983), puis explicitement explorée dans son essai éponyme (Ricœur, 1988), avant d'être intégrée également dans *Soi-même comme un Autre* (Ricœur, 1990). Propre à l'ipséité que nous avons déjà évoquée précédemment, c'est spécifiquement l'identité même de la personne souffrante, — le sentiment de soi, d'être unique et distinct —, qui est à risque de s'effondrer lorsque le récit de soi se défait. Rognant peu à peu sur le récit personnel et sur la mise en perspective qui entoure l'instant présent, le temps et l'espace se rétrécissent. À un certain point, il n'est pas rare de voir la personne devenir sa propre souffrance, ne pouvant plus s'identifier autrement que par ce qui la fait

souffrir, renforçant l'isolement relationnel. Poussant encore plus loin sa réflexion, Paul Ricoeur souligne avec pertinence comment «l'histoire de chacun est enchevêtrée dans l'histoire des autres (...); c'est ainsi que notre histoire devient un segment de l'histoire des autres. C'est ce tissu inter-narratif, si l'on peut dire, qui est déchiré dans la souffrance.» Ainsi s'esquisse l'idée que c'est dans l'ensemble des relations qui nous lient à autrui que se forment les repères définissant notre identité, en lien avec celle des autres. C'est cela aussi que la souffrance vient abîmer, mais en même temps c'est aussi ce qui vient ouvrir la possibilité d'un soulagement de la souffrance à travers l'accueil et le partage de ce récit avec d'autres. Abordant ainsi une vision sociale et communautaire du soi, d'une certaine manière une vision quasiment mystique, nous ramenant à celle de l'altérité trinitaire évoquée dans notre chapitre sur la dignité, Paul Ricoeur souligne en creux l'importance de la responsabilité que nous avons tous les uns envers les autres, d'accueillir cette histoire et d'y participer. Nous reviendrons plus largement sur cette dimension *communiale* dans les prochains chapitres.

La quatrième et dernière modalité du souffrir décrite par l'auteur porte sur *l'impuissance à s'estimer soi-même*.

Je tiens l'estime de soi pour le seuil éthique de l'agir humain. Je m'estime en tant qu'être capable d'estimer les choses, c'est-à-dire de préférer une chose à l'autre, en vertu de raisons d'agir et en fonction de jugements portant sur le bon et le mauvais. On peut parler ici d'un mouvement de réflexion allant de l'estime de quelque chose à l'estime de soi. (Ricoeur, 2013, p. 23)

Paul Ricoeur fait ici un lien direct avec la dignité humaine qui nous a occupé dans le chapitre précédent. Parlant «de la personne humaine en tant qu'il lui est reconnu ce qui lui est le plus propre; sa dignité» et notant que «l'aptitude à la souffrance fait partie intégrante de cette dignité», il associe ainsi «le sujet, sa dignité et sa souffrance.» Voilà un autre sujet sur lequel il nous faudra revenir à la fin de notre étude, mais intéressons-nous pour l'instant à la manière avec laquelle Paul Ricoeur procède pour examiner ce dernier niveau :

Si nous projetons cette remarque initiale sur l'axe soi-autrui, en y ajoutant le thème de la souffrance infligée à «soi-même comme un autre», c'est d'abord dans le rapport à soi, la tendance à la mésestime de soi, à la culpabilisation, qui occupe l'avant-scène. C'est en particulier à l'occasion de la perte d'un être cher que l'on

est porté à se dire à soi-même: je dois bien être puni pour quelque chose.
(Ricoeur, 2013, p. 24)

Restant toujours campé dans sa description des signes visibles du souffrir, Paul Ricoeur nomme ici l'une des manifestations courantes de la perte d'estime de soi, qui mène à la honte, à la culpabilité et au blâme. L'exemple du deuil y est très à propos, vu comme le modèle typique de la souffrance et de la perte qui peut entraîner cette mésestime, elle-même fréquente dans la dépression. L'essai de Freud, *Deuil et Mélancolie*, écrit initialement en 1915 (2016), traite justement de ce point et de comment il est possible de les rapprocher pour mieux les comprendre — Paul Ricoeur y fait d'ailleurs référence un peu plus loin dans son texte. Nommant la confusion des émotions qui se produit parfois chez celui ou celle qui souffre, il s'aventure plus proche de la question du sens de la souffrance et se fait clinicien, en soutenant et en clarifiant: «non, vous n'êtes pas coupable; précisément vous souffrez; et c'est autre chose.» Il s'agit là assurément d'une parole très aidante pour démêler les émotions brouillées, chez celles et ceux qui en sont débordés. Notons au passage que cette culpabilité non fondée résonne également avec les multiples théodicées qui parcourent l'histoire de quasiment toutes les religions, mais plus particulièrement celles de la civilisation judéo-chrétienne, sur lesquelles nous reviendrons dans le prochain chapitre.

Plus largement, si nous faisons appel à l'expérience d'une pratique clinique, il apparaît pourtant clairement que la culpabilité n'est que l'une des réactions possibles à la perte de l'estime de soi. Selon les mécanismes propres à chacun, d'autres réponses peuvent également se mettre en œuvre. Ainsi un peu plus loin (p. 25-26), Paul Ricoeur nomme justement «l'autre versant, celui de l'altérité, [où] la perte de l'estime de soi peut être ressentie comme un vol ou un viol exercé par l'autre. En ce point, la plainte évoquée plus haut dépasse le simple gémissement et s'articule en plainte de..., en plainte contre...». Évoquant ensuite son souvenir scandalisé de la lecture des Psaumes (p. 26), l'auteur décrit des attitudes qu'il nomme «délirantes,» à la limite de la paranoïa de persécution, et que nous qualifierions plus aisément de *narcissiques* du fait de leurs éléments projectifs. Explorant ces deux réactions opposées d'une manière très personnelle, Paul Ricoeur laisse entrevoir sa propre réaction à la souffrance d'autrui qui semble ainsi avoir plus d'affinités avec l'introjection qu'avec la projection (même s'il admet lui-même avoir évolué sur ce point avec les années). Au final, si

cette approche quelque peu binaire de l'auteur a le mérite de laisser entrevoir une articulation entre culpabilité et victimisation, elle laisse néanmoins considérer la possibilité d'une autre exploration des réactions possibles à la souffrance qui soit plus large. Ceci nous amène du même coup à considérer plus largement la question de la souffrance et de ses signes, à la lumière des mécanismes de défense et d'adaptation — ce qui sera un autre élément à explorer dans la suite de ce chapitre.

Enfin, abordant le dernier point sur l'axe agir-pâtir, Paul Ricoeur y examine la souffrance infligée à soi-même qu'il avait effleurée le long de l'axe soi-autrui :

À l'intersection entre le rapport à soi, intensifié par la culpabilité, et le rapport à autrui, altéré par le délire de persécution, se profile le visage terrifiant d'une souffrance que quelqu'un s'inflige à soi-même au niveau même de sa propre estime. (Ricoeur, 2013, p. 26)

Sous-jacent à cette description, une lecture psychodynamique se dévoile ici encore une fois, orientant la description selon le clivage coupable / victime ; mais c'est surtout le sujet des « passions de l'âme » qui donne à Paul Ricoeur d'explorer cette dimension qu'il positionne précisément à l'intersection des deux axes. Notons encore une fois le rapprochement étymologique que nous avons évoqué précédemment entre souffrance et *passion*, qui dans son sens premier évoque le fait de souffrir sa souffrance dans la durée ; avant qu'elle ne devienne aujourd'hui le synonyme d'une ferveur amoureuse ou d'un enthousiasme débordant.

De cette constatation, il nous apparaît à nouveau plus clairement que la temporalité reste bien la mesure la plus pertinente de la souffrance, sa genèse, car c'est avant tout dans la durée et la réflexivité que le désir ou le manque deviennent véritablement désagréables, peu importe leur intensité. À travers ce regard sur les passions, nous voyons mieux comment cette forme de torture intérieure lente nous soumet véritablement « au supplice du gril de nos désirs »²⁵.

²⁵ Cette formule imagée vient de l'essai *Notre besoin de consolation est impossible à rassasier*, écrit par l'auteur suédois Stig Dagerman (1952) qui s'est ôté la vie en 1954.

Les passions offrent une illustration saisissante du «se faire souffrir soi-même». En effet, à la différence des émotions, qui vont et viennent, des pulsions qui s'investissent dans des objets variables d'amour et de haine, les passions consistent en des investissements du désir dans des objets érigés en absolu; elles présentent ainsi un caractère de démesure, d'*hybris*, que complète le processus de cristallisation si bien décrit par Stendhal. (Ricœur, 2013, p. 27)

C'est en explorant deux d'entre elles que Paul Ricœur nous propose d'illustrer comment nos passions nous torturent et nous font souffrir. La première d'entre elles est l'envie; la deuxième la vengeance — toutes les deux pouvant s'exprimer sous leur forme la plus légère ou croître jusqu'à devenir une obsession mortelle. Mais un point nous intéresse plus particulièrement ici et vient tout d'abord dans la manière d'exprimer l'envie, comme un «sentiment de tristesse, d'irritation et de haine contre qui possède un bien qu'on n'a pas» (Ricœur, 2013, p. 28). Ou pour le dire encore plus clairement: «[souffrir] de ne pas avoir ce que l'autre a, parce que c'est l'autre qui l'a, et pas moi»²⁶. Or c'est précisément dans cette phrase toute simple que se trouve dévoilé l'aveu du *manque* et de la *blessure*, qui nous rapproche progressivement de ce qui pourrait bien constituer le fondement même de toute forme de souffrance.

Dans le même ordre d'idée, notons également que la vengeance consiste en «une réappropriation de la punition par les individus, comme si ceux-ci étaient les maîtres de la réparation à soi-même» (Ricœur, 2013, p. 29) — ce que l'on peut voir également comme une défense narcissique de l'ego. Elle vise alors à combler ou corriger ce qui est ressenti à la première personne comme une injustice ou une offense, c'est-à-dire là aussi un manque ou une blessure. Or c'est cette même dimension de la carence et du préjudice à laquelle nous nous heurtons lorsque nous faisons face à la réalité ou encore lorsque nous entrons dans la confrontation avec autrui. Cela n'est d'ailleurs pas sans raison que Paul Ricœur y souligne le lien avec la psychanalyse: «La description phénoménologique recoupe ici toute la problématique psychanalytique de l'objet perdu, dont Freud fait la théorie dans l'essai fameux intitulé *Deuil et Mélancolie*.» (Ricœur, 2013, p. 28)

²⁶ C'est ainsi que Paul Ricœur rapporte les mots de René Girard, philosophe et anthropologue français qui a formulé une étude sur le caractère mimétique du désir (Ricœur, 2013, p. 28).

Ceci nous amène pour un temps à mettre de côté le texte de Paul Ricœur, dont nous avons parcouru ensemble les deux premières parties, pour aborder à présent une dimension qui viendra éclairer notre étude d'une tout autre manière. Ces deux parties (formées par les deux axes proposés par l'auteur) ont brossé un tableau de la souffrance, formant une description phénoménologique qui nous a donné un fil conducteur que nous allons maintenant explorer point par point. Nous allons donc prolonger notre étude par une brève exploration du texte *Deuil et Mélancolie* de Freud (2016) qui nous amènera à examiner, dans une perspective perspective dynamique et intrapsychique, le lien existant entre la souffrance et les mécanismes de défense. Nous continuerons ensuite notre exploration en abordant la dimension adaptative de la souffrance, puis sa dimension totalisante, telle que reprise par les soins palliatifs et abordée dans certaines philosophies qui associent fondamentalement souffrance et ego. Enfin, nous aborderons dans notre prochain chapitre la dernière section du texte de Paul Ricœur, intitulée «Ce que la souffrance donne à penser» (2013, p. 29), et qui propose une ébauche herméneutique de la souffrance que nous mettrons en lien avec les théodicées.

2.2. Deuil et Mélancolie

Ce texte écrit en 1915, publié en 1917, figure parmi les cinq articles fondateurs de la métapsychologie. Freud (2016) y traite du deuil, vu comme le modèle non pathologique de la dépression. Sans entrer ici dans un commentaire approfondi de cet essai, il est intéressant de souligner brièvement comment la problématique psychanalytique de l'objet perdu recoupe précisément cette dimension de la souffrance que nous avons vue liée au manque et à la perte. Dans ce traité théorique, Freud définit le deuil comme «la réaction à la perte d'une personne aimée ou d'une abstraction venue occuper sa place comme la patrie, la liberté, un idéal, etc.».

Le rapprochement de la mélancolie et du deuil semble justifié par le tableau d'ensemble de ces deux états. De même les motifs qui les occasionnent sous l'effet des événements de la vie coïncident, là où, du moins, ils sont transparents.
(Freud, 2016, p. 82)

En détaillant ainsi les similitudes cliniques entre ces deux états, le fondateur de la psychanalyse mène son exploration autour de la dépression et des mécanismes qui

l'alimentent. Il le fait d'un point de vue phénoménologique via une description à laquelle il ajoute des interprétations métapsychologiques²⁷ que Freud nommera ensuite *dynamiques*, *économiques* et *topiques* (notons qu'à ce stade il s'agit seulement de la première topique : inconscient, préconscient, conscient — le modèle de la seconde topique : ça, moi et surmoi, ayant été ajouté plus tardivement en 1920 (Laplanche & Pontalis, 2007, p. 123-128, 238-239, 484-489). De notre côté, nous voyons surtout dans cette comparaison un intérêt majeur en lien avec le caractère *prototypique* qu'ont le deuil et la dépression lorsque nous les mettons en lien avec la souffrance — tous deux en étant des modèles typiques.

Freud aborde le sujet et décrit en ces termes les signes de la dépression, qu'il nomme alors « mélancolie »²⁸ selon la terminologie de son époque :

La mélancolie se caractérise d'un point de vue psychique par une altération de l'humeur profondément douloureuse, une suspension de l'intérêt pour le monde extérieur, la perte de la capacité d'aimer, l'inhibition de toute activité et l'abaissement du sentiment d'estime de soi qui s'exprime par des reproches et une calomnie contre soi-même et va jusqu'à l'attente délirante du châtime. Ce tableau est plus accessible à notre compréhension si nous considérons que le deuil présente les mêmes traits, à l'exception d'un seul ; la perturbation du sentiment d'estime de soi est dans son cas absent. Mais pour le reste, c'est la même chose. (Freud, 2016, p. 83)

À la lecture de ce passage, plusieurs éléments nous amènent à nous questionner. Le premier consiste à évaluer le bien-fondé de cette proposition qui affirme que lors du deuil, le sentiment d'estime de soi ne serait pas perturbé. Notre expérience clinique en suivi de deuil, aurait pourtant tendance à nous faire admettre que cela soit possible — mais peut-être est-ce déjà le signe d'un deuil qui s'annonce compliqué ou pathologique ? C'est sans doute ce que Freud souligne dans un passage antérieur, lorsqu'il note que « sous l'effet des mêmes circonstances apparaît, chez de nombreuses personnes que nous soupçonnons pour cette raison de dispositions morbides, à la place du deuil une mélancolie » (Freud, 2016, p. 82).

²⁷ Freud a forgé lui-même ce terme *méta-psychologie* en le calquant sur le mot *méta-physique* (Laplanche & Pontalis, 2007, 238-239).

²⁸ La manière de parler de la dépression était alors encore connoté de l'ancienne terminologie hippocratique héritée de la Grèce antique, postulant un excès de l'humeur de *bile noire*, soit littéralement *mélan-colie*, ou *atra-bile*, établissant déjà un lien entre tristesse et colère, vues comme deux manifestations de la souffrance.

De manière très propice, cette observation de Freud vient également faire résonner en nous ce que Paul Ricoeur avait souligné dans le texte précédent, c'est-à-dire comment la souffrance vient entraîner l'impuissance à s'estimer soi-même et comment l'indignité ressentie est alors indissociable de la souffrance vécue. Clinicien émérite, Freud décrit fort bien de quelle manière elle se manifeste :

Le mélancolique nous montre encore une chose qui fait défaut dans le deuil, un extraordinaire abaissement de son sentiment du moi, un formidable appauvrissement du moi. Dans le deuil, le monde est devenu pauvre et vide ; dans la mélancolie, c'est le moi lui-même. Le malade nous décrit son moi comme n'étant digne de rien, incapable d'aucune activité et moralement répréhensible, il se fait des reproches, s'injurie et attend bannissement et punition. Il se rabaisse devant tout un chacun, plaint chacun des siens d'être lié à une personne aussi indigne que la sienne. (Freud, 2016, p. 85-86)

Dans cette exploration des perspectives du mélancolique, nous identifions les thèmes de la culpabilité et de la punition, si typiques de la dépression que nous les retrouvons encore aujourd'hui dans les critères cliniques tirés du DSM-5 de l'Association Américaine de Psychiatrie (2015 & 2016). Par ailleurs, comme nous l'avons déjà souligné précédemment, ceci renforce la proximité entre culpabilité et attente de la punition, qui surviennent souvent mêlées à la souffrance, comme s'il s'agissait parfois de lui donner du sens. Notons que cette constatation consolide plus encore notre propension à considérer le trouble dépressif comme un *prototype* de souffrance²⁹. Pourtant, il apparaît plus clairement ici que cet état n'est pas seulement le fait d'une confusion émotionnelle, mais bien plus d'une réaction naturelle — au moins chez certaines personnes. Comme Freud le décrit très éloquemment :

Il serait tout aussi infructueux, d'un point de vue scientifique comme thérapeutique, de contredire le malade qui porte de telles accusations contre son moi. Il doit bien avoir raison d'une façon ou d'une autre et dépeindre quelque chose qui se présente ainsi qu'il lui paraît. Nous sommes bien obligés de confirmer immédiatement, sans restriction, quelques-unes de ses déclarations. Il est effectivement aussi vide de tout intérêt, aussi incapable d'amour et d'activité

²⁹ Alors que d'un point de vue mythologique, la crucifixion du Christ pourrait être vue comme son *archétype* (le mot *archétype* étant bien à prendre ici dans son sens antique et classique, et non pas jungien). Thème que nous explorerons plus en détails dans notre quatrième chapitre.

qu'il le dit. (...) Dans certaines de ses autres accusations qu'il porte contre lui-même, il nous semble pareillement avoir raison et percevoir la vérité avec plus d'acuité que d'autres qui ne sont pas mélancoliques. Lorsque, dans une surenchère d'autocritique, il se dépeint comme un homme mesquin, égoïste, dépourvu de sincérité, tributaire d'autrui, qui s'est toujours efforcé de dissimuler les faiblesses de son être, il pourrait bien s'être quelque peu approché de notre compréhension de la connaissance de soi et nous ne pouvons que nous demander pourquoi l'on doit commencer par tomber malade pour accéder à une telle vérité. (Freud, 2016, p. 86)

Si nous cédonc au plaisir de rapporter ce long passage in extenso — outre sa légèreté comique — c'est justement parce que s'y pose de manière aigüe la question de la réalité qui nous entoure, de son influence sur nous, ainsi que de la difficulté que nous avons parfois à la saisir. Précisons que ce qui est traduit ici dans le texte par « percevoir la vérité » (« *Wahrheit zu erfassen* », dans les mots mêmes de Freud, 1946, p. 432) peut aussi bien se comprendre comme *percevoir la réalité*. Cela est d'autant plus fondé qu'il s'agit en ce sens de nommer de façon juste et vraie ce qui est *réel*³⁰ pour le malade et ce qui est perçu comme tel par lui. Or c'est précisément dans ce drôle de paradoxe soulevé par Freud, que nous apparaît plus clairement le processus du souffrir.

Dans sa comparaison avec le deuil, Freud nous rappelle en effet que la dépression répond aux mêmes leviers que ce dernier. Dans le deuil, c'est la perte de la personne aimée, puis le manque surgissant ensuite qui fait souffrir l'endeuillé, entraînant ce que nous appelons communément le *travail*³¹ du deuil :

En quoi consiste alors le travail qu'effectue le deuil? Je crois qu'il n'y aura rien de forcé à le présenter de la manière qui suit : l'épreuve de réalité a montré que l'objet aimé n'existe plus et intime alors l'exigence de retirer toute libido des liens qui l'attachent à cet objet. (Freud, 2016, p. 84)

³⁰ Selon les acceptions, *Wahrheit* possède d'ailleurs également ce double sens de vérité et de réalité.

³¹ Le mot *travail* reprend ici le sens initial qu'il avait en ancien français, signifiant *souffrance* et dont l'étymologie provient vraisemblablement d'un instrument romain, le *tripalium* qui servait à immobiliser et à torturer les esclaves. C'est le même sens que nous trouvons aujourd'hui encore dans le *travail* de l'accouchement et c'est certainement une perspective que nous retrouvons également dans le *travail* thérapeutique qui, sans être une torture, peut néanmoins faire souffrir.

Ainsi, la réalité a changé autour de nous et nous souhaiterions qu'il en soit autrement. Notons que ce que Freud appelle ici *épreuve de réalité* ne semble pas faire consensus au sens de la communauté de ses lecteurs (Laplanche & Pontalis, 2007, p.140 & Leclaire & Scarfone, 2000, p.886). Notre compréhension de cette «épreuve de réalité» sera vue ici comme étant la manière qu'a la réalité de s'imposer à notre perception et parfois à entrer en conflit avec la représentation que nous en avons. Le processus qui s'en suit est alors analysé par Freud à travers une interprétation métapsychologique faisant la part belle à la dimension énergétique et à la résolution du conflit intérieur que cette perte a provoquée :

Une rébellion compréhensible s'élève contre cela. On peut observer d'une façon générale que l'homme n'abandonne guère volontiers une position libidinale, même lorsqu'un substitut lui fait déjà signe. (...) Ce qui est normal, c'est que le respect de la réalité reste vainqueur. Mais la tâche qui lui incombe ne peut être aussitôt accomplie. Elle est alors exécutée en détail avec une grande dépense de temps et d'énergie d'investissement et pendant ce temps l'existence de l'objet perdu se poursuit dans le psychisme. Chacun des souvenirs et des attentes dans lesquels la libido était liée à l'objet, est mobilisé, surinvesti et la dissolution de la libido s'effectue sur chacun. (Freud, 2016, p.84)

Il s'agit bien là de ce même *objet perdu* dont Ricœur nous a parlé en introduction de cette réflexion. Si nous ne nous attardons pas sur l'étude de la dimension énergétique propre à l'approche psychanalytique (qui n'est pas la nôtre), ce passage nous amène cependant à voir et à mieux comprendre comment la perte peut être progressivement accueillie, dissoute puis *assimilée* — processus qui mène normalement à l'acceptation progressive de la réalité telle qu'elle s'impose à nous. Comme nous l'avons lu plus haut, Freud l'exprime métaphoriquement comme la dissolution de la libido qui investissait l'objet perdu. Dans une approche et un langage différents, nous pourrions interpréter ce travail comme le redéploiement de l'intentionnalité qui a été meurtrie par la perte et la disparition de la personne qui nous était chère; ou encore comme l'harmonisation de la dissonance intérieure qui provient de la constatation que la personne que nous aimions a disparu, alors qu'elle est pourtant toujours présente en nous — et c'est précisément cette dissonance qui provoque notre souffrance. Ainsi, la représentation que nous avons de la réalité se heurte cruellement au mur de la perception que nous avons de cette même réalité. Et cette souffrance dure et perdue tant et aussi longtemps que nous ne sommes pas parvenus à en réduire l'écart par

une potentielle acceptation, éventuellement aboutie lors de la résolution du deuil — si notre représentation intérieure parvient à s'accommoder progressivement à la réalité. Alors la souffrance peut être amenée à refluer et même si certains moments rappellent encore le souvenir de la personne disparue, il devient possible de les symboliser et de rester en contact avec elle à un autre niveau, percevant sa présence d'une manière différente.

Mais retournons à nouveau sur le sujet de la dépression, et voyons maintenant avec Freud comment la souffrance liée à l'état dépressif peut être causée par le même phénomène que celui que nous avons considéré dans le deuil :

Appliquons maintenant à la mélancolie ce que nous avons appris du deuil. Il est manifeste que, dans une série de cas, elle peut être, elle aussi, une réaction à la perte d'un objet aimé ; dans d'autres circonstances déclenchantes, on peut reconnaître que la perte est de nature plus idéelle. (...) Nous serait ainsi suggéré de rapporter, d'une façon ou d'une autre, la mélancolie à une perte d'objet soustraite à la conscience, à la différence du deuil dans lequel rien de ce qui concerne la perte n'est inconscient. (Freud, 2016, p. 85)

En effet, si la perte est bien réelle dans ces deux tableaux, elle ne peut demeurer tout à fait inconsciente dans le deuil, alors que dans la dépression, elle peut au contraire rester majoritairement ignorée. Il est d'ailleurs interpellant de constater que même lorsque ce conflit est inconscient, la souffrance peut être ressentie sans même que nous sachions vraiment pourquoi nous la ressentons. Ce mécanisme pourrait nous renseigner sur le fondement et le sens de cette souffrance. Mais sans entrer dans cette exploration, Freud se questionne plutôt sur la cause de la baisse de l'estime de soi, qui n'apparaît que dans la dépression ou dans le deuil pathologique ; mais pas dans le deuil normal. Il nous l'explique ici en développant ce qui apparaît aujourd'hui comme une esquisse de sa deuxième topique :

(...) attardons nous un moment sur l'aperçu de la constitution du moi humain que nous donne l'affection du mélancolique. Nous voyons chez lui comment une partie du moi s'oppose à l'autre, l'évalue de façon critique, la prend pour ainsi dire pour objet. Ce que nous soupçonnions, à savoir que l'instance critique ici séparée du moi puisse aussi démontrer son autonomie dans d'autres circonstances, sera confirmé par toutes les observations ultérieures. Nous trouverons effectivement quelques raisons de séparer cette instance du reste du moi. Ce avec quoi nous faisons ici connaissance, c'est l'instance habituellement

appelée conscience morale, nous la compterons avec la censure de la conscience et l'épreuve de réalité au nombre des grandes institutions du moi et nous trouverons également quelque part les preuves qu'elle peut tomber malade en tant que telle. (Freud, 2016, p. 87-88)

C'est ici la première mention qui est faite du *surmoi* que Freud nommera ainsi un peu plus tard dans l'ouvrage *Le moi et le ça*, paru en 1923 (Laplanche & Pontalis, 2007, p. 471). Dans ce modèle aujourd'hui classique et qu'il est fréquent d'observer en clinique, le surmoi prend le moi comme objet, le juge et le critique, ce qui est à la source de la dépréciation ressentie par le sujet et qui mène éventuellement à la baisse de son estime de soi et à son sentiment d'indignité. Nous reviendrons plus précisément sur cette interaction entre souffrance et dignité dans la dernière partie de notre étude, en la basant sur les éléments qui vont suivre.

Comment Freud fait-il ensuite le lien entre la souffrance de la perte et la critique du moi par le surmoi, qui entraîne la baisse de l'estime de soi? Et bien, on voit qu'il s'emploie à décrire par un mécanisme bien singulier, l'extrapolation d'une situation particulière en une règle générale qui dès lors paraît bien discutable :

Une observation qui n'est somme toute pas difficile à faire amène alors à élucider la contradiction précédemment exposée. Si l'on écoute patiemment les accusations pléthoriques que s'adresse le mélancolique, on ne peut finalement se défendre de l'impression que les plus fortes d'entre elles ne correspondent souvent que très peu à sa personne propre, mais peuvent, avec de très légères modifications, s'adapter à une autre personne que le malade aime, a aimé ou devait aimer. Toutes les fois que l'on examine cet état de chose, il confirme cette supposition. Ainsi, on a donc en main les clefs du tableau clinique en reconnaissant que les reproches adressés à soi-même sont des reproches envers un objet d'amour, partis de celui-ci pour se reporter sur le moi propre. (Freud, 2016, p. 88)

Le manque ressenti par la perte de l'objet d'amour provoque de la souffrance chez la personne qui se sent alors délaissée. Et plutôt que de reconnaître cette perte à travers un sentiment de déception puis de reproche, il y aurait donc déplacement de ce reproche de la personne aimée vers la personne elle-même. Avant de présumer de la pertinence de cette comparaison, plusieurs éléments doivent être détaillés à ce stade. Notons d'abord que nous nous trouvons ici dans un cas de figure bien différent de celui du deuil, puisqu'il n'y a pas de

perte de la personne aimée. Il s'agit néanmoins d'une relation d'attachement, où la perte ne concerne pas tant la relation elle-même, mais l'une de ses composantes. L'objet réellement perdu est l'un des aspects qui nous relie à la personne aimée et auquel nous tenons profondément. Imaginons qu'il puisse s'agir par exemple d'un projet de vie, d'un idéal d'harmonie de couple qui soit remis en question par la dégradation de la relation à l'autre. C'est donc la perte de cet idéal qui mène à la déception envers l'autre, puis aux reproches qui ne peuvent être exprimés directement à son endroit. Nous pouvons sentir que la crainte que cela provoque la perte complète de la relation à l'autre puisse amener ces reproches à se retourner vers le moi plutôt que vers autrui. La manière avec laquelle Freud dépeint ensuite ce mécanisme paraît assez compliquée, bien que ce dernier prétende pourtant ne voir « aucune difficulté à reconstruire ce processus » :

Il y avait eu un choix d'objet, un lien de la libido à une personne déterminée; sous l'influence d'une offense ou d'une déception réelles de la part de la personne aimée, la relation d'objet s'est trouvée ébranlée. Le résultat ne fut pas celui, normal, d'un retrait de la libido de cet objet et d'un déplacement de celle-ci sur un nouvel objet, mais un autre qui semble exiger plusieurs conditions pour se réaliser. L'investissement d'objet s'est avéré peu résistant, il a été supprimé, mais la libido libérée n'a pas été déplacée sur un autre objet, mais fut retirée dans le moi. Elle n'y a pas trouvé n'importe quel emploi, mais a servi à établir une identification du moi à l'objet abandonné. L'ombre de l'objet se porta ainsi sur le moi qui peut alors être jugé par une instance particulière comme un objet, comme l'objet abandonné. De cette manière, la perte d'objet s'était transformée en une perte du moi, le conflit entre le moi et la personne aimée en une scission entre la critique du moi et le moi modifié par identification. (Freud, 2016, p. 89-90)

Même si cette métaphore semble complexe et alambiquée, soulignons l'intérêt que soulève la mention d'une « identification du moi à l'objet abandonné ». Nous ne sommes plus ici dans le deuil, c'est pourquoi Freud parle bien d'une « offense » ou d'une « déception » qui mène à la critique, puis à l'abandon de l'objet idéal. Or c'est bien justement cette identification antérieure à l'offense qui crée un lien d'attachement si unique entre la personne et l'objet auquel elle s'est attachée. Notons également qu'il s'agit d'un lien marqué par une disposition narcissique, puisqu'une partie de la personne fait elle-même partie de l'objet et y est assimilée — tout comme l'objet fait lui aussi partie de la personne. Il semble donc logique que lors de la perte de cet objet, une partie de la personne y soit perdue avec lui — ou plus

précisément, selon Freud, que lors de la critique et du jugement de cet objet, le moi soit jugé à sa place. Freud n'explique cependant pas clairement pourquoi le surmoi en viendrait à critiquer l'objet ainsi perdu, dès lors qu'il été identifié au moi. La dimension narcissique du processus peut bien laisser penser que cela soit dû à un dépit amoureux qui amène le surmoi à critiquer l'objet qui l'a déçu. Mais ne pouvant s'y résoudre, il en vient alors à critiquer la partie du moi qui s'est identifiée à l'objet. Si cette interprétation peut faire du sens dans sa logique interne, elle apparaît néanmoins partielle. En premier lieu, il semble en effet surprenant que le surmoi en tant qu'instance morale manifeste un tel saut d'humeur envers le moi sans raison préalable. Deuxièmement, si nous considérons que la critique morale puisse être justifiée lorsqu'elle vient comme un jugement secondaire à la perte d'intérêt par le moi envers le monde extérieur, cela ne rend cependant pas compte du mouvement primaire qui l'a constitué ni de l'analogie que nous avons explorée à l'instant dans le rapport au deuil.

Même si tout pointe en direction d'une fragilité narcissique à laquelle le surmoi réagit et contre laquelle il se défend, il nous faut admettre qu'il nous manque ici un lien qui permette de mieux comprendre comment cette baisse de l'estime de soi peut survenir de manière primaire, et plus spécifiquement dans la dépression ou le deuil pathologique, mais pas dans le deuil normal. Au contraire, si nous demeurons fermement attaché à interpréter d'abord ce qui se manifeste à nous, nous pouvons voir que cette identification entre la personne et l'objet porte déjà en elle une interpénétration des subjectivités. C'est-à-dire que lors de la perte de l'objet, comme nous l'avons vu précédemment, une partie de la personne est perdue avec lui. Cette fragilisation narcissique fait pleinement écho à ce que nous avons vu précédemment dans ce que Paul Ricoeur nous disait sur la mésestime de soi : « On peut parler ici d'un mouvement de réflexion allant de l'estime de quelque chose à l'estime de soi. » (Ricoeur, 2013, p. 23) Il y a donc bien comme un déplacement qui va de la perte de l'objet auquel nous étions attaché, vers la perte de l'estime de soi. Paul Ricoeur soulignait alors la confusion de notre perception, dans cette culpabilité ou cette honte qui se manifestent. Si dans certains cas cela est bien possible, nous pouvons y voir également un mouvement plus général qui vient, comme par écho, affaiblir l'estime que nous avons de nous-même lorsque la perte survient et que la souffrance s'invite. Tout cela, cependant, ne nous dit pas encore

exactement pourquoi le surmoi en vient à critiquer le moi, ou plutôt pour quelle raison la personne qui souffre en vient à voir son estime de soi faiblir à cause du blâme et de la culpabilité qu'elle se porte. Quel serait le lien avec l'identification à l'objet perdu?

Ancré dans notre approche, l'intuition nous pousse à considérer que la perte d'une partie du moi entraîne naturellement comme un vide, un manque, qui dépeuple et qui enlève des perspectives existentielles. La disposition narcissique liée à l'identification nous amène à identifier la blessure qui en découle. Si nous nous replaçons maintenant dans un cas de figure plus général, comme nous l'avons vu, c'est finalement précisément la perte et le manque qui en résulte qui provoquent le décalage entre la réalité et la représentation que nous avons de cette dernière, ceci incluant le vécu des liens relationnels, ce qui entraîne la souffrance. Et si nous regardons de plus près, nous entrevoyons maintenant à quel point toute forme de souffrance peut ainsi être vue comme causée par ce même décalage entre la réalité et nos souhaits ou nos attentes, portées par notre moi, et auquel ce dernier s'attache parfois au point d'y être identifié. Toute souffrance peut ainsi être vue comme une perte d'objet en lien avec le moi. Elle peut encore être comprise comme *l'écart entre ce que la réalité est et ce que je voudrais qu'elle soit*, plus particulièrement lorsqu'elle s'inscrit dans une durée et une temporalité.

Or les réactions à cette souffrance ne sont pas uniquement faites de culpabilité ou de honte. Comme nous l'avons vu également avec Paul Ricoeur, des expressions de victimisation ou de projection peuvent se manifester également conjointement ou à la place de cette baisse d'estime, en fonction des prédispositions propres à chaque personne. Nous réalisons mieux maintenant que dans son texte historique, Sigmund Freud s'inspire d'un cas de figure spécifique n'impliquant qu'un seul mécanisme de défense — le déplacement, amenant à contrer la crainte de la perte par le report de la culpabilité sur soi, tout en soulignant au passage l'importance et le rôle du moi dans ce mécanisme. Après cette étude, nous voyons également plus clairement comment Paul Ricoeur a lui aussi exploré dans son texte la même tendance au blâme et à la culpabilisation devant le non-sens de la souffrance, demeurant principalement sur le versant introjectif, et n'évoquant que brièvement le mouvement projectif. Il nous apparaît cependant maintenant qu'il s'agit d'un mouvement bien plus large

et plus complexe, qui implique au fond la diversité des manières avec lesquelles nous faisons face à la souffrance, d'abord en l'endurant, puis en mettant en place des mécanismes de défense et d'adaptation qui dépendent souvent de notre propre histoire ainsi que de nos failles et de nos sensibilités — ce que nous allons explorer brièvement maintenant.

2.3. Comment faire face à la souffrance ?

Les mécanismes de défense et d'adaptation font partie des concepts qui ont été fort étudiés durant la majeure partie du XX^e siècle et jusqu'au début du XXI^e. Esquissés par Freud lui-même dès ses premiers travaux, ils apparaissent de manière récurrente tout au long de son œuvre (Laplanche & Pontalis, 2007, p. 235), mais c'est surtout sa fille, Anna, qui les a établis comme l'un des thèmes importants de la psychanalyse en leur consacrant le livre *Le moi et les mécanismes de défense* en 1936 (Anna Freud, 2001). Il faut pourtant reconnaître aujourd'hui, comme le souligne Jean Bergeret dans son précieux recueil de *Psychologie Pathologique* (2012, p. 94), que ces derniers «ne bénéficient pas, en général, d'une très bonne réputation». Pour preuve, leur disparition de l'ouvrage de référence qu'est le DSM-5 (APA, 2015 & 2016), nous oblige à aller consulter la définition qu'en donnait la précédente version, le DSM-IV-TR :

Les mécanismes de défense (ou styles de coping) sont des processus psychologiques automatiques qui protègent l'individu de l'anxiété ou de la prise de conscience des dangers ou des facteurs de stress internes et externes. Les individus n'ont généralement pas conscience de ces processus lorsqu'ils sont à l'oeuvre. Les mécanismes de défense opèrent une médiation entre la réaction de l'individu aux conflits émotionnels et les facteurs de stress internes et externes. (APA, 2005, p. 930)

Nous n'avons pas l'ambition de reprendre ici une description complète de l'ensemble de ces mécanismes ni de les cataloguer. Notre ambition sera limitée à voir comment ces mécanismes de défense nous permettent de faire face à la souffrance. De toute manière, cette tâche nosographique semble s'apparenter à celle des Danaïdes, remplissant leur proverbial tonneau. Comme l'écrivent Henri Chabrol et Stacey Callahan, dans leur livre intitulé *Mécanismes de défense et coping* :

Il n'existe pas de consensus sur le nombre de mécanismes de défense : ainsi, Laplanche et Pontalis en décrivent 17, Bergeret, 25, Bibring et Valenstein, 43, etc.

L'affirmation de Schafer (1954) est toujours actuelle : « Il ne peut y avoir de listes "exactes" ou "complètes" de mécanismes de défense, mais seulement des listes variant dans leur exhaustivité, dans leur consistance théorique interne, et dans leur utilité pour ordonner l'observation clinique et les données de la recherche. » (Chabrol & Callahan, 2018, p. 29)

Anna Freud elle-même a soigneusement évité de se placer dans une perspective exhaustive ou systématique (Laplanche & Pontalis, 2007, p. 235), reconnaissant la difficulté à les classer et à les grouper pour en faire une présentation théorique. Notre objectif sera donc ici restreint à les mettre en lien avec notre étude sur la souffrance et nous tenterons seulement de considérer de quelle manière ils peuvent apporter un éclairage pertinent sur notre description du phénomène. Notons que le désir de cataloguer les mécanismes de défense repose sans doute sur l'ambition de bâtir une psychologie scientifique, plus objective et dominante. Comme le mentionnent Jean Laplanche et Jean-Bertrand Pontalis dans leur *Vocabulaire de la psychanalyse* (2007), « le terme "mécanisme" est utilisé d'emblée par Freud pour connoter le fait que les phénomènes psychiques présentent des agencements susceptibles d'une observation et d'une analyse scientifique. » (p. 234) La classification ainsi obtenue donne certainement l'espoir d'une maîtrise qui soit digne d'une nosographie, promettant d'expliquer et de prédire les processus psychiques internes, comme on le ferait pour les processus biologiques. Elle ne permet cependant qu'un sentiment de contrôle artificiel qui aboutit à des résultats inégaux, notamment à cause de leur complexité et leur subjectivité. Par ailleurs, pour parvenir à en établir une compréhension solide, peut-être faut-il nous poser en premier la question de savoir ce sur quoi ces mécanismes agissent.

Dans l'approche psychanalytique classique, les mécanismes de défense sont un concept « décrivant principalement les défenses inconscientes du moi face aux conflits intrapsychiques » (Chabrol & Callahan, 2018, p. 9) — ce que Anna Freud décrivait comme « la défense du moi contre les pulsions instinctuelles et les affects liés à ces pulsions » (p. 15). Si nous allons maintenant consulter le sens du mot « conflit psychique » dans le *Vocabulaire de la psychanalyse* (Laplanche & Pontalis, 2007, p. 90), nous y trouvons la description d'une « résistance, [qui] n'est elle-même que l'expression actuelle d'une défense intrasubjective

contre les représentations que Freud désigne comme inconciliables (*unverträglich*³²).» En nous laissant pénétrer de cette définition, nous réalisons que c'est peut-être le décalage entre la perception de la réalité et la représentation intérieure que nous en avons, qui provoque le conflit; qui à son tour engendrerait la souffrance.

Ainsi, «la psychanalyse considère le conflit comme constitutif de l'être humain et ceci dans diverses perspectives: conflit entre le désir et la défense, conflit entre les différents systèmes ou instances, conflits entre les pulsions, conflits œdipiens enfin» (Laplanche & Pontalis, 2007, p. 90). Or comme le mentionne également Thierry Bokanowski, psychanalyste français et spécialiste du traumatisme, «la *souffrance* (...) fait partie de la condition humaine. En relation avec tous les processus de développement, la souffrance désigne, et qualifie, l'aspect pénible du manque fondamental, générateur de la vie psychique» (2004, p. 1417). Ces deux visions qui rapprochent souffrance et conflit d'une manière frappante laissent à penser qu'il y a plus qu'un simple lien de cause à effet entre les deux phénomènes, mais que le conflit et la souffrance partagent finalement la même origine et la même nature. Nous serions d'ailleurs incliné à privilégier le mot conflit pour parler de ce qui demeure inconscient, et parler alternativement de souffrance lorsque le conflit parvient à notre conscience et nous permet d'identifier le mal.

Ceci nous amène finalement à considérer le conflit et la souffrance comme les deux facettes d'un même phénomène, tous deux constituant des données majeures de l'expérience humaine qui motivent effectivement la présence des mécanismes de défense qui permettent d'y faire face. Or notons que «s'il est relativement aisé de décrire [le conflit] dans ses modalités cliniques, il est plus difficile d'en donner une théorie métapsychologique. Tout au long de l'œuvre freudienne, le problème du fondement dernier du conflit a reçu des solutions différentes.» (Laplanche & Pontalis, 2007, p. 91) Ainsi, plutôt que de chercher à entrer dans une analyse fine des instances symboliques et métaphoriques qui interagissent dans les situations de conflit, il nous semble plus pertinent à ce stade de continuer à nous

³² *Unverträglich* signifiant littéralement: «indigeste», laisse imaginer un processus de résolution des conflits intrapsychiques se déroulant à la manière d'une assimilation métabolique.

approcher des manifestations du conflit intrapsychique et de la souffrance, lesquelles sont, nous le voyons, intrinsèquement reliées.

Reprenons maintenant le chemin que nous avons parcouru en tentant de le résumer quelque peu. Au commencement est donc l'écart entre la représentation intérieure et la perception de la réalité. Cette dissonance, ou plutôt cette *épreuve* entraîne alors le conflit, qui apparaît ainsi véritablement consubstantiel à la souffrance. Ce conflit, ou cette souffrance, se traduit alors dans des émotions et des affects qui sont donc d'abord endurés — et ce même s'ils ne sont pas ressentis consciemment —, puis lorsqu'ils parviennent au-delà de notre seuil de tolérance, ils provoquent l'apparition des mécanismes de défense qui visent à y faire face dans un effort de compromis plus ou moins heureux.

Notons à ce stade que depuis les travaux de Sigmund Freud et de sa fille Anna, plusieurs auteurs psychanalystes et psychodynamiciens sont venus moduler et ajouter à cette notion des *mécanismes de défense*, celle des *mécanismes de dégagements* :

E. Bibring et D. Lagache distinguent d'un côté les *mécanismes de défense*, automatiques, inconscients, sous la dépendance des processus primaires et dont le but demeure la réduction de la tension pulsionnelle et de l'angoisse qui en résulte, et d'un autre côté les *mécanismes de dégagement* régis par le processus secondaire (principe de réalité) visant aux aménagements des conditions internes du sujet en fonction d'une adaptation souple aux conditions externes et ne nécessitant pas un évitement quelconque de cette situation : par exemple le travail du deuil ou la familiarisation avec la situation anxiogène, autrement dit son intégration et son contrôle. (Bergeret, 2012, p. 95)

Laplanche et Pontalis (2007) précisent que ces derniers diffèrent des premiers en cela qu'ils «tendent à la réalisation des possibilités, fût-ce au prix d'une augmentation de tension», alors que les mécanismes de défense «n'ont pour fin que la réduction urgente des tensions internes» (p. 237). L'exemple du travail du deuil illustre justement comment ces mécanismes de dégagement peuvent faire progresser la résolution du conflit douloureux vers une résolution constructive. «La répétition des expériences pénibles sous le contrôle du moi permettrait une réduction ou assimilation progressive des tensions» (p. 237). Les mécanismes de dégagement deviennent ainsi des processus qui permettent d'assimiler progressivement

cette tension, au prix d'un déplacement de celle-ci. Il semble que ce sont justement ces mêmes processus fondamentaux qui sont mis en œuvre dans tout travail thérapeutique qui vise à défaire et soulager des traumatismes, lorsque ce dernier ne rencontre pas de résistances significatives.

Pour faire suite à cette constatation, se pose alors la question de déterminer si ces mécanismes de dégageant ont un caractère conscient ou inconscient. Et la réponse semble plus subtile que celle à laquelle nous pourrions nous attendre :

Daniel Lagache situe la notion de mécanisme de dégageant dans le cadre d'une opposition entre la conscience et le Moi : la conscience (Moi-sujet) peut s'identifier au Moi-objet, s'aliéner en lui (narcissisme) ou, au contraire, objectiver le Moi et par là s'en dégageant. (Laplanche & Pontalis 2007, p. 237)

Si nous n'explorons pas en détail toutes les ramifications d'une telle description, nous voyons comment elle laisse déjà entrevoir diverses possibilités de réaction à la souffrance et comment elle recoupe les deux attitudes que nous avons relevées dans l'étude phénoménologique de Paul Ricoeur : d'une part la tendance à la culpabilisation qui implique une forme d'introjection, et d'autre part la victimisation qui implique à l'inverse une projection narcissique. La question de la conscience que nous pouvons avoir de tels processus reste donc partagée selon la manière avec laquelle elle se déploie chez chacun. Si la conscience a déjà conscience d'une partie d'elle-même comme objet, elle parvient à s'en détacher et du même coup peut avoir conscience du mécanisme de dégageant à l'œuvre³³.

À la suite de l'établissement de ces premières notions dans la première moitié du XX^e siècle par les auteurs émanants de l'horizon psychanalytique, plusieurs chercheurs issus de la psychologie cognitive et comportementale ont à leur tour défini la notion de coping afin de mieux saisir l'ensemble de ces processus :

³³ Aller plus loin vers cette question de la conscience humaine, nous obligerait à faire l'étude de plusieurs textes marquants de la philosophie existentielle du XIX^e et du XX^e siècle qui portent sur le sujet, notamment *La philosophie de l'esprit* de Hegel (1867) et *L'être et le néant* de Jean-Paul Sartre (1943) — ce qui déborderait largement des limites de notre étude.

Le coping, mot anglais qui se traduit par «faire face à», est un concept relativement nouveau en psychologie. Le coping trouve ses racines dans l'étude des mécanismes de défense. C'est un nouveau mode pour décrire le comportement, et plus précisément la cognition, derrière les moyens utilisés pour faire face à une situation. (Chabrol & Callahan, 2018, p.16)

Nous retrouvons ici le terme qui avait été glissé discrètement dans la définition des mécanismes de défense du DSM-IV-TR. Notons que depuis l'apparition de ce concept en 1967, plusieurs auteurs se sont intéressés à la même question que nous, à savoir si les mécanismes de coping peuvent être conscients ou non. Comme nous l'avions souligné, les mécanismes de défense ont longtemps été considérés comme des processus inconscients et involontaires. Par la suite, les mécanismes de dégageant furent considérés de manière mixte: possiblement inconscients ou conscients. Enfin, les mécanismes de coping ont premièrement été définis comme des processus conscients et volontaires (p.17). Tout cela s'est cependant progressivement brouillé et au début du XXI^e siècle un débat s'est même installé qui vise à déterminer plus généralement si les mécanismes de défense et d'adaptation (au sens large) ont des caractères inconscients et involontaires ou non, et si oui, lesquels (p.18). Si ces luttes byzantines dépassent largement le cadre de notre recherche, nous pouvons noter ici le caractère fragile de telles constructions savantes qui cherchent à systématiser des notions qui sont, par définition même, d'une grande complexité et dont la mesure directe est également impossible par nature et donc probablement vouée à l'échec.

Il faut souligner que les mécanismes de défense ne sont que des concepts nécessairement réducteurs tentant de rendre compte de certains aspects complexes du fonctionnement psychique. Ionescu et al. (1997) soulignent que «le concept de mécanisme de défense est une abstraction théorique» (p. 24). Vaillant et Drake (1985) considéraient que «les mécanismes de défense sont après tout des métaphores; ce sont des moyens simples et rapides pour décrire différents styles cognitifs et modes de changer les réalités internes et externes» (p. 601). Il faut se garder de réifier les mécanismes de défense. Les tentatives de classification restent également insatisfaisantes. Elles ont un intérêt pédagogique et heuristique, mais demeurent en partie artificielles et réductrices, et parfois trompeuses. (Chabrol & Callahan, 2018, p. 29-30)

Reprenant à notre compte cette vision affirmant que «les mécanismes de défense sont avant tout des métaphores,» nous nous porterons à considérer tous ces mécanismes, qu'ils soient

de défense, de dégagement, d'adaptation ou de coping, non pas dans leur seul sens psychodynamique, cognitivo-comportemental ou biopsychosocial, mais dans un contexte plus large qui vise à répondre à la fois aux traumatismes, aux conflits intrapsychiques, aux affects, mais aussi à ce que l'on nomme couramment *le stress* ou aux difficultés à faire face aux situations de la vie, tout ce que nous venons à placer dans le continuum du spectre de la souffrance. Ces mécanismes seront alors vus comme des moyens de nous défendre contre, ou bien de faire face à cette souffrance, lorsque nous ne pouvons plus l'endurer.

En effet, reprenant les mots de Paul Ricoeur, notre compréhension de l'être humain repose notamment sur le fait qu'il soit un «être capable de subir, d'endurer la souffrance» (Ricoeur, 2013, p. 13). Comme nous l'avions dit du conflit intrapsychique tel que vu par la psychanalyse: notre propension à souffrir, mais également notre capacité à tolérer la souffrance jusqu'à un certain point, se trouve ainsi être une condition fondamentale et constitutive de notre humanité. C'est elle qui du même coup, nous donne également d'être sensible, d'être ouvert et de nous laisser toucher par la souffrance de l'autre. Nous pourrions tout autant y voir la marque d'être devenu un être humain *adulte*, c'est-à-dire comme son étymologie le suggère, d'avoir appris à *s'élever* un peu au-dessus de la souffrance et d'être devenu capable de la supporter jusqu'à une certaine limite. Bien sûr, cette limite est variable et dépend d'une multitude de facteurs, propres à l'existence de chacun et chacune. Les diverses sensibilités liées à notre biologie, mais aussi aux événements de l'enfance, aux traumatismes que nous avons vécus, viennent moduler notre capacité à endurer la souffrance qui nous assaille sous toutes ses formes. C'est alors que se mettent en place les mécanismes que nous avons considérés, défenses, adaptation et coping, qui nous aident à y faire face.

Il nous faut d'ailleurs rappeler brièvement le lien entre ces mécanismes qui nous permettent de nous défendre, de nous adapter ou de faire face à la souffrance, et les caractéristiques mêmes qui forgent notre personnalité dans notre enfance, puis tout au long de notre vie. Si ce lien développemental a été posé de longue date dans les approches psychodynamiques, il n'a été étudié que plus récemment pour les stratégies de coping dans les approches cognitives et comportementales (Chabrol & Callahan, 2018, p. 23). Nous n'aurons pas la possibilité de rapporter ici en détail la manière dont la sélection de ces mécanismes procède

dans la construction de la personnalité, en lien avec notre biologie et à travers les différentes expériences émotionnelles et les traumatismes que la vie nous amène — ce point étant amplement débattu et sortant largement de notre sujet d'étude. Il est cependant intéressant de souligner que, quelle que soit la manière de l'exprimer et quel que soit l'horizon théorique, les mécanismes de défense et les stratégies de coping ont partout été associés à des traits, à des styles, à des types ou à des structures de personnalité spécifiques. Ainsi, depuis les travaux de Anna Freud (2001) et de Mélanie Klein (1980), il est également communément admis dans les perspectives développementales que c'est par la répétition, l'incrustation et la rigidification de ces mécanismes que les troubles de personnalité se manifestent et s'installent (Bergeret, 2012). C'est également de la même manière que les tenants des théories de l'attachement ont eu de voir en la *base de sécurité* et par l'exemple fourni par le dispensateur de soins à l'enfant, le moyen pour ce dernier d'apprendre et de développer les stratégies les plus adaptées pour faire face aux situations de stress, d'anxiété et de souffrance (Bowlby, 2002; Fonagy, Gergely, Jurist & Target, 2002; Debbané, 2018, p. 49).

Afin d'être un peu plus concret, nommons ici quelques-uns de ces mécanismes de défense. La liste nous a été soufflée par l'excellent ouvrage d'Henri Chabrol et Stacey Callahan (2018), intitulé *Mécanismes de défense et coping*. Nous y trouvons une série de 31 mécanismes ordonnés depuis les plus matures vers les plus immatures :

L'humour, la sublimation, l'anticipation, la répression, l'altruisme, l'auto-observation, l'affiliation ou la capacité de recours à autrui, l'affirmation de soi par l'expression des sentiments, le refoulement, le déplacement, la formation réactionnelle, l'annulation, l'isolation, la dissociation, l'intellectualisation, l'idéalisation, la dépréciation, l'omnipotence, les défenses narcissiques et la personnalité narcissique, le déni, la projection, la rationalisation, le clivage, l'identification projective, la rêverie autistique, le passage à l'acte, le retrait apathique, la plainte associant demande d'aide et son rejet, l'agression passive, la projection délirante, le déni psychotique et la distorsion psychotique.
(Chabrol & Callahan, 2018, chapitres 1 et 2)

Comme nous l'avons vu, aussi imparfaite soit-elle, cette liste peut néanmoins devenir pour nous un support de la pensée qui nous aide à mieux en saisir le sens et surtout, d'un point de vue clinique, nous aide à les identifier.

Les mécanismes de dégageant et les mécanismes de coping n'ont pas en eux-mêmes de liste bien définie qui puisse s'apparenter à celle des mécanismes de défense. Organisés plutôt en famille qu'en catégories, les définitions qui les caractérisent demeurent très larges et fluides (Chabrol & Callahan, 2018, p.194). Elles recouvrent en effet toute forme d'action, de réaction, de stratégie ou de comportement qui vise à pallier les effets désagréables de la souffrance, dans le sens le plus étendu. Il est d'ailleurs frappant de souligner la proximité existant entre certains mécanismes de défense les plus matures — comme l'anticipation, l'auto-observation ou encore la capacité à faire appel à autrui — que nous serions tenté de désigner tout autant comme des mécanismes de coping³⁴.

Précisons enfin, pour clore cette section, que les mécanismes de défense, d'adaptation, de dégageant ou de coping ne sont, bien sûr, pas toujours adaptés aux situations auxquelles ils répondent. Et même dans le cas où ils sont adaptés, ils peuvent à leur tour engendrer une souffrance secondaire, qui peut elle aussi entraîner d'autres mécanismes de défense ou d'adaptation. Ces déplacements successifs mènent souvent à une réduction de la souffrance ressentie et subie qui devient alors relativement plus facile à endurer ou à tolérer que ne l'était la souffrance primaire — sans qu'il y ait forcément de limite théorique à ces itérations. Le travail clinique de psychothérapie mène souvent à examiner ces mécanismes les uns après les autres pour remonter jusqu'à la souffrance qui leur a donné naissance et aller ainsi vers les couches successives et mélangées des souffrances accumulées.

Mais tout ceci nous amène à progresser maintenant vers une question corollaire à laquelle nous n'avons pas l'ambition de donner une réponse définitive, mais qu'un éclairage différent viendra peut-être informer et faire ainsi progresser notre compréhension.

³⁴ Certains auteurs proposent ainsi de catégoriser les mécanismes qui pourraient alternativement être vus comme défense ou comme coping, à partir leur nature inconsciente ou consciente — procédé considéré comme tout a fait inadéquat par Chabrol et Callahan (p. 32-33).

2.4. La souffrance, pourquoi ça fait mal?

Comme nous l'avons vu jusqu'ici, la souffrance peut-être considérée de bien des manières et selon des perspectives qui apportent chacune une facette différente. Que ce soit selon son impact sur nos relations, la réduction de notre puissance d'agir, la dimension du pâtir, le conflit intrapsychique, l'écart entre représentation et perception de la réalité, les conséquences qui se manifestent à travers les affects, les émotions, les mécanismes de défense et d'adaptation; nous avons passé en revue plusieurs façons de nommer et de décrire ce qui se passe lorsque l'on souffre. Il demeure cependant une question essentielle, et pourtant bien naïve, que nous n'avons pas évoquée jusqu'à présent: si, comme nous l'avons identifié précédemment, la souffrance provient au fond de l'écart entre la réalité et la représentation que nous en avons, pourquoi le phénomène est-il si désagréable?

Notons qu'en 1915, Sigmund Freud se pose la même question, sans chercher vraiment tout à fait à y répondre:

La raison pour laquelle cette activité de compromis, l'exécution en détail de l'injonction de réalité, est si extraordinairement douloureuse n'est guère facile à indiquer par une justification économique. Il est curieux que ce déplaisir de la douleur nous semble aller de soi. (Freud, 2016, p.84)

C'est en effet un phénomène étrange, mais il s'agit surtout d'une question très phénoménologique qui souligne le caractère unique de Sigmund Freud, ainsi que sa manière de voir le monde, questionnant à nouveaux frais les détails anodins et les évidences banales. Observons au passage que pour Freud, c'est le travail de deuil qui serait douloureux en lui-même, alors que comme nous l'avons considéré précédemment à travers le conflit, il semble plus naturel et logique que cette sensation pénible naisse de l'écart entre perception et représentation de la réalité. Il est en effet plus cohérent que la souffrance, ainsi née de l'écart, soit antérieure au travail qui vise à réduire cet écart. Elle se prolonge alors durant ce travail, en lien avec les mécanismes pouvant se mettre en place pour y répondre, déplacer ou atténuer la souffrance, et ce jusqu'à réduction partielle ou complète de cet écart. Mais si ce processus, que nous pourrions qualifier de naturel, vise simplement à nous remettre en harmonie avec la réalité qui nous entoure, comment comprendre la présence de cette

sensation si désagréable? Peut-être s'agit-il de la manière qu'à la nature de nous obliger à y faire face sans pouvoir totalement nous y dérober? Si nous acceptons d'adopter pour un temps une autre perspective sur la souffrance, nous pouvons faire appel à une vision biologique et évolutionniste pour l'éclairer à partir de ce que nous savons de sa cousine: la douleur.

Dans leur livre, *Le défi de la douleur*, Ronald Melzack et Patrick D. Wall (1982) — l'un psychologue et chercheur montréalais, l'autre neurologue et biologiste anglais — tout deux co-auteurs de la théorie du portillon —, résument très clairement le rôle qu'à la douleur dans notre biologie, mais aussi plus largement sa place et sa contribution dans la survie de notre espèce selon une perspective évolutionniste:

La douleur peut répondre à trois objectifs. D'abord, *avant* une blessure grave, lorsque par exemple nous saisissons ou foulons des objets chauds, pointus ou susceptibles de blesser, l'apparition de la douleur contribue à la survie: elle provoque un mouvement de retrait immédiat, ou toute autre démarche visant à empêcher une blessure ultérieure. En second lieu, les douleurs prévenant une lésion future sont fondamentales pour apprendre à éviter à l'avenir les situations ou les objets nocifs. Plus le cerveau de l'animal est évolué, plus l'apprentissage est facile et applicable à d'autres situations. (...) Troisièmement, les douleurs provenant d'articulations endommagées, d'infections abdominales, de maladies ou de blessures graves limitent l'activité et imposent l'inaction et le repos, conditions souvent essentielles à l'efficacité des mécanismes naturels de récupération et de lutte contre la maladie qui assurent la guérison et la survie. (Melzack & Wall, 1982, p. 11)

Ainsi, la douleur nous donne un avantage concurrentiel dans la compétition pour la survie et nous permet de mieux nous adapter à notre environnement. Cette constatation a été faite de longue date et il n'est pas difficile de voir comment notre espèce a été façonnée, génération après génération, héritant ce trait adaptatif de nos ancêtres primates qui l'ont eux-mêmes hérité de l'ancêtre de l'ensemble des vertébrés³⁵. Aussi pénible et désagréable que puisse être cette caractéristique que nous partageons avec une bonne partie du monde animal, nous pouvons comprendre aisément l'avantage qu'il nous procure. Au contraire, les

³⁵ Le fait de savoir si les invertébrés ressentent ou non de la douleur est cependant encore une question discutée et largement débattue au sein de la communauté scientifique (Elwood, 2011).

rare êtres humains qui ne peuvent ressentir aucune douleur nous montrent d'une manière déchirante comment il est dramatique de ne pas posséder ce trait :

Les personnes privées dès la naissance de la capacité de ressentir la douleur sont des témoins convainquants de l'utilité de celle-ci. La plupart d'entre elles sont victimes de brûlures graves, de contusions et de lacérations considérables pendant l'enfance ; il leur arrive de se mordre profondément la langue en mastiquant et elles n'apprennent qu'avec difficulté à éviter de s'infliger des blessures graves. Le fait de n'avoir ressenti aucune des profondes douleurs abdominales qui accompagnent généralement la rupture de l'appendice a failli être fatal à l'une d'entre elles. Une autre a continué de marcher sur sa jambe fracturée jusqu'à ce que l'os se casse complètement. (Melzack & Wall, 1982, p. 4)

Ainsi l'espérance de vie des personnes atteintes d'insensibilité congénitale à la douleur est sensiblement plus courte que la normale. En l'absence de signaux d'alerte, des maladies infectieuses banales peuvent mettre rapidement en danger la vie de ces personnes, l'enfance devient une période particulièrement dangereuse à cause des multiples contusions et des blessures qui ne manquent pas de s'y produire. Il manque aussi à ces personnes « les réactions normales qui préviennent l'inflammation des jointures, comme celles permettant d'équilibrer le poids du corps en position debout, de se retourner pendant le sommeil, ou encore d'éviter certaines postures néfastes » (p. 4). L'absence de ces mécanismes, dont nous n'avons souvent même pas conscience tellement nous les tenons pour acquis, débouche sur le manque de repos puis l'usure prématurée des tissus endommagés :

Les tissus morts ou en voie de nécrose constituent un bouillon de culture parfait pour les bactéries et deviennent un site idéal pour le développement des infections. La circulation sanguine étant entravée par ces lésions, les tissus sont de ce fait même privés des mécanismes de défense de l'organisme. L'infection peut donc se propager jusqu'à l'os et éventuellement jusqu'à la moelle, déclenchant ainsi une ostéomyélite là où les antibiotiques, même les plus puissants, sont incapables de s'infiltrer par la circulation sanguine. (Melzack & Wall, 1982, p. 5)

Ceci entraîne souvent le décès prématuré de ces personnes, suite à des infections généralisées, malheureusement impossibles à contrôler. Ce tableau épouvantable finit de nous faire comprendre à quel point les mécanismes biologiques qui commandent à la douleur physique sont paradoxalement adaptatifs et particulièrement utiles à notre survie,

précisément grâce à leur caractère aversif et désagréable. Lorsqu'ils surviennent au bon moment, ils nous permettent d'éviter les blessures les plus graves et dans bien des cas de maladie ou de lésions, ils nous forcent à l'arrêt pour prendre soin de notre corps et éviter ainsi de le dégrader davantage. C'est par leur caractère nociceptif même que nous nous trouvons obligé d'interrompre nos activités et nos mouvements, de nous reposer ou encore de changer notre manière de marcher, de faire les choses, jusqu'au rétablissement — lorsque celui-ci est possible. Cette perspective tirée de l'approche évolutionniste nous donne ainsi de voir la douleur comme un signal adaptatif essentiel à la survie de notre espèce; un trait qui a donc été favorisé au fil des générations pour son utilité et sa capacité à augmenter nos chances de survie, au moins jusqu'à la période critique de la reproduction.

Or si tout ceci se comprend bien à l'échelle de l'espèce, il nous faut reconnaître que cela n'est cependant pas toujours vérifié à l'échelle d'un individu. Comme dans toute règle en biologie de l'évolution, il existe des exceptions et des anomalies dont certaines sont parfois si fréquentes et choquantes qu'elles en viennent à nous faire douter de la norme. Patrick Wall et Ronald Melzack (1982) le décrivent clairement et avec force détails dans leur ouvrage sur la douleur :

Par contre, certaines douleurs n'ont aucune fin utile, comme celles résultant de l'avulsion du plexus brachial ou de l'amputation d'un membre. Le sujet privé d'une jambe à cause d'un problème circulatoire peut être affligé pendant des années, voire jusqu'à la fin de sa vie, d'atroces douleurs reliées au membre fantôme (alghallucinose), et ce sans en tirer aucun avantage. Les douleurs de cette nature constituent un problème en soi. Il ne s'agit plus ici du symptôme d'une maladie, mais bien d'un syndrome médical grave, qui mérite une attention toute particulière. La douleur chronique peut même nuire à la survie: elle peut être si terrible, si épouvantable, que les victimes préféreraient la mort à la perspective d'une souffrance éternelle. Le recours au suicide n'est pas rare chez les sujets en proie à des douleurs prolongées et incurables. Dans ces cas-là, la douleur ne répond à aucun objectif biologique. C'est un peu comme si un mécanisme normal d'adaptation s'était enrayé, nécessitant isolement, contention et traitement. (Melzack & Wall, 1982, p. 11)

Nous pouvons en effet constater que de telles douleurs similaires dans leur intensité, comme celles provoquées par le cancer, ne sont pas toujours utiles. Parfois silencieuses alors que la tumeur grossit et se répand en métastases, elles deviennent souvent insupportables lorsqu'il

est trop tard pour sauver le malade. Cependant, même si cette constatation vient remettre en question l'utilité absolue que nous aimerions attribuer à la douleur, elle ne remet pas en cause son caractère adaptatif à l'échelle de l'espèce et dans les situations les plus courantes. Car il s'agit là d'un épiphénomène qui ne vient pourtant pas diminuer l'avantage évolutif qu'il procure sur le très long terme. La douleur physique, vue comme un caractère biologique sélectionné et maintenu par l'évolution naturelle des traits, favorise effectivement la survie et la reproduction des espèces qui le possèdent — ce qui justifie pleinement sa présence au sein de cet équilibre écologique actuel.

Mais revenons maintenant à la souffrance et essayons de faire un parallèle de la même nature, à partir de ce que nous avons observé à propos de la douleur. Rappelons ici les trois objectifs auxquels cette dernière peut répondre en les réordonnant (Melzack & Wall, 1982, p. 11): premièrement, il s'agit d'arrêter, d'éviter d'augmenter ou d'aggraver une blessure qui vient de se produire, par un geste de retrait; deuxièmement, il s'agit de favoriser le temps de la récupération ou de la réparation pour une partie du corps ayant subi une blessure ou une lésion; troisièmement, il s'agit de prévenir le risque d'une nouvelle blessure par l'aversion à la sensation douloureuse elle-même. Plus généralement, la douleur permet donc d'éviter la détérioration de notre corps à travers un signal d'alerte. Bien sûr, il est vrai que le phénomène de la souffrance est bien plus complexe que celui de la douleur, d'abord car il s'inscrit dans une temporalité, mais surtout parce qu'il implique l'être tout entier dans sa perspective existentielle. Nous pouvons cependant identifier comment il répond à des situations qui apparaissent similaires à celles de la douleur. Pour se faire, il nous faut continuer à envisager ici la souffrance comme l'écart entre la réalité perçue et la représentation que nous en avons. Il devient alors manifeste que la souffrance peut elle aussi agir comme un signal qui peut nous alerter de cet écart et peut également nous amener à tenter de le réduire. Il s'agit de plus d'un signal que nous ne pouvons ignorer: sa nature envahissante, aversive et désagréable nous oblige naturellement à y réagir.

Examinons maintenant plus en détail ce qui rend ce mécanisme vraiment adaptatif. Reconnaissons d'abord que l'adaptation et l'ajustement à la réalité qui nous entoure sont manifestement des facteurs déterminants qui participent d'une manière évidente à la survie

de notre espèce. C'est grâce à l'adéquation que nous avons au milieu dans lequel nous vivons que nous sommes à même de prendre les meilleures décisions pour nous-même et pour nos proches. Il s'agit littéralement de la définition même de l'adaptation³⁶ que d'essayer d'être et de rester ajusté à notre environnement — non seulement d'un point de vue biologique, mais également du point de vue de la compréhension de ce qui nous entoure et de l'intentionnalité qui nous pousse à y agir. Mentionnons ici que nous ne sommes certainement pas les seuls animaux vivants dotés de ce trait. Il paraît ainsi intuitif que, comme la plupart des mammifères dotés d'une conscience et d'un cortex cérébral, nous ayons hérité ce trait d'un ancêtre commun, ce qui rend d'autant plus tangible (s'il en était besoin) le concept d'une souffrance animale appuyée sur des émotions et dépassant largement le seul cadre de la douleur physique.

Par ailleurs, si nous observons comment nos affects, nos émotions, puis les mécanismes d'adaptation que nous avons considérés un peu plus haut nous font répondre à cette souffrance, il devient alors flagrant que c'est l'ensemble de ce processus qui peut nous pousser à mieux nous ajuster à la réalité qui nous entoure. Comme pour la douleur, cet ajustement peut se produire de différentes manières: dans certains cas par un retrait qui nous donne le temps de nous y adapter, dans d'autres cas par un répit temporaire, un repos qui nous évite un épuisement face aux difficultés qui nous font souffrir, ainsi que par l'évitement des situations déjà vécues comme souffrantes. Nous retrouvons ainsi les considérations similaires à celles que nous avons identifiées pour la douleur physique. Prolongeant cette comparaison, nous pouvons encore remarquer qu'à l'échelle de l'individu, ce mécanisme n'est pas toujours adaptatif lui non plus. Comme les douleurs physiques, de nombreuses souffrances sont malgré tout inévitables et insolubles. Que nous sert-il alors de subir un signal pénible qui nous rappelle en permanence la cruelle vérité? Des mécanismes de défense que nous avons considérés dans la section précédente, plusieurs d'entre eux, notamment le déni et la distorsion psychotique, sont le signe d'une inadaptation analogue à celle des personnes qui ne ressentent jamais aucune douleur physique. La déformation ou la construction d'une réalité parallèle — lorsqu'elle est permanente — mène ultimement à la

³⁶ Le dictionnaire le Robert donne cette définition de l'*adaptation*: « Appropriation d'un organisme aux conditions internes et externes de l'existence, permettant à cet organisme de durer et de se reproduire. »

solitude et à la ruine. Au contraire, d'autres mécanismes lorsqu'ils sont de nature temporaire, comme le refoulement, le déni névrotique, l'isolation des affects — et même la dissociation —, permettent de se couper d'une souffrance qui serait trop intense et paralysante, sans vraiment la ressentir sur le coup. On pourrait dès lors penser que cela se joue de la même manière et au même titre que certaines douleurs liées à des blessures graves (doigts ou membres sectionnés, lacérations cutanées, fracturations osseuses), qui dans plus d'un tiers des cas ne sont absolument pas ressenties « jusqu'à plusieurs minutes, même plusieurs heures après l'accident » (Wall & Melzack, 1982, p. 7).

Ainsi malgré des situations individuelles qui tendent parfois à nous faire croire l'inverse, la souffrance, lorsqu'elle est vue comme un processus évolutif à l'échelle de l'espèce, peut nous permettre d'éviter de demeurer en décalage avec la réalité qui nous entoure. Notons par ailleurs, combien il est frappant de constater l'unité du fonctionnement de notre cerveau à exécuter ce processus, que ce soit à travers la douleur, en nous poussant à nous ajuster à ce qui risque de nous menacer physiquement, ou bien à travers la souffrance, en nous adaptant à la réalité qui nous entoure. Constatation qui nous amène, s'il le fallait encore, à souligner l'indivisibilité et la cohésion des expériences que nous nommons alternativement *somatiques* ou *psychiques*, mais qui sont pourtant ultimement de même nature. Ceci met également en évidence le caractère global de la souffrance, vue comme un phénomène qui concerne absolument l'ensemble de notre existence.

2.5. Le rôle des émotions face à la souffrance

À la suite de cette réflexion, il apparaît maintenant plus clairement à notre attention que ce sont les émotions qui sont le principal et le premier vecteur de cette adaptation à la réalité. Comme l'étymologie nous le suggère, ce sont elles qui nous mettent en mouvement et nous permettent de nous ajuster aux événements qui surviennent. Observons en particulier les émotions négatives, produites en réaction à toute forme de souffrance ou de blessure intérieure. Elles se rangent principalement en deux catégories: premièrement celles qui répondent à une souffrance passée ou présente, que nous ressentons pour nous même ou pour quelqu'un d'autre et qui vient encore nous blesser dans l'instant présent; deuxièmement celles qui viennent en anticipation à une souffrance à venir, dont nous avons

déjà fait l'expérience par nous-même, ou à travers le vécu de quelqu'un d'autre, et que nous désirons généralement éviter de subir de nouveau.

Rappelons qu'il est fréquent dans la recherche sur le sujet d'identifier cinq ou six émotions primaires, dites *de base* (Ekman & Davidson, 1994). Outre la *joie*, qui est vue comme regroupant toutes les émotions positives et généralement agréables, nous trouvons communément les émotions dites *négatives*: de *tristesse*, de *colère*, de *peur* et de *dégoût* (selon les auteurs, nous y trouvons parfois ajoutés la *surprise* et le *vide*). Nous n'entrerons pas ici dans l'étude détaillée de ces émotions ni de leurs mécanismes — sujet ayant animé une intense recherche scientifique en psychologie depuis plus d'un siècle. Mentionnons cependant qu'elles sont naturellement liées aux joies et aux peines que nous vivons et qu'elles en sont même souvent vues comme les médiateurs.

Si nous cherchons maintenant à identifier plus précisément quelles émotions nous amènent à réagir à l'une ou à l'autre de ces situations, nous pouvons aisément distinguer que les émotions de *tristesse* et de *colère* nous viennent en réponse à une souffrance ressentie de manière vive *dans le présent* et ce même si elle trouve son origine dans le passé; alors que les émotions de *peur* et de *dégoût* visent plutôt à nous faire éviter une blessure dont nous avons déjà fait l'expérience par nous même ou bien via l'expérience d'autrui, et que nous voyons à risque de survenir *dans le futur*.

Précisons à nouveau que les répercussions de la souffrance sont certainement plus larges et plus complexes que les seuls gestes de retrait, les temps de repos ou les mouvements d'évitement que nous accomplissons face à la douleur physique. Il nous faut pourtant reconnaître que les émotions primaires que nous ressentons face à l'une ou à l'autre sont étonnamment similaires. La peur et le dégoût sont ainsi les principales émotions qui servent d'esquive à la souffrance, l'une dans l'action, l'autre dans la passivité. Elles sont à ce titre de la même nature que celles que nous vivons lorsque nous tentons d'éviter la douleur physique, en cas de menace corporelle ou de risque d'intoxication alimentaire. Par ailleurs une fois la blessure subie, notre réponse émotionnelle s'exprime alors à travers toutes les émotions faisant partie du spectre de la colère ou de celui de la tristesse, selon notre degré

d'impuissance face à la souffrance ou au contraire selon notre capacité à y réagir. La colère apparaît comme l'émotion qui porte en nous cette action, comme l'est le geste qui nous fait brusquement retirer notre main au contact du feu. Il s'agit à la fois d'une action de repoussement, d'un geste qui pose des limites et qui peut ainsi venir empêcher les abus. Tout comme la peur, elle est associée au système nerveux sympathique qui nous active et nous rend plus vigilant. La tristesse, au contraire, est l'émotion qui nous amène spontanément vers l'inaction, le découragement, la résignation et donc incidemment le repos. Au même titre que le dégoût, elle est portée par le système nerveux parasympathique qui nous ralentit et nous amène au calme. Ainsi, selon qu'il est orienté par la colère ou bien par la tristesse, par la peur ou par le dégoût, notre vécu de la souffrance exprime notre capacité à l'affrontement ou à l'acceptation, à l'action ou à la résignation. Colère et peur sont les émotions de l'action, alors que tristesse et dégoût sont les émotions de la passivité. Colère et tristesse se conjuguent au présent, alors que peur et dégoût se déclinent au futur.

Nous comprenons maintenant plus clairement comment, dans la dépression, ce qui se vit nous amène à vivre alternativement, ou même simultanément, colère et tristesse, désir de changer ce qui nous entoure dans l'agressivité, ou bien déprime et accablement. Cependant, là où réside une distinction plus nette entre souffrance et douleur vient dans l'étendue des possibilités que nous avons parfois d'agir sur la réalité qui nous entoure, pour la transformer et la faire rejoindre notre représentation intérieure. En effet, alors que notre capacité naturelle à agir sur la douleur est extrêmement limitée (hormis les gestes de retrait, de combat et de nos jours la prise d'antalgiques), il nous est au contraire possible d'intervenir de manière plus large et plus subtile sur la réalité qui nous entoure pour la modifier et venir ainsi amoindrir nos souffrances. En d'autres termes, si la souffrance vient réduire notre puissance d'agir, l'agir est aussi ce qui nous permet de réduire notre souffrance. Notons que cet *agir* signifie et recouvre aussi bien ce qui se traduit dans une action explicite, mais également ce qui se passe parfois de façon invisible et intérieure, par exemple lors du *travail* du deuil (vu comme un mécanisme de dégagement). Ceci nous rappelle ainsi les mots de Paul Ricœur, «un degré minime d'agir s'incorpore ainsi à la passivité du souffrir.» (2013, p. 21)

Et s'il s'agit donc bien d'un écart qui est à la source de toute souffrance et qui est à la racine du mal que nous ressentons — un écart entre la réalité et la représentation intérieure que nous en avons —, c'est qu'il nous est donc possible de combler cet écart au moins de deux manières: soit en transformant la réalité pour la faire correspondre à notre désir, ou bien en altérant notre désir pour le faire s'accorder à la réalité, et bien-sûr par la combinaison des deux en faisant alors se rapprocher l'un de l'autre dans une tentative de compromis. Cette dualité est fondamentale et a été nommée de longue date chez des auteurs antiques tels que les stoïciens (Rempel, 2014). Cela n'a donc rien de surprenant si nous la retrouvons aujourd'hui sous une forme particulière dans la célèbre *prière de la sérénité* qui rassemble en quelques vers les deux grandes attitudes que nous pouvons adopter face à ce qui nous fait souffrir:

Dieu, donne-nous la grâce d'accepter avec sérénité
les choses qui ne peuvent être changées,
le courage de changer celles qui devraient l'être,
et la sagesse de les distinguer l'une de l'autre³⁷.

Dans sa forme originale:

Father, give us courage to change what must be altered,
serenity to accept what cannot be helped,
and the insight to know the one from the other.

Cette courte formule est utilisée quotidiennement par les groupes de soutien *Alcooliques Anonymes* (Prière de la sérénité, 2021). Notons que ce passage a été extrait d'une prière originellement écrite par un pasteur et théologien américain nommé Reinhold Niebuhr en 1943 (Miller, & Plants, 2014). Elle fut ensuite reprise par les co-fondateurs du mouvement des Alcooliques Anonymes (AA), généralement appelés «Bill W.» et «Dr Bob», qui l'adoptèrent et l'intégrèrent à leurs modèles de réunions de soutien. Elle est encore utilisée aujourd'hui, partout dans le monde, pour terminer les rencontres de tous les groupes basés sur le même modèle en douze étapes, qui viennent en aide à toutes les personnes aux prises avec des difficultés de consommation, d'addiction ou de dépendance.

³⁷ Avec sa variante moderne: «et la sagesse *d'en connaître la différence*.»

Nous y retrouvons la dualité entre colère et tristesse vécues dans la souffrance, mais également et surtout ce qu'il nous est possible de faire pour y réagir : agir avec courage, accepter avec sérénité. Sans être une maxime simpliste, cette prière rassemble en quelques mots à la fois les nuances et la subtilité qui permettent de composer ces deux attitudes à l'infini, tout en admettant qu'une partie de cela ne nous appartienne pas entièrement et puisse même rester mystérieuse. Car aussi bien la grâce d'accepter, que le courage de changer les choses, nous sont ici *données par Dieu*. Enfin, plus cruciale encore, cette réflexion nous rappelle l'importance d'être conscient du processus et d'essayer d'agir de la manière la plus appropriée, selon le type de situation dans laquelle nous nous trouvons. En effet, vouloir agir sur une circonstance où nous n'avons aucune possibilité d'impact nous amène ultimement à l'épuisement ou au *burn-out*. À l'inverse, croire que l'on ne peut rien tenter face à une situation où il serait pourtant possible d'agir, mène à une détresse prolongée qu'il serait possible d'éviter par le développement d'une confiance en soi favorisant l'action. Il est d'ailleurs facile de schématiser cette vision dans les diverses situations qui se présentent à nous et les émotions qui en découlent, entre souffrance présente et future, situation de puissance d'agir ou d'impuissance, et en fonction des gestes d'action ou d'inaction que nous posons :

	situation de puissance d'agir		situation d'impuissance	
	<i>action</i>	<i>inaction</i>	<i>action</i>	<i>inaction</i>
souffrance présente	colère action, transformation	désespoir, abattement, dépression	addiction, épuisement, burn-out	tristesse chagrin, deuil
souffrance future	peur anticipation, préparation	évitement, écœurement, pessimisme	anxiété, panique, désorganisation	dégoût découragement, résignation

Figure 2.2: Modèle adaptatif de la souffrance et des émotions

Notons que nous avons sur ce schéma de la figure 3 (ci-contre), le même axe agir-pâtir dont Paul Ricœur nous avait parlé dans son texte (2013). Nous y projetons cependant un autre regard temporel, selon que la souffrance est subie au présent, ou en anticipation d'un futur,

mais aussi selon l'adéquation existant entre la perception que nous avons de notre puissance d'agir et la réalité qui nous entoure. Les situations où cette prise de conscience est déficitaire et où nous inversons action et inaction face aux situations d'impuissance et de puissance d'agir sont représentées ici en zones grisées. Elles mènent à des situations d'épuisement ou de désorganisation durable. Nous y découvrons ainsi des zones claires traversées par des zones plus sombres, dans lesquelles il est possible de se perdre de manière prolongée. Les dimensions de l'agir que nous avons vues avec Paul Ricoeur (capacité à dire, à faire, à se raconter et à s'estimer soi-même), peuvent également se projeter sur ce schéma, d'un côté ou de l'autre des zones sombres ou claires.

Notons que c'est principalement dans ces zones d'ombres que les thérapeutes sont amenés à travailler de manière vraiment *thérapeutique*, puisqu'il s'agit alors de faire retrouver à la personne souffrante, les mécanismes d'adaptation les plus appropriés aux situations de souffrances qu'elle vit afin de l'amener à mieux prendre conscience de sa véritable puissance d'agir et ainsi se trouver plus en adéquation avec la réalité qui l'entoure. Les zones claires appellent au contraire des attitudes de soutien ou de conseil thérapeutique, que ce soit dans les cas de deuil non compliqué, ou bien de stress vécu au quotidien. Dans ces situations, les personnes qui traversent des difficultés subissent bien évidemment de l'insatisfaction et de la souffrance, mais nous pourrions dire qu'elles demeurent en phase avec la réalité. Cette lucidité leur permet généralement de traverser plus facilement, même si cela demeure progressif, ce que nous appelons des *difficultés d'adaptation*, sans que ces dernières ne deviennent pour autant pathologiques.

Attardons-nous un temps sur les conséquences de cette vision, car il semble que nous pouvons encore en tirer quelques éléments pertinents pour augmenter notre compréhension du phénomène de la souffrance. La première constatation que nous sommes porté à faire nous ramène à l'usage qui est fait de la prière de la sérénité dans les groupes de soutien à toutes les formes de dépendance. Car c'est bien le cœur même de la dépendance que d'être une forme d'adaptation à la souffrance qui se situe dans les zones sombres de notre tableau. Dans ces situations, l'incapacité ou la difficulté à endurer la souffrance et à demeurer dans l'impuissance déclenchent souvent des mécanismes de passage à l'acte à travers la

consommation, ou encore des besoins de réconfort et d'affiliation. Reprenant les mécanismes de défense que nous avons vus précédemment, nous voyons que ces passages à l'acte, typiques des comportements addictifs, sont justement le signe d'un manque d'adéquation entre la puissance d'agir disponible et l'action appropriée qui pourrait venir apaiser la souffrance vécue sans nous faire vivre de conséquences aussi négatives. En remontant ainsi à la source de la souffrance, nous voyons mieux comment il est crucial de bien prendre conscience des émotions que nous vivons, d'identifier les mécanismes à l'œuvre, de les nommer, puis de considérer s'ils sont appropriés ou non à nous protéger et à soigner la blessure que nous vivons dans l'instant, ou que nous appréhendons de vivre dans le futur. L'endurance à la souffrance qui demeure lorsque nous sommes dans l'impuissance peut alors se développer dans l'affiliation cultivée dans les groupes de soutien, ce que nous illustrerons mieux dans les prochains chapitres.

Notre deuxième constatation nous amène à commenter l'un des modèles les plus populaires qui traite de la souffrance liée au deuil. Il s'agit du fameux modèle d'Élisabeth Kübler-Ross (1975) que l'on résume souvent aux cinq «étapes» qui suivent le choc successif à l'annonce d'un deuil: déni, colère, marchandage, dépression et acceptation. Ici encore, nous n'entrerons pas dans le débat qui consiste à évaluer sa validité scientifique, ni à déterminer de quelle manière ce modèle se déploie et dans quel ordre³⁸. Rappelons simplement la contribution essentielle qu'a eue Élisabeth Kübler-Ross à l'établissement d'une pratique des soins palliatifs aux États-Unis. Née en Suisse où elle a obtenu son diplôme de médecine, elle a par la suite immigré aux États-Unis et y a obtenu une spécialisation en psychiatrie, puis a commencé un travail auprès des malades en phase terminale, ce qui lui a attiré certaines critiques parmi ses collègues du monde médical. C'est à travers cette pratique clinique au contact de la fin de vie qu'elle a écrit ce qui fut certainement son livre le plus influent: *Les derniers instants de la vie* (1975) — ouvrage qu'elle a remanié ultérieurement pour y ajouter son célèbre modèle du deuil. Or comme nous l'avons vu, le deuil représente, au même titre que la dépression, un prototype de souffrance qui nous aide à la penser.

³⁸ Ces considérations sur la validité scientifique du modèle des cinq étapes du deuil nous semblent certainement valide, mais sortent largement du domaine de notre étude. Par ailleurs, notre position reste de le voir comme une métaphore de ce qui peut se produire lorsque le deuil survient, ce qui n'enlève donc rien à sa validité qualitative.

Regardons comment il est possible de comprendre le modèle des cinq étapes du deuil, à partir de la vision de la souffrance que nous avons développée jusqu'ici. En reprenant ce processus, nous voyons qu'au départ survient une blessure ou un conflit, infligés par le décalage entre la réalité et notre représentation intérieure de cette réalité — ce qui est particulièrement typique dans le deuil: la personne aimée a disparu, mais nous ne sommes pas encore parvenu à intégrer sa disparition. Les réactions normales à cette souffrance nous amènent à y réagir dans la limite de notre économie psychique: comme nous l'avons vu dans l'expression des mécanismes de défense classiques, le choc initial peut être relativement bien enduré ou parfois se traduire par l'apparition de *déni* (1), de refoulement ou par l'isolation des affects. Peuvent aussi émerger des émotions, puis d'autres mécanismes de défense, d'adaptation, de dégageant ou de coping qui vont permettre de faire face à cette souffrance intérieure, qu'elle soit clairement ressentie ou non. Les différentes étapes du deuil mentionnées par Kübler-Ross recourent ainsi les tentatives d'action dans l'impuissance que nous avons vues dans les zones sombres de notre figure, spécifiquement avec la *colère* (2) et le *marchandage*³⁹ (3), alors que la *dépression* (4) elle se trouve à l'extrême droite comme la forme d'inaction marquée par la tristesse, ajustée à l'impuissance, qui parcourt progressivement le travail du deuil, puis ultimement à l'accueil de la réalité telle qu'elle est — ce que Kübler-Ross nomme *l'acceptation* (5).

Présentée de cette manière, la trajectoire pourrait sembler chronologique, cependant il n'en est rien. Bien sûr, nous pouvons intuitivement sentir que l'étape finale de *l'acceptation* se trouve effectivement au bout de ce processus d'adaptation à la réalité. Nous préférons cependant lui privilégier le terme d'*accueil*, le mot *acceptation* impliquant souvent l'idée d'une adhésion sans retenue ou d'une résolution totale et complète. L'*accueil*, implique au contraire plus généralement le geste d'hospitalité (Jager, 1998) qui nous pousse à rester en présence de l'autre, même dans le cas où cet autre ne nous est pas entièrement bienvenu. De

³⁹ Notons à propos du *marchandage* que l'étymologie du mot *négociation* peut nous aider à mieux en saisir le sens en lien avec l'action: tiré du latin *negotior* — lui même venant de la *négation* du verbe *otior*, qui signifie: rester sans rien faire. Négocier ou marchander, signifie donc littéralement «faire quelque chose» et il est relativement aisé d'en saisir la dimension active qui vise à faire se rejoindre par le compromis notre désir à celui d'un autre, ou encore à la réalité qui nous entoure.

la même manière, nous sommes parfois amené à demeurer en présence d'une souffrance rémanente, accompagnant le souvenir d'un être cher aujourd'hui disparu.

Par la suite, si nous considérons les étapes de déni, de colère, de marchandage et de dépression comme des mécanismes d'adaptation ou de coping qui, comme nous l'avons vu, nous aident à faire face à la souffrance du deuil, il apparaît ainsi plus clairement qu'aucun ordre n'est préétabli et qu'aucun passage n'est obligé. Plusieurs de ces mécanismes peuvent ainsi se produire en même temps, revenir alternativement ou ne pas survenir du tout, selon les éléments sur lesquels la souffrance se porte. Le deuil est un phénomène complexe, qui n'implique pas seulement la perte d'une personne chère, mais qui charrie avec lui toutes les joies, les renoncements, les limites et les souvenirs qui nous attachent et nous lient à cette personne. Dans chacun de ces innombrables fragments se loge une souffrance qu'il nous faut progressivement résoudre et travailler, selon notre histoire, notre sensibilité et qui déclenche son propre processus de deuil.

Bien sûr, comme le mentionnait déjà Freud, les mécanismes inadéquats agissant dans les zones d'ombre, actions dans l'impuissance et inactions dans la puissance d'agir, doivent éventuellement finir par céder et disparaître. Une fois que la réalité prend le dessus, que l'on a épuisé toutes les actions constructives et que l'on s'aperçoit que nos colères et que le reste de nos démarches sont futiles, que nos tentatives de marchandage ou de négociation sont inutiles ; alors prennent place le découragement, la résignation, la tristesse et la dépression. Paradoxalement, il semble qu'il s'agit là de la phase la plus active intérieurement. Ce travail qui nous amène, le cas échéant, vers une certaine dissolution de la souffrance, nous oblige alors à accepter progressivement la réalité telle qu'elle est, sans faux-semblant, sans déni et même si c'est aussi parfois sans autre espoir que celui de l'accueil.

Mais il nous faut maintenant continuer notre chemin sur cette route de souffrance et deux réflexions supplémentaires nous apparaissent suite à ces constatations. La première est particulièrement difficile à admettre, mais elle est pourtant nécessaire : il nous faut bien reconnaître que toute cette construction théorique, aussi belle et sophistiquée fut-elle, n'est finalement que de très peu d'aide lorsque nous faisons face effectivement à cette forme de

souffrance limite ou terminale, qui se déroule, demeure et s'achève dans l'impuissance. Lorsque nous sommes plongé dans la détresse et que nous avons épuisé toutes les formes de recours, tous les mécanismes qui nous aidaient à endurer, soulager ou déplacer le mal, nous nous retrouvons alors nu comme le roi. Certes ce modèle théorique nous donne de mieux comprendre ce qui se passe lorsque nous nous trouvons dans l'impasse, mais ultimement il nous faut admettre que notre misère reste la même. Bien sûr cette compréhension est utile et elle peut nous permettre d'éviter les souffrances inutiles, comme elle peut permettre de reprendre au moins partiellement un certain pouvoir d'agir sur notre vie, mais alors que faire lorsqu'il n'y a plus rien à faire? «Que faire lorsqu'on est soit même le tombeau vide? (...) Que fait-on quand l'agonie continue et que la mort ne vient pas? On voudrait tant que la mort vienne. Mais non. Rien que l'agonie...» (Ringlet, 2015, p. 30-31)

C'est qu'il y a vraiment un monde entre ce que la connaissance nous dit de la souffrance et ce qui se passe lorsque nous la vivons. C'est également parce que cette forme de connaissance vise ici encore à une tentative de reprise de contrôle, à un désir de domination sur la souffrance qui nous enveloppe, mais qui nous soumet ultimement à vivre l'impuissance. Il est donc normal que cette tentative se heurte elle aussi à cette impuissance et qu'elle nous laisse en fin de compte dans le désarroi. Or c'est justement en conséquence de cette constatation que naît notre deuxième réflexion qui nous amène à réaliser comment les êtres humains — à travers une partie de leurs philosophies, de leurs religions, de leurs rites et certaines de leurs pratiques de soins — ont déjà tenté de longue date d'autres manières d'aborder et de prendre en charge cette impuissance.

Mais pour aborder cette question, nous allons encore une fois devoir nous limiter à évoquer un nombre volontairement restreint d'exemples. Parmi ceux-ci, l'un d'eux est plus particulièrement frappant, en cela qu'il recoupe très précisément la vision de la souffrance que nous avons développée jusqu'ici. Il s'agit de ce que la spiritualité et les traditions bouddhistes appellent habituellement *dukkha*.

2.6. *Dukkha*, la vision bouddhiste de la souffrance

Aussi frustrant soit-il, nous ne pourrions pas développer ici une exploration qui fasse entièrement honneur à ce que les traditions bouddhistes⁴⁰ nous disent de la souffrance, à travers ce qu'elles nomment *dukkha*. Le bouddhisme est connu dans la culture populaire occidentale pour être une forme de religion ou de spiritualité dans laquelle la question de la souffrance prend une large place. Or pour éviter toute mauvaise interprétation, il est important de clarifier tout de suite ce que le mot *dukkha* signifie dans cette tradition. Rappelons en premier lieu que ce terme est tiré du premier sermon prononcé par le *Bouddha* historique, Siddhartha Gautama, quarante-neuf jours après son *Éveil*⁴¹ dans le parc des gazelles de la cité de Sarnath (en banlieue de l'actuelle Varanasi — anciennement appelée Bénarès). Siddhartha Gautama y aurait vécu, il y a de cela environ vingt-cinq siècles, dans ce qui est aujourd'hui le nord de l'Inde (la région de l'Uttar Pradesh) et le Népal. Il y a été le leader spirituel d'un petit groupe de moines, devenant celui qui est considéré depuis comme le fondateur et l'inspirateur de la spiritualité et des traditions bouddhistes.

Dukkha est donc un terme directement tiré de la langue parlée par le *Bouddha* Gautama, le pāli — proche du sanskrit *duḥkha*. Pāli et sanskrit sont toutes deux des langues parlées autrefois dans le sous-continent indien et dans lesquelles a été écrit une grande partie du canon de la spiritualité bouddhiste. Ne parlant aucune de ces deux langues anciennes, nous allons faire appel aux lumières éclairantes de Thierry-Marie Courau (2010), directeur de l'Institut de Science et de Théologie des Religions à l'Institut Catholique de Paris, pour nous guider et nous expliquer succinctement le sens de ce mot et surtout les pièges qui peuvent survenir dans nos tentatives de traductions :

⁴⁰ Nous n'aurons pas ici l'opportunité de détailler tous les concepts selon les différentes traditions qui composent ce que nous appelons communément le *bouddhisme*. Pour rester succinct, nous nous appuyerons essentiellement sur les travaux de Philippe Cornu, dont le *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme* (2006, p. 12) fait référence dans le domaine. Cet ouvrage est réalisé à destination des chercheurs, des étudiants en sciences des religions et des anthropologues. Il reprend ainsi et détaille les concepts communs aux quatre principales formes du bouddhisme moderne: le Hīnayāna (anciennement appelé *petit-véhicule*), le Theravāda, le bouddhisme sino-japonais (issu du Mahāyāna, anciennement appelé *grand-véhicule*) et le bouddhisme indo-tibétain (lui aussi issu du Mahāyāna, mais comprenant également le Vajrayāna, souvent appelé *tantrisme*).

⁴¹ Précisons que le mot *Bouddha* signifie littéralement l'*Éveillé* dans la langue sanskrit et que l'*éveil*, ou le *plein éveil* (*bodhi*) du *Bouddha* exprime également sa prise de conscience de la possibilité de se libérer de *dukkha*, ce qui est habituellement nommé *nirvāṇa*.

«Dukkha» désigne une réalité fort complexe, avec des nuances à la fois psychologiques et philosophiques, beaucoup plus large que ne peut le dire une traduction au moyen des seuls termes habituellement employés de douleur ou de souffrance. Lorsque ces derniers vocables sont employés sans préparation, ils conduisent à laisser croire que le bouddhisme est, d'une part, la religion du pessimisme: «tout est souffrance», et d'autre part, qu'il est une voie qui promet la mort de la douleur. Or ni l'une ni l'autre de ces visions ne sont exactes. (Courau, 2010, p. 110-111)

Nous voilà donc prévenu du caractère épineux de la question et de la facilité à faire un contresens à propos de la signification du mot *dukkha*! Cela ne nous donne cependant pas encore une idée précise de ce que ce mot veut nous dire. Pour cela, il nous faut nous approcher de ce que le Bouddha Gautama a voulu enseigner à ses cinq premiers compagnons lorsqu'il a prononcé son premier discours sur les *quatre nobles vérités*, qui sont considérées comme le fondement et la synthèse de toute la spiritualité bouddhiste (Cornu, 2006, p. 473). Or que disent ces *quatre nobles vérités*? Elles nous livrent justement les principes identifiés par Siddhartha Gautama pour se libérer de *dukkha* et accéder à l'éveil (*bodhi*). Ces quatre vérités nous proposent donc simplement les constatations d'un enseignement qui vise à nous affranchir et à nous émanciper de la souffrance associée à l'existence. Plus précisément, la première de ces quatre vérités exprime en elle-même que l'existence humaine est entièrement baignée de *dukkha*. Cela est à la fois inévitable et inéluctable.

Pour donner corps à cette première vérité, voici l'extrait la concernant, dans le premier sermon du *Bouddha*, intitulé *Dhammacakkappavattana sutta*, c'est-à-dire dans sa traduction depuis le pāli, le sermon de la *mise en route de la roue de la loi*⁴²:

Voici, ô moines, la noble vérité de *dukkha*: la naissance est *dukkha*, vieillir est *dukkha*, la maladie est *dukkha*, la mort est *dukkha*, le chagrin et les lamentations, la douleur, l'affliction et le désespoir sont *dukkha*, être uni avec ce que l'on n'aime pas est *dukkha*, être séparé de ce que l'on aime ou de ce qui plaît est *dukkha*, ne

⁴² Il est intéressant de préciser à ce stade l'étymologie du mot *dukkha* en pāli: composé du préfixe *du-* qui signifie *mauvais* ou *incorrect* et associé à la racine *-kha* qui signifie *trou*, mais qui était surtout associée à l'essieu d'une roue — ou plus précisément le trou dans lequel vient s'insérer l'axe de rotation de cette roue. *Dukkha* implique donc le mouvement d'une roue qui ne tourne pas rond, ou encore dont l'évolution est chaotique. À l'inverse, *sukha* (le bonheur) désigne le mouvement qui tourne parfaitement et de manière satisfaisante. Ainsi *la mise en route de la roue de la loi*, peut se comprendre comme l'accession à un mouvement vital plus harmonieux et plus régulier.

pas obtenir ce que l'on désire est *dukkha*. En bref, les cinq agrégats de l'attachement sont *dukkha*. (Dhamma, Sumedho & Montmartel, 1998)

À la lecture du texte original (traduit ici depuis le pāli par le moine bouddhiste Rewata Dhamma, puis vers le français par Tancrède Montmartel, 1998), nous saisissons un peu mieux la diversité des significations que peut prendre *dukkha*, comme quelque chose que nous percevons essentiellement comme mauvais ou désagréable. Ainsi, afin de ne pas réduire ou limiter le sens de *dukkha*, les traducteurs et commentateurs s'accordent généralement à lui donner sens très large, lui faisant englober toute forme d'inconfort, de mal-être, de malaise, de malheur, de peine, d'insatisfaction, de frustration, de douleur ou de souffrance — toutes ces notions qui recourent déjà clairement ce que nous avons considéré jusqu'à présent comme notre propre définition élargie de la souffrance et du stress de la vie quotidienne. Mais c'est surtout à partir des considérations successives qu'en ont faites les différentes traditions bouddhistes que cette comparaison prend véritablement toute sa pertinence. Ainsi *dukkha* est considérée dans le premier discours du *Bouddha* selon trois niveaux :

Le premier concerne une vue négative des états de l'existence, car ils sont sujets au passage, au changement d'état, à l'affaiblissement, à la perte : la naissance, la vieillesse, la maladie, la mort. Le deuxième parle des difficultés du rapport aux êtres et aux choses : la réunion à ce que l'on n'aime pas, la séparation de ce que l'on aime, la non-possession de ce que l'on convoite. Le troisième s'applique à une présentation des éléments de toute expérience humaine marquée par l'activité de saisie, de rejet ou d'aveuglement, sous l'expression « cinq agrégats d'attachement. » (Courau, 2010, p. III)

Si nous nous intéressons maintenant à ce que sont ces *cinq agrégats d'attachement* (ou *Skandha* en sanskrit), nous voyons qu'il s'agit de ce que les traditions bouddhistes nomment les *facteurs constitutifs de l'ego*. Il s'agit de la forme corporelle (*rūpa*), de la sensation (*vedanā*), de la perception (*saṃjñā*), de la formation mentale (*saṃskāra*) et finalement de la conscience (*viññāna*). Il est frappant de constater comment ces *agrégats d'attachement* recourent effectivement les modalités selon lesquelles notre esprit, ou notre *moi*, compose progressivement ses représentations de la réalité qui l'entoure. Ainsi nous commençons à identifier dans la tradition bouddhiste le même constat que nous avons fait précédemment

concernant le caractère adaptatif de la souffrance, c'est-à-dire que toute souffrance naît ainsi de l'écart entre la réalité et la représentation intérieure que nous en avons. Or dans le bouddhisme, ceci s'appuie sur la notion d'*ego* (*ahaṃkāra*) qui s'oppose à ce qui est vu comme la nature même de la réalité, faite d'*impersonnalité* (*anātman*), de *vacuité* (*śūnyatā*) et d'*impermanence* (*anitya*). Mais pour comprendre ce qu'implique cet ensemble sans en déformer le sens, il nous faut continuer à progresser lentement en suivant toujours la *voie du milieu*.

Précisons premièrement comment le bouddhisme considère toute souffrance (*dukkha*) comme dérivant de la présence de l'*ego* (*ahaṃkāra*). Ceci rejoint une bonne partie des éléments que nous avons identifiés dans notre examen psychanalytique du deuil, lors de l'étude du texte *Deuil et Mélancolie* (Freud, 2016) et des mécanismes de défense. Car ce que la psychanalyse nomme les instances du moi (*ego* en anglais) recoupe effectivement ce que le bouddhisme considère comme la cause première de l'apparition de la souffrance. Pour l'exprimer de manière succincte, nous pourrions dire que c'est l'*attachement* de l'*ego* (*ahaṃkāra*) à ce qui nous entoure — incluant la conscience de l'*ego* lui-même — qui nous fait identifier puis ressentir le décalage avec la réalité et le manque fondamental, qui à leur tour provoquent conflit intrapsychique et souffrance. Or comme nous l'avons vu précédemment, c'est justement l'écart entre cette représentation intérieure, incarnée par le *moi*, et la réalité qui génère ce conflit. D'une certaine manière, il est donc possible de considérer l'*ego* (*ahaṃkāra*) comme une métaphore désignant l'ensemble des processus narcissiques qui maintiennent la cohésion identitaire, notre représentation de nous-même et celle de la réalité qui nous entoure. Cette définition ne vient en rien contredire celle que nous donnerait la psychanalyse à propos du moi, ou même aujourd'hui la neuropsychologie. Il est frappant au contraire, de constater comment elle s'insère harmonieusement dans une perspective de dialogue entre la tradition bouddhiste et les recherches anciennes ou plus récentes de la philosophie et de la psychologie.

Deuxièmement, nous avons vu également comment dans les situations de menace à la cohésion de notre moi, au-delà du seuil de souffrance que nous pouvons endurer, les mécanismes narcissiques se portent à la défense du moi et agissent en réponse au conflit

intérieur et à la souffrance. Or cette description recoupe aussi ce que le bouddhisme vient dire à propos de l'interaction entre *ego* (*ahaṅkāra*) et souffrance (*dukkha*). Plus précisément, c'est à travers la notion de *soif* (*taṇhā*), exposée dans la «deuxième noble vérité» (*Samudaya*) du discours du *Bouddha*:

Voici, ô moines, la noble vérité dite la cause de *dukkha*. C'est cette *soif* (*taṇhā*) produisant la ré-existence et le re-devenir et qui est liée à une avidité passionnée, qui trouve une nouvelle jouissance tantôt ici, tantôt là, c'est-à-dire la soif des plaisirs des sens, la soif de l'existence et du devenir et la soif de la non-existence. (Dhamma, Sumedho & Montmartel, 1998)

Cette deuxième noble vérité est donc l'affirmation que *dukkha* a une cause et que cette cause est la *soif* (*taṇhā*). Là encore, la signification précise de ce que signifie la *soif* (*taṇhā*) est matière à interprétation, mais de nombreux commentateurs et théologiens bouddhistes (Cornu, 2006, p. 474) s'accordent pour traduire cette cause fondamentale de la souffrance par le mot *désir* ou *attachement*: attachement aux plaisirs, aux désirs d'avoir, c'est-à-dire l'envie et la convoitise et l'attachement aux désirs de ne pas avoir, c'est-à-dire la peur et l'aversion. Cette notion recoupe ainsi tout ce qui nous pousse à nous approcher de ce qui nous manque et de nous éloigner de ce qui nous fait du mal, mais elle recouvre également tout ce qui vient protéger et maintenir notre sentiment d'être nous-même et la manière avec laquelle nous nous identifions à nous-même ainsi qu'à autrui. Nous voyons donc à quel point cette notion de *soif* (*taṇhā*) s'apparente à ce qui est constitutif de l'*ego*, ainsi qu'à ce qui vient générer nos représentations intérieures de la réalité. Ces dernières étant le support de ce qui peut entrer en conflit avec la réalité qui nous entoure, c'est donc bien la *soif* (*taṇhā*) qui nous amène à vouloir plier la réalité à nos attentes et à nos désirs, parfois en faisant souffrir les autres, ou bien à souffrir nous-même de notre impuissance à le faire.

Arrivé à ce stade, nous pouvons maintenant évoquer le message que nous livrent les deux dernières *nobles vérités* que le *Bouddha* Gautama a exprimées dans son discours de Bénarès. La troisième noble vérité (*nirodha*) affirme qu'il est possible de faire cesser ces souffrances (*dukkha*), en supprimant la *soif* (*taṇhā*):

Voici, ô moines, la noble vérité dite la cessation de *dukkha*. C'est la cessation complète de cette *soif* (*taṇhā*), c'est la délaisser, y renoncer, s'en libérer, s'en débarrasser. (Dhamma, Sumedho & Montmartel, 1998)

La cause de *dukkha* étant la *soif* (*taṇhā*), pour faire cesser *dukkha*, il suffit de faire cesser sa cause. C'est donc très logiquement par la voie de la cessation de la *soif* (*taṇhā*), souvent traduite par le *détachement*, que le bouddhisme invite ses adeptes à se libérer de la souffrance (*dukkha*). La quatrième vérité (*magga*) donne alors le chemin pour y parvenir et atteindre ainsi l'*éveil* (*bodhi*) et la libération (le *nirvāṇa*):

Voici, ô moines, la noble vérité dite le Sentier conduisant à la cessation de *dukkha*. C'est le Noble Sentier Octuple, à savoir: la vue juste, la pensée juste, la parole juste, l'action juste, le moyen d'existence juste, l'effort juste, l'attention juste et le recueillement juste. (Dhamma, Sumedho & Montmartel, 1998)

Le chemin pour parvenir à cette libération se parcourt donc selon le *noble chemin octuple* qui consiste en huit préceptes essentiels qui forment une morale de vie. Sans entrer ici dans le détail de cet enseignement moral, il est pertinent de noter qu'il s'agit là justement de la raison pour laquelle le *noble chemin octuple* a été nommé par Siddhartha Gautama lui-même, la *voie du milieu*, car nous voyons que tous ces préceptes incitent à une pratique quotidienne de la tempérance et l'évitement des excès. Il est par ailleurs intéressant de souligner l'ordonnancement de ces préceptes. Les deux premiers sont considérés par la tradition bouddhiste comme les principes de *sagesse* (*prajñā*). Il s'agit de la *vue juste* et la *pensée juste* qui amènent à une vision juste de la réalité et une vision juste de soi-même, appuyée ensuite par une pensée dénuée de la *soif* (*taṇhā*). Notons comment cette vision recoupe précisément l'importance de rester ajusté à la réalité afin d'éviter la souffrance (*dukkha*). Les trois préceptes suivants sont alors regroupés dans ce que les traditions bouddhistes nomment spécifiquement l'*éthique* (*śīla*): *parole juste, action juste, moyen d'existence juste*. Et enfin, le dernier groupe est celui de la *méditation* (*samādhi*): *effort juste, attention juste et concentration juste*, tous trois menant ultimement à l'*éveil* (*bodhi*) et à la *libération* (le *nirvāṇa*).

La dernière étape du *chemin octuple*, aussi appelée *recueillement juste*, est considérée par les traditions bouddhistes comme celle qui amène directement à l'*éveil* (*bodhi*). Il apparaît ainsi

plus clairement que les sept premières étapes du chemin sont là notamment pour permettre d'atteindre la huitième, le *recueillement juste*, qui est surtout associé dans les traditions bouddhistes à la pratique de la *méditation*. Ce dernier point pourrait nous laisser penser que toutes les étapes du *noble chemin octuple* auraient à être parcourues dans l'ordre, cela n'est cependant pas le cas. Même si leur ordonnancement suggère un sens dans la progression, il n'est pas nécessaire d'en avoir maîtrisé chaque étape pour passer à la suivante. Au contraire, l'accent est généralement mis par les maîtres bouddhistes sur la flexibilité et l'intégration de tous ces principes dans un mode de vie à la fois apaisé et fluide. L'apprentissage en étant progressif, il implique et permet ainsi une pratique simultanée, ce qui en facilite la maîtrise.

Notons encore la distinction qui peut être faite entre la notion de *libération* de la souffrance (*nirvāṇa*) et celle d'*éveil* (*bodhi*). Les deux sont naturellement reliés, mais subtilement différenciés. La première impliquant l'extinction de la *soif* (*taṇhā*) — le détachement, alors que le deuxième décrit plus spécifiquement l'affranchissement des illusions que notre égo nous amène à vivre face à la réalité et à nous-même. *Nirvāṇa* et *éveil* (*bodhi*) représentent donc ainsi *le moment d'accession*, à la fois fugace et éternel, à une vision claire et non déformée de la réalité, que nous pourrions exprimer comme l'accueil total de cette réalité.

Pour revenir à notre modèle de la souffrance, nous réalisons mieux maintenant comment les traditions bouddhistes usent d'une grande logique pour proposer un chemin, une véritable méthode à suivre pour nous libérer du conflit et de la souffrance tels que nous les avons considérés précédemment. Si nous reprenons notre schéma synthétique (figure 3), nous pouvons identifier que c'est notamment en privilégiant l'accueil de la réalité telle qu'elle est, et donc en y ajustant nos attentes et nos désirs, que le bouddhisme propose d'atténuer les souffrances que nous subissons inmanquablement lorsque nous nous trouvons dans les situations d'impuissance. Par extension, nous pourrions aussi être tenté d'y voir une attitude extrêmement fataliste qui consisterait à rester dans l'inaction alors que la réalité qui nous fait souffrir pourrait être changée. Cette vision réductrice a souvent donné l'impression, notamment en occident, que le bouddhisme est la religion de la passivité, de la résignation. Il n'en est rien. De nombreux maîtres et chefs spirituels bouddhistes (tel le moine francophone Matthieu Ricard, 2009) nous rappellent qu'il ne s'agit pas de subir la réalité

sans jamais chercher à la changer, mais au contraire de chercher à la saisir au mieux pour déterminer ce qui peut en être changé, savoir ce qui ne peut pas l'être, et ainsi éviter d'en subir une double peine. Cette prise de contact avec la réalité est à la fois précisément le sens de l'éveil (*bodhi*), mais aussi dans une moindre mesure celui de l'action juste.

Pour terminer ce très bref aperçu de certains aspects de la souffrance dans la spiritualité bouddhiste, il nous faut encore aborder brièvement ce que les traditions bouddhistes nomment les *trois caractéristiques de l'existence*, nommément l'impersonnalité (*anātman*), l'impermanence (*anitya*) et la souffrance elle-même (*dukkha*), et souligner comment ces trois concepts composent ainsi un tout extrêmement cohérent avec ce qui a été évoqué plus haut. Commençons par l'impersonnalité (*anātman*) que nous avons déjà évoquée, et qui est précisément la caractéristique venant battre en brèche l'idée même de l'existence d'un *ego* (*ahamkāra*) qui nous fait nous sentir nous-même. Littéralement «*inexistence de soi*», l'impersonnalité (*anātman*) vise à nous rappeler la dimension factice de ce que nous appelons le *moi*, qui est vu comme une simple agrégation de phénomènes corporels et mentaux conditionnés⁴³. Cette notion est également à rapprocher de la vacuité (*sūnyatā*), car elle en représente l'un des aspects importants.

En effet, la vacuité (*sūnyatā*) nous renseigne sur la véritable nature de la réalité qui nous entoure, en ce qu'elle est vue par les traditions bouddhistes comme une agrégation de phénomènes qui n'ont pas de véritable unité, pas de cohésion entre eux, mais qui sont en lien, en rapport ou en situation de co-dépendance (Cornu, 2006, p. 677). Il faut bien sûr la distinguer de l'expérience que nous en avons, expérience basée sur la perception et la représentation que nous en construisons (qui sont finalement les *cinq agrégats d'attachement* que nous avons vu plus haut), car c'est cette représentation qui nous amène justement à l'attachement et à l'impression que les choses auraient une essence permanente en elles-mêmes — y compris nous-même ! Le bouddhisme affirme qu'il n'en est rien et que même si nous avons cette illusion profondément ancrée en nous, il faut au contraire tenter de nous

⁴³ Précisons que le terme *conditionné*, implique ici l'idée d'une simultanéité des phénomènes, qu'ils soient en interaction ou non, interdépendants ou non, qui nous font croire à l'existence d'une cohésion de nous-mêmes en un *moi* unique et regroupé. Nous pourrions le rapprocher du *sentiment d'agentivité* dont la neuropsychologie nous parle également, en le déconstruisant (Richer, 2015).

en libérer afin de voir la réalité comme elle est véritablement, et ainsi parvenir à nous émanciper de la souffrance qui provient de cette vision factice. Ainsi, l'*impersonnalité* (*anātman*) est une condition particulière de la *vacuité* (*śūnyatā*) en ce qu'elle est appliquée à notre *moi*. Suivant cette logique, le *nirvāṇa* et l'*éveil* (*bodhi*) se voient ainsi justifiés dans leur objectif de nous libérer de la souffrance (*dukkha*), puisqu'elles s'appuient sur la véritable trame de la réalité. Ce ne sont ni des illusions, ni des promesses trop belles, ni des paradis artificiels, ou des tentatives vaines. Selon le bouddhisme, c'est à l'inverse notre conscience phénoménale de la réalité qui est entachée d'une apparence trompeuse, que nous interprétons comme unitaire et à laquelle nous nous attachons abusivement.

Reliée à cette notion de *vacuité* (*śūnyatā*), se situe une autre caractéristique de l'existence nommée *impermanence* (*anitya*). Abordée de façon simple, il s'agit du caractère naturellement changeant de toute chose, du caractère transitoire et périssable de tout phénomène (Cornu, 2006, p. 267). Notre attachement aux choses et aux êtres est logiquement ultimement voué à nous faire vivre de la souffrance (*dukkha*) à cause de leur caractère impermanent. Pour l'illustrer, nous pourrions considérer comment l'*homéostasie* une fois atteinte devrait en principe nous amener à vivre dans un état de bonheur parfait. Il est cependant aisé de saisir que cet état ne saurait être maintenu pour toujours. Tôt ou tard, la faim, la maladie, la vieillesse ou la mort (précisément la manière dont *dukkha* est décrite dans la *première noble vérité*) vont provoquer ce déséquilibre et la nécessité d'un réajustement qui nous fera éventuellement souffrir ou fera souffrir nos proches. Or c'est bien à travers notre attachement à la réalité qui nous entoure, aux choses et aux êtres que nous aimons, que nous sommes souvent bercé du désir et de l'illusion de leur permanence. La *vacuité* (*śūnyatā*) nous rappelle qu'il s'agit d'une illusion inaccessible, aussi bien sur le plan spatial que sur le plan temporel.

Ainsi le bouddhisme ne nous promet pas véritablement la fin de toute souffrance (*dukkha*), puisque tôt ou tard, il considère même inévitable son irruption dans notre existence. Les traditions bouddhistes cherchent au contraire à nous donner les moyens de nous en *libérer*, ou plus justement de nous en *émanciper*, c'est-à-dire de ne plus nous retrouver sous son emprise. Cette émancipation se produit à travers la pratique quotidienne d'une *règle*, d'une

hygiène de vie — stricte, mais souple — qu’est le *noble chemin octuple*, menant éventuellement à l’éveil (*bodhi*) et au *nirvāṇa*. La souffrance (*dukkha*) étant l’une des *trois caractéristiques de l’existence*, elle est inévitablement liée à la réalité et même souvent consécutive à son *impermanence* (*anitya*), ainsi qu’à notre incapacité durable à nous détacher des illusions qui nous séparent de la prise de conscience de ses autres caractéristiques fondamentales : l’*impersonnalité* (*anātman*) et la *vacuité* (*śūnyatā*). La *soif* (*taṇhā*) et l’*attachement* que nous avons aux choses et aux êtres nous amènent trop souvent à vivre dans ces illusions, ce qui nous mène inéluctablement à la souffrance (*dukkha*). C’est donc très logiquement par l’extinction de cette *soif* (*taṇhā*) et l’accueil complet de la réalité dans son entière vérité que le *noble chemin octuple* nous amène progressivement à cette émancipation.

Ce résumé succinct nous donne encore une fois de percevoir la cohésion et la grande unité de la spiritualité bouddhiste. Cette dernière s’appuie à la fois sur des constatations ancestrales et sur des concepts qui ont été élaborés parfois de façon très détaillée et sophistiqués au fil du temps⁴⁴, aussi bien par les maîtres spirituels que par les adeptes des différents courants du bouddhisme. Nous pouvons également observer que cette perspective bouddhiste sur la souffrance recoupe ainsi de manière très proche la vision que nous avons synthétisée jusqu’ici dans notre étude reprenant la manière dont la souffrance se manifeste par le conflit entre la réalité et nos attentes, entraînant les émotions et les mécanismes de défense, auxquels nous pouvons faire face dans l’action ou dans l’impuissance.

À travers la compréhension la plus juste et la plus complète possible de la réalité, en tout lieu et à tout moment, les traditions bouddhistes nous suggèrent ainsi de faire ce qui peut être fait, pour agir lorsque cela est possible. Dans le même temps, elles nous invitent également à accueillir la réalité telle qu’elle est, lorsqu’il nous est impossible de la changer. D’une manière très similaire à ce que nous dit la *prière de la sérénité*, elles insistent ainsi sur l’importance de se tenir dans les zones claires de notre ajustement à la réalité, là où l’action répond à la

⁴⁴ Nous avons fait grâce à la lectrice / au lecteur, de la litanie des listes élaborées par les traditions bouddhistes, les catégories, caractéristiques, liens et autres préceptes, qui indiquent *par le menu* aux adeptes les bonnes conduites à adopter afin de les aider dans leur cheminement — une pratique orthodoxe qui n’a certainement épargné aucune religion ou tradition spirituelle au cours des siècles, mais que nous identifions comme particulièrement présente dans le bouddhisme.

puissance d'agir, et là où l'inaction s'accorde à l'impuissance. Et dans ce dernier cas, lorsque nous demeurons dans une situation d'impuissance extrême et que nous sommes conscient de notre souffrance et de notre impuissance, les traditions bouddhistes nous invitent alors à nous émanciper de cette souffrance par une pratique spirituelle continue qui nous vise à nous libérer du joug de notre égo et des mécanismes de défense narcissiques, ainsi qu'à nous faire saisir la réalité dans toute sa *vacuité* (*śūnyatā*) et son *impermanence* (*anitya*).

Cependant, si tout ceci apparaît très sensé, nous réalisons du même coup qu'il est possible de soulever ici exactement la même objection que celle que nous avons déjà formulée à l'encontre de notre schématisation de la souffrance : l'aspect volontiers intellectuel et sophistiqué d'une telle description, d'une telle forme de connaissance, pourrait facilement nous orienter vers un désir de maîtrise, qui prend alors difficilement en compte la dimension existentielle et incarnée de la souffrance — précisément celle qui nous déborde et nous plonge dans le désarroi lorsque nous sommes pris au milieu de la tourmente. Même la pratique de toute une vie pour atteindre cet *éveil*, une pratique moniale et obsessionnelle, ne pourrait réussir à contrer dans tous les cas, la force de nos émotions les plus vives et la vigueur de nos mécanismes de défense les plus ancrés — laissant ainsi notre conscience rationnelle impuissante à reprendre le contrôle sur nos affects.

Nous pourrions soulever également un autre élément, mentionné par certains auteurs et commentateurs à propos des approches les plus orthodoxes, qui porte sur leur caractère individualiste, et parfois même élitiste — en ce sens qu'un tel programme apparaît si ambitieux sur le plan intellectuel, qu'il peut en devenir difficilement atteignable pour tout un chacun. Comme l'exprime Bernard Faure, historien des religions et spécialiste français du bouddhisme japonais, c'est en particulier le concept de l'*impersonnalité* (*anātman*) qui est au cœur du problème :

L'accent placé par la plupart des érudits sur le dogme orthodoxe de l'*an-ātman* reflète, une fois de plus, une vision élitiste, voire idéologique, du bouddhisme : en effet, il est clair que la plupart des adeptes du bouddhisme « populaire » croient en l'existence d'un Moi, et que c'est précisément sur cette croyance que repose leur pratique. (Faure, 2004, p. 56)

Pour abonder dans ce sens, il apparaît en effet que l'expérience première que nous avons de nous-même tend à nous faire ressentir notre *moi* comme l'une des caractéristiques fondamentales de notre existence. La contradiction persistante qu'amène cette sensation, face à l'affirmation faite par certaines traditions bouddhistes⁴⁵ de l'*impersonnalité* (*anātman*) et de la *vacuité* (*śūnyatā*), est naturellement difficile à surmonter et risque ainsi de nous ramener inexorablement vers l'*attachement* et la difficulté à nous séparer de la *soif* (*tanhā*), nous vouant à rester toujours en échec face à la souffrance. Nous pourrions le rapprocher de la manière avec laquelle notre expérience de disposer d'une conscience phénoménale, d'une intentionnalité et d'un libre arbitre, reste toujours la plus forte, malgré ce que peut nous affirmer la neuropsychologie sur le déterminisme physico-chimique du fonctionnement de notre cerveau.

Suite à ces constatations, nous voici donc à nouveau revenu au questionnement portant sur les options possibles face à la souffrance extrême, celle qui nous déborde et que nous vivons dans l'impuissance. Il nous apparaît que notre compréhension personnelle des traditions bouddhistes, telles que nous les avons exposées ici, peut nous laisser encore démuni lorsqu'est venu le temps d'y faire face. Cette perspective — certes forcément limitée, partielle et, soulignons-le, instruite uniquement par nos lectures théoriques sur le sujet et notre horizon de compréhension fondé sur la tradition judéo-chrétienne — peut également nous les faire apparaître tantôt inaccessibles, tantôt déconnectés de la réalité telle que nous la percevons. Cette constatation nous porte alors à continuer à explorer d'autres avenues qui pourraient nous permettre de faire face à la souffrance dans une dimension qui soit intuitivement plus concrète. L'une d'entre elles est une approche que nous avons eu l'opportunité de pratiquer durant notre formation clinique. Elle nous ramène à nouveau à notre thème de recherche, puisqu'il s'agit des *soins palliatifs*. Ces soins sont prodigués aux personnes atteintes de maladies incurables, souvent en fin de vie, mais pour lesquelles il n'a pas été abandonné l'espoir d'agir, notamment pour tenter de soulager leurs souffrances.

⁴⁵ Il s'agit notamment des traditions issues du Mahāyāna (anciennement appelée *grand-véhicule*) qui réfutent « l'existence réelle et substantielle des phénomènes extérieurs (...). Pour ces dernières, la compréhension directe de la double vacuité, celle du "soi" individuel et celle de tous les autres phénomènes, est nécessaire à la purification de l'obscurcissement cognitif (...) qui fait obstacle à l'omniscience des bouddhas. » (Cornu, 2006, p. 49).

Nous allons ici brièvement explorer leur origine et la philosophie qui les sous-tend, de manière à explorer ce que ces soins apportent effectivement dans les situations de souffrance extrême.

2.7. Prendre en charge la souffrance extrême avec les soins palliatifs

Les soins palliatifs tels que nous les connaissons aujourd'hui, ont été fondés par une femme de conviction: Cicely Saunders est née en 1918 à Barnett, petite ville de la banlieue nord de Londres (Cicely Saunders International, 2021). Au moment où la Deuxième Guerre mondiale éclate, contre l'avis de ses parents, elle décide d'abandonner ses études à Oxford, en politique, philosophie et économie. Se voyant motivée par le désir de faire quelque chose de plus utile de sa vie, elle débute alors une formation en soins infirmiers. Diplômée en 1944, elle devient après la fin de la guerre *travailleuse sociale médicale* — une profession qui venait tout juste d'être créée pour succéder aux aumôniers dans les hôpitaux anglais.

En 1945, elle travaille dans un hospice comme infirmière bénévole et s'implique activement auprès de patients en phase terminale. C'est durant cette période qu'elle prend conscience de l'insuffisance des soins hospitaliers offerts à ces personnes, notamment l'incapacité à soulager efficacement leurs douleurs. Elle commence alors à concevoir de nouvelles manières de les prendre en charge sur le plan médical et imagine également un nouveau type d'hospices qui seraient spécialisés pour ce type de patients. Persuadée qu'il lui sera impossible de convaincre le monde médical du bien-fondé de ses idées si elle reste infirmière, elle commence alors à étudier pour devenir médecin et est finalement diplômée en 1957. L'année suivante, elle obtient une bourse de recherche pour travailler sur le contrôle de la douleur dans les situations de maladies terminales. Durant les dix années qui succèdent, elle se consacre à perfectionner ses recherches, à parfaire ses projets, mais aussi à organiser des collectes de dons, pour finalement fonder le St-Christopher Hospice à Londres en 1967 (St-Christopher, 2021). Il s'agit du premier centre de soins palliatifs de l'époque moderne, qu'elle dirige personnellement jusqu'en 1985. En 1979, elle est nommée membre de l'Ordre de l'Empire britannique, faisant d'elle une *Dame* au grade de commandeur, puis en 1989, elle devient titulaire de l'Ordre du Mérite des royaumes du Commonwealth.

Ce parcours inspirant, doublé d'une motivation qui paraît sans faille, de rigueur médicale et d'une énergie communicative, a permis à Cicely Saunders d'essaimer à travers le monde le concept alors nouveau des soins *palliatifs*. C'est ce même modèle que Balfour Mount, médecin canadien, a ensuite été le premier à répliquer en Amérique du Nord, à l'hôpital Royal Victoria de Montréal en 1973. Partout dans le monde occidental les soins palliatifs ont rapidement rencontré une réception extrêmement positive par une grande partie des soignants, notamment ceux qui étaient eux aussi confrontés aux mêmes difficultés de prendre en charge les souffrances irréductibles des patients en phase terminale. Il est important de souligner que ce processus n'a pourtant jamais été aisé. Nous avons vu qu'il demeure actuellement toujours difficile à accepter par un certain nombre de thérapeutes et de spécialistes qui voient dans les soins palliatifs une certaine forme de résignation; plaçant la lutte contre la maladie et la mort comme la toute première priorité de la médecine. Comme le mentionnait le rapport préparatoire sur les soins de fin de vie au Québec en 2012 :

De fait, plusieurs médecins et autres professionnels de la santé ont du mal à accepter les limites de la médecine et leurs propres limites. Pour eux, la mort est un échec. Ils seraient aussi assez nombreux à ne pas bien saisir la philosophie qui anime les milieux de soins palliatifs. (Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité, 2012, p. 33)

Nous comprenons bien mieux en quoi Cicely Saunders avait sans doute raison lorsqu'elle fit le constat qu'il lui fallait devenir elle-même médecin, pour imposer ses idées dans un monde médical parfois peu réceptif aux idées provenant de l'extérieur. Ceci nous amène du même coup à souligner comment, si les soins palliatifs peuvent parfois être perçus comme complexes, ils demeurent cependant une approche extrêmement subtile dans leur manière d'aborder la fin de vie. La phrase qui semble encapsuler peut-être de la meilleure manière cette philosophie a été prononcée par Thérèse Vanier, médecin britannique, sœur de Jean Vanier, et elle aussi pionnière des soins palliatifs. Elle fut parmi les premiers médecins à rejoindre l'équipe du St-Christopher's Hospice en 1972 pour y travailler avec Cicely Saunders. Thérèse Vanier y affirme alors que les soins palliatifs, « c'est tout ce qui reste à faire quand il n'y a plus rien à faire. » Marie-Louise Lamau, dominicaine, théologienne et anthropologue française, l'exprime, elle aussi, de manière nuancée dans l'ouvrage de référence qu'est le manuel de soins palliatifs édité par Dominique Jacquemin (2014):

[Cicely Saunders] était persuadée, que lorsque les traitements actifs devenaient inefficaces et inappropriés, le moment était venu non d'un nihilisme thérapeutique, mais, bien plutôt, de passer d'une position négative à une approche positive. (Lamau, 2014, p. 30)

Nous sommes particulièrement frappé par la manière avec laquelle cette posture résonne fortement avec la vision de la souffrance telle que nous l'avons abordée jusqu'ici. En particulier, c'est justement dans l'impuissance résiduelle, qui s'exprime plus particulièrement dans les situations de fin de vie, qu'il faut admettre de façon lucide la réalité telle qu'elle se dévoile, avec nos impuissances et nos limites. Tout cela ne se déroule cependant pas dans un total dénuement: l'intérêt de cette définition réside justement dans la reconnaissance de la part d'action qui subsiste, alors que la médecine classique a parfois déjà abandonné l'espoir de sauver la personne malade. Oscillant alors entre tentatives d'actions vaines et découragement dans l'inaction alors qu'il pourrait encore être vécu quelque chose, nous voyons comment la médecine classique peut parfois se perdre dans les zones d'ombres de notre schéma sur la souffrance. Au contraire, la philosophie des soins palliatifs débute par une prise en compte honnête de la réalité et des limites médicales, pour admettre sans l'exclure la possibilité d'une issue fatale pour la personne malade — ceci tout en sachant qu'il est encore possible de soulager, de soutenir, d'accompagner. Ainsi, c'est toujours par cette prise en compte lucide et intègre que les soins palliatifs viennent aujourd'hui soulager les souffrances, même si le pronostic vital du malade n'est pas encore définitivement engagé.

Cicely Saunders a mené à la fois des recherches extrêmement pointues sur l'utilisation de la morphine et de ses dérivés pour en faire un traitement de choix pour le contrôle de la douleur. Elle a également défini conjointement de nouvelles approches médicales tout aussi innovantes pour le contrôle des symptômes liés à la fin de vie, les faisant ainsi accéder au statut de spécialité à part entière. Elle n'a alors jamais cessé de communiquer sur ses recherches en donnant de nombreuses conférences, en écrivant des articles et en contribuant à des livres influents, tel *Living with Dying* (Saunders & Baines, 1989). Elle a par ailleurs été la première médecin de l'époque moderne à considérer les personnes en fin de vie comme plus que de simples patients, parfois seulement réduits à leurs symptômes.

C'est par la combinaison de soins médicaux et infirmiers de premier plan, avec un soutien que nous pouvons qualifier aujourd'hui d'*holistique*, qu'elle a révolutionné la manière avec laquelle la médecine moderne a mieux pris en charge les personnes en situation de détresse extrême. Il s'agit pourtant d'une approche qui a bel et bien existé dans le passé, notamment durant les époques préindustrielles, mais que Cicely Saunders a su réactualiser et réintégrer à un système de soins médicaux qui s'en était progressivement éloigné. Notons que c'est cette même dimension holistique qui l'a amenée à considérer de manière plus unitaire et globale les personnes en fin de vie, leurs proches et leurs familles, à qui il devenait important d'apporter des soins. Elle a ainsi développé de nouveaux services d'accompagnement de deuil au St-Christopher's Hospice, pour étendre le soutien aux proches, au-delà du décès du patient — vision inimaginable à l'époque dans une perspective médicale, mais que nous avons pu pratiquer à notre tour, lors du stage clinique que nous avons réalisé à l'unité de soins palliatifs de l'hôpital Maisonneuve-Rosemont de Montréal, en 2017 et 2018.

Précisons que la vision du Dr Saunders d'établir sa propre maison de soins pour les malades en situation terminale a été également motivée par ses convictions religieuses. Sa biographie officielle (St-Christopher, 2021) nous dit qu'elle avait d'abord imaginé créer une communauté religieuse anglicane pour mener à bien son projet, mais qu'elle a ensuite élargi sa vision pour que le St-Christopher's Hospice devienne un lieu qui puisse finalement accueillir du personnel et des patients de toutes les confessions religieuses. De la sorte, la spiritualité a été clairement l'un des facteurs fondamentaux de son engagement envers les mourants, ce qui a guidé l'ensemble de son action :

Un verbe vient sous la plume de Cicely avant même la réalisation du St-Christopher's et reviendra ensuite à plusieurs reprises : « Veillez » (Saunders, 1965 ; comp. Saunders 2003). Pour cette chrétienne, ce verbe évoquait la demande de Jésus à ses disciples dans le jardin de Gethsémani :

« I have tried to sum up the demands of this work we are planning in the words « *Watch with me* ». Our most important foundations for St Christopher's is the hope that in watching we should learn not only how to free patients from pain and distress, how to understand them and never let them down, but also how to be silent, how to listen et how just to be there. » (Lamau, 2014, p. 33)

Nous évoquerons cet héritage religieux et même plus spécifiquement chrétien de *l'accompagnement* dans les deux prochains chapitres de notre recherche.

Mais pour revenir maintenant plus proche du sujet de notre étude, il nous faut encore mentionner comment Cicely Saunders a aussi décrit la souffrance d'une manière très éloquente et nuancée, en énonçant l'existence d'une souffrance *globale* (ce qu'elle a nommé en anglais «*Total Pain*»). Comme nous l'avons vu à l'instant, c'est précisément en puisant dans sa pratique clinique qu'elle a fait cette constatation auprès de malades en fin de vie. De quoi est faite cette souffrance globale? Cicely Saunders en donne une définition très claire dans ce qui est devenu l'un des premiers livres de référence des soins palliatifs: *Living with Dying — The Management of Terminal Disease*.

Psychological factors greatly influence the perception of pain in terminal illness. Depression, anxiety, loneliness, and boredom will all lower the pain threshold. Such suffering is often termed 'Total Pain' and is described as having physical, emotional, social and spiritual components. Unless these are all addressed, the likelihood of successful pain control is small. (Saunders & Baines, 1989, p.14)

Prenons soin de constater que cette définition est plus subtile qu'il n'y paraît au premier abord. En effet, il serait aisé de penser qu'il pourrait s'agir simplement de la juxtaposition de multiples sources de souffrance rencontrées lorsqu'une maladie grave survient: douleur physique, souffrance psychologique, souffrance sociale et souffrance spirituelle⁴⁶. Mais il ne s'agit pas simplement d'une juxtaposition. Il s'agit réellement d'une souffrance *globale* qui est non seulement indissociable des différentes composantes qui la constituent, mais qui exprime aussi la manière dont ces souffrances viennent souvent résonner et interférer les unes avec les autres — un peu comme le feraient des couleurs d'un peintre une fois mélangées sur sa palette. C'est donc une souffrance qui atteint l'être humain dans son entièreté, une souffrance véritablement existentielle, qu'il faut tenter de prendre en charge également de manière globale. Le schéma de la figure 4 (ci-dessous), devenu classique et représentant cette expression de la souffrance, vise ainsi à rendre compte de cette

⁴⁶ À noter que Cicely Saunders explore dans son livre fondateur (Saunders & Baines, 1989, p. 43-56) la *souffrance globale (total pain)* en renommant légèrement ses dimensions abordées dans les premières pages. Elle les détaille au chapitre 6, comme «*mental pain, social pain, spiritual pain*» qui sont les dimensions propres au malade, à laquelle elle ajoute ensuite la souffrance de l'équipe soignante, intitulée «*staff pain*».

dimension globale par l'interpénétration des cercles qui en représentent chacun l'une des dimensions spécifiques :

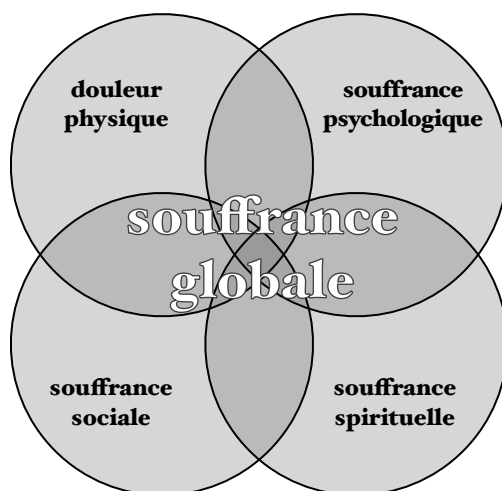


Figure 2.3: Souffrance globale

S'agit-il pour autant d'une recension exhaustive de toutes les dimensions que peut prendre la souffrance? À l'évidence, rien ne vient appuyer cette idée. Certains auteurs viennent d'ailleurs en modifier légèrement la répartition, parfois pour mettre mieux en valeur leur propre discipline (Châtel, 2013, p.177). Il ne nous est pas possible de répondre formellement à cette question, mais nous pouvons intuitivement observer que cette représentation des différentes dimensions de la souffrance recoupe assurément les aspects les plus importants et les plus marquants de notre existence. Par ailleurs, nous pouvons noter que c'est précisément ce modèle qui se trouve depuis implémenté dans les unités et les maisons de soins palliatifs, à travers les différentes spécialités et les disciplines présentes — l'expérience pratique venant sans doute confirmer, au moins partiellement, la pertinence de la modélisation théorique. Ainsi dans ces milieux, médecins et infirmières prennent logiquement en charge tout ce qui concerne la douleur physique et l'évolution de la maladie. Les psychologues quant à eux adressent généralement la souffrance psychologique. Les travailleurs sociaux sont naturellement occupés à prendre soin de la souffrance sociale et les intervenants spirituels s'attèlent préférentiellement à la souffrance spirituelle.

Mais même si cette répartition pourrait inspirer l'idée d'une séparation et d'un traitement cloisonné, précisons qu'il n'en est rien. Il s'agit au contraire de toujours chercher à délivrer le

meilleur soin possible, tout en respectant les contraintes liées à la spécificité et à la complexité de chaque discipline, mais surtout en maintenant une forte interdisciplinarité. De notre propre expérience en unité de soins palliatifs, nous avons pu constater combien chacune de ces spécialités se recoupe et se recouvre au moins partiellement, comme le suggère le schéma de la figure 4, autorisant chacun des soignants à recevoir les plaintes des patients quelles qu'elles soient, même s'il ne les prendra pas en charge directement lui-même. Ainsi dans sa pratique clinique, le psychologue pourra aisément accueillir certains éléments physiques, spirituels ou sociaux, même s'il se verra certainement plus confortable sur les aspects psychologiques. Les patients peuvent alors se sentir parfaitement autorisés à parler de spiritualité à leur infirmière ou d'exprimer certaines plaintes physiques à un travailleur social, et ce d'autant plus que cela pourra être parfois moins menaçant pour eux. Ces demandes, une fois recueillies, pourront alors donner lieu à des actions coordonnées de toute l'équipe, selon le métier et la spécialité de chacun, en fonction des attentes et de la sensibilité des patients.

Notons par ailleurs que ce même recouvrement entre les souffrances et leur interpénétration suggère la possibilité de les adresser de manière nuancée et multiple. Nous pouvons reconnaître, au fil de notre expérience, la multiplicité des chemins qui mènent au soulagement des souffrances lorsqu'elles résonnent entre elles. Chez certains patients c'est la pharmacothérapie qui sera la porte d'entrée à une première confiance menant à un soulagement, chez d'autres il s'agira de la dimension sociale, chez d'autres encore ce sera la dimension spirituelle. Certaines personnes vivent une souffrance terriblement marquée de détresse spirituelle, mais ne voudront rien entendre sur le sujet de la part d'un intervenant dédié à cette dimension, qu'ils perçoivent négativement. Ils se sentiront cependant plus à l'aise de l'évoquer face à une infirmière ou de se confier à un psychologue avec qui ils ont peut-être plus d'affinités — l'inverse étant tout à fait possible aussi. C'est donc dans la combinaison des souffrances et leur entrelacement que se situe la complexité de la souffrance globale, ainsi que le défi d'une prise en charge nuancée. Or c'est bien là que les soins palliatifs excellent et qu'ils constituent une posture radicalement innovante, mais dont le savoir-faire et l'entendement demeurent également à renouveler tous les jours. Ils peuvent ainsi débiter dès la prise en charge d'une maladie grave, lorsque la souffrance s'intensifie et

devient globale, et elle se prolonge ensuite au-delà de l'arrêt des soins physiques — dits « curatifs », pour ouvrir bien souvent sur une autre forme de soins et de guérison.

Cette vision de la souffrance, au lieu de cloisonner les professionnels qui travaillent parfois en silo dans d'autres disciplines plus strictement médicales, autorise une grande souplesse et une vue plus globale de la personne soignée. Elle restaure ainsi une approche plus humaine et certainement plus digne, en considérant à nouveau les patients comme des êtres humains à part entière, sans jamais les réduire à leurs organes ou à leurs pathologies. C'est sans doute cette dimension *globale*, à la fois dans la vision de l'être humain et dans la prise en charge de sa souffrance, qui est la particularité même des soins palliatifs et qui donne de mieux en saisir la philosophie. C'est également la présence d'une perspective à la fois sensible *et* pragmatique qui fait la force des soins palliatifs. Il s'agit d'une pratique certes souvent plus consommatrice de temps et de ressources, notamment parce qu'elle vise à respecter le rythme des personnes malades et favoriser la communication au sein de l'équipe soignante. Mais nous pourrions souligner également à quel point elle s'avère dans ces situations, plus efficace et même plus rentable pour remplir les objectifs qu'elle s'est fixée, tout en demeurant dans une perspective éthique et bienveillante, ce qui est à l'origine même de ses fondements et de sa philosophie.

Pour clore notre propos autour des soins palliatifs, il est intéressant de revenir une dernière fois à notre schéma sur la souffrance (figure 3, p. 160) et d'aviser quels sont les éléments qui en recourent la perspective. Nous avons vu qu'il s'agit à la fois d'une pratique qui tend à envisager la réalité au plus près de ce qu'elle est, notamment dans l'évaluation du pronostic vital et de l'espérance de vie du malade. Elle vise ainsi à évaluer l'avancée de la maladie et à prendre en compte le mieux possible l'expérience du patient dans toute sa globalité et sa complexité. Elle ne vient pas pour autant empêcher les tentatives de soins actifs ni les traitements entrepris en vue d'une guérison, mais elle s'insère aujourd'hui de plus en plus en combinaison avec eux, dès qu'il est possible de le faire, pour tenter de soulager les souffrances présentes dans toutes leurs dimensions. Par ailleurs, les soins palliatifs se donnent pour objectif d'agir sur tout de qui peut l'être, qu'il s'agisse de la dimension physique, psychologique, sociale ou spirituelle — ce qui rejoint ou s'approche d'une certaine

manière d'une perspective que nous avons déjà qualifiée d'existentielle, englobant l'entièreté de l'expérience humaine. Toutes les actions adéquates qui peuvent être menées le seront pour éviter de tomber dans l'inaction et la passivité. Dans le même ordre d'idées, cette approche porte également en elle un refus de l'acharnement qui constituerait certainement une démarche inadéquate, faite d'actions vaines face aux situations d'impuissance.

Finalement, une fois que toutes les actions possibles ont été envisagées ou entreprises pour soulager les souffrances sur lesquelles une action était possible, ou plus exactement conjointement à ces actions, c'est une tout autre dimension des soins qui en vient à être pratiquée. Lorsque survient une impuissance ultime et irréductible, au moins sur certains aspects de l'existence de la personne désormais en fin de vie, il s'agit alors de la soutenir, dans la présence et l'accompagnement, jusqu'au point où il est possible d'endurer partiellement avec elle sa souffrance. Il semble que c'est précisément là que se trouve la dimension du *pâtir*, que nous avons déjà évoquée avec Paul Ricoeur. Cette dimension littéralement *empathique* ne vient pas pour autant s'opposer à celle de l'agir, mais elle se vit conjointement à elle, selon la disponibilité et les moyens des soignants, ainsi que ceux de la personne qui traverse cette dernière épreuve.

Comme telle, l'approche palliative est donc une approche qui vise à trouver le meilleur moyen de soulager les souffrances, notamment en fin de vie, lorsqu'elles sont souvent les plus intenses. Notons cependant que de telles souffrances existentielles ne sont pas pour autant absolument spécifiques à la fin de la vie. Nous pouvons en repérer les dimensions physiques, psychologiques, sociales et spirituelles, tout au long de l'existence et c'est donc logiquement qu'il serait possible de trouver des manières d'en appliquer les préceptes et la vision en dehors des situations de maladies terminales. Peut-être s'agit-il d'ailleurs là de l'un des fondements des approches que nous appelons *humanistes*?

2.8. Un aperçu phénoménologique de la souffrance

Nous voici maintenant arrivé au terme du chemin que nous avons suivi pour tenter de décrire le phénomène de la souffrance. Nous avons certes suivi un parcours partiel, personnel et subjectif, mais qui visait avant tout à explorer sous différents aspects

significatifs les manifestations de la souffrance, d'en envisager les conséquences, les mécanismes et les fondements. Partant du caractère tout à fait spécifique émanant de sa temporalité et en la distinguant de la douleur physique, nous en avons souligné la dimension proprement existentielle. Grâce à Paul Ricœur, nous avons évoqué ses effets sur nos relations et notre puissance d'agir, ce qui nous a donné un plan pour continuer à l'aborder.

Nous avons identifié en second lieu avec l'aide des travaux de Sigmund Freud comment elle incarne une réaction naturelle de notre conscience, comme dans le deuil ou la dépression, lorsque cette dernière fait face à l'écart entre nos représentations et une réalité changeante. Puis, après avoir examiné les différentes manières que nous avons d'y réagir, d'abord par l'endurance, puis à travers les mécanismes d'adaptation, ainsi que par le truchement les émotions, nous avons saisi le lien qui la rend consubstantielle au conflit intérieur et nous pousse à vouloir la résoudre, consciemment ou non.

Nous avons ensuite compris grâce à l'approche évolutionniste et en faisant un parallèle avec la douleur, que la souffrance, aussi inepte et désagréable soit-elle, peut être vue comme un phénomène adaptatif qui paradoxalement se trouve être particulièrement utile à notre survie en tant qu'espèce. Vue ainsi, la souffrance nous permet de demeurer accordé à la réalité qui nous entoure, soit dans l'action, soit dans l'impuissance.

L'exploration des émotions de base (colère, tristesse, peur et dégoût) nous a permis de mieux comprendre comment s'articule ce processus adaptatif, ainsi que de considérer leur rôle dans la résolution progressive de la souffrance, que ce soit dans l'action ou l'impuissance. Nous avons également souligné comment selon ce schéma, certaines situations peuvent nous entraîner à l'épuisement ou à la dépression.

À travers la prière de la sérénité, nous avons pu illustrer pourquoi il nous est précieux de savoir demeurer toujours en adéquation dans nos actions face aux situations d'agir, comme dans nos résignations face aux situations d'impuissance. Nous avons également aperçu qu'il était parfois possible d'éviter nous retrouver prisonnier de nos souffrances, du moment où il nous est possible d'appréhender le plus justement possible la réalité et de nous y ajuster. Au

contraire, il nous est apparu que les actions vaines et les résignations inutiles pouvaient venir maintenir notre souffrance, sans nous permettre de nous ajuster à cette réalité.

Nous avons enfin considéré brièvement et à travers deux exemples quelques-uns des moyens que les êtres humains ont eus pour tenter de soulager leurs souffrances. Le bouddhisme et les soins palliatifs s'appuient ainsi sur une compréhension la plus proche et la plus conforme possible à la réalité qui nous entoure. Ces deux approches représentent ainsi des voies différentes qui tendent vers ce même objectif. L'une est certainement plus théorique et l'autre plus pragmatique, mais nous pouvons affirmer que toutes les deux sont avant tout complémentaires.

Pour revenir à notre plan initial, il nous reste maintenant à revenir sur la question posée initialement par Paul Ricoeur dans son texte *La souffrance n'est pas la douleur* (2013) et que nous avons laissé en suspens au début de ce chapitre. Il s'agit de l'épineuse question *du sens* de la souffrance. Loin de vouloir y apporter une réponse définitive — ce que nous serions bien en peine de faire! —, nous allons tenter de l'aborder une nouvelle fois à l'image du parcours que nous avons suivi dans notre chapitre sur la dignité, à travers des récits mythologiques et bibliques. En effet, nous pensons que ce sont ces derniers qui nous apportent sans doute le meilleur éclairage sur la dimension expérientielle de la souffrance. Loin des considérations scientifiques et de la recherche de preuves falsifiables, nous allons plutôt tenter d'envisager la manière avec laquelle les religions judéo-chrétiennes, à travers leurs récits canoniques et leur tradition, nous parlent de la souffrance, nous donnent quelques pistes de compréhension et élaborent autour du sens que nous pouvons lui donner. C'est donc par une approche plus herméneutique de la souffrance, une herméneutique biblique, que nous allons progresser maintenant, après avoir clos ce chapitre d'approche phénoménologique sur la souffrance.

CHAPITRE III

SUR LE SENS DE LA SOUFFRANCE

Ce que nous appelons *le sens de la souffrance*, en reprenant les mots de Paul Ricoeur dans son texte *La souffrance n'est pas la douleur* (2013), n'a certainement pas vocation à donner lieu ici à une étude exhaustive, encore moins définitive sur le sujet. Suivant le conseil de ce philosophe, phénoménologue et herméneute, c'est « avec la plus grande précaution » (p. 29) que nous avancerons pour nous approcher de « ce que la souffrance donne à penser. » Car c'est ainsi que Paul Ricoeur nomme la troisième et dernière partie de son essai sur la souffrance, dans laquelle il aborde cette délicate question *du sens*. Reprenant le fil de son élaboration là où nous l'avions laissée au début du chapitre précédent, c'est en suivant une approche interprétative que nous allons maintenant progresser dans cette direction.

En cela, autant notre dernier chapitre aura porté sur des explorations essentiellement descriptives et *phénoménologiques* de différents aspects de la souffrance, autant celui-ci va nous mener à tenter d'en faire une *herméneutique*. Comme nous l'avons exprimé lors de notre chapitre d'introduction, cette méthode d'exploration vise avant tout à évoquer les manières avec lesquelles nous pouvons *interpréter, comprendre* et donner *du sens* à un phénomène. C'est en nous appuyant sur certains des éléments descriptifs que nous avons vus dans le chapitre précédent que nous allons procéder et, à travers quelques exemples, examiner comment la souffrance a pu être abordée et comprise à divers moments et dans diverses cultures, dans le passé et jusqu'à nos jours. Bien sûr, nous ne saurions explorer ainsi toutes les cultures et toutes les époques; nous devons nous limiter. Or dans notre culture et notre civilisation occidentale, à la base même de ce que nous appelons aujourd'hui la méthode herméneutique, se trouve un héritage judéo-chrétien fait d'exégèse des récits mythologiques et religieux qui nous accompagnent depuis des millénaires. C'est dans cette filiation que nous allons nous placer pour continuer cette étude, en suivant pour un temps les pas de Paul Ricoeur qui fut lui-même un interprète talentueux de ces textes (*L'herméneutique biblique*, Ricoeur, 2001).

Dans son essai sur la souffrance (Ricoeur, 2013), ce dernier aborde brièvement, avec néanmoins beaucoup de tact et de délicatesse, deux thèmes qu'il exprime sous la forme de

deux constatations. La première de ces deux remarques fondamentale est que «la souffrance interroge»; la deuxième est que «la souffrance appelle» (Ricoeur, 2013, p.30). Comme le précise Paul Ricoeur, toutes deux sont ainsi projetées sur l'axe soi-autrui que l'auteur avait développé précédemment, ce qui redonne à cette dimension une place que nous avons sans doute négligée dans notre précédente élaboration phénoménologique, certainement plus préoccupée par l'axe agir-pâtir.

«Sur le premier versant (...) ces questions ne s'inscrivent plus dans un cadre d'explication, (...), mais dans la perspective d'une demande de justification» (Ricoeur, 2013, p.30). Or cette dimension de justification, la question du *pourquoi*, nous éloigne définitivement des tentatives d'explication et de description qui nous avaient occupé précédemment. Car si nous avons pu détailler dans les dernières pages les différents mécanismes qui sous-tendent et mettent en œuvre la souffrance (à travers le conflit, les mécanismes d'adaptation et les émotions, les situations d'agir et d'impuissance), tout cela n'est pourtant en rien venu justifier sa présence. Seule l'approche évolutionniste que nous avons considérée pour établir l'origine du phénomène de la souffrance pourrait potentiellement être vue comme une tentative qui apporterait une réponse s'approchant de cette question du *pourquoi*. Cependant la réponse qu'elle y apporte, comme pour tout autre phénomène biologique vu dans une perspective scientifique, pourrait essentiellement se résumer à un «*parce que*». Telle la réponse que l'on donne parfois à un enfant lorsque nous ne connaissons pas la réponse à ses questions insistantes et répétées: «*parce que c'est comme ça*». Mais loin d'un agacement, il s'agit ici à la fois de la constatation de la réalité dans toute sa nudité, comme s'il s'agissait tout à la fois d'un aveu d'ignorance et de la reconnaissance de notre impuissance.

Les approches évolutionnistes, si elles fournissent une vision assez claire et solide de la manière avec laquelle les phénomènes biologiques ont pu se développer au fil des éons, ne peuvent que s'approcher avec danger de leurs sources, ou des causes à leur origine. Ainsi, toute forme de téléologie leur est interdite, sous peine de transformer leurs conclusions en dessein intelligent, voire en créationnisme. L'expression même de ces propositions évolutionnistes, lorsqu'elle est rigoureuse, ne saurait utiliser les mots *fonction*, *rôle*, *viser* ou *servir à*. Ainsi, si nous demeurons dans cette perspective, il nous est impossible de dire que *la*

fonction du cœur est de pomper le sang, ou que nos yeux nous *servent à voir*. Nous ne pouvons que constater que *le cœur pompe le sang*, que *nos yeux nous permettent de voir*⁴⁷. Paradoxalement, c'est en demeurant dans une expression de forme ontologique, c'est-à-dire en privilégiant le verbe *être*, que nous sommes alors le plus assuré de ne pas travestir ou trahir le sens même de ce que nous apprend la théorie de l'évolution. Et c'est précisément là où s'arrête la science, lorsque nous réalisons qu'elle vise fondamentalement à *expliquer* et non à *comprendre* (Dilthey, 1947). Ainsi la question du *pourquoi* ne peut que lui échapper, car il s'agit fondamentalement d'une interprétation, faisant appel à notre subjectivité, à notre expérience intérieure, ainsi qu'à notre vécu relationnel.

Pour en revenir plus concrètement au sens de la souffrance, au pourquoi de son existence, nous pourrions donc être tenté d'affirmer qu'il s'agit d'un équilibre façonné au fil des millénaires par l'évolution de notre espèce au milieu de son environnement écologique — un trait sélectif qui favorise notre adéquation avec notre habitat et qui améliore ainsi nos chances de survie et de reproduction. Cependant, aussi vrai soit-il, cela n'est seulement qu'une constatation froide et déshumanisée — le fruit d'un hasard qui ne nous place nulle part dans une relation fructueuse et aimante (Jager, 2013). Surtout, cela ne nous dit pas *pourquoi* nous souffrons, mais bien plutôt *selon quel mécanisme*. Notre expérience intérieure nous amène inévitablement à nous poser cette question du *pourquoi* qui ne trouve aucune réponse dans une perspective scientifique. Comme le signale Paul Ricoeur: «La question de la souffrance revêt une dimension éthique et philosophique dès lors que se rencontrent, dans le même affect, la passivité du souffrir, subi, voire infligé par autrui, et une demande de sens» (Ricoeur, 2013, p. 30).

⁴⁷ Nous cédon au plaisir de reproduire ici un extrait du texte *Notre besoin de consolation est impossible à rassasier*, écrit par l'auteur suédois Stig Dagerman (1952) qui reprend d'une manière élégante cette même idée, même si elle s'inscrit dans un tout autre registre qui nous ramène aussi à la dignité:

«Il est absurde de prétendre que la mer soit faite pour porter des armadas et des dauphins. Certes, elle le fait — mais en conservant sa liberté. Il est également absurde de prétendre que l'homme soit fait pour autre chose que pour vivre. Certes, il approvisionne des machines et il écrit des livres, mais il pourrait tout aussi bien faire autre chose. L'important est qu'il fasse ce qu'il fait en toute liberté et en pleine conscience de ce que, comme tout autre détail de la Création, il est une fin en soi. Il repose en lui-même comme une pierre sur le sable.» (Dagerman, 1981)

Il s'agit là de l'aspect que nous avons considéré dans notre dernier chapitre comme le plus difficile à assumer. Lorsque la souffrance est *limite*, c'est-à-dire qu'elle se vit dans l'impuissance et qu'aucun agir visible ne nous permet de nous en échapper. Lorsque toutes les avenues d'action ont été explorées et abouties, il s'agit alors uniquement d'endurer; le cas échéant d'accueillir. Cependant, le caractère arbitraire que nous ressentons lorsque le mal nous frappe nous laisse absolument démunis et en plein désarroi. Le sens disparaît alors et le seul sentiment qui nous assaille est celui de l'injustice. Sans doute cette réaction est-elle portée par notre égo, comme une défense narcissique projective qui nous protège de la souffrance. Mais elle a aussi pour conséquence de nous placer dans cette recherche du *pourquoi*. À travers la plainte nous l'entendons clairement — comme le chantait Jacques Brel en 1968, dans l'une de ses toutes dernières chansons, *J'arrive*:

De chrysanthèmes en chrysanthèmes
Nos amitiés sont en partance
De chrysanthèmes en chrysanthèmes
La mort potence nos dulcinées
De chrysanthèmes en chrysanthèmes
Les autres fleurs font ce qu'elles peuvent
De chrysanthèmes en chrysanthèmes
Les hommes pleurent, les femmes pleuvent

J'arrive, j'arrive
Mais qu'est-ce que j'aurais bien aimé
Encore une fois traîner mes os
Jusqu'au soleil, jusqu'à l'été
Jusqu'au printemps, jusqu'à demain

J'arrive, j'arrive
Mais qu'est-ce que j'aurais bien aimé
Encore une fois voir si le fleuve est encore fleuve
Voir si le port est encore port
M'y voir encore

J'arrive, j'arrive
Mais pourquoi moi, pourquoi maintenant
Pourquoi déjà et où aller
J'arrive bien sûr, j'arrive
Mais ai-je jamais rien fait d'autre qu'arriver

De chrysanthèmes en chrysanthèmes
À chaque fois plus solitaire
De chrysanthèmes en chrysanthèmes
À chaque fois surnuméraire (...)

(Brel, 1968)

Toute entière inspirée par la perspective de la perte et de la mort (comme peu ou prou la moitié du répertoire musical de Jacques Brel), c'est la souffrance et le désespoir qui retentissent ici — et si nous sentons que le désir et le sentiment d'injustice y prédomine, c'est bien parce que spontanément nous voudrions à l'inverse qu'il y ait justice.

Paul Ricœur reprend lui aussi à son compte cette caractéristique d'une souffrance désespérante qui « n'est pas seulement ressentie, mais jugée comme une figure du mal » (Ricœur, 2013, p. 31). À ce stade, il nous faut d'ailleurs prendre le temps de distinguer les différents aspects de cette souffrance qui incarne véritablement le mal lorsqu'elle en devient débordante et que nous en perdons le sens. Selon Paul Ricœur :

Ce qui demande justification, (...) c'est le sentiment que tout mal n'est pas mal de faute, mal « moral » (...), mais, au sens de Leibniz, mal « physique », c'est-à-dire existant dans la « nature », sans avoir sa justification dans l'ordre moral ; autrement dit, il faut désintriquer l'être-victime de l'être-coupable. (Ricœur, 2013, p. 31)

Cette distinction est importante, car elle vient dissiper une confusion portée de longue date et encore persistante, sur laquelle Paul Ricœur vient apporter une lumière éclairante. Nous la trouvons également élaborée dans un autre ouvrage, intitulé *Le mal* (2004), dans lequel ce dernier a abordé plus en détail cette même question. Il s'agit de la retranscription d'une conférence prononcée quelques années plus tôt, en 1985, à la faculté de théologie de l'Université de Lausanne :

Ce qui fait toute l'énigme du mal, c'est que nous plaçons sous un même terme, du moins dans la tradition de l'Occident judéo-chrétien, des phénomènes aussi disparates, en première approximation, que le *péché*, la *souffrance* et la *mort*. (Ricœur, 2004, p. 21-22)

Dans une élaboration particulièrement simple et brillante, Paul Ricoeur nous résume en seulement quelques phrases toute l'articulation qui sous-tend la distinction de sens entre ces mots :

Dans la rigueur du terme, le mal moral — le péché en langage religieux — désigne ce qui fait de l'action humaine un objet d'imputation, d'accusation et de blâme. L'imputation consiste à assigner à un sujet responsable une action susceptible d'appréciation morale. L'accusation caractérise l'action elle-même comme violation du code éthique dominant dans la communauté considérée. Le blâme désigne le jugement de condamnation en vertu duquel l'auteur de l'action est déclaré coupable et mérite d'être puni. C'est ici que le mal moral interfère avec la souffrance, dans la mesure où la punition est une souffrance infligée. (Ricoeur, 2004, p. 22)

Résumé ici, nous voyons donc comment il est possible de décomposer cette notion du mal moral (du péché ou encore de la faute), en une suite d'étapes ordonnées qui en détaillent le cheminement dans nos communautés humaines. Suite à la constatation d'un méfait ou d'un manquement, il s'agit d'abord d'en rechercher l'auteur (l'imputation), d'en nommer les aspects répréhensibles (l'accusation), puis d'infliger une sentence de punition à l'auteur (le blâme). Comme le mentionne Paul Ricoeur, la punition elle-même vise alors à infliger une souffrance à celui ou celle qui a fauté. Nous pourrions également ajouter que tout ce processus fait généralement suite à une souffrance première, infligée ou subie par un tiers — une souffrance qui appelle à une réparation, ou tout du moins à une action qui vise d'abord à l'interrompre, puis possiblement à en punir l'auteur pour éviter qu'elle ne se réitère. C'est donc une trajectoire parcourant successivement : souffrance, recherche du coupable, énoncé de la faute, punition et souffrance. Un trajet qui engendre aisément un cycle bien trop familier, fait de revanches et de vengeances, et qui peut ainsi facilement s'auto-entretenir. Notons enfin que même sans punition infligée, une culpabilité ressentie peut elle aussi devenir une souffrance qui peut entretenir ce même cycle à l'intérieur de nous.

À la suite de cette analyse, Paul Ricoeur se livre alors au même travail de clarification sur la question de la souffrance, pour mieux en souligner les différences avec le mal moral :

Prise également dans la rigueur de son sens, la souffrance se distingue du péché par des traits contraires. À l'imputation qui centre le mal moral sur un agent

responsable, la souffrance souligne son caractère essentiellement subi: nous ne la faisons pas arriver; elle nous affecte. De là, la surprenante variété de ses causes: adversité de la nature physique, maladies et infirmités du corps et de l'esprit, affliction produite par la mort d'êtres chers, perspective effrayante de la mortalité propre, sentiment d'indignité personnelle, etc.; à l'opposé de l'accusation qui dénonce une déviance morale, la souffrance se caractérise comme pur contraire du plaisir, comme non-plaisir, c'est-à-dire comme diminution de notre intégrité physique, psychique, spirituelle. Au blâme, enfin et surtout, la souffrance oppose la lamentation; car si la faute fait l'homme coupable, la souffrance le fait victime: ce que clame la lamentation. (Ricœur, 2004, p. 23)

Ici encore, c'est avec une grande précision que Paul Ricœur nous rappelle le sens strict de la souffrance. Nous pouvons y apercevoir la proximité souvent mal-entendue entre souffrance et probité. Car si le péché, ou la faute, impliquent une déviance morale, il paraît tentant à l'inverse d'associer à tort souffrance subie et rectitude morale. Notons également au passage les éléments que nous retrouvons de notre précédente étude: le non-plaisir, la diminution de notre intégrité et les dimensions qu'il nomme: physique, psychique, spirituelle, qui nous ramènent très proche de la *souffrance globale* théorisée par Cicely Saunders. La dimension sociale étant pour Paul Ricœur essentiellement relationnelle, c'est encore en développant son argumentation qu'il en vient à l'aborder, articulant le lien entre mal et souffrance:

Cela étant, qu'est-ce qui, en dépit de cette irrécusable polarité, invite la philosophie et la théologie à penser le mal comme racine commune du péché et de la souffrance? C'est d'abord l'extraordinaire enchevêtrement de ces deux phénomènes; d'une part, la punition est une souffrance physique et morale surajoutée au mal moral, qu'il s'agisse de châtement corporel, de privation de liberté, de honte, de remords; c'est pourquoi on appelle la culpabilité elle-même *peine*, terme qui enjambe la fracture entre mal commis et mal subi; d'autre part, une cause principale de souffrance est la violence exercée sur l'homme par l'homme: en vérité, mal faire c'est toujours, à titre direct ou indirect, faire tort à autrui, donc le faire souffrir; dans sa structure relationnelle — dialogique —, le mal commis par l'un trouve sa réplique dans le mal subi par l'autre; c'est en ce point d'intersection majeur que le cri de la lamentation est le plus aigu, quand l'homme se sent victime de la méchanceté de l'homme. (Ricœur, 2004, p. 23-24)

C'est là le cœur de cette argumentation et l'intérêt majeur que nous lui trouvons pour aborder ensuite de manière structurée la question du sens de la souffrance. La confusion persistante entre souffrance et faute, entre mal subi et mal commis, nous mène rapidement à

une méprise au moins aussi sérieuse que celle que nous avons dénoncée dans le chapitre précédent, lorsque nous confondions pouvoir d’agir et impuissance. Cette confusion se trouve d’ailleurs renforcée par nos mots. Comme Paul Ricoeur mentionne la *peine*, tirée du latin *pœna* qui signifie *punition*, et dont le sens en français signifie à la fois *souffrance* et *sanction*. Mais ce même terme a également donné en anglais le mot *pain*, qui signifie *douleur*. Ce mélange des genres nous incite certainement d’une manière diffuse à demeurer dans ce singulier amalgame qui a pourtant des conséquences particulièrement néfastes. Ainsi, comme le précise encore Paul Ricoeur :

L’effet le plus visible de cette étrange expérience de passivité, au cœur même du mal-agir, est que l’homme se sent victime en tant même qu’il est coupable. Le même brouillage de la frontière entre coupable et victime s’observe en partant de l’autre pôle. Puisque la punition est une souffrance réputée méritée, qui sait si toute souffrance n’est pas, d’une manière ou d’une autre, la punition d’une faute personnelle ou collective, connue ou inconnue? (Ricoeur, 2004, p. 25-26)

C’est ici véritablement que débute notre réflexion sur les diverses interprétations sur le sens de la souffrance. En particulier, c’est maintenant qu’il nous faut nommer cette première manière d’interpréter, d’établir un lien causal entre souffrance et punition, comme étant portée par l’idée d’une *rétribution*. Or dans l’histoire de l’humanité, cette vision a longtemps été portée par les mythes, notamment les mythes de Création (Hentsch, 2005). Ces récits ancestraux fournissent en effet une explication métaphorique, souvent d’origine divine, à l’existence du mal, de la souffrance et de la misère humaine. Même ceux qui considèrent ces légendes comme irrationnelles et dénuées de sens, ne peuvent nier leur impact sur la pensée humaine, aussi bien dans le passé, mais également jusqu’à nos jours.

3.1. Justification de la souffrance par les mythes

Nous allons présenter ici deux exemples de mythes qui nourrissent cette vision rétributive et qui paraissent particulièrement marquants pour notre civilisation occidentale, à la fois judéo-chrétienne et gréco-romaine (Brague, 1999). Celui par lequel nous commencerons est un récit fait dans la mythologie grecque justifiant la présence de la souffrance et du mal dans

le monde, parmi les êtres humains⁴⁸. Avant d'en résumer brièvement la trame, mentionnons d'abord son entame, c'est-à-dire comment «auparavant, les tribus des hommes vivaient sur la terre exemptes des tristes souffrances, du pénible travail et de ces cruelles maladies qui amènent la vieillesse» (Hésiode, 1841).

Les êtres humains possédaient le feu qui leur donnait le pouvoir sur la nature et le confort. Ils révéraient les dieux, mais survint une dispute avec ces derniers pour savoir comment répartir la chair des animaux sacrificiels. C'est lors d'une réunion au sommet dans la cité de Mékoné que le titan Prométhée, ami et émancipateur des êtres humains, fut amené à en faire la médiation. Prenant un large bœuf, il le sépara en deux parties. «D'un côté, il renferma dans la peau les chairs, les intestins et les morceaux les plus gras, en les enveloppant du ventre de la victime ; de l'autre, il disposa avec une perfide adresse les os blancs qu'il recouvrit de graisse luisante» (Hésiode, 1838). Prométhée laissa Zeus choisir sa part en tentant de cette manière de berner le dieu des dieux pour favoriser les hommes, mais le poète nous affirme que ce dernier n'est pas dupe. «De ses deux mains [Zeus] écarta la graisse éclatante de blancheur ; il devint furieux, et la colère s'empara de son âme tout entière quand, trompé par un art perfide, il aperçut les os blancs de l'animal.» Malgré le dépit provoqué par cette tromperie, c'est pourtant cette tradition que les Grecs conserveront pour rendre grâce à leurs dieux, en leur brûlant les os et la graisse des victimes sacrificielles.

En conséquence, le courroux de Zeus s'abat une première fois sur les hommes à qui il retire le feu, les laissant vivre sur la Terre dans le froid et l'infortune. Mais le rusé Prométhée, cherchant toujours à suppléer à la faiblesse atavique des humains, retourna sur l'Olympe et « déroba un étincelant rayon de ce feu et le cacha dans la tige d'une fêrulle. » Fou de rage, Zeus nourrit alors un plan des plus funestes pour punir les hommes une seconde fois. Il conçut ainsi un double piège : d'une part, il plaça dans une jarre tous les maux et les

⁴⁸ Notons que les mythes grecs sont en fait éparpillés sur plusieurs récits de différents auteurs, parfois contradictoires et pour lesquels nous ne ferons pas ici de recension exhaustive. Pour plus de sobriété, nous avons sélectionné les éléments les plus significatifs que nous avons trouvés chez le poète Hésiode (traduits par le poète et helléniste français, Anne Bignan, entre 1838 et 1841) qui a ainsi rassemblé en deux tomes (*La Théogonie* et *Les travaux des jours*), l'essentiel des éléments mythologiques de la Création qui nous intéressent ici.

souffrances possibles à destination de ces derniers ; d'autre part, il demanda à Héphaïstos, dieu du feu, de créer une femme faite à partir d'argile. Ainsi est née Pandore — *celle qui a tous les dons* —, qui reçut de chacun des dieux de l'Olympe les qualités physiques et intellectuelles qui la rendront irrésistible aux yeux des hommes, mais feront aussi d'elle une créature perfide et orgueilleuse. Elle leur fut alors envoyée avec la jarre maudite :

Pandore, tenant dans ses mains un grand vase, en souleva le couvercle, et les maux terribles qu'il renfermait se répandirent au loin. L'Espérance seule resta : arrêtée sur les bords du vase, elle ne s'envola point, Pandore ayant remis le couvercle, par l'ordre de [Zeus] qui porte l'égide et rassemble les nuages. Depuis ce jour, mille calamités entourent les hommes de toutes parts : la terre est remplie de maux, la mer en est remplie ; les maladies se plaisent à tourmenter les mortels nuit et jour et leur apportent en silence toutes les douleurs, car le prudent [Zeus] les a privées de la voix. (Hésiode, 1841, p. 141)

Voilà donc comment les êtres humains furent sanctionnés par l'irruption du mal dans le monde. Mais dans cette histoire, Prométhée subit lui aussi une punition extrêmement sévère. Enchaîné à un rocher, il se fit torturer par un aigle qui tous les jours dévorait son foie immortel. « Il en renaissait autant durant la nuit que l'oiseau aux larges ailes en avait dévoré pendant le jour. » Son supplice prit fin lorsque Hercule vint le libérer à l'occasion de ses légendaires douze travaux.

Quant à la deuxième peine des humains, elle est ancrée dans une vision particulièrement misogyne, puisqu'il s'agit de la présence de Pandore elle-même :

Car de cette vierge est venue la race des femmes au sein fécond, de ces femmes dangereuses, fléau cruel vivant parmi les hommes et s'attachant non pas à la triste pauvreté, mais au luxe éblouissant. (...) ainsi [Zeus], ce maître de la foudre, accorda aux hommes un fatal présent en leur donnant ces femmes, complices de toutes les mauvaises actions. (Hésiode, 1838, p. 134)

Voici donc récapitulé brièvement le récit mythologique, selon Hésiode, de l'apparition de la souffrance et du mal sur la Terre. Nous y voyons clairement qu'il s'agit d'une trame narrative baignée de l'idée de la rétribution, en cela qu'elle s'appuie fondamentalement sur la manière dont Zeus se venge sur les humains et sur Prométhée de l'affront qu'il a subi. Les souffrances humaines viennent en réponse d'une faute commise par Prométhée, qui trouve son

châtiment dans l'irruption des maladies, de la vieillesse et de la mort dans l'existence humaine⁴⁹. Il semble certes injuste de punir ainsi les humains pour une faute qu'ils n'ont pas commise, mais nous pourrions admettre que la volonté de Zeus dans sa légendaire sagesse fut également d'empêcher les êtres humains de devenir égaux aux dieux — Prométhée ayant déjà tenté à plusieurs reprises de hisser les humains au-dessus de leur condition et ces derniers étant connus dans d'autres récits pour avoir déjà péchés par arrogance et orgueil vis-à-vis des dieux. C'est donc bien dans une logique manifeste de revanche que s'insère ce récit qui vient justifier la présence d'une souffrance, intimement liée et originellement causée par une faute.

Progressons maintenant vers le deuxième mythe de la création qui nous intéresse. Il s'agit de la Genèse, récit fondateur décrivant la création du monde dans les trois religions du livre ; juives, chrétienne et musulmane. Nous considérerons ici le deuxième récit de la Genèse (du chapitre 2 – verset 4, à la fin du chapitre 3) qui nous intéresse plus particulièrement, puisque c'est celui qui nous relate *la Chute*, l'exil forcé des êtres humains hors du paradis terrestre. Le tableau commence par la création du tout premier homme, puis la description du jardin d'Eden :

Alors le Seigneur Dieu modela l'homme avec la poussière tirée du sol ; il insuffla dans ses narines le souffle de vie, et l'homme devint un être vivant. Le Seigneur Dieu planta un jardin en Éden, à l'Orient, et y plaça l'homme qu'il avait modelé. Le Seigneur Dieu fit pousser du sol toutes sortes d'arbres à l'aspect désirable et aux fruits savoureux ; il y avait aussi l'arbre de vie au milieu du jardin, et l'arbre de la connaissance du bien et du mal. Un fleuve sortait d'Éden pour irriguer le jardin ; puis il se divisait en quatre bras. (Genèse 2, 7-10)

Le décor est planté. Adam, dont le nom en hébreu signifie *glaiseux* (parce que tiré de la terre) y est souvent vu comme le symbole de l'humanité tout entière. Notons que Dieu a créé le jardin spécialement pour sa créature dans le désir manifeste de lui fournir un habitat qui lui convienne, mais le texte nous le présente dans une perspective qui semble étonnamment transactionnelle :

⁴⁹ Sans oublier la perfidie des femmes!... Il est frappant de constater comment Hésiode semble avoir une piètre opinion de ces dernières, insistant lourdement sur ce point avec force d'exemples.

Le Seigneur Dieu prit l'homme et le conduisit dans le jardin d'Éden pour qu'il le travaille et le garde. Le Seigneur Dieu donna à l'homme cet ordre: «Tu peux manger les fruits de tous les arbres du jardin; mais l'arbre de la connaissance du bien et du mal, tu n'en mangeras pas; car, le jour où tu en mangeras, tu mourras.» (Genèse 2, 15-17)

Apparaît ici explicitement la seule consigne donnée par Dieu à l'homme, l'interdit fondamental qui servira de tournant à l'intrigue. Ce que la culture populaire identifie souvent comme une pomme est en fait le fruit de l'arbre de la connaissance du bien et du mal. Remarquons qu'à aucun moment le lien n'est fait dans le texte entre la transgression de la prescription annoncée par Dieu et sa fatale conséquence. À la lecture, il semble d'ailleurs ne pas s'agir tant d'une menace, mais plutôt d'une répercussion. Cependant, on peine alors à en comprendre le sens, d'autant que c'est un autre arbre — l'arbre de vie —, qui donne l'immortalité dont jouissait Adam dans le jardin d'Éden — ce que nous confirme le texte un peu plus loin. Cette évidence interroge et autorise ainsi l'interprétation qu'il pourrait s'agir d'une punition injuste et incohérente de la part de Dieu, que ce dernier ne prend pas la peine d'expliquer à Adam.

Mais continuons notre cheminement dans la suite du texte. Pour accompagner l'homme dans sa solitude, Dieu en vient ensuite à créer l'ensemble des animaux, cependant aucun d'entre eux ne convient à Adam. Dieu crée alors la première femme, modelée à partir d'une côte prise à Adam durant son sommeil. Tous deux sont alors dans le jardin, «l'homme et sa femme étaient nus, et ils n'en éprouvaient aucune honte l'un devant l'autre» (2, 25). C'est ici que nous arrivons au point culminant du récit:

Le serpent était le plus rusé de tous les animaux des champs que le Seigneur Dieu avait faits. Il dit à la femme: «Alors, Dieu vous a vraiment dit: “Vous ne mangerez d'aucun arbre du jardin?”»
La femme répondit au serpent: «Nous mangeons les fruits des arbres du jardin. Mais, pour le fruit de l'arbre qui est au milieu du jardin, Dieu a dit: “Vous n'en mangerez pas, vous n'y toucherez pas, sinon vous mourrez.”» Le serpent dit à la femme: «Pas du tout! Vous ne mourrez pas! Mais Dieu sait que, le jour où vous en mangerez, vos yeux s'ouvriront, et vous serez comme des dieux, connaissant le bien et le mal.» (Genèse 3, 1-5)

Le serpent est rusé et perfide, ce qui nous rappelle la manière qu'a eue Prométhée d'entrer en relation avec Zeus, mais ici c'est avec la femme que le reptile engage la conversation pour l'amener à commettre la faute originelle. Nous ignorons tout de ses motivations, il apparaît cependant clairement chez lui un désir de malice qui vise peut-être à mettre à jour l'incohérence que nous avons précédemment soulevée entre les bienfaits attendus du fruit de l'arbre de la connaissance du bien et du mal et la conséquence annoncée par Dieu — la mortalité — si jamais l'homme et la femme en mangeaient.

La femme s'aperçut que le fruit de l'arbre devait être savoureux, qu'il était agréable à regarder et qu'il était désirable, cet arbre, puisqu'il donnait l'intelligence. Elle prit de son fruit, et en mangea. Elle en donna aussi à son mari, et il en mangea. Alors leurs yeux à tous deux s'ouvrirent et ils se rendirent compte qu'ils étaient nus. Ils attachèrent les unes aux autres des feuilles de figuier, et ils s'en firent des pagnes. (Genèse 3, 6-7)

Voici que l'irréparable a été commis et que les conséquences s'enchaînent. De ce point de vue, il est surprenant de constater que le premier effet survenant après avoir mangé du fruit de la connaissance du bien et du mal soit de prendre conscience de sa propre nudité. On aurait facilement pu espérer une sagesse plus profonde et plus spectaculaire. Mais peut-être y a-t-il un lien entre l'apparition de la pudeur et celle de la conscience morale? L'étude du développement psychologique de l'enfant pourrait peut-être nous éclairer sur ce point. À l'évidence, Adam et sa femme se trouvaient juste avant le basculement du récit dans un état semblable aux nourrissons avant l'apparition de leur conscience morale (Fiat, 2007) — un état similaire à celui des hommes dépeints dans le mythe de Prométhée, qui n'avaient pas conscience d'être distincts des dieux.

Quoi qu'il en soit, le récit nous fait bien comprendre la manière dont l'homme et la femme se trouvent naturellement enclins à goûter de ce fruit sans vraiment y offrir de résistance. Et une fois achevé le travail de sappe du serpent, c'est sans vraiment y réfléchir et poussés par le désir d'acquérir l'intelligence que tous les deux partagent d'un même élan ce geste de rébellion. S'en suit un moment de confusion où homme et femme se cachent de Dieu qui les cherche dans le jardin. Ce dernier finit par les trouver et apprend de la bouche d'Adam qu'ils ont maintenant conscience de leur nudité:

Le Seigneur reprit: «Qui donc t'a dit que tu étais nu? Aurais-tu mangé de l'arbre dont je t'avais interdit de manger?» L'homme répondit: «La femme que tu m'as donnée, c'est elle qui m'a donné du fruit de l'arbre, et j'en ai mangé.» Le Seigneur Dieu dit à la femme: «Qu'as-tu fait là?» La femme répondit: «Le serpent m'a trompée, et j'ai mangé.» (Genèse 3, 11-13)

Belle cascade d'évitements et d'esquives de responsabilités! Car même si l'homme et la femme n'expriment ici que la stricte vérité, chacun cherche d'abord à se dédouaner en rejetant la faute sur un autre. Seul le serpent reste muet, peut-être parce qu'il n'a personne d'autre à accuser. Or c'est justement lui le premier à être puni par Dieu pour le méfait commis:

Alors le Seigneur Dieu dit au serpent: «Parce que tu as fait cela, tu seras maudit parmi tous les animaux et toutes les bêtes des champs. Tu ramperas sur le ventre et tu mangeras de la poussière tous les jours de ta vie. Je mettrai une hostilité entre toi et la femme, entre ta descendance et sa descendance: celle-ci te meurtrira la tête, et toi, tu lui meurtriras le talon.» (Genèse 3, 14-15)

Vient ensuite le tour de la femme:

«Je multiplierai la peine de tes grossesses; c'est dans la peine que tu enfanteras des fils. Ton désir te portera vers ton mari, et celui-ci dominera sur toi.» (Genèse 3, 16)

Et enfin, voici la sentence adressée à l'homme, qui est en fait la punition adressée à toute l'humanité, car nous voyons qu'elle s'applique tout autant à la femme qu'à l'homme dans ses conséquences quotidiennes:

Il dit enfin à l'homme: «Parce que tu as écouté la voix de ta femme, et que tu as mangé le fruit de l'arbre que je t'avais interdit de manger: maudit soit le sol à cause de toi! C'est dans la peine que tu en tireras ta nourriture, tous les jours de ta vie. De lui-même, il te donnera épines et chardons, mais tu auras ta nourriture en cultivant les champs. C'est à la sueur de ton visage que tu gagneras ton pain, jusqu'à ce que tu retournes à la terre dont tu proviens; car tu es poussière, et à la poussière tu retourneras.» (Genèse 3, 17-19)

Voilà l'intrigue consommée. Dorénavant les voici, hommes et femmes, qui seront laborieux, souffrants et mortels. Pourtant, comme nous l'avions soulevé précédemment, cela ne peut

être dû à cette nouvelle conscience du bien et du mal si chèrement acquise. Dieu lui-même nous indique dans les vers suivants la logique qui mène à cette conséquence :

Puis le Seigneur Dieu déclara : « Voilà que l'homme est devenu comme l'un de nous par la connaissance du bien et du mal ! Maintenant, ne permettons pas qu'il avance la main, qu'il cueille aussi le fruit de l'arbre de vie, qu'il en mange et vive éternellement ! » Alors le Seigneur Dieu le renvoya du jardin d'Éden, pour qu'il travaille la terre d'où il avait été tiré. Il expulsa l'homme, et il posta, à l'orient du jardin d'Éden, les Kérubim, armés d'un glaive fulgurant, pour garder l'accès de l'arbre de vie. (Genèse 3, 22-24)

Peut-être parce qu'il ne peut y avoir qu'un seul Dieu, à la fois sage et éternel, il semble interdit aux êtres humains de cumuler à la fois la conscience divine et l'immortalité. Nous retrouvons d'ailleurs ce même souci chez Zeus d'empêcher les êtres humains de devenir égaux aux dieux. Adam et Ève⁵⁰, en ayant déjà acquis la connaissance du bien et du mal, se trouvent maintenant conscients de leur existence, distincts de Dieu et maîtres de leurs destinées. Il est donc logique que Dieu les envoie hors du jardin d'Éden, afin qu'ils puissent vivre pleinement leur autonomie comme les humains qu'ils sont. Ils ne peuvent rester dans un jardin qui a été conçu pour être l'extension même de Dieu. Telle l'émancipation d'adolescents qui, un jour, quittent la maison de leurs parents : si Adam et Ève n'étaient pas partis pour assumer leur propre destin et leurs propres choix, ils auraient risqué inévitablement de se trouver en conflit avec un Dieu qui aurait eu d'autres desseins pour eux.

Mais revenons à notre propos sur la rétribution. Suite à cette exploration de deux des mythes certainement parmi les plus célèbres de notre culture et de notre civilisation, nous voyons maintenant plus clairement comment la présence de la souffrance humaine y a été explicitement subordonnée à celle d'une faute commise, par le truchement d'une punition divine. « La Révélation nous donne la certitude de foi que toute l'histoire humaine est marquée par la faute originelle librement commise par nos premiers parents » (Catéchisme, 2021, v. 390). Ainsi, la souffrance se voit justifiée, non seulement dans son existence dans le

⁵⁰ Notons que Ève n'est nommée et pleinement reconnue par Adam qu'après la punition divine prononcée : « L'homme appela sa femme Ève (c'est-à-dire : la vivante), parce qu'elle fut la mère de tous les vivants » (Genèse, 3, 20). Elle y trouve alors définitivement son rôle de matriarche, au même titre qu'Adam, tous les deux représentant symboliquement l'ensemble de l'humanité.

monde, mais également en ce qui concerne chaque être humain — ce qui vient répondre à ce *pourquoi* lancinant que nous avons évoqué au début de ce chapitre. Ainsi, comme le dit Paul Ricoeur, «la première et la plus tenace des explications offertes par la sagesse est celle de la *rétribution*: toute souffrance est méritée parce qu'elle est la punition d'un péché individuel ou collectif, connu ou inconnu» (Ricoeur, 2004, p. 30).

Or ces tentatives ancestrales de réponse, même si elles ont l'apparence de la logique, ne sont bien évidemment pas venues satisfaire ni apaiser tous les questionnements — d'autant plus qu'elles ajoutent une forte dimension de culpabilité à une situation de souffrance déjà pénible et souvent associée, comme nous l'avons vu, à une estime de soi très diminuée. Plusieurs niveaux d'élaboration successive sont donc venus s'y ajouter au fil des siècles afin d'en nuancer le propos, en particulier dans la tradition chrétienne autour du mythe de la Genèse. L'une de ces élaborations va attirer brièvement notre attention pour en suivre la progression. Il s'agit de la doctrine du *péché originel*, formulée par Augustin d'Hippone. Ce dernier fut un philosophe et théologien chrétien majeur, qui a vécu entre le 4^e et le 5^e siècle en Afrique du Nord. Béatifié et canonisé, il est devenu l'un des penseurs les plus influents de son époque et est aujourd'hui connu sous le nom de Saint Augustin.

Comme nous l'avons vu, il n'est jamais fait mention dans le texte de la Genèse, d'un péché qui soit *originel*. Cette dénomination est initialement trouvée sous la plume de Saint Augustin et vise à justifier avec un peu plus de nuances la présence des souffrances humaines à travers une faute qui ne serait pas forcément commise, mais qui serait plutôt vue comme une vulnérabilité intrinsèque à l'humanité, la prédisposant à la souffrance et pouvant l'inciter au péché (Ricoeur, 2004, p. 35-36). Par ailleurs dans sa réflexion, Saint Augustin en vient à nuancer également la notion de *mal*. Plutôt que de tenter de le personnifier sous la forme du *Satan* ou d'en faire une réalité substantielle comme l'ont fait les manichéens à la même époque, il affirme simplement que le *mal* est fondamentalement l'absence du *bien* — comme le froid est l'absence de chaleur. Or Dieu, en nous faisant quitter le jardin d'Eden, a donc souhaité nous laisser la liberté de vivre dans un monde souverain, d'où il s'est retiré — un monde dans lequel le *bien* n'est donc pas systématiquement présent. Vu de cette manière, c'est le libre arbitre humain, appuyé sur notre connaissance du bien et du mal, qui nous rend

susceptible d'agir selon notre propre volonté et ainsi de faire le bien ou de commettre le mal. S'en suivit logiquement toute une partie de la doctrine du *salut*, vue dans une perspective de rétribution, généralement considérée d'un point de vue tout aussi littéral que pragmatique : pour obtenir la *vie éternelle*, il faut *gagner son Ciel* par le poids de ses bonnes actions qui seront pesées et jugées au moment de notre mort ou du jugement dernier. Notons qu'aujourd'hui encore, l'Église catholique reprend intégralement la vision de Saint Augustin pour expliquer le concept de péché et celui de péché originel (ou péché *premier*) dans son Catéchisme (2021) :

Le péché est une offense de Dieu.(...) Comme le péché premier, il est une désobéissance, une révolte contre Dieu, par la volonté de devenir «comme des dieux», connaissant et déterminant le bien et le mal (Gn 3, 5). Le péché est ainsi «amour de soi jusqu'au mépris de Dieu» (S. Augustin, civ. 14, 28) — (v. 1849-1850)

Néanmoins, la notion de *péché originel*, loin de vouloir appuyer plus fort sur cette vision pessimiste et culpabilisante du mal moral (que nous avons exploré comme un péché pouvant nous envoyer en Enfer), vient au contraire souligner cette fragilité qui nous habite toutes et tous, mais dont nous ne sommes ultimement pas fondamentalement responsables.

C'est un péché qui sera transmis par propagation à toute l'humanité, c'est-à-dire par la transmission d'une nature humaine privée de la sainteté et de la justice originelles. (...) C'est un péché «contracté» et non pas «commis», un état et non pas un acte. Quoique propre à chacun, le péché originel n'a, en aucun descendant d'Adam, un caractère de faute personnelle. C'est la privation de la sainteté et de la justice originelles, mais la nature humaine n'est pas totalement corrompue : elle est blessée dans ses propres forces naturelles, soumise à l'ignorance, à la souffrance et à l'empire de la mort, et inclinée au péché (cette inclination au mal est appelée «concupiscence»). (Catéchisme, 2021, v. 404-405)

Nous n'analyserons pas ici les conséquences qu'a pu avoir cette manière de nommer les choses, mais il est frappant de constater la proximité entre cette forme d'avidité liée à l'ego, et la *soif* (*tanhā*) dans laquelle les traditions bouddhistes voient également l'origine de la souffrance. Soulignons comment Augustin d'Hippone précise encore que c'est par la *grâce* divine, survenue par l'irruption du Christ dans l'histoire, que les êtres humains peuvent se libérer du mal et obtenir leur *salut*, malgré la faute première. Il prolonge ainsi l'explication donnée par Paul de Tarse quelques années seulement après la mort de Jésus :

Nous savons que par un seul homme, le péché est entré dans le monde, et que par le péché est venue la mort; et ainsi, la mort est passée en tous les hommes, étant donné que tous ont péché. (...) Mais il n'en va pas du don gratuit comme de la faute. En effet, si la mort a frappé la multitude par la faute d'un seul, combien plus la grâce de Dieu s'est-elle répandue en abondance sur la multitude, cette grâce qui est donnée en un seul homme, Jésus Christ. (Romains 5, 12; 15)

Cette citation est cruciale dans ce contexte, car c'est à la fois sur la lecture du chapitre 3 de la Genèse et sur celle de ce passage de Saint Paul que Saint Augustin a construit toute sa doctrine du *péché originel* — que nous pouvons aujourd'hui identifier comme une *théodicée*. Ainsi, affirmer comme Augustin l'a fait que le mal existe dans le monde, soit comme péché (mal commis), soit comme souffrance (mal subi), et en donner une justification tout en l'articulant avec l'idée d'un Dieu qui soit bienveillant et tout puissant, revient à tenter de résoudre d'une manière plus complète, l'une des plus anciennes questions philosophiques et théologiques. Cette question cherche à répondre à une contradiction déjà soulevée par le philosophe grec Épicure autour de l'an 300 avant notre ère (tel que rapporté par le théologien chrétien Lactance — Glauser, 2003), mais que Paul Ricœur (2004, p. 20) nous résume d'une manière très synthétique: «Comment peut-on affirmer ensemble, sans contradiction, les trois propositions suivantes: Dieu est tout puissant; Dieu est absolument bon; pourtant, le mal existe.»

Ce paradoxe logique prend pour prémisse deux des dogmes religieux les plus fondamentaux: 1) Dieu est tout puissant, 2) Dieu est absolument bon; pour les mettre en opposition avec la constatation évidente que le mal existe pourtant autour de nous — aussi bien le mal subi que le mal commis. Elle est rapidement devenue le fer de lance d'un questionnement et d'une critique anti-religieuse pouvant rapidement remettre en question l'existence même de Dieu. C'est donc tout naturellement que de nombreux penseurs, philosophes religieux et théologiens l'ont prise au sérieux pour tenter d'y apporter une réponse robuste et ont essayé d'apporter une réponse aussi frontale que possible à la question: «*pourquoi* est-ce que la souffrance et le mal existent?». Ils l'ont généralement fait dans le cadre posé antérieurement par les mythes religieux et toujours dans le contexte de la théologie, dans le but avoué de préserver la croyance monothéiste en un Dieu à la fois bon, omniscient et omnipotent. Cette démarche, nous l'avons vue amorcée avec la pensée de Saint Augustin et c'est dans

cette même continuité, quelque deux millénaires après Épicure, qu'apparaît la toute première démonstration philosophique qui ait été nommée *théodicée*. Le mot lui-même a été forgé par le philosophe et mathématicien allemand Gottfried Leibniz en 1710, lorsqu'il a formulé une proposition qui reste encore aujourd'hui vue comme «le modèle du genre» (Ricœur, 2004, p.39).

L'ouvrage *Essais de théodicée sur la bonté de Dieu, la liberté de l'homme et l'origine du mal* (Leibniz, 1734, p.477) prend en effet comme fondement la conception biblique originelle que le péché est à la source du mal et qu'il est présent dans notre monde, malgré le fait que ce dernier ait été créé par un Dieu absolument bienveillant et tout puissant. Il reprend également une partie des conclusions d'Augustin d'Hippone, notamment l'absence de substantialité du mal et l'importance du libre arbitre humain, vu comme un don de Dieu à l'humanité. Nous n'entrerons pas ici dans les détails de sa démonstration, l'essentiel étant d'en ramener la principale conclusion: parmi l'infinité de mondes qu'il lui était possible de créer, Dieu a finalement créé «le meilleur des mondes possibles» (Leibniz, 1734, p.540). Oui, le mal existe, cependant dans le grand schéma des choses qui nous entourent, il nous faut avoir confiance en la bonté de Dieu et en sa toute-puissance, car il ne nous est pas humainement possible de juger pertinemment et adéquatement de toutes les possibles alternatives au monde dans lequel nous vivons. Seul Dieu dans son omniscience et son omnipotence se montre capable de le faire. Il se trouve qu'il a ainsi choisi d'amener à l'existence le monde le plus parfait possible, dans lequel la présence du mal est minimisée, tout en laissant à l'être humain la vertu du libre arbitre qui l'amène parfois à commettre le mal.

Si cette démonstration fut largement appréciée et même acclamée pour son exhaustivité, sa grande rigueur et sa cohérence logique, elle fut cependant rapidement critiquée par d'autres penseurs et philosophes de son temps, pour son côté idéaliste, certainement exagérément optimiste — mais aussi par sa dimension très intellectuelle et hyper rationnelle:

La notion de meilleur des mondes possibles, tant raillée par Voltaire dans *Candide* après le désastre du tremblement de terre de Lisbonne, n'est pas comprise tant qu'on n'en aperçoit pas le nerf *rationnel*, à savoir le calcul de maximum et de minimum dont *notre* modèle de monde est le résultat. (Ricœur, 2004, p.40)

C'est en effet dans une logique toute mathématique que Leibniz inscrit son raisonnement, dans une recherche d'extrémum dont nous pouvons saisir la proximité avec le calcul infinitésimal⁵¹ dont il fut également l'inventeur. Cette construction y ajoute le principe de *raison suffisante* «qui s'énonce comme principe du meilleur, dès lors qu'on conçoit la Création comme issue d'une compétition dans l'entendement divin entre une multiplicité de modèles de monde dont un seul compose le maximum de perfections avec le minimum de défauts» (p. 40). Tout cela serait parfait dans un monde parfaitement rationnel, cependant comme le précise encore Paul Ricoeur :

Il faut alors un robuste optimisme humain pour affirmer que le bilan est au total positif. Et comme nous n'avons jamais que les miettes du principe du meilleur, nous devons nous contenter de son corollaire esthétique, en vertu duquel le contraste entre le négatif et le positif concourt à l'harmonie de l'ensemble. C'est très précisément cette prétention d'établir un bilan positif de la balance des biens et des maux sur une base quasi esthétique qui échoue, dès lors que l'on est confronté à des maux, à des douleurs, dont l'excès ne paraît pouvoir être compensé par aucune perfection connue. C'est encore une fois la lamentation, la plainte du juste souffrant qui ruine la notion d'une compensation du mal par le bien, comme elle avait jadis ruiné l'idée de la rétribution. (Ricoeur, 2004, p. 41)

Nous voici donc encore une fois revenu à la constatation que la souffrance ultime, que nous nommons *limite* ; celle que nous pouvons rapprocher de ce que Karl Jaspers appelait *situation limite* (Jaspers, 1962) — lorsqu'elle déborde et nous submerge, lorsqu'elle est vécue à la première personne — ne se laisse pas facilement apaiser par un savoir ou une théorie qui vienne l'expliquer ou la justifier. À ce titre, toutes les tentatives de théodicée rationnelle, telle que celle de Leibniz, mais également toutes celles qui viendront lui succéder (notamment celle de Hegel, plusieurs années après), ne pourront qu'échouer à rendre compte de manière concrète le sens de la souffrance pour celui ou celle qui se trouve plongé au milieu de la peine et de l'impuissance (Ricoeur, 2004, p. 44-50).

Mais face à cette aporie, «la sagesse n'est-elle pas de reconnaître le caractère *aporétique* de la pensée sur le mal?» (Ricoeur, 2004, p. 56). Or, loin de se désoler de cette absence de résultat probant, Ricoeur reste optimiste et souligne que si «l'énigme est une difficulté initiale,

⁵¹ Nous savons en effet grâce à Leibniz qu'il suffit de calculer la dérivé première d'une fonction mathématique pour en déterminer les inflexions lorsque sa dérivée s'annule et passe par zéro.

proche du cri de la lamentation ; l'aporie est une difficulté terminale, produite par le travail même de la pensée», cependant «ce travail n'est pas aboli, mais inclus dans l'aporie.» (Ricoeur, 2004, p. 57) C'est donc qu'il s'agit peut-être de changer notre attitude pour ne plus essayer de dominer la souffrance, mais tenter de la vivre d'une manière qui ne vise pas forcément à l'éradiquer. Pour avancer sur ce chemin, peut-être pouvons-nous précisément faire appel à «la lamentation, [à] la plainte du juste souffrant» pour nous servir de guide. Car comme l'indique Paul Ricoeur (2004, p. 41), c'est justement cette parole qui vient faire échouer toutes les tentatives de pensée dominante sur le mal et la souffrance. Or s'il est un récit originel qui se distingue immédiatement lorsqu'on parle de «juste souffrant», c'est bien celui qui se déploie dans le *livre de Job*. Progressons donc maintenant dans cette direction pour considérer ce que l'interprétation de ce conte à l'allure de mythe peut nous dire sur le sens de la souffrance.

3.2. Le livre de Job, sortir de la rétribution et des théodicées

Rappelons tout d'abord brièvement que le livre de Job est un récit tiré de la Bible. Il y est présent aussi bien dans les versions hébraïques traditionnelles que dans toutes les versions canoniques chrétiennes. On trouve également quelques traces de Job dans le Coran où il est mentionné comme le prophète *Ayoub*. Le livre de Job a certainement une place à part dans le corpus biblique en cela qu'il y est souvent considéré comme l'un des textes les plus ambigus (Cohen, 2017, p. 433). Que ce soit à propos de sa datation, de sa construction ou de son interprétation, les avis demeurent très partagés auprès des exégètes et les certitudes y sont peu nombreuses.

Malgré son style et ses références archaïques, sa mise par écrit au sein du canon biblique ne semble pas avoir été si lointaine : entre le VIII^e et le VI^e siècle avant l'ère chrétienne (Cohen, 2017, p. 434-437). Il est toutefois bien admis qu'il a pu avoir des origines beaucoup plus anciennes, car de nombreuses sources mésopotamiennes du II^e millénaire avant notre ère ont pour thème un sujet étonnamment similaire (Cohen, 2017, p. 457). Au même titre que le récit biblique du Déluge trouve certainement des inspirations dans la dernière tablette de l'Épopée de Gilgamesh, il est manifeste que les récits mésopotamiens du *Ludlul-bel-nemeqi* (le «poème du juste souffrant») ou encore ce qu'il est convenu d'appeler «la théodicée

babylonienne», présentent des similitudes frappantes avec le livre de Job, tout en lui étant bien antérieurs (Lenzi, 2019 & Cavigneaux, 2014). Le Livre de Job demeure cependant unique par son ampleur, la richesse de son vocabulaire, mais surtout les développements de son intrigue qui tranchent radicalement avec les autres livres bibliques présumés écrits à la même époque; ce qui lui donne un sens et un but bien différents.

Avant d'en explorer le thème, précisons encore qu'il s'agit d'une œuvre toute particulière et magistrale dans sa forme, puisqu'il s'agit d'un long poème. Avec ses quarante-deux chapitres, il forme le livre poétique le plus long de la Bible hébraïque. Par ailleurs, sa structure est elle aussi typique et singulière: le poème central, rédigé en vers (du chapitre 3 jusqu'à la moitié du chapitre 42), se trouve enchâssé entre un prologue (chapitres 1 et 2) et un épilogue (au chapitre 42, du verset 7 à 15) qui sont tous les deux en prose et qui en forment le cadre. En outre, ces derniers ont un propos et un style qui diffèrent fortement d'avec le cœur du poème, ce qui a longtemps amené ses interprètes à douter de leur contemporanéité et de leur cohérence. Il semble aujourd'hui acquis que leur composition a néanmoins pu avoir lieu à la même époque et dans le même but. (Cohen, 2017, p. 436)

Notons enfin qu'il est extrêmement difficile de rendre compte de l'hébreu ancien dans nos traductions modernes. Sans être un spécialiste de cette langue disparue, il est ainsi presque impossible de saisir pleinement la forme poétique du récit — comme le signale Isabelle Cohen, auteure d'un ouvrage extrêmement riche et fort complet sur le *Livre de Job*:

La poésie hébraïque ne se caractérise pas par la présence de strophes, de mètres ou de rimes finales. Ses critères sont tout d'abord d'ordre morphologique: elle recourt peu à l'article défini, qu'elle invite le lecteur à ajouter lui-même, change l'ordre des mots. (...) Enfin, elle se singularise par son laconisme, omettant toutes les prépositions conjonctions ou pronoms relatifs implicites. Elle se reconnaît surtout à des retours de rythme, déterminés par des structures syntaxiques parallèles, qui abondent, et par des retours de sons. Enfin, elle use d'images rapprochant des réalités éloignées, la modestie du lexique hébraïque et son caractère concret l'y encourageant lorsqu'il s'agit d'exprimer des abstractions. (Cohen, 2017, p. 443)

Ainsi, malgré la distance imposée par la langue, cette richesse dans la collision des images est néanmoins précieuse, car elle donne une profondeur métaphorique au récit pour peu que nous nous laissions imprégner par ce qui en déborde. Du côté de sa structure, il faut souligner que le livre est organisé en chapitres qui forment en eux-mêmes des unités poétiques distinctes. S'il nous est très difficile d'en saisir aujourd'hui le style et de nous laisser toucher et imprégner par sa beauté originelle, il reste évident que cette forme vise à transmettre un savoir sapientiel à ses lecteurs sous la forme de paraboles édifiantes. Cette utilisation d'un récit fictif, d'une œuvre d'art, pour illustrer et faire passer un message, pourrait nous apparaître désuète ou archaïque, fondamentalement étrangère à notre conception moderne du savoir académique et de la transmission des connaissances — elle demeure pourtant encore aujourd'hui le moyen privilégié, sans doute le plus efficace, pour la transmission des premiers enseignements de la vie, ainsi que la seule manière de vivre et de saisir l'expérience vécue par autrui. C'est dans ce sens que nous pouvons continuer à la considérer comme un élément essentiel de la connaissance humaine, sur un sujet aussi ardu que la question de la souffrance. Pour saisir pleinement l'intrigue du livre, il va nous falloir maintenant avancer par petites touches. D'abord en le considérant avec distance, puis en s'approchant des passages les plus pertinents à notre propos, avant de prendre à nouveau du recul.

Le récit débute par l'introduction de Job, personnage principal:

Il y avait au pays d'Ous un homme du nom de Job.
Il était irréprochable, droit, fidèle à Dieu et il évitait le mal. (Job, I,1)

Nous apprenons dès les cinq premiers versets que Job est un *juste*, un homme pieux, à la fois riche et comblé: sept fils et trois filles, un cheptel de milliers de bêtes, moutons, chameaux, bœufs, ânesses, ainsi que de très nombreux serviteurs. Dans sa pratique fervente, il a même pour habitude de compenser par des rites et des sacrifices les fautes que ses enfants auraient pu commettre, même si ces derniers ne semblent pourtant n'en avoir commis aucune.

Cette brève introduction du récit est soudainement interrompue par une scène se déroulant à la cour céleste divine. Le *Satan*⁵² vient visiter Dieu et le provoque en affirmant que c'est seulement par intérêt que Job demeure juste et dévot envers lui. Le Satan suggère de retirer à Job tous ses biens pour voir de quelle manière ce dernier va réagir. Dieu accepte alors de mettre Job à l'épreuve et ce dernier perd très brutalement tous ses biens, tous ses troupeaux et apprend la mort accidentelle de ses enfants. Il ne renie cependant pas Dieu, mais accueille sa souffrance dans le deuil et dans la prière.

Dans la scène suivante, au chapitre 2, nous retrouvons Dieu et le Satan qui se retrouvent dans un dialogue jumeau. Devant la résistance de Job, le Satan en vient à proposer de toucher Job directement dans sa chair en le frappant d'une maladie invalidante — ce que Dieu accepte sous réserve qu'il n'en vienne pas à mourir. Job est alors affligé d'une inflammation de la peau qui lui provoque des ulcères⁵³. Mais Job ne renie toujours pas Dieu pour autant et il demeure assis sur la cendre — symbole biblique du deuil — en se grattant les plaies avec un tesson de poterie. Tenté par sa femme pour en venir à abjurer Dieu, il ne s'y résout point. Au contraire, il lui rétorque: « Tu parles comme une folle. Si nous acceptons de Dieu le bonheur, pourquoi n'accepterions-nous pas de lui aussi le malheur? » (Job 2, 10).

Sur ces entrefaites, le récit introduit alors trois amis de Job :

C'étaient Élifaz de Téman, Bildad de Chouha et Sofar de Naama. Chacun arriva de chez lui, et ils se mirent d'accord pour aller plaindre Job et le consoler. Regardant de loin, ils ne le reconnurent pas. Alors ils éclatèrent en sanglots; ils déchirèrent leur manteau et ils se répandirent de la poussière sur la tête. Puis ils s'assirent à terre avec lui pendant sept jours et sept nuits, sans rien lui dire, tant sa souffrance leur apparaissait grande. (Job 2, 11-13)

⁵² Précisons que le *Satan* signifie l'adversaire, l'opposant ou l'accusateur. Dans le texte, il n'est pas encore la personnification du mal, comme le *Diable*. Le mot est ainsi devancé par un article défini car il est ici un *procureur* de la cour céleste, dont le rôle est d'inspecter l'état spirituel du monde et de venir en informer Dieu. Ainsi, même s'il ne fait pas partie de l'aréopage divin habituel, c'est bien sa mission qu'il exerce lorsqu'il propose de mettre *Job* à l'épreuve. (Cohen, 2017, p. 37)

⁵³ Certains commentateurs ont suggéré que cette maladie de peau aurait pu être la lèpre, affection infamante qui était répandue dans le Moyen-Orient de l'époque. Cependant aucune mention ne permet vraiment de déterminer de quelle pathologie le récit nous parle. La description qui en est donnée nous éloigne au contraire de celle qui est habituellement faite de la lèpre dans la Bible. (Cohen, 2017, note 36, p. 528).

C'est précisément à ce point du récit que débutent les poèmes en vers, qui commencent au chapitre 3 et s'étirent jusqu'à la moitié du chapitre 42. Il s'agit de longs échanges entre Job et ses trois amis philosophes, qui débattent ensemble sur le sens de ce qui s'est produit. Job commence par un premier monologue, puis les autres échanges se déroulent sur trois cycles, où chaque personnage s'exprime (sauf au 3e cycle, où seuls discutent Élifaz et Bildad). À chaque fois, Job répond à chacun d'eux à travers ce qui constitue au total un ensemble de dix-neuf poèmes. Aussi longues soient-elles, la teneur de ces discussions peut être résumée en un seul paragraphe: selon les trois amis, si Job a été frappé d'infortune, c'est évidemment parce qu'il a fauté d'une manière ou d'une autre. Mais Job clame son innocence et proteste, car, comme nous l'a conté le prologue, il n'a effectivement jamais rien fait de mal, il n'a jamais commis de péché, ni contre les hommes ni contre Dieu. Devant une telle obstination, «Élifaz, Bildad et Sofar, cessèrent de répondre à Job, puisque celui-ci s'estimait irréprochable» (Job 32,1).

À ce stade du récit, la situation paraît bloquée et sans issue. Soudain surgit un quatrième personnage nommé *Élihou*. Totalement inconnu de nous, le récit nous laisse seulement imaginer qu'il était présent durant toute la durée des échanges précédents et qu'il était resté caché. Aucune mention n'est faite de son lien à Job ni à aucun de ses trois amis:

Alors Élihou éclata de colère. (...) Il éclata de colère contre Job, parce que celui-ci se prétendait plus juste que Dieu. Il éclata aussi de colère contre ses trois amis, parce qu'ils n'avaient pas trouvé de réponse à Job et qu'ils avaient ainsi reconnu Dieu coupable. Or Élihou s'était retenu de parler à Job, car les autres étaient plus âgés que lui. Mais quand Élihou se rendit compte que les trois hommes n'avaient plus rien à répondre, sa colère explosa. (Job 32, 2-5)

Notons que ce court passage est à nouveau en prose et qu'il vient s'insérer entre les échanges précédents et ceux qui vont clore le livre. Ceci amène Isabelle Cohen à y voir la *pointe* du récit (p. 350). En effet, s'y trouve condensée une bonne partie de ce que Élihou va ensuite développer dans son argumentation contre Job dans les quatre poèmes s'étalant des chapitres 32 à 37.

Il s'agit principalement de reprocher à Job son manque d'humilité — en effet, Job s'est montré tellement rigide dans sa posture de juste, qu'il en vient à accuser Dieu de le maltraiter injustement. Le discours d'Élihou intervient également comme une préfiguration de ce qui va suivre, puisqu'enfin Dieu lui-même fini par intervenir du sein d'un tourbillon de vent, dans les deux poèmes qui lui font suite, des chapitres 38 à 41. Ce discours divin pourrait nous sembler décalé, car il ne vient en rien justifier la déchéance de Job, mais il lui expose la réalité du monde. Il n'est entrecoupé que par quelques mots de ce dernier, qui en premier lieu ne sait que répondre, se trouve progressivement de plus en plus confus, puis retire ses paroles et, en dernier lieu, abandonne toute prétention face à Dieu, se disant «consolé» et restant dans le deuil, «sur la poussière et sur la cendre» (Job 42, 6).

L'épilogue final vient clore le livre en décrivant, à nouveau en prose, comment Dieu donne suite à cette situation. Il réprimande les trois amis de Job, leur reprochant leur attitude et leur manque de droiture envers lui. Cependant, il ne les châtie pas, mais leur demande une offrande sacrificielle qui sera appuyée par l'intercession de Job. Par ailleurs, ce dernier renoue avec la société, puisqu'il est à nouveau accueilli chaleureusement par sa famille, ses frères et sœurs et sa communauté, à travers le partage de repas et de cadeaux. Il retrouve tout ses biens, dont le nombre est exactement doublé en rapport avec le début du récit. Puis le texte nous relate qu'il retrouve à nouveau sept fils et trois filles, se trouvant ainsi entièrement restauré. «Après cela, Job vécut encore cent quarante ans, et il put voir ses enfants et ses petits-enfants, jusqu'à la quatrième génération. Job mourut vieux et rassasié de jours» (Job 42, 16-17).

Voici donc l'essentiel de l'intrigue du livre résumée en quelques mots. À ce stade, si le texte peut encore nous apparaître énigmatique, c'est parce que nous avons tenté ici de rendre compte du mieux que nous le pouvions de l'ambiguïté qui en ressort à sa lecture, tout en essayant de prendre un léger recul en le synthétisant. Afin de mieux en saisir la portée, nous allons maintenant nous approcher de quelques passages les plus significatifs du récit pour tenter d'en percer le sens.

3.2.1. La rétribution, un implicite fondamental du récit

Le premier élément à noter concerne l'origine de Job et de ses amis, qui — il faut le souligner — ne sont ni israélites, ni hébreux, ni juifs. Si l'on considère que la Bible vise à conter uniquement l'histoire du peuple élu de Dieu, ceci pourrait nous surprendre et nous questionner sur la raison de son intégration dans le corpus biblique. Sans pouvoir le conclure avec certitude, cela renforce certainement l'idée que le livre de Job a une place à part parmi les autres récits de la Bible — comme s'il ne visait pas seulement à s'inscrire dans la culture hébraïque, mais bien dans celle de toute l'humanité. Comme nous l'avons déjà souligné, la question de la souffrance et le thème du *juste souffrant*, repris sous forme de récit mythologique, sont profondément ancrés dans toutes les cultures humaines et bien antérieurs à la civilisation israélite.

Approchons-nous maintenant des premiers échanges entre Job et ceux qui sont présentés comme ses trois amis. Il nous sera impossible de rendre compte ici de leurs monologues, ces derniers étant bien trop longs et très contournés. Cependant, les questions fondamentales qui sont débattues par Job, Élifaz, Bildad et Sofar, peuvent être résumées ainsi : Dieu est-il juste ? Dieu gouverne-t-il le monde selon des principes de justice ? Et finalement, comment expliquer les souffrances de Job ? Il est extrêmement important de noter ici que tous les quatre se basent implicitement sur le principe d'une justice *rétributive* — où la doctrine de la *rétribution* gouvernerait les échanges entre Dieu et les êtres humains.

Les trois amis de Job partent du postulat que Dieu ne peut qu'être juste et qu'il ne peut donc gouverner le monde qu'avec justice. Pour eux, la logique impose que si Job souffre, ce soit forcément parce que c'est lui qui a dû commettre une faute et qu'il mérite ainsi la punition qu'il subit. Au contraire, l'unique argument avancé par Job consiste en la répétition de l'affirmation de sa droiture, de sa justesse et de son innocence, avec de plus en plus de force et d'intensité au fil des poèmes et des réponses faites à ses amis. Un même raisonnement logique le conduit progressivement à conclure que sa souffrance ne peut être due à la *justice* divine — ce que nous savons être vrai, puisque c'est précisément ce qui est avancé dès le prologue du récit : Job est « un homme irréprochable et droit, fidèle à Dieu et qui évite le mal », « il n'y a personne comme lui sur la Terre » (Job I, 8). La conséquence rationnelle de

cette constatation de Job est de conclure que c'est Dieu lui-même qui se montre injuste et qu'il ne conduit donc pas le monde selon un principe de justice. Or c'est précisément ce principe de justice qui est sous-entendu par Job et ses trois amis, être un principe de rétribution — rétribution des bonnes actions par des récompenses et punition des mauvaises actions par des peines.

Isabelle Cohen note avec pertinence dans son commentaire que les trois amis de Job incarnent « chacun une ligne de défense particulière de la doctrine de la rétribution » :

Eliphaz, le plus éminent, est considéré comme le porte-parole de la doctrine de la rétribution. (...) Selon [lui], les malheurs de Job sont mérités, car l'homme ne peut savoir pour quelles fautes il mérite son châtement. (...) L'idéologie [que Bildad] promeut rappelle celle des Mu'tazilites, selon lesquels le Juste est accablé pour mériter une récompense plus grande encore dans le monde à venir. (...) [Selon] Tsophar, enfin, (...) la providence existe, mais elle est inconnaissable et incompréhensible. Il ne sert à rien de chercher à comprendre la sagesse de Dieu. (Cohen, 2017, p. 460-461)

Soulignons que si Job réfute à chaque fois les arguments de ceux qui furent initialement présentés comme ses amis, lui aussi reste pris dans une logique de rétribution qui l'amène à douter de la justice de Dieu et de son ajustement à lui ainsi qu'à toute l'humanité. Au fur et à mesure des monologues et des réponses, chacun des amis se montre de plus en plus dur et intransigeant avec Job, ce qui conduit ce dernier à se montrer dans ses derniers monologues, tellement bouleversé par les attaques, désespéré face à sa situation, qu'il s'en prend à Dieu lui-même. Nous l'écoutons l'accuser explicitement d'être injuste envers lui et d'avoir même implicitement orchestré l'injustice et la souffrance dans le monde :

Dieu a saisi violemment mon vêtement,
il m'a empoigné par le col de ma tunique.

Il m'a jeté dans la boue,
on dirait que je suis poussière et cendre.

Mon Dieu, je crie vers toi, mais tu ne réponds pas,
je me tiens devant toi pour que tu t'occupes de moi.

Tu deviens cruel envers moi,

de toute ta force tu montres ton hostilité envers moi.

Tu m'emportes au grand galop sur les ailes du vent,
et la tempête me secoue dans tous les sens.

Oui, je le sais, tu me ramènes à la mort,
ce rendez-vous de tout vivant. (Job 30, 18-23)

Soulignons que Job ne croit à aucun moment du récit à la possibilité d'une vie après la mort (Cohen, 2017, p. 466-467). Cette dernière évocation vient donc tout d'abord rappeler le lien entre la souffrance endurée par Job et l'idée de mort qu'elle contient implicitement. Elle nous indique aussi de quelle manière Job en arrive à voir cette issue fatale venir mettre un terme à ses souffrances. Pourtant, presque immédiatement après avoir prononcé ces mots, Job en réalise la terrible portée et exprime le souhait que Dieu soit à nouveau juste envers lui. Il termine alors son discours en demandant à Dieu une explication et une réponse publique (Job 31). Et c'est à la suite de ces dernières paroles de Job que Élihou intervient.

Comme nous l'avons évoqué précédemment, le discours d'Élihou tranche fondamentalement avec les prises de position des trois autres amis de Job. Premièrement, il ne remet pas en cause les affirmations qu'a faites ce dernier à propos de sa conduite irréprochable. Il reprend tout d'abord ses propos, lui reflétant sa souffrance. Il semble même l'accompagner d'une manière bien plus compréhensive et empathique que celle adoptée par ceux qui se présentaient comme ses amis. Toutefois, il lui répond ensuite avec une certaine dureté : en accusant Dieu d'être injuste envers lui, il semble même que Job se pose ainsi comme s'il était l'égal de Dieu. Isabelle Cohen nous le confirme :

Voilà un danger couru par le Juste. Or, rester sur le chemin de vie ne rend pas Dieu débiteur de l'homme, mais, au contraire, augmente la dette de ce dernier envers Dieu, car c'est en endossant les règles de vie divines que l'homme augmente ses jours. (...)

L'erreur de Job consiste à mal interpréter la nature de la relation entre Dieu et l'homme et à la réduire à la verticalité du mécanisme rétribution (...).
(Cohen, 2017, p. 367)

Le fait d'être un Juste ne donne en effet aucun droit envers Dieu. Le texte original est particulièrement explicite quant à la manière avec laquelle Élihou se fait plus confrontant face à Job, mais sans jamais remettre en cause sa bonne foi — seulement sa manière d'interpréter sa relation à Dieu :

Est-ce cela que tu considères juste, que tu appelles
«mon droit devant Dieu», quand tu dis à Dieu :
«Peu importe pour toi que je sois innocent !
Moi, je n'y gagne rien» ?

Moi, je te répliquerai par des discours, et à tes amis avec toi.

Regarde bien le ciel, observe les nuages.
Vois comme ils sont plus hauts que toi !
Si tu commets le mal, fais-tu quelque chose contre Dieu ?
Si tu multiplies tes offenses, quel tort lui causes-tu ?

Si tu es droit, lui apportes-tu quelque chose ?
Reçoit-il quelque chose de toi ?
Le mal que tu fais n'affecte que tes semblables,
le bien que tu fais ne concerne que les autres personnes.
(Job 35, 2-8)

Élihou remet ainsi vertement Job à sa place. Il souligne de manière très claire quelle est la situation de Dieu face aux êtres humains et donne une leçon d'humilité à toutes celles et ceux qui se croiraient plus juste que Dieu lui-même, et qui seraient tentés de faire les comptes de sa justice ou de lui tenir rigueur de sa tenue du monde. D'une manière plus générale, il vient donc battre en brèche l'idée même d'une doctrine de la rétribution, soulignant à quel point il est naïf de penser que Dieu puisse réagir à nos errements et à nos turpitudes de la même manière que nous le faisons dans nos relations à nos congénères.

Cette dernière constatation semble d'ailleurs révéler une piste fructueuse pour tenter d'expliquer ce qui nous amène à rester si souvent imprégné de la pensée rétributive lorsque nous cherchons une réponse à la question «d'où vient le mal?». Comme le précise Paul Ricoeur dans un court article intitulé *Le scandale du mal* (Ricoeur, 1988, p. 59) : «la question s'insinue jusque dans une pensée pourtant hostile à toute théodicée rationnelle.» Ainsi, la diversité des interprétations sur l'origine de la souffrance a donné lieu à des variations

parfois subtiles, mais qui nous ramène souvent à cette idée de punition pour un acte maléfisant. Or s'il est une chose tout à fait manifeste, c'est que c'est précisément de cette manière que la plupart de nos relations humaines fonctionnent. Comme l'a amplement démontré Marcel Mauss, dans son ouvrage célèbre : *Essai sur le don* (1923), le don et le contre-don sont présents de manière intrinsèque à toute société humaine. Ce couple de réciprocité régit et consolide ainsi l'ensemble de nos relations sociales — ce qui ne saurait d'ailleurs être contredit par la représentation des habiletés sociales propres à notre espèce élaborée à partir de la théorie de l'évolution.

Ainsi, c'est toujours dans la réciprocité que nous apprenons à interagir avec nos voisins et avec nos pairs, et ce depuis les temps immémoriaux, comme depuis notre plus tendre enfance. Ceci se traduit aussi bien de manière positive dans l'échange de dons, que de manière négative dans nos réactions intuitives de représailles ou de riposte, lorsque nous répondons à la souffrance infligée par un autre en cherchant à nous venger de lui. En plein cœur du livre de Job, Élihou nous affirme cependant que cette pensée rétributive ne peut s'appliquer ainsi à notre relation à Dieu. Car de la même manière qu'il serait vain de chercher à se venger de la nature lorsqu'elle nous fait subir déceptions et malheur, il serait vain de reprocher à Dieu la souffrance qui nous afflige — ce n'est pas lui qui en est à l'origine. La doctrine de la rétribution s'appuie donc, au moins partiellement, sur une vision anthropomorphe et déformée de Dieu.

Ce que Job, et tous les tenants de la doctrine de la rétribution à sa suite, n'ont pas vu, réside dans le fait que la providence ne repose en aucun cas sur le principe de réciprocité, car Dieu n'a besoin de rien venant de l'homme et qui susciterait récompense ou punition. (Cohen, 2017, p. 384)

Contrairement à l'être humain qui se montre totalement co-dépendant de ses congénères, Dieu n'a pas besoin de l'homme. Par définition, il ne peut que donner son amour, un amour gratuit et patient. Comme l'indique encore Isabelle Cohen :

Dieu a disposé le monde pour le bien et laisse l'homme agir en le dotant de raison. Seul le décalage apparent entre l'action de l'homme et ce qui lui en revient permet l'usage du libre arbitre et le véritable désintéressement. Un monde où le destructeur serait systématiquement meurtri et l'homme de bien

comblé ferait de la piété une seule question d'opportunisme.
(Cohen, 2017, p.466)

Nous retrouvons ici l'idée avancée originellement par Saint Paul et Saint Augustin dans leur interprétation de la Genèse: c'est par la connaissance du bien et du mal que l'être humain a obtenu la raison et le libre arbitre. C'est parce qu'il a été ensuite plongé dans un monde d'où Dieu s'est retiré que ce libre arbitre peut s'y exprimer librement. «C'est donc à une conception adulte de l'homme qu'en appelle le livre de Job. Le don de la raison est noué à celui du libre arbitre.» (Cohen, 2017, p.467). Loin d'être une punition, au contraire, le bannissement du jardin d'Eden pourrait finalement être vu comme un don de la part de Dieu envers les humains, un don gratuit qui n'attend effectivement rien en retour. Ce don vient avec l'émancipation et la liberté, mais il entraîne également l'irruption de la souffrance, surgissant du décalage entre nos attentes et la réalité qui nous entoure. Mais du même coup, nous voyons que «le dispositif que constitue la doctrine de la rétribution conduit à une aporie théorique: induisant un conditionnement, elle sape les fondements mêmes du libre arbitre, c'est-à-dire ce qui définit l'humain» (Cohen, 2017, p.465). Et malgré cette évidence, force est de constater que cette pensée demeure tenace et s'infiltré à toutes les époques dans toute les sociétés humaines. Peut-être n'est-ce là qu'une réminiscence de nos apprentissages d'enfance qui se fraie un passage et imprègne l'entièreté de nos cultures? Il est en tout cas aisé de souligner comment cet usage de la réciprocité humaine est fondamentalement ancré dans plusieurs règles de sagesse ancestrales.

3.2.2. La réciprocité, un principe fondamental de l'humanité

À travers ce que nous appelons aujourd'hui communément la *loi du talion*, nous retrouvons une prescription qui semble en reconnaître implicitement le bien-fondé. Cette règle de justice, certainement pensée originellement comme un régulateur des débordements agressifs, vise à limiter l'escalade de la violence dans les conflits. La plus ancienne trace en remonte à la règle inscrite sur la stèle du Code de *Hammurabi*, gravée à Babylone aux alentours du XVIII^e siècle avant notre ère. La Bible l'intègre elle aussi à plusieurs reprises dans son corpus:

Mais si malheur arrive, tu paieras vie pour vie, œil pour œil, dent pour dent, main pour main, pied pour pied, brûlure pour brûlure, blessure pour blessure, meurtrissure pour meurtrissure. (Exode 21, 23-25)

Ton œil sera sans pitié: vie pour vie, œil pour œil, dent pour dent, main pour main, pied pour pied. (Deutéronome 19, 21)

Il est intéressant de noter que cette même règle se transforme peu à peu dans d'autres passages. D'une approche initiale très stricte, légitimée par la proportionnalité de la riposte, nous voyons progressivement se dessiner un certain assouplissement et une inversion qui se traduit dans ce qu'il est convenu d'appeler *la règle d'or*. Cette consigne qui incarne tout entière l'esprit des relations humaines, peut s'exprimer ainsi: « ne fais pas à autrui ce que tu ne voudrais pas qu'on te fasse. » Loin d'être une spécificité judéo-chrétienne, nous retrouvons cette même idée sous diverses formulations dans la plupart des religions et des cultures: Bouddhisme, hindouisme, confucianisme, taoïsme, philosophie de la Grèce antique, Zoroastrisme, humanisme et bien d'autres, reprennent cette pensée qui met en pratique cette facette essentielle de l'éthique de réciprocité. Nous la retrouvons dans la Bible sous une forme bien spécifique qui tranche étonnamment avec la loi du talion:

Tu ne te vengeras pas, ou tu ne porteras aucun grief contre les enfants de ton peuple, *tu aimeras ton prochain comme toi-même*:
Je suis le Seigneur. (Lévitique 19, 18)

Il s'agit pourtant du même Dieu qui s'exprime ainsi dans le deuxième et le troisième des cinq livres qui constituent ce que les chrétiens appellent le Pentateuque (appelée *Torah* dans la religion juive — c'est-à-dire la *règle*, ou l'*instruction* — et qui fut longtemps réputée écrite par Moïse lui-même). C'est d'ailleurs cette dernière formulation qui sera littéralement reprise par Jésus lors de son enseignement public (Matthieu 22, 39) et qui en viendra souvent à éclipser la source originale:

“Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de tout ton être et de toute ta pensée.”
C'est là le commandement le plus grand et le plus important. Et voici le second commandement, qui est d'une importance semblable: *“Tu aimeras ton prochain comme toi-même.”* Toute la loi de Moïse et tout l'enseignement des prophètes dépendent de ces deux commandements. (Matthieu 22, 37-40)

Nous pouvons facilement observer qu'en suivant cette manière de l'exprimer, la règle connaît implicitement moins de limites. Au fond, il ne s'agit plus de riposte ni de surveillance de soi, mais d'abord et avant tout de bienveillance et de don. Et même si cela n'est pas parfait — car il est possible que l'autre n'aime pas ce que j'aime moi —, cela va certainement dans le sens d'un élargissement, d'une plus grande proximité et d'une plus grande solidarité sociale. Il est par ailleurs important de noter que sous cette forme, le don n'implique pas spécifiquement l'attente d'un contre-don. Même si nous sommes facilement tenté d'y voir le désir d'une réciprocité ou l'espoir de recevoir un avantage en se pliant à cette règle, nous sommes néanmoins appelé, à travers cette consigne, à donner aux autres sans attendre en retour, suivant en cela l'exemple de la bienveillance divine. Il n'est donc pas besoin d'attendre un geste bienveillant de la part de l'autre pour agir soi-même de façon bienveillante envers lui. Implicitement, il est possible de déceler dans cette nouvelle formulation un premier mouvement d'éloignement de la stricte réciprocité humaine et de la doctrine de la rétribution.

C'est précisément sur cette base qu'il nous est maintenant possible de comparer l'approche d'Élihou dans le livre de Job, lorsqu'il s'oppose à la doctrine de la rétribution; et celle de Jésus dans sa réinterprétation de la *Torah*. Il s'agit avant tout d'étendre et d'ouvrir une nouvelle perspective qui soit moins centrée sur nous-même et sur notre expérience première des relations humaines, mais qui nous porte au contraire à nous laisser envahir par l'infinie bienveillance de Dieu. Si nous nous faisons maintenant à nouveau plus proche de notre lecture du livre de Job, nous voyons que c'est précisément selon ces lignes qu'Élihou termine son discours, avec une longue description sur comment s'articule la relation entre les humains et Dieu, et de quelle manière ce dernier intervient dans le monde :

Dieu est noble et il ne méprise personne,
il est noble et ferme dans ses décisions.

Il ne laisse pas en vie le méchant, mais il fait droit à l'opprimé,
et il ne détourne pas son regard du juste. (Job 36, 5-7)

Prenons le temps de préciser ici le sens de certaines phrases, car le texte intégral pourrait nous laisser entendre que Dieu applique encore une justice rétributive dans sa relation à

l'homme. En effet, en écoutant la manière avec laquelle Dieu « ne laisse pas en vie le méchant », nous pourrions bien être tenté d'y voir une punition divine qui mettrait littéralement à mort la personne malveillante. Il nous faut toutefois regarder bien attentivement se déployer le processus divin pour vraiment comprendre ce qui se joue ici :

Quand ils sont prisonniers, quand ils sont dans les chaînes,
captifs d'une situation misérable,
Dieu leur révèle quels actes ils ont commis,
les révoltes causées par leur orgueil.
Il les rend attentifs à l'avertissement,
il les appelle à renoncer à leur méfait.

S'ils acceptent d'écouter Dieu et de le servir,
ils finiront leur vie dans le bonheur, leur existence dans les plaisirs.
Mais s'ils n'écoutent pas,
ils devront traverser le passage qui conduit à la mort,
ils expireront sans avoir rien compris. (Job 36, 11-12)

Comme tant d'autres spiritualités, la pensée juive voit dans l'orgueil la cause de la méchanceté humaine, du péché et du mal commis. Mais loin de laisser l'être humain s'enfermer seul dans cette souffrance, nous voyons que l'intervention divine, décrite ici par Élihou, consiste à l'en informer et à le laisser libre de choisir de se détourner du mal ; ou à l'inverse, de persévérer *diaboliquement* dans l'erreur⁵⁴. Dans le cas où l'être humain prend conscience de ses méfaits et se repent, le livre de Job nous promet qu'il obtiendra le bonheur. Dans le cas contraire, c'est sa mort qui s'annonce. Or, loin d'être une menace punitive, le message semble être ici encore énoncé plus simplement comme une conséquence logique et naturelle. Isabelle Cohen nous livre une interprétation éclairante sur le sens que peut prendre cette mise en garde en la replaçant dans le contexte de l'époque :

Pour que la souffrance cesse, il semble que l'homme n'ait pas d'autre choix que de la décrypter, ce qui revient à déchiffrer son erreur et, partant, à la corriger. (...) Le déchiffrement de la souffrance s'apparente à un impératif catégorique. En effet, la tradition juive assimile celui qui ne cherche pas à déchiffrer ce qui lui arrive à un mort. (Cohen, 2017, p. 470-471)

⁵⁴ Car comme le dit l'adage : « *errare humanum est, perseverare diabolicum.* »

Cette vision métaphorique de la mort livre un sens nouveau qui jette non seulement une lumière différente sur l'ensemble des écrits du canon juif, mais a également le pouvoir de renverser le sens premier, et littéral, de la plupart des textes néotestamentaires chrétiens. En associant l'absence de recherche et de discernement intérieur à un état de mort, il devient plus clair qu'il s'agit là d'abord et avant tout d'une mort spirituelle. La peine encourue par la personne qui ne cherche pas à se déchiffrer, à se comprendre, dans un processus de questionnement et de remise en question, semble alors être logiquement une stagnation et un piège. L'image de la prison peut également venir illustrer la manière avec laquelle il nous arrive de rester emmuré dans notre souffrance, ce qui nous empêche alors en effet d'être pleinement vivant. Sans être aucunement une punition délibérée, il s'agit donc bien de la seule conséquence de cet aveuglement qui entraîne la mort spirituelle. À l'inverse, un questionnement personnel régulier sur le sens de notre vie, telle une herméneutique intime, est vu par les livres sapientiels juifs comme une voie de développement intérieur, de renouvellement de la vie, de véritable résurrection — position que nous ne saurions bien évidemment renier comme psychothérapeute existentiel.

La doctrine de la rétribution biblique pourrait donc être vue, suite à cette réflexion, comme un glissement de sens, une forme de méprise sur les intentions de Dieu. Peut-être y a-t-il là ce qui constitue une différence fondamentale entre Dieu et les êtres humains? En effet, si Dieu est nécessairement un «être», il n'est pourtant pas possible d'entrer en relation avec lui selon un principe strict de réciprocité individuelle — ou bien il faudrait alors que cette réciprocité soit appliquée à sa mesure, comme une bonté sans limites. La réciprocité divine prendrait donc corps dans les conséquences positives qui découlent de nos actions bienveillantes envers le monde entier. Si nous les limitons à notre seule personne, notre seule famille, notre seule tribu, notre seule communauté, notre seule nation, notre seul genre ou encore notre seule race, nous nous exposons à l'étriquer irrémédiablement et à tenter d'en faire une simple rétribution. Selon le livre de Job, la seule règle qui puisse réellement régir notre relation à Dieu serait donc notre propre capacité à nous ouvrir à cette bienveillance sans limites et à nous laisser modeler par sa bonté.

Or nous constatons que c'est précisément ce qui a manqué à Job durant une bonne partie des trente-sept premiers chapitres du livre. En se montrant totalement arc-bouté sur sa position de Juste, Job ne laisse certes personne mettre en doute sa probité, mais il ne réalise pas non plus qu'il ne laisse aucune place au véritable dialogue et à l'écoute de l'Autre. Il lui faut attendre d'être proche de l'effondrement pour enfin se laisser toucher par une parole divine qui va le ramener à sa juste place.

3.2.3. La puissance renversante de la rencontre mystique avec Dieu

Car c'est enfin au chapitre 38 que Dieu surgit d'une tempête et commence à parler à Job. Sur quatre chapitres, il lui donne un aperçu de l'univers dans toute sa complexité. Sur un ton bien souvent sarcastique, il lui rappelle sa place dans l'univers et l'interroge à plusieurs reprises sur ses secrets et ses mécanismes :

Où donc étais-tu quand je fondais la terre?
Renseigne-moi, si tu connais la vérité. (Job 38, 4)

As-tu, une seule fois dans ta vie,
donné des ordres au matin? (Job 38, 12)

Es-tu déjà allé jusqu'aux sources de la mer,
as-tu déjà exploré le fond de l'abîme? (Job 38, 16)

Pour toi, les portes de la mort ont-elles été montrées,
as-tu vu l'entrée du royaume des ombres? (Job 38, 17)

As-tu une idée des dimensions de la terre?
Renseigne-moi, si tu connais toutes ces choses. (Job 38, 18)

Tu dois bien le savoir, puisque tu étais déjà né,
puisque tu comptes tant d'années. (Job 38, 21)

De manière mordante et pendant presque l'entièreté des quatre chapitres que dure son monologue, Dieu place Job devant l'infinie complexité de l'univers et lui montre ainsi comment il lui est impossible de le saisir dans son entièreté. Passant au travers des innombrables aspects qui composent la vie de la Terre et du Ciel — de la création du monde, de la limite du partage de la terre et des eaux, de la course du soleil, de la position des

étoiles, du cycle de la nature et de celui qui rythme la vie des animaux —, Dieu expose la faiblesse des connaissances et l'impuissance des êtres humains, et en particulier celle de Job, à comprendre seulement par eux-mêmes le parcours du monde et le sens de leurs souffrances.

Dieu appelle Job à se préparer à une discussion. Il lui reproche d'avoir affirmé, faute de connaître la cause de ses souffrances, que le sort des hommes ne dépend pas de leurs actes. Job a suggéré que Dieu ne gouvernait pas, qu'il n'y avait ni providence ni gouvernance éthique, autrement dit nulle réponse du monde aux actes de l'homme. L'apparition même de Dieu infirme cette idée.
(Cohen, 2017, p.404-405)

En effet, Dieu ne vient pas confirmer dans sa réponse la stricte équation rétributive à laquelle Job et ses trois amis voudraient croire. Cependant, il ne vient pas plus affirmer l'absence de conséquences aux actes humains, bons ou mauvais. Comme nous l'avons vu précédemment, ce dernier point est appuyé par l'existence de conséquences à nos actes, bonheur ou souffrance, qui sont bien réelles et tangibles. Dieu n'en est cependant pas le marionnettiste. Notons qu'en parlant de cette manière, Dieu ne répond pas directement aux questionnements de Job, mais il lui expose et révèle par sa seule présence l'évidence d'un monde qui a été voulu et organisé par lui comme un don pour les êtres humains. Que ces derniers ne puissent pas le comprendre entièrement et qu'ils puissent en souffrir parfois ne fait pourtant pas de Dieu un être indifférent ou malveillant envers eux. Il s'agit plus justement, pour tous les humains de bonne volonté, de tenter de le comprendre et de suivre les règles qui régissent l'ordre du monde, tel que Dieu l'a créé, pour y participer chacun à leur niveau et tenter de le rendre meilleur.

Mais achevons maintenant notre visite du livre de Job. À peu près à mi-chemin du dernier poème prononcé par Dieu lui-même, ce dernier laisse à Job une chance de s'expliquer, ou plutôt de réviser son jugement :

Celui qui porte plainte contre le Dieu souverain,
osera-t-il critiquer?
Celui qui fait la leçon à Dieu, répondra-t-il?

Alors Job répondit au Seigneur :

Oui vraiment, je suis trop peu de chose !
Que puis-je te répliquer ?
Je me mets la main sur la bouche et je me tais.

Une fois j'ai osé parler, je ne répondrai plus rien.
Une deuxième fois j'ai insisté, je ne le ferai plus.
(Job 40, 2-5)

Job réalise ainsi à quel point il s'est montré arrogant dans ses exigences face à Dieu. Ne sachant que répondre, il fait preuve d'une grande humilité qui tranche d'autant plus avec son attitude dans les vers des chapitres précédents. Cependant, s'il fait face à une terrible critique, nous constatons avec surprise que Dieu ne le condamne pas. Ce dernier reprend sa description de la Création, nommant en particulier deux créatures puissantes et démesurées, le *Béhémoth* et le *Léviathan*, soulignant la faiblesse de l'homme face à elles, mais justifiant pourtant leur présence dans la Création au même titre que lui.

Notons que la tradition a souvent vu dans ces deux créatures des bêtes fantastiques, mastodontes, dragons ou monstres maléfiques. La plupart des commentateurs bibliques s'accordent cependant aujourd'hui pour voir plus simplement dans le Béhémoth, un hippopotame indolent, et dans le Léviathan, un crocodile sauvage. Dieu insiste ainsi sur la diversité du monde : « alors que le Léviathan est un prédateur cruel, résidant dans l'eau, Béhémoth, herbivore, ne menace personne. Pourtant, les deux habitent le monde, car ils contribuent tous deux à son harmonie » (Cohen, 2017, p. 415). Ainsi en va-t-il de même pour le bien et le mal, pour l'homme méchant et l'homme bon, qui ont chacun une place dans la Création. Ne pouvant présumer d'avance des conséquences exactes des événements qui se produiront suite à ce que nous nommons bien-être ou souffrance, Dieu rappelle Job à l'humilité et à l'accueil du monde tel qu'il se présente, tel qu'il a été créé et offert à l'humanité.

Suite à cet exposé divin, la réaction finale de Job est admirable. Agissant à nouveau comme un véritable Juste, avec bonté et humilité, il reconnaît ses torts et se repent totalement avant de retourner à son deuil. Mais surtout, il nomme du même souffle un point essentiel qui touche à sa transformation intérieure :

Oui, j'ai parlé de ce que je ne comprends pas,
de ce qui me dépasse et que je ne connais pas. (...)

Je ne savais de toi que ce qu'on m'avait dit,
mais maintenant, je t'ai vu de mes yeux!

C'est pourquoi je retire ce que j'ai dit,
je suis consolé alors que je suis sur la poussière et sur la cendre.
(Job 42, 3, 5-6)

Dès les tout premiers vers du dernier chapitre du récit, Job se montre totalement vulnérable face à Dieu. Il fait amende honorable et avoue d'ignorance. Mais à travers cette parole : « maintenant, je t'ai vu de mes yeux! », il confie comment cette expérience a constitué pour lui une rencontre, au sens le plus fort du mot. Job reconnaît ainsi implicitement n'avoir jamais eu auparavant de véritable contact avec son Dieu. Il admet ainsi ne pas le connaître vraiment, n'avoir reçu que des échos et des ouï-dire — c'est-à-dire seulement des informations de seconde main. Mais tout a changé depuis cette expérience, depuis qu'il a eu ce dialogue et que son Dieu est venu le rencontrer. Job nous confie comment il a vu *de ses propres yeux* son Seigneur et comment cela a complètement changé sa vie. S'agit-il pour autant d'une véritable rencontre physique?⁵⁵ Étant donné le caractère métaphorique et mythologique du récit, il est évident que non. D'ailleurs le texte nous indique clairement que Dieu intervient depuis un tourbillon de vent, une tornade, comme cela est souvent le cas dans la Bible. Ce caractère abstrait de la rencontre ne vient pourtant aucunement en diminuer l'impact. Que Job ait fait l'expérience de la présence divine en son for intérieur, demeure pour lui aussi réel que s'il avait pu effectivement le contempler les yeux dans les yeux. Finalement nous réalisons à présent comment Job, avant ce dénouement final, vivait sans doute sa foi de la même manière que l'écrasante majorité des croyants : sans n'avoir jamais fait l'expérience directe de son Dieu. Seules certaines personnes que nous nommons mystiques, pourraient honnêtement prétendre avoir vécu de telles expériences et les avoir identifiées comme telles — et c'est précisément ce qui arrive à Job dans ce récit poétique.

⁵⁵ Nous avons bien conscience du caractère absurde de cette question, interrogeant la concrétude d'un poème que nous savons pertinemment — dès ses premiers vers — être un récit fantastique.

Avant d'aborder la fin de ce texte, questionnons-nous encore sur un mot : pour quelle raison Job se dit lui-même déjà « consolé », alors qu'il reste malgré tout dans le deuil, « sur la poussière et sur la cendre » ? Cet homme qui vient de vivre littéralement une *épiphanie*, une expérience qui l'a profondément transformé intérieurement — l'expérience extatique de la rencontre avec son Dieu —, semble toutefois ne rien désirer changer à sa condition. Pourrait-il s'agir pour lui de *la dernière étape du deuil*, de ce moment où l'acceptation de la souffrance est entière et absolue ?... Sans oser aller jusqu'à cette extrémité, nous pourrions y voir effectivement au moins comme le signe d'un accueil de la réalité telle qu'elle se manifeste maintenant à lui, telle que Dieu lui a patiemment dévoilé à travers son discours dans les précédents chapitres. Job accueille son sort pleinement et reconnaît sa vulnérabilité et sa faiblesse. Il abandonne ainsi toute prétention à comprendre, à vouloir maîtriser le monde, et cela semble être bel et bien le dénouement le plus important du récit — comme un aboutissement de son cheminement avec nous. Son deuil n'est cependant pas fini, même si Job se montre capable d'accueillir sa souffrance et de ne plus se rebeller contre son Dieu, il demeure souffrant des multiples pertes qu'il a subi : sa santé, tous ses biens, tous ses enfants ! Sans doute demeure-t-il également partiellement dans le deuil de lui-même, encore à considérer et à méditer sur tous les changements survenus dans sa vision du monde ; à commencer par sa compréhension de la justice divine et l'abolition d'une moralité qu'il pensait être basée sur le principe de la rétribution.

C'est un monde bien plus complexe et plus vaste dans lequel il habite maintenant — un monde dans lequel il se sent sans doute bien plus petit et insignifiant, mais un monde dans lequel il se sait à présent en lien avec un Dieu de qui il est devenu très proche, un Dieu avec qui il est personnellement entré en relation. Or, comme le mentionne très justement Isabelle Cohen, « la proximité de l'homme et de Dieu se noue précisément dans l'audace et la capacité de l'homme à interroger Dieu, c'est-à-dire à se faire face, à regarder en face la Gorgone de sa souffrance » (Cohen, 2017, p. 418). Et c'est bien de cette manière que Job parvient au terme de ce voyage intérieur qui lui tient forme de deuil. Il se montre capable de regarder en face la vérité qui l'entoure, mais surtout dans ce parcours il se laisse accompagner par d'autres, Élihou en particulier qui lui ouvre les yeux, annonçant et préparant ainsi la manifestation divine qui va suivre. Précisons également que la restitution

finale des biens de Job et sa restauration complète ne sauraient être vues comme une rétribution, puisque leur perte n'était pas non plus une punition, mais plutôt une *épreuve*. Le livre nous présente au contraire ce geste comme un don gratuit de la part de Dieu, représentant de manière symbolique la plénitude qui habite Job à nouveau.

3.2.4. La souffrance, processus de guérison, chemin d'humilité

Reprenons maintenant un peu de distance avec le texte et considérons à nouveau le parcours de Job pour voir de quelle manière s'est produite cette transformation radicale. Nous le voyons au début du récit : Job un homme juste. Nous pouvons pourtant déjà le percevoir comme un homme également très imbu de lui-même, s'enorgueillissant de sa justesse. Dès que son sort est scellé, nous le voyons d'abord se refermer sur lui-même ; restant sept jours et sept nuits en compagnie de ses amis, mais sans dire un mot, restant assis sur la poussière et sur la cendre. Sa première parole est alors pour maudire le jour de sa naissance, pour espérer être déjà mort, ce qui lui aurait évité de souffrir (Job 2, 3-14). C'est le moment à partir duquel Job commence à maudire Dieu et à se fermer à toute véritable discussion. Ensuite pendant des pages et des pages, l'intrigue du récit tourne en boucle. Job riposte systématiquement aux thèses avancées par ses amis qui remettent en question sa probité face à la justice divine. La forme des discours appuie cette vision, car nous avons affaire à des monologues qui certes se suivent, mais sont juxtaposés sans réelle interaction entre les protagonistes qui ne s'appellent même pas par leur nom (Cohen, 2017, p. 404). Le narcissisme de Job s'exprime ainsi progressivement à travers son obstination, son attachement à son statut de juste et d'homme sans tâche. Son égo blessé le rend sourd et aveugle à ce qui se déroule autour de lui, au point qu'il en devient méprisant (Cohen, 2017, p. 341). Au fil de ses plaintes, la perte de ses biens et celle de ses enfants semble presque éclipsée par ses lamentations au sujet l'injustice qui le frappe et qui remet en cause son image de Juste. Nous voyons ainsi de plus en plus clairement qu'il veut préserver à tout prix cette image qu'il a de lui-même, remise en question par l'infortune qui le frappe. Nous le voyons impatient et agressif envers ses amis, envers le monde, mais surtout envers Dieu.

Or c'est précisément la souffrance qui vient briser ce narcissisme chez Job et lui fait alors ouvrir les yeux : « la souffrance stimule la recherche que nous menons sur nous-mêmes, nous

invitant, si nous en avons encore la force, à nous observer à l'aune de la question : « Est-ce bon pour la vie ? » » (Cohen, 2017, p. 472). C'est ce même élargissement au monde que nous avons esquissé lors de notre élaboration sur les limites du principe de la rétribution. Pris en lui-même, ce dernier ne peut que mener à la confusion et à l'échec, mais amené à la dimension de Dieu, il cache cependant une loi plus vaste qu'Isabelle Cohen nomme la « loi en miroir » (p. 469). Il s'agit de l'impact qu'ont les actions des humains terrestres sur le monde céleste, autrement dit sur la vie du monde. Vue de cette manière, il s'agit donc d'une rétribution élargie — lorsqu'elle est considérée dans un ensemble vaste comme la Création tout entière, passée, présente et future — qui intègre aussi bien le bien-être que la souffrance. Il nous est néanmoins littéralement impossible de déterminer lequel des deux est le plus bénéfique sur le long terme, pour nous même ainsi que pour les autres, pour ceux et celles qui nous accompagnent tout au long de notre vie, comme celles et ceux qui vont nous succéder sur cette route.

Certains types de souffrances individuelles, loin de punir, indiquent le chemin. La prise de conscience de la situation d'erreur — tâche considérable — devrait avoir pour conséquence mécanique la correction de l'erreur, ce qui permet d'évoquer les vertus très indirectement curatives de la souffrance, ou plus exactement, de l'obstacle qu'elle représente. (Cohen, 2017, p. 472)

Suivant la vision que nous avons évoquée dans le chapitre précédent, assimilant la souffrance à un signal, la tradition juive adopte l'idée qu'il est de notre devoir et de notre responsabilité comme être humain de nous ajuster à la réalité qui nous entoure — c'est-à-dire à Dieu — et de tenter ainsi de réparer le monde dans toutes lacunes et ses injustices. C'est de cette manière que Élihou fait prendre conscience à Job de son incomplétude, de son manque d'amour et de son manque d'empathie envers le monde, tout comme de son manque de recul sur lui-même :

Selon [Élihou], la souffrance peut également être préventive, c'est-à-dire signaler que l'on s'engage dans une erreur. Elle a donc pour effet, si l'on s'en saisit, de donner l'occasion de réparer les défaillances de la personnalité. La loi juive prescrit d'ailleurs le retour sur soi, en temps de souffrance individuelle, ménageant, précisément, la possibilité de prendre conscience de l'existence et de la nature de l'erreur. (Cohen, 2017, p. 472)

Ce retour sur soi, le Talmud le nomme *techouva* (en hébreu: תשובה, c'est-à-dire le «retour» ou la «réponse»). Or ce mouvement va bien au-delà de seule la prise de conscience puisqu'il promet en effet de puiser dans la souffrance ce qui permettra que les fautes deviennent des mérites, c'est-à-dire permettre ultimement de sublimer le mal et de le transformer en bien. C'est ce même mouvement de retournement que la religion chrétienne appelle repentance, rédemption, ou encore conversion — le mot grec qui fut plus populaire en psychologie est *métanoïa*. Notons que c'est donc seulement par la conscience d'avoir commis une faute, de s'être égaré ou d'avoir perdu le contact avec soi, qu'il est possible de faire techouva. Cependant, cette prise de conscience ne peut se faire sans une certaine forme de souffrance; et par conséquent, sans cette dernière, il n'est pas de conversion ni de retournement possible, pas de changement ni de travail sur soi qui viennent ouvrir vers un renouveau, une résurrection intérieure, un *salut* qui soit au moins temporaire.

Nous sommes tenté de tracer ici un parallèle avec la nécessité dans toute psychothérapie de disposer d'un moteur efficace, une motivation poussée par la conscience d'un problème à résoudre et bien souvent le désir d'une souffrance à réduire ou éliminer. C'est généralement cette condition de départ qui ouvre à l'introspection et à l'accueil des vulnérabilités, précédant un changement durable au niveau de la personnalité. C'est sans doute de cette manière que nous pouvons comprendre le mot de Sören Kierkegaard dans son ouvrage «La reprise», lorsqu'il identifie en tout premier lieu dans la souffrance de Job, le sens d'une *épreuve* (1846, p. 77), vue à la fois comme obstacle, mais aussi comme processus d'action et de transformation, ou encore comme un test⁵⁶. Ce sens donné à la souffrance est essentiel, mais il nous faut prendre garde à ne pas le forcer. Toute tentative d'y plaquer un sens en dehors du contexte particulier à la personne, et surtout sans sa contribution première, serait certainement vouée à l'échec. C'est donc seulement conjugué à la première personne qu'il nous revient, d'abord à chacun pour soi-même, de chercher ce sens. À ce titre, la destruction par la souffrance de la coquille narcissique qui nous isolait du monde est cruciale, car elle permet de nous laisser toucher et de nous ouvrir à la métanoïa, pour être enfin capable de trouver un sens qui soit véritablement signifiant.

⁵⁶ Notons que c'est précisément de cette manière que le livre de Job nous présente dès son prologue, l'*épreuve* de Job, comme un test proposé par le Satan à Dieu pour mettre Job à l'épreuve.

Tenter, avec prudence de donner un sens à cette souffrance revient, en tout état de cause, à s'efforcer de redevenir sujet de sa vie en faisant quelque chose de cette souffrance. Elle ouvre donc le passage à un niveau de conscience supérieur. Le hassidisme va plus loin, affirmant que les crises permettent de muer. D'ailleurs, Job est atteint d'une maladie de peau: son corps pèle entièrement, pour revêtir une seconde peau. En effet, la crise brise le volet d'acier qui empêchait de ressentir, d'avoir accès à soi, de se ressentir soi-même. (Cohen, 2017, p. 472)

Ce que nous appelions «coquille narcissique» est donc vu par la tradition hassidique comme un «volet d'acier», et c'est la crise elle-même que traverse Job, qui vient le déchirer. Notons qu'en chinois, le mot *crise* s'écrit justement comme la succession de deux sinogrammes (危機), le premier (危) signifiant «danger» ou «précarité» et le deuxième (機) exprimant un «point de changement⁵⁷». Par ailleurs en français, le mot possède encore aujourd'hui le sens médical au cours de l'évolution d'une maladie, d'un changement en bien ou en mal, ce qui lui vient de son étymologie grecque (*κρίσις* signifiant *jugement*). La crise et la souffrance qui l'accompagne sont ainsi vues dans ces traditions comme des facteurs de changement, des points de bascule et de dénouement, qui permettent éventuellement le retournement et la transformation. Dans la tradition sémitique, nous retrouvons ce même sens, au moins du point de vue du *potentiel transformationnel* de la souffrance — ce que l'Église catholique nomme, dans les mots de Jean-Paul II, sa *valeur salvifique*. C'est donc certainement dans ce potentiel que se trouve une partie du sens de la souffrance, autrement dit: *le salut*. Car «sauver signifie libérer du mal; le salut est donc par là même lié étroitement au problème de la souffrance» (Jean-Paul II, 1984, §14). Cependant, et il faut le souligner à gros traits, ce potentiel ne se réalise pas systématiquement, mais seulement le cas échéant. De plus, ce sens ne peut être dévoilé qu'une fois la crise dénouée. Il ne peut donc être réalisé et accueilli que dans l'après-coup, ce qui rend immédiatement vain et illusoire tout désir d'anticipation, comme toute annonce exagérément optimiste, bien souvent prématurée et parfois même dommageable.

⁵⁷ Soulignons l'interprétation erronée, mais souvent populaire chez bien des coachs motivationnels, qui consiste à lire le deuxième sinogramme comme traduisant une «opportunité». Ce raccourci malheureusement courant, ne rend pas justice à la complexité des événements et focalise le regard sur la seule dimension positive, occultant du même coup toute nuance.

3.2.5. Le livre de Job, une réflexion mythologique sur la souffrance

Mais il est temps maintenant de clore notre étude du livre de Job. Résumons à présent ce que nous sommes parvenu à en rassembler dans ces quelques pages. Premièrement, il s'est agi d'affirmer l'inanité de la doctrine de la rétribution. Prise dans une perspective étriquée, elle ne peut qu'amener à une aporie: soit de tirer la conclusion qu'un péché a été commis par l'homme souffrant — ce dernier se voyant alors frappé d'une double peine, ajoutant la culpabilité à la souffrance; soit de considérer qu'il s'agit d'une injustice divine — menant logiquement à la rébellion contre Dieu. Prise dans un sens plus large, elle nous ouvre pourtant à une compréhension plus généreuse et plus vaste. C'est la «loi en miroir» dont nous parle Isabelle Cohen. Si la réciprocité qui régit les rapports humains ne peut s'appliquer à l'entièreté de la réalité qui nous entoure, nos actions individuelles ont cependant un impact tangible sur cette dernière, bien au-delà peut-être de ce que nous pensions possible. Historiquement, le passage de la loi du talion à la règle d'or, c'est-à-dire de la riposte proportionnée à la réciprocité bienveillante, puis l'ouverture vers une dimension in-finie de la bienveillance (contenue dans l'injonction: «tu aimeras ton prochain comme toi-même»), est une voie qui mène ultimement vers un ajustement positif à la réalité et au monde, réduisant ainsi le risque de provoquer ou de subir le mal, et diminuant du même coup la souffrance à l'échelle du monde entier, aussi bien spatialement que temporellement.

Deuxièmement, nous avons admis que le monde qui nous entoure ne peut jamais être tout à fait compris d'avance ni maîtrisé parfaitement. La souffrance peut alors être vue comme un signe ou un signal qui nous alerte d'un déséquilibre, d'une désadaptation. Il s'agit d'une situation que nous avons la responsabilité de corriger afin de rester ajusté à nous-même, aux autres et à la réalité qui nous entoure — c'est à dire au monde, ou encore à Dieu lui-même dans sa perspective trinitaire. Ce processus est douloureux, mais il peut ouvrir le passage vers une transformation, une rédemption, c'est-à-dire un bien qui surgit d'un mal. C'est à travers ce que la tradition juive nomme la *tehouva*, le retournement — autrement nommé *conversion* dans la tradition chrétienne, la *metanoïa* dans la tradition grecque, ou encore la *repentance* dans la tradition bouddhiste — que ce processus de réajustement est possible. Dans la pensée israélite, l'absence d'un tel processus mène irrémédiablement à une mort spirituelle qui peut éventuellement mener à une morbidité littérale, qu'elle soit physique ou

mentale. À l'inverse, son aboutissement porte alors le nom de «salut», pouvant mener à une véritable renaissance, une *résurrection*.

Troisièmement, il nous faut considérer que ce processus de pénitence ne peut se traverser et se résoudre que dans une position d'humilité et d'introspection. C'est d'ailleurs tout l'enjeu du chemin que parcourt Job durant les quarante-deux chapitres de son livre éponyme. C'est seulement dans la rencontre personnelle avec son Dieu que Job parvient finalement à atteindre cette position d'humilité⁵⁸. Nous pouvons y voir l'importance de se laisser faire, mais surtout de se laisser surprendre par cette rencontre mystique, sans jamais tenter de l'anticiper ni de s'en protéger totalement. Car c'est en abandonnant tout désir de domination et de contrôle que cette rencontre a le pouvoir de nous transformer profondément. Comme tentait de le définir avec grâce le prêtre et théologien suisse, Maurice Zundel: «Dieu, c'est quand on s'émerveille!» (Zundel, 1961). C'est donc dans une telle position d'accueil et d'émerveillement qu'il est possible de faire la rencontre avec le divin, tel un retour à l'enfance, qui nous place également dans une attitude d'humilité et de retour à la poussière.

Il devient plus clair à présent qu'une partie de ce que peut nous révéler la souffrance, lorsqu'elle est débordante et sans issue, se ramène alors à un sens très personnel, un sens qui est avant tout orienté vers et au dedans de nous-même. C'est notamment par l'introspection et le déchiffrement qu'il est parfois possible de parvenir à faire sens d'une souffrance qui nous submerge. Notons que cela ne se produit éventuellement qu'à l'issue d'un véritable processus de deuil qui ne peut donc être parcouru que progressivement et au bon rythme. Cette introspection peut alors entraîner une transformation intérieure, mais seulement à la condition que ce sens soit trouvé suite au processus que cette souffrance a provoqué et que nous l'ayons au moins partiellement traversée. En aucune manière une souffrance forcée, infligée volontairement à soi-même, ne saurait apporter une telle transformation, car elle ne vient en rien refléter la nature changeante d'une réalité qui s'impose à nous et qui nous heurte. La tentation doloriste trouve ici une conclusion absurde, car elle ne mène qu'au

⁵⁸ Mais n'est-ce pas aussi l'inverse qui se produit? Peut-être n'est-ce finalement qu'à partir du moment où Job a atteint cette position d'humilité, qu'il parvient alors à rencontrer son Dieu!

maintien d'une souffrance sans aucune perspective de transformation, sans véritable deuil à mener et à accepter. C'est seulement lorsque nous nous trouvons comme Job, perdu et sans espoir, mais ouvert à l'autre, que nous devenons capables de procéder à ce mouvement extraordinaire de retour sur soi.

La souffrance n'est donc pas en elle-même ce qui nous mène au retournement. Elle n'en est que le véhicule, ce qui nous amène promptement à explorer une dernière question :

Faut-il immanquablement des crises et des souffrances pour accéder à soi, pour progresser sur son chemin de conscience? Si l'on file la métaphore hassidique du volet d'acier, les expériences négatives paraissent plus aptes à le percer, les expériences positives ne faisant qu'augmenter le sentiment d'autosatisfaction. La douleur réveille, car elle oblige à changer. Surtout, la souffrance signale, en général, un problème de place. (Cohen, 2017, p. 473)

Si nous préférons de notre côté suivre la métaphore de la « coquille » narcissique, il semble en effet bien nécessaire qu'une force doive s'exercer pour parvenir à la fissurer progressivement, puis à la faire s'ouvrir. Cependant, comme pour toute coquille vivante, il faut noter que c'est d'abord de l'intérieur et en temps voulu que doit venir cette force afin que la vie puisse sortir de l'œuf. Si au contraire la force s'exerce trop tôt et de l'extérieur, c'est au contraire la mort qui survient. Ce phénomène peut d'ailleurs s'observer en psychothérapie et c'est uniquement avec la plus grande délicatesse et la plus grande patience que le thérapeute peut aborder de telles difficultés narcissiques. Il doit le faire tout en évitant à tout prix de provoquer un traumatisme qui serait rapidement accompagné d'une levée de résistances et risquerait de mettre en échec la thérapie. C'est donc toujours dans une certaine tension que de tels progrès sont réalisés. La souffrance est ainsi presque toujours au point de départ d'une thérapie, comme la source qui pousse les personnes à venir chercher de l'aide. Cependant, même si l'objectif avoué est de la voir réduire ou disparaître, elle en demeure bien souvent le moteur tout au long du chemin à parcourir. À ce titre, le récit de Job, à travers ses longs poèmes décrivant les errances du héros, nous donne un parfait exemple de la patience dont il faut parfois faire preuve pour que l'ego se résigne et que nous progressions lentement vers un accueil serein de la réalité. En un sens plus mystique, ceci

pourrait se traduire en l'accueil de la présence divine qui vient habiter en nous, ainsi que l'exprime la tradition judéo-chrétienne :

L'idéal d'une vie juive consiste à polir suffisamment son égo, en cessant de convoiter la part de l'autre au sens symbolique surtout, pour se transformer, soi, en temple vivant propre à accueillir la Présence divine (*Shekhina*, dont la racine hébraïque signifie justement «résider»). (Cohen, 2017, p. 473)

Par ailleurs, comme nous l'avons remarqué dans le bouddhisme, bien d'autres traditions religieuses conçoivent ce même orgueil comme l'origine de ce qui constitue et maintient la souffrance — ce qui est sans doute la raison pour laquelle ce dernier est vu par plusieurs d'entre elles comme un *poison pour l'esprit* (dans le bouddhisme) ou encore un *péché mortel* (dans le christianisme). Néanmoins, nous saisissons mieux maintenant comment la souffrance elle-même peut parfois également venir défaire cette défense narcissique du moi, pour apporter rédemption et salut. Dans ces traditions religieuses, la réduction de notre dépendance à l'égo est donc une vertu et le sens vers lequel il nous est souhaitable de progresser, dans la perspective d'une sagesse qui nous permet de grandir et de nous dégager progressivement de la souffrance. Une telle démarche s'inscrit très certainement dans une pratique à long terme et comme nous l'avons déjà exploré lors de notre évocation du bouddhisme, elle pourrait paraître de prime abord extrêmement exigeante et ascétique. Elle est paradoxalement parfois affermie par les épreuves que nous traversons, lorsque celles-ci viennent défaire nos défenses narcissiques et égocentriques. Paul Ricœur nous parle de cette transformation intérieure d'une manière très frappante, dans les toutes dernières pages de son étude herméneutique sur la souffrance, intitulée «le mal» :

L'horizon vers lequel se dirige cette sagesse me paraît être un renoncement aux désirs mêmes dont la blessure engendre la plainte : renoncement d'abord au désir d'être récompensé pour ses vertus, renoncement au désir d'être épargné par la souffrance, renoncement à la composante infantile du désir d'immortalité, qui ferait accepter la propre mort comme un aspect de cette part du négatif (...). Pareille sagesse est peut-être esquissée à la fin du livre de *Job*, quand il est dit que Job est arrivé à aimer Dieu *pour rien*, faisant ainsi perdre à Satan son pari initial. Aimer Dieu pour rien, c'est sortir complètement du cycle de la rétribution, dont la lamentation reste encore captive, tant que la victime se plaint de l'injustice de son sort. (Ricœur, 2004, p. 63-65)

Une telle ambition est-elle atteignable pour les êtres mortels que nous sommes? La réponse ne paraît pas évidente, mais le livre de Job nous raconte néanmoins comment il semble possible, pour certains d'entre nous, de parcourir ce chemin semé d'embûches et, peut-être, éventuellement, atteindre une forme de sérénité devant les blessures que nous avons subies au cours de notre vie.

Arrivé à ce stade de notre étude, nous pourrions nous montrer entièrement satisfait d'avoir ainsi exploré le sens de la souffrance à travers les mythes fondateurs, les théodicées, le livre de Job, et croire que nous sommes parvenu à des conclusions suffisantes. Cependant, comme l'a souligné le pape Jean-Paul II dans son encyclique sur le sens de la souffrance (1984), «le Livre de Job soulève de manière aiguë le “pourquoi” de la souffrance, il montre également que celle-ci frappe l'innocent, mais il ne donne pas encore la solution du problème.» (§ 12). Or — sans aller jusqu'à adopter entièrement cette manière d'espérer trouver une «solution» à ce «problème» —, nous accepterons ici aisément la prémisse que le livre de Job ne puisse donner à lui seul toutes les clefs de compréhension sur le sens de la souffrance et qu'il nous reste encore un peu de chemin à parcourir pour compléter notre étude. Pour cela, il semble qu'il faille, à nouveau, nous tourner vers d'autres sources pour nous aider à approfondir cette compréhension. Mais dans quelle direction et jusqu'où devrions-nous aller? Pour le savoir, mettons encore à contribution le livre de Job pour nommer deux pistes prometteuses qui y sont esquissées, mais qui ne sont pas pour autant développées dans le récit.

La première consiste à examiner plus précisément la manière avec laquelle Dieu se dévoile dans le mythe. Car si nous adoptons pour point de vue la remise en question radicale de la doctrine de la rétribution — c'est-à-dire si finalement Dieu ne nous punit ni ne nous récompense pour nos actions individuelles —, quelle est donc la nature exacte de sa relation avec nous? Est-il encore un Dieu *personnel*, comme le prêche la tradition judéo-chrétienne? Le livre de Job pourrait nous laisser penser que non. Même s'il s'agit d'un Dieu qui se montre personnellement à Job à l'issue de son chemin de misère, du moment où nous admettons qu'il ne s'abaisse plus à tirer les ficelles de nos réussites ou de nos échecs, il semble alors que quelque chose soit devenu plus froid et plus distant entre lui et nous.

Cependant, l'une des clefs de compréhension qui nous avait initialement frappé à la première lecture du livre nous apparaît à présent plus clairement : il s'agit de la manière avec laquelle Dieu s'interpose à la fin du récit et vient répondre aux lamentations de Job. Ce qui nous avait paru décalé dans cette réponse, ou pour tout dire hors sujet peut se comprendre dans le cadre de leur relation. Contre toute attente, Dieu ne vient jamais véritablement répondre aux demandes de Job. En aucun cas il ne vient réellement donner un sens à son épreuve, alors que c'est précisément ce que souhaitait ce dernier. Comme nous l'avions déjà nommé, c'est surtout par sa *présence* que Dieu intervient et exprime sa bienveillance envers Job.

Sa réponse n'est donc ni une explication, ni une solution, ni même une justification. Il s'agit avant tout d'un *accompagnement*. C'est à la fois dans et par l'intermédiaire de leur relation, par sa seule présence auprès de Job, que Dieu parvient à le soutenir et l'aide à traverser ses souffrances, à s'ouvrir à l'humilité et à faire le deuil — là où les amis de Job, pourtant venus avec les mêmes intentions, mais munis d'un désir de convaincre, s'étaient heurtés à l'orgueil de ce dernier. Pourtant, venant de Dieu lui-même, nous aurions pu nous attendre à un geste plus puissant et plus agissant, un *deus ex machina* qui serait venu dénouer l'intrigue d'une manière spectaculaire. Mais au moment précis de la rencontre avec Job, il n'en est rien. Loin de faire une démonstration de force ou de connaissances, Dieu se présente ainsi à l'image d'un Père qui prend soin de sa progéniture tout en fixant les limites et en incarnant la réalité pour le faire grandir au bon rythme. Or c'est précisément cette transformation intérieure qui est le préalable à la restauration finale de Job. Et c'est bien parce que Job fait preuve de cette nouvelle humilité qu'à la fin du récit Dieu lui redonne le double de ses biens, le « comble de bienfaits » et lui retourne ses enfants et sa famille. À ce sujet, soulignons encore comment, si Job est parvenu à aimer Dieu « pour rien » à l'issue de son chemin, Dieu lui exprime à son tour — et non pas en retour ! — ce même amour inconditionnel à travers cette réhabilitation. C'est donc dans cette relation personnelle qui s'est progressivement tissée entre Dieu et Job, que se déploie véritablement un accompagnement dans la souffrance.

Ceci nous amène à considérer ce qui constitue la deuxième piste révélée par le texte, qui nous fait revenir sur l'une des constatations déjà nommées dans notre précédent chapitre. Car enfin, lorsque nous nous trouvons comme Job, plongé dans la souffrance et dans

l'impuissance ; lorsque nous devons faire le deuil, mais qu'aucun soulagement ne pointe à l'horizon de notre peine, comment traverser ce moment sans sombrer totalement dans le découragement et l'effondrement ? Comme nous l'avons déjà réalisé lors de notre aperçu phénoménologique de la souffrance, même si nous disposions de toute la connaissance théorique du monde, cela ne parviendrait pas à nous faire sortir de cette détresse, car — nous le comprenons mieux maintenant — cette connaissance n'est pas à même de percer la coquille qui à la fois nous protège et nous maintient dans la souffrance. Richard Rohr, prêtre et théologien franciscain installé au Nouveau-Mexique et artisan infatigable de la conciliation entre action et contemplation, nous livre un commentaire extrêmement opportun qui le met en lumière :

Unless we've felt it, unless we've been up against that wall, at a place where frankly, God doesn't make sense anymore, the Book of Job is probably going to be only an academic study. (Rohr, 1996, p.13)

Une «étude académique», mais n'est-ce pas exactement ce que nous faisons ici ? Nous voilà assurément pris dans une difficulté majeure, car sans avoir fait nous-même l'expérience d'une souffrance terminale, comment parvenir à rendre compte du sens que celle-ci pourrait prendre ? À la fois, si nous étions plongé dans une telle souffrance, il nous serait vraisemblablement impossible d'en parler de manière élaborée et intelligible, et en même temps, parce que nous n'y sommes pas, notre propos demeure décidément toujours théorique et distant. Pour sortir de cette impasse tout en restant campé dans notre approche académique, peut-être faut-il à présent nous tourner vers des sources plus incarnées pour continuer à explorer de manière vivante cette dimension à la fois personnelle et expérientielle de la souffrance ? C'est donc tout naturellement en allant vers les textes sur lesquels s'appuient les évolutions ultérieures de la tradition judéo-chrétienne que nous allons maintenant progresser afin d'explorer plus spécifiquement cette dimension de l'accompagnement et de l'incarnation. Plus spécifiquement, nous allons nous pencher sur les textes bibliques qui relatent les derniers moments de la vie de celui qui est souvent considéré à tort comme le fondateur de la religion chrétienne : Jésus de Nazareth.

CHAPITRE IV

À PROPOS DE LA THÉOLOGIE DE LA CROIX

Revenons d'abord brièvement sur quelques éléments du contexte historique qui entourent la vie du *Christ*. La Bible chrétienne nous livre à travers les textes des évangiles le récit très imagé des trois ans de vie publique de *Yeshoua ben Yosef*, prédicateur juif, inspirateur d'une interprétation renouvelée de la Tora, mais surtout promoteur d'une pratique religieuse qu'il voulait plus personnelle et plus authentique. Durant cette période, cet homme dont l'historicité n'est aujourd'hui plus remise en cause par les historiens (Marguerat, 2019, ch. I, § «Le deuil de la biographie»), a acquis une forte réputation de guérisseur et de faiseur de miracles auprès de la population qui vivait dans la région entourant de la ville de Jérusalem. Vivant bien souvent comme un vagabond, en ayant choisi une vie de pauvreté et de dénuement, entouré la plupart du temps d'une petite poignée d'adeptes fidèles, il démontra néanmoins une vaste connaissance des écritures juives qui l'amènèrent à être considéré par plusieurs comme un grand maître spirituel. Ses prises de position critiques et répétées contre les dirigeants politiques et les dignitaires religieux de son temps le font également passer pour un provocateur et un agitateur de foules. Il est alors arrêté et après avoir subi un procès lapidaire et partial, il est convaincu de blasphème par les membres du grand conseil de la ville. Il est ensuite torturé, puis condamné à mort et son exécution fut conduite selon le supplice romain de la crucifixion, châtiment odieux et infamant, réservé à l'époque aux voleurs et aux brigands.

Cette conclusion funeste, alors qu'elle serait spontanément vue comme la fin tragique d'une histoire personnelle plutôt dérisoire, est pourtant considérée par la tradition chrétienne comme le pinacle de la vie et de la prédication de Jésus. Plus encore, elle est interprétée comme un évènement qui rend son histoire absolument unique, le couvre de gloire, de dignité et le met en relation définitive avec l'ensemble de l'humanité. C'est paradoxalement à partir de ce moment précis qu'il passe du statut de simple être humain à celui de Dieu. Comment cela est-il possible? Pour le comprendre, il nous faut rappeler plusieurs éléments historiques présents dans la tradition juive de l'époque qui viennent éclairer le sens que les théologiens juifs, puis chrétiens, ont pu donner à ce sacrifice.

Encore une fois, le premier théologien qu'il nous est possible de nommer en ce sens est Paul de Tarse. N'ayant jamais connu Jésus en personne, Paul a cependant fait une rencontre mystique avec lui durant l'un de ses déplacements vers la ville de Damas. Suite à ce face-à-face si bouleversant qu'il en perd temporairement la vue, Paul changea complètement son attitude envers les premiers chrétiens. Passant de persécuteur acharné à apôtre fidèle, il fonda et encouragea plusieurs des premières communautés de croyants, envoya de nombreuses lettres qui constituent aujourd'hui les plus anciens témoignages historiques de ces événements, et posa les bases théologiques de ce qui deviendra par la suite la religion chrétienne. Dans l'une de ses lettres aux premières communautés de la ville de Philippe (située dans la Grèce actuelle), qu'il visita lors de ses multiples voyages autour de la mer Méditerranée, il reconnaît ainsi très clairement ce paradoxe fondamental qui donne à Jésus de Nazareth une position si particulière :

Le Christ Jésus, ayant la condition de Dieu, ne retint pas jalousement le rang qui l'égalait à Dieu. Mais il s'est anéanti, prenant la condition de serviteur, devenant semblable aux hommes. Reconnu homme à son aspect, il s'est abaissé, devenant obéissant jusqu'à la mort, et la mort de la croix. C'est pourquoi Dieu l'a exalté : il l'a doté du Nom qui est au-dessus de tout nom, afin qu'au nom de Jésus tout genou fléchisse au ciel, sur terre et aux enfers, et que toute langue proclame : «Jésus Christ est Seigneur» à la gloire de Dieu le Père. (Philippiens, 2, 6-11)

Notons que Paul nous livre ici une interprétation personnelle qui vise à souligner le paradoxe d'un Dieu tout puissant qui se laisse pourtant mourir comme un misérable voleur⁵⁹. Il prend ainsi pour hypothèse de départ que Jésus de Nazareth avait «la condition de Dieu» et qu'il s'est donc volontairement dépouillé de cette puissance afin de vivre pleinement sa condition d'être humain mortel, jusqu'à sa crucifixion. Laissons pour un temps de côté la question de la croyance en cette hypothèse, pour nous intéresser d'abord aux conséquences qu'elle a pu avoir dans la pensée religieuse de l'époque. Car cette explication proprement renversante ne fut pas bien reçue par tout le monde, tant s'en faut, parmi les contemporains de Paul. Le pape Benoît XVI nous l'explique clairement dans un texte qu'il a écrit pour une audience générale donnée le 29 octobre 2008 :

⁵⁹ Par soucis d'exactitude, soulignons que cette référence, replacée dans son contexte d'origine, visait en premier à exhorter à l'humilité les membres de la communauté de Philippe, en prenant pour exemple la vie de Jésus lui-même.

Pour les juifs, la Croix est *skandalon*, c'est-à-dire piège ou pierre d'achoppement : elle semble faire obstacle à la foi du juif religieux qui ne trouve rien de semblable dans les Saintes Écritures. Paul, avec beaucoup de courage, semble dire ici que l'enjeu est très élevé : pour les juifs, la Croix contredit l'essence même de Dieu, qui s'est toujours manifesté à travers des signes prodigieux. (...)

Pour les Grecs, c'est-à-dire les païens, le critère de jugement pour s'opposer à la Croix est la raison. Pour ce dernier, en effet, la Croix est *moria*, folie, littéralement *insipidité*, c'est-à-dire une nourriture sans sel; non pas une erreur, donc, mais une insulte au bon sens. (Benoît XVI, 2008)

Nous le voyons, aussi bien pour les juifs de son époque que pour les Grecs (vers lesquels Paul avait de grandes ambitions d'évangélisation), le message principal évoqué par ce dernier, au cœur même de la foi et de la croyance constituant la religion chrétienne, se trouve réduit à un « scandale » ou à une « folie ». En effet, pour les juifs de l'époque, comme nous l'avons entrevu lors du chapitre précédent, depuis le livre de Genèse jusqu'à notre étude du livre de Job, le Dieu juif se conçoit plus souvent comme une figure de puissance, de colère et de domination — créateur de l'univers, ayant le pouvoir de vie et de mort sur l'ensemble de ses créatures, défaisant ses ennemis dans la violence. Ainsi que le décrit Benoît XVI, aucun texte du corpus biblique juif de l'époque n'illustre l'humilité et la miséricorde de Dieu, de la même manière qu'elle sera dépeinte par Jésus, ultérieurement mise en valeur par les théologiens chrétiens. Il paraît ainsi tout à fait inconcevable pour la plupart des juifs de l'époque, baignés par cette représentation d'un Dieu fort et dominateur, d'associer la divinité à la déchéance d'un homme dont la mort infamante achève une vie insignifiante.

Pour les Grecs, l'expression de ce rejet n'est pas tout à fait identique. La « raison » dont nous parle Benoît XVI n'est pas la vision rationnelle athéiste dont nous aurions hérité dans notre pensée moderne. Il s'agit bien plus d'une insulte à la logique et à l'intelligence rassemblant les croyances religieuses hellènes. Les Grecs croyant volontiers à des dieux et à leur influence sur notre monde humain, il ne s'agit pas pour eux de mettre en doute la possibilité d'une intervention divine. Cependant, c'est l'incarnation même d'un dieu en un être humain mortel qui comporte une prémisse absolument ridicule, ainsi vue dans la pensée grecque de l'époque — à la fois l'irruption d'un *logos* qui se serait incarné dans un homme, mais aussi la mort de ce dernier sur une croix :

Pour ceux qui, comme les Grecs, voyaient la perfection dans l'esprit, dans la pensée pure, il était déjà inacceptable que Dieu puisse devenir un homme, en acceptant toutes les limites de l'espace et du temps. Ensuite, croire qu'un Dieu puisse finir sur une Croix était décidément inconcevable! (Benoît XVI, 2008)

Se heurtant violemment à la conception grecque d'un *Cosmos* diamétralement opposée à la sienne, Paul lui-même en subira des moqueries et en vivra un sentiment de défaite lorsqu'il viendra à Athènes, s'exprimant au beau milieu de l'Aréopage, pour tenter de transmettre le message essentiel de sa prédication à quelques philosophes épicuriens et stoïciens :

Quand ils entendirent parler de résurrection des morts, les uns se moquaient, et les autres déclarèrent : « Là-dessus nous t'écouterons une autre fois. » C'est ainsi que Paul, se retirant du milieu d'eux, s'en alla. (Actes 17, 32-33)

C'est donc sur un échec cuisant que Paul met fin à sa mission dans la ville d'Athènes. Cependant toutes ses tentatives ne furent pas aussi décevantes et il en tira certainement un enseignement important pour la suite de son ministère en Grèce. Dans l'une de ses lettres aux premiers disciples de la ville de Corinthe (cité située encore aujourd'hui au nord du Péloponnèse), Paul en soulignera justement le paradoxe pour renforcer sa vision d'un Dieu de miséricorde :

Car le langage de la Croix est folie pour ceux qui vont vers leur perte, mais pour ceux qui vont vers leur salut, pour nous, il est puissance de Dieu (...) il a plu à Dieu de sauver les croyants par cette folie qu'est la proclamation de l'Évangile. Alors que les Juifs réclament les signes du Messie, et que le monde grec recherche une sagesse, nous, nous proclamons un Messie crucifié, scandale pour les Juifs, folie pour les païens. (1 Co 1, 18-23)

Ainsi c'est Paul lui-même qui utilise en premier ces mots de *scandale* et de *folie*, pour nommer et en même temps discréditer les critiques qu'il a reçues tout au long de ses voyages et de sa prédication autour de la mer Méditerranée. Expliquant que pour lui « le langage de la Croix (...) est puissance de Dieu », Paul s'insère ainsi adroitement entre la pensée juive et la pensée grecque, toutes les deux dominant son époque et sa culture, il souligne l'inversion fondamentale qui sous-tend sa croyance en Jésus : Dieu incarné en un homme vivant une vie de pauvreté, trahi, bafoué, mort sur une croix, mais pourtant ressuscité trois jours plus tard

et devenant ainsi le symbole d'un salut, d'une alliance renouvelée avec le Dieu du peuple hébreu, Dieu des ancêtres, Dieu d'Abraham, d'Isaac et de Jacob.

Pour autant, aussi habile que soit cette manière de présenter les choses, ne s'agirait-il pas avant tout d'un artifice visant à sauver les apparences? Car comme nous l'avons souligné précédemment, dans les faits, la vie de Jésus de Nazareth ne donne en aucune manière une démonstration de puissance et de gloire. Qu'elle soit considérée de manière plus froide et rationnelle comme celle des Grecs, ou bien dans la perspective d'un Dieu fort et redoutable, comme celle des juifs, il s'agit d'une représentation divine singulièrement insignifiante, fragile et vulnérable. D'un point de vue matérialiste, il serait alors aisé de disqualifier cette interprétation de Paul, comme une simple manière de retourner les critiques en les renvoyant à une inspiration mystique invérifiable. Cependant, si nous changeons de perspective pour adopter une vision plus symbolique, il est possible de mieux comprendre le sens d'une telle affirmation :

Le "scandale" et la "folie" de la Croix se trouvent précisément dans le fait que, là où il semble n'y avoir qu'échec, douleur, défaite, précisément là se trouve toute la puissance de l'Amour infini de Dieu, car la Croix est expression d'amour et l'amour est la vraie puissance qui se révèle justement dans cette faiblesse apparente. (Benoît XVI, 2008)

Or en effet, si «l'amour est la vraie puissance», nous comprenons mieux la légitimité de cette inversion — à partir du moment où nous saisissons que l'amour s'exprime effectivement mieux dans la faiblesse, la vulnérabilité et le dénuement que dans la force et l'oppression. Ainsi selon cette perspective, la puissance de Dieu ne doit pas être vue comme une forme de domination ou de rapport de force, mais d'abord comme un sacrifice survenu dans une relation d'amour qui se donne gratuitement — prémisses fondamentalement différentes de celle qui sous-tend la vision grecque ou juive traditionnelle. Reste que pour comprendre mieux encore le sens de ces paroles, notamment comment la croix peut-elle être une «expression d'amour», il nous faut d'abord faire un détour par l'étude des pratiques des

rituels sacrificiels, très répandus à l'époque de Jésus sur tout le pourtour de la mer Méditerranée⁶⁰.

4.1. Le sacrifice, substantification de la relation à Dieu

En effet, aussi bien chez les Grecs que chez les juifs, la pratique des sacrifices aux dieux était monnaie courante et faisait partie intégrante du quotidien et même du langage. Lewis Carroll, auteur du conte *Alice au pays des merveilles*, mais également mathématicien malicieux, nous le relate dans une anecdote croustillante :

Un théorème tel que le « carré de l'hypoténuse d'un triangle rectangle est égal à la somme des carrés des côtés » est d'une beauté aussi radieuse aujourd'hui que le jour où Pythagore le découvrit et célébra cet événement, dit-on, en sacrifiant une hécatombe de bœufs (une manière de célébrer la science qui m'a toujours paru légèrement exagérée et déplacée). On peut imaginer que l'on invite, même à notre époque décadente, un ou deux bons amis à partager un beefsteack et une bouteille de bon vin pour marquer la date de quelque brillante découverte scientifique. Mais une hécatombe de bœufs ! Cela fournirait une quantité de viande tout à fait hors de propos. (Carroll, 1890, p. xvi)

Rappelons ici qu'une *hécatombe* signifiait initialement le sacrifice de 100 bœufs ! Mais au-delà de la plaisanterie, et comme nous l'avons déjà évoqué au chapitre précédent, la mythologie grecque (Hésiode, 1838) nous relate comment cette pratique du sacrifice a été instaurée par Prométhée dans la cité de Mékoné et vise ainsi à tisser de manière continue les liens entre les dieux et les êtres humains. Chez les Hébreux et les juifs, elle trouve son origine dans le livre de la Genèse, immédiatement après le départ forcé du jardin d'Eden, où dès le chapitre suivant (chapitre 4) nous voyons Caïn et Abel, les deux enfants d'Adam et Ève, faire les premières offrandes sacrificielles à Dieu :

Abel fut berger de petit bétail, et Caïn cultivait le sol. Au bout d'un certain temps, Caïn apporta des produits de la terre en offrande pour le Seigneur. Abel,

⁶⁰ Pour être plus complet, soulignons que la pratique des sacrifices aux dieux est une constante des pratiques religieuses de l'humanité, à toutes les époques et dans toutes les cultures. Elle n'est donc en aucun cas une spécificité du monde méditerranéen de l'époque antique. Nous choisissons de nous arrêter un moment sur ces dernières pour illustrer le lien entre le symbole de la Croix et celui du sacrifice, si présent dans la représentation chrétienne de la mort de Jésus de Nazareth et la manière dont en parle Paul de Tarse dans ses épîtres aux premières communautés de croyants.

de son côté, apporta des agneaux premiers-nés de son petit bétail, dont il offrit au Seigneur de très beaux morceaux. Le Seigneur accueillit favorablement Abel et son offrande, mais non pas Caïn et son offrande. (Genèse 4, 2-5)

À ce premier sacrifice succèdera le premier meurtre, qui sera également le premier fratricide de toute l'histoire biblique. Cependant ce qui nous intéresse ici porte sur la manière avec laquelle tout au long des récits de la Bible, le sacrifice — et tout particulièrement le sacrifice ovin, du bouc, du mouton ou de l'agneau — trouve sa place dans la relation entre Dieu et les humains ; pour nous mener jusqu'à Jésus et la lecture chrétienne qui est faite de son agonie.

Dans la suite du livre de la Genèse (dans les chapitres 12 à 25), nous faisons la connaissance d'Abram, un descendant de Noé. Alors âgé de 75 ans, Abram reçoit comme commandement de son Dieu, aussi nommé YHWH (יהוה), l'injonction de quitter sa terre pour s'installer dans la future *Terre promise*, et qu'il devienne ainsi le patriarche de tous les croyants. Étant resté sans enfant, Abram reçoit dans sa grande vieillesse un fils qu'il nomme Isaac afin que, selon la promesse divine, sa descendance soit «aussi nombreuse que toutes les étoiles du ciel» (Genèse 15, 5). Ceci institue la troisième alliance entre Dieu et les humains, qui fait suite à celle d'Adam, puis celle de Noé. C'est ainsi qu'Abram devient *Abraham* — littéralement «le père d'une multitude de nations». Cependant YHWH décide peu après de mettre Abraham à l'épreuve (Genèse 22, 1) et lui demande de lui sacrifier Isaac, son fils unique. Abraham s'exécute fidèlement en préparant un holocauste, mais au dernier moment, voyant que sa loyauté est résolue jusqu'au bout, YHWH envoie un ange pour retenir sa main et Isaac est épargné. Abraham immole alors un bélier qui prendra sa place sur l'autel sacrificiel et deviendra du même coup le proverbial *bouc émissaire*. C'est par ce geste qu'Abraham enracine la relation de confiance au Dieu unique des trois grandes religions monothéistes — judaïsme, christianisme et islam. Ces derniers commémorent encore aujourd'hui l'épisode lors de la fête annuelle de l'*Aïd-el-Kébir*, aussi appelée «fête du mouton», instaurée par celui qui est également nommé par les musulmans, *Ibrahim*.

Notons que c'est par ce geste qu'Abraham éloigne définitivement les sacrifices humains des pratiques rituelles des trois religions du livre. En effet, même sans qu'elle n'ait été forcément courante, plusieurs mentions attestent d'une pratique sacrificielle des enfants premiers-nés.

Ainsi, à plusieurs reprises, la Bible en précise l'interdiction formelle par la consécration de ces derniers (Ex 13, 2; Nb 3, 1; Dt 15, 19), ce qui n'aurait de sens que si une telle pratique avait pu exister sous une forme ou une autre, possiblement auprès de YHWH lui-même (Römer, 2014, ch. 6 & 7). Il est à noter que dans la Grèce antique, nous en retrouvons également des traces dans les mythes, tels que celui de Persée sauvant Andromède — fille de Cassiopée et de Céphée, roi d'Éthiopie — que son père décide de sacrifier afin de calmer la colère du dieu Poséidon. C'est sans doute aux alentours des VII^e et VI^e siècles avant notre ère que la tradition juive en viendra à exclure totalement ces pratiques grâce à la réforme du roi Josias qui posera les bases théologiques de ce qu'est devenu aujourd'hui le judaïsme (Römer, 2014, ch. 11).

Enfin, nous retrouvons encore ce même symbole de l'agneau dans le livre de l'Exode, au moment où le peuple juif s'apprête à traverser la mer Rouge et à sortir d'Égypte (Exode 12, 1-13). Avant de porter la dixième et dernière plaie contre Pharaon et son peuple, YHWH ordonne à Moïse d'immoler un agneau par famille, puis d'en répandre le sang sur les portes des maisons afin de signaler à l'ange de la Mort d'épargner les enfants hébreux et de ne frapper ainsi que les premiers-nés égyptiens. Cette intervention décisive permit au peuple juif de quitter leur situation d'esclavage en Égypte, puis de commencer leur périple de quarante ans dans le désert. Plus tard, comme prescrit dans les textes (Exode 13, 4-10), ils continuèrent à commémorer cet événement en célébrant chaque année la fête du passage — *Pessa'h* — et en y sacrifiant, puis en mangeant, un agneau sans défaut. C'est ainsi que Jésus, la veille de sa mort, s'est réuni lui aussi avec ses amis et disciples pour respecter et répéter cette tradition juive, buvant le vin du *Kiddouch* et mangeant l'agneau de *Pessa'h* avec « des pains sans levain et des herbes amères » (Exode 12, 8). C'est précisément cette double tradition du pain azyme et du vin de l'alliance qui donnera lieu au rituel eucharistique chrétien, et c'est encore aujourd'hui une tradition pour de nombreuses familles chrétiennes que de faire mémoire de la cène en mangeant un gigot d'agneau lors de la fête de Pâques.

Soulevons toutefois que de l'ambiguïté demeure dans ce récit de l'Exode en ce qui concerne la question du sacrifice des enfants premiers-nés. Car si depuis l'époque d'Abraham, Dieu refuse qu'on lui immole des êtres humains, il ne se prive cependant pas lors de cet épisode

d'enlever lui-même la vie à tous les aînés des familles égyptiennes. Moïse met ainsi en garde Pharaon dans une menace qui sera suivie d'effet : « Tous les premiers-nés de ce pays mourront, aussi bien ton fils aîné, à toi qui règnes, que le fils aîné de la servante qui travaille au moulin, et que les premiers-nés du bétail » (Exode 11, 5). Des relents de sacrifices meurtriers sont donc toujours bien présents dans le récit, où nous retrouvons la pratique antique de mettre à mort ses ennemis pour les livrer aux dieux⁶¹. Mais comment comprendre que cette anecdote sanglante fasse pourtant partie des mythes fondateurs de la religion juive, et donc par extension qu'elle fasse également intégralement partie de l'héritage chrétien ? Notons qu'une certaine ambivalence demeure toujours présente dans la compréhension que nous avons du sacrifice. Tantôt vu comme une transaction, tantôt vu comme une réparation, comme un remerciement ou bien encore comme un don gratuit, le sacrifice peut en effet prendre plusieurs sens qui en viennent parfois à se superposer (Marx, 2005).

Dans le premier cas, il s'agit explicitement de s'attirer la faveur des dieux. Le sacrifice est alors dit *impétratoire* et l'intention y est clairement transactionnelle. Il s'agit de faire un don aux dieux dans l'attente d'un contre-don, sur la même base rétributive que celle que nous avons explorée lors de notre étude du livre de Job. Que cela soit pour obtenir de bonnes récoltes, la victoire sur ses ennemis, le succès dans les affaires ou le dénouement positif d'une entreprise risquée, il était ainsi courant dans le monde antique de procéder à une prière accompagnée d'une offrande en espérant un retour, forcément à la hauteur de la puissance du dieu invoqué, conjugué à l'importance de l'offrande sacrifiée. Ainsi sacrifier un animal sans défaut démontre la valeur élevée accordée à la requête. Plus l'animal est gros, plus on en sacrifie en nombre, plus il est parfait ou original et possède donc potentiellement une grande valeur marchande, plus le sacrifice est précieux. En sacrifiant son enfant premier-né, ou même son fils unique, l'impétrant fait donc preuve d'une abnégation totale qui espère et attend une récompense divine extraordinaire.

⁶¹ Nous retrouvons également un relent de cette pratique dans le premier livre des Rois (18, 20-40), alors que le prophète Élie en vient lui-même à égorger 450 prophètes de Baal, après une cérémonie rituelle lors de laquelle YHWH montre sa supériorité et sa force en réalisant un prodige devant le peuple d'Israël.

Mais le sacrifice peut être également *expiatoire* ou encore *propitiatoire*. Il s'agit alors de compenser pour une faute ou une offense et s'attirer ainsi l'indulgence de son dieu. Nous l'avons déjà illustré avec le récit du sauvetage d'Andromède par Persée, que son père voulait sacrifier à Poséidon afin de calmer la fureur de ce dernier. Ce type d'offrande de réparation se place bien sûr toujours dans la même perspective transactionnelle ou rétributive, puisqu'il s'agit finalement d'un échange ou d'un don qui attend toujours un contre-don. Mais à la différence du sacrifice précédent qui s'inscrivait dans une demande préalable, notons qu'il s'agit ici d'éviter *a posteriori* la punition liée à la faute présumée commise.

Dans une autre perspective encore, le sacrifice peut être *eucharistique*. Il s'agit alors d'un remerciement pour un bienfait reçu, attribué au dieu auquel le sacrifice est destiné. L'anecdote de Pythagore, relatée par Lewis Carroll, s'inscrit dans ce registre ; et le rite central de la chrétienté, dont ce type de sacrifice est éponyme, se situe donc lui aussi dans une perspective de gratitude et de reconnaissance. Nous commençons d'ailleurs à identifier comment ces offrandes eucharistiques s'éloignent progressivement du versant transactionnel puisqu'elles ne sont en rien obligées, étant donné que le bienfait a déjà été reçu. Cependant, c'est encore dans une perspective de rétribution et de réciprocité qu'elles s'expriment. Le lien à la divinité impose pour ainsi dire la nécessité de répondre et de célébrer, de faire *action de grâce*. L'absence d'un tel rite pourrait au contraire mener à une offense qu'il faudrait alors réparer au plus vite pour ne pas avoir à en payer le prix. Notons que le relâchement de la dimension transactionnelle n'équivaut pas forcément à un sacrifice moins violent ou moins sanglant, puisque le sacrifice ritualisé des ennemis après une victoire s'établit lui aussi dans cette catégorie⁶².

Enfin, le sacrifice peut être *latreutique* — mot dont le sens premier est *servile*, mais dont la signification implique surtout que le don est gratuit et n'attend rien en retour. Loin d'être inutile cependant, elle consiste sans doute de la manière la plus désintéressée qui soit à établir ou maintenir une union avec son dieu, une alliance, sans y faire intervenir un

⁶² Dans la Bible, le juge Jephté s'est ainsi vu obligé de sacrifier sa propre fille, qui était également son unique enfant, suite à l'engagement qu'il fit à YHWH de lui offrir la vie de la première personne qu'il verra sortir de sa maison s'il sortait victorieux de la bataille qu'il livrait contre les Ammonites (Juges 11, 30-40).

quelconque profit. Il s'agit au contraire de souligner la nature d'une relation qui se veut bienveillante et qui souvent dans la Bible, mais également chez les Grecs anciens, se traduit par un repas (Detienne & Vernant, 1979). Ce dernier type de sacrifice ne répond donc plus à un simple principe transactionnel ou rétributif. Il demeure cependant baigné de réciprocité. Nous pouvons y lire une forme d'hospitalité qui traduit un attachement inconditionnel, un lien, une union, entre une communauté humaine et son dieu. C'est également le même type de lien que Job finit par éprouver à la fin de son livre, en aimant Dieu «pour rien», comme l'avait noté Paul Ricoeur (2004, p. 65).

Nous réalisons à présent que si le sacrifice trouve son origine à des époques aussi lointaines que ce que l'archéologie nous permet de remonter, il demeure un rite complexe qui peut prendre plusieurs sens distincts et dont la diversité des significations interroge encore nos interprétations modernes. C'est sans doute la raison pour laquelle une ambiguïté demeure dans la compréhension que nous pouvons avoir de certains récits mythologiques, que ce soit la mort des premiers-nés égyptiens ou des nombreux autres récits antiques qui en relatent. Cette ambiguïté est justifiée, car elle est constitutive du rite sacrificiel en lui-même. Le sacrifice reste cependant toujours le signe d'un lien, d'une relation qui nous met et nous maintient en contact avec une Altérité. C'est ainsi qu'il nourrit ce lien et en traduit la teinte, que ce soit dans la fidélité, la loyauté, l'affection, la dévotion, la dépendance, la soumission ou l'asservissement. Notre propre interprétation, à des milliers d'années de distance, reste également marquée d'une forme et d'une couleur qui nous habitent et qui influencent le sens que nous lui donnons.

4.2. Le chant du Serviteur souffrant

C'est donc dans ce contexte qu'il nous faut à présent reprendre la signification du sacrifice du Christ que nous avons évoquée il y a quelques pages. Car ici tout particulièrement, les interprétations ont été nombreuses et variées — et elles l'ont été dès le début de la chrétienté. Notons comment les images et les mots utilisés dans le vocabulaire religieux trahissent cette ambiguïté que nous avons soulevée en lien avec le sacrifice. Jésus est ainsi, dès les premiers textes chrétiens, comparé à un agneau en référence aux textes hébreux et

juifs antérieurs : il est innocent, sans défaut, assimilé à un être sans péché. Il est également appelé « fils unique de Dieu » — ce qui est à rapprocher des enfants premiers-nés que nous avons évoqués en parlant des sacrifices *impératoires*, accomplis au moment de la fuite d'Égypte. Le pain de la cène, le dernier repas, est également nommé *hostie*, ce qui en latin signifie « victime offerte en *expiation* ». Dans les mains de Jésus, il prend cependant le sens d'une offrande pleinement *eucharistique*. Par ailleurs, le sang de l'alliance, matérialisé dans la coupe de vin du *Kiddouch*, est assimilé au sang de Jésus immolé en offrande *propitiatoire*. Enfin, le Christ est aussi vu comme un *juste souffrant*, ce que nous pouvons aisément rapprocher du récit de Job.

Pourtant, sa fin de vie — la *Passion* — a été bien plus souvent mise en lien avec un autre récit biblique tiré du livre d'Isaïe, intitulé : *le chant du Serviteur souffrant* (Isaïe 52, 13-15; 53, 1-12). Ce dernier est un court poème en prose qui forme le socle sur lequel s'appuient les interprétations les plus anciennes et les plus classiques de la Passion du Christ — en voici quelques extraits les plus marquants :

Mon serviteur réussira, dit le Seigneur,
il montera, il s'élèvera, il sera exalté!
La multitude avait été consternée en le voyant,
car il était si défiguré qu'il ne ressemblait plus à un homme,
il n'avait plus l'apparence d'un fils d'homme. (...)

Il était sans apparence ni beauté qui attire nos regards,
son aspect n'avait rien pour nous plaire.
Objet de mépris, abandonné des hommes,
homme de douleur, familier de la souffrance,
comme quelqu'un devant qui on se voile la face,
méprisé, nous n'en faisons aucun cas.

Or ce sont nos souffrances qu'il portait
et nos douleurs dont il était chargé.
Et nous, nous le considérons comme puni,
frappé par Dieu et humilié.
Mais lui, il a été transpercé à cause de nos crimes,
écrasé à cause de nos fautes.

Le châtement qui nous rend la paix est sur lui,
et dans ses blessures nous trouvons la guérison.
Tous, comme des moutons, nous étions errants,
chacun suivant son propre chemin,
et le Seigneur a fait retomber sur lui
nos fautes à nous tous.

Maltraité, il s'humiliait,
il n'ouvrait pas la bouche,
comme l'agneau qui se laisse mener à l'abattoir,
comme devant les tondeurs une brebis muette,
il n'ouvrait pas la bouche.
Par contrainte et jugement, il a été saisi. (...)

Broyé par la souffrance, il a plu au Seigneur.
S'il offre sa vie en sacrifice expiatoire,
il verra une postérité, il prolongera ses jours,
par lui s'accomplira la volonté du Seigneur.
À la suite de l'épreuve endurée par son âme,
il verra la lumière et sera comblé.
Par sa connaissance, le juste, mon serviteur,
justifiera les multitudes en s'accablant lui-même de leurs fautes.

C'est pourquoi il aura sa part parmi les multitudes,
et avec les puissants il partagera le butin,
parce qu'il s'est livré lui-même à la mort
et qu'il a été compté parmi les criminels
et qu'il portait le péché des multitudes
et qu'il intercédait pour les criminels. (Isaïe 52, 13-15; 53, 1-12)

Nous ne pouvons que noter une similitude frappante entre l'atmosphère qui se dégage du début de ce poème et le récit de la fin de vie du Christ survenue dans l'agonie et la torture. C'est d'ailleurs sans doute cette proximité qui a poussé les premiers chrétiens à lui accoler une lecture qui vient donner un sens messianique à la déchéance et à la misère vécue par Jésus de Nazareth lors de sa mise à mort. Nous y contemplons la description faite par YHWH lui-même (à travers la parole attribuée au prophète Isaïe), d'un serviteur juste et fidèle, qui par son attitude de soumission et de dénuement total, vient paradoxalement transformer sa déchéance en gloire et sa misère en plénitude. Nous lisons dans le texte comment *le serviteur* est d'abord frappé par la douleur, la souffrance et la ruine, jusque dans son apparence. Il est vu par la foule comme humilié et puni, comme un paria de la société,

«quelqu'un devant qui on se voile la face». À l'image d'un itinérant sur la rue d'une grande ville, ivre, sale et blessé, «méprisé, nous n'en faisons aucun cas.» Or, non seulement le serviteur est innocent des fautes qui lui sont attribuées, mais le texte affirme d'emblée que «ce sont nos souffrances qu'il portait et nos douleurs dont il était chargé», qu'«il a été transpercé à cause de nos crimes, écrasé à cause de nos fautes.» Outre la proximité implicite que le poème instille ainsi entre *souffrance* et *faute*, une première difficulté peut venir nous questionner: comment est-il possible qu'un être humain soit chargé des fautes et porte les souffrances de tout un groupe? Le récit témoigne ici d'un glissement substantiel du sens de la faute et de la culpabilité. Non seulement le serviteur se voit chargé des souffrances de la communauté, mais il se trouve aussi être celui par qui le salut arrive. En effet, le texte précise clairement: «le châtement qui nous rend la paix est sur lui, et dans ses blessures nous trouvons la guérison.»

Pour nous aider à dépasser cette difficulté et ainsi mieux comprendre et interpréter ce passage, nous pouvons faire appel au mécanisme du *bouc émissaire*, tel que René Girard l'a décrit dans son livre éponyme (1986). Si le serviteur est ainsi le porteur de la souffrance des membres de la communauté, il en devient du même coup le libérateur — précisément parce qu'il est accablé injustement de leurs fautes et de leurs souffrances. Ce n'est pas lui le responsable de cette déchéance, mais c'est lui au contraire qui en porte tout le fardeau, les malheurs et les souffrances du groupe auquel il est imparfaitement intégré. Ce que Girard observe comme la conséquence d'un mimétisme de groupe, il nous est également possible de le mettre en lien avec le mécanisme de *projection*: les souffrances individuelles vécues par chaque personne constituant la foule donnent lieu à une succession d'états qui progressent vers l'élection d'un bouc émissaire.

Comme nous l'avons observé au deuxième chapitre, toute souffrance suscite l'apparition d'émotions, bien souvent de colère, de tristesse, qui débordent à travers des mécanismes de défense. Parmi ces mécanismes, se trouveront bien souvent ceux de la projection, du clivage et de l'identification projective (Aupetit, Sanchez, 2015). À un niveau individuel, colère et projection se traduisent ainsi souvent en une impulsivité agressive. Mais à un niveau collectif, c'est à travers le mimétisme que ces émotions et cette agressivité peuvent se

condenser en une violence destructrice, ravageuse, parfois même meurtrière. Dans le cas qui nous intéresse, ces souffrances individuelles sont progressivement et collectivement interprétées comme émanant d'une faute qui est attribuée au bouc émissaire. C'est lors de la résolution collective, à travers le lynchage (ou parfois le rituel sacrificiel), que la communauté est purifiée, au moins temporairement, de cette souffrance; la cause ayant apparemment disparu, le prix du sang ayant été payé.

Pour le groupe ou la communauté, le sacrifice du bouc émissaire est donc non seulement un moyen efficace de donner du sens aux maux qui frappent, mais aussi de libérer ses membres de la souffrance, à travers une réification accomplie par ce mécanisme projectif. Ainsi, les défenses narcissiques individuelles sont renforcées, regroupées et unifiées par le mimétisme, ce qui mène ultimement vers une résolution cathartique. Nous pouvons noter comment René Girard a ainsi particulièrement bien articulé le lien entre l'élection du bouc émissaire (1986) et le sacrifice (2003). Qu'elle soit consciente ou non consciente, intérieure ou extérieure, la souffrance entraîne la présupposition d'une faute qui nécessite un coupable, puis vient une réparation collective qui passe par le sacrifice de la victime, ce qui soulage ainsi la collectivité. Aujourd'hui encore, nous retrouvons ce mécanisme dans toutes les communautés humaines, engendrant bien souvent racisme, antisémitisme, xénophobie, mais aussi une grande part des errements populistes des sociétés démocratiques.

Or si nous revenons maintenant au texte d'Isaïe, nous découvrons apparemment de quel type de sacrifice il s'agit, puisque le texte parle d'un sacrifice «*expiatoire*.» Selon les versions, il est parfois traduit en sacrifice *propitiatoire*, de *réparation*, de *culpabilité*, ou encore *pour le péché*. Ainsi est-il toujours lié à une faute commise, rappelant l'amalgame déjà nommé par Paul Ricoeur entre la souffrance, c'est-à-dire le mal subi; et la faute, c'est-à-dire le mal commis; elle-même sanctionnée par la punition, qui devient à nouveau mal subi (2004, p. 24-26). Ici se trouve donc détaillé le sens de ce geste sacrificiel qui vise en essence à réparer une faute. Cette faute, qu'elle soit imaginaire ou non, est alors vue comme étant à l'origine d'une punition divine — elle-même engendrant une souffrance pour le peuple. Afin que la souffrance disparaisse, il faut que la faute soit réparée, c'est-à-dire que le coupable présumé soit puni. Notons et soulignons encore une fois que c'est précisément par le

mécanisme d'identification projective que la souffrance subie se déplace et glisse ainsi de la foule en colère vers le reproche et la conviction de culpabilité d'une faute présumée commise par le ou les boucs émissaires — et ce même s'il n'y a ni faute ni coupable réel. Seul est nécessaire le besoin du groupe de se voir soulagé de ce qui est ressenti et vécu comme une souffrance.

Si tout cela correspond bien à la vision désormais classique en sociologie et en anthropologie des mécanismes conjoints du sacrifice et de la victime expiatoire (Hubert et Mauss, 1899), un autre détail attire cependant l'attention et demeure très particulier à ce récit : paradoxalement, nous observons que Dieu lui-même en vient à s'associer à la victime, prophétisant la gloire et la dignité qui lui seront accordées. Ainsi, le poème nous affirme à propos du serviteur que « s'il offre sa vie en sacrifice expiatoire, il verra une postérité, il prolongera ses jours, par lui s'accomplira la volonté du Seigneur. À la suite de l'épreuve endurée par son âme, il verra la lumière et sera comblé. » Puis, continuant encore : « C'est pourquoi il aura sa part parmi les multitudes, et avec les puissants il partagera le butin. »

Il nous faut bien admettre que si nous avons acquis l'impression d'avoir mieux saisi le mécanisme d'expiation collective survenu à travers l'élection du bouc émissaire, ce retournement demeure malgré tout assez obscur. Comment le serviteur, devenu victime, broyé par la souffrance, peut-il se voir ainsi « comblé » ? À nouveau, on serait naturellement en droit de se demander en quoi la victime ressort véritablement grandie d'un tel sacrifice, car de toute évidence, d'un point de vue concret, c'est la foule qui semble en être la seule bénéficiaire. Pour un peu, à l'image de ce que nous avons déjà perçu dans l'interprétation chrétienne de la mort du Christ, nous pourrions imaginer que le texte ne valorise la victime que pour lui donner une importance apologétique, alors qu'il serait plutôt naturel de voir sa mort comme utilisée au seul bénéfice de la communauté.

En outre, au verset 10, apparaît une phrase qui ne manque pas d'interroger la plupart des exégètes juifs et chrétiens depuis plus de 2 000 ans, puisqu'on y lit à propos du serviteur que « le Seigneur a voulu le broyer par la souffrance » (TOB) — ce qui semble particulièrement choquant pour un Dieu dont les deux principales caractéristiques sont la bienveillance et la

toute-puissance. Cet extrait est donc bien souvent considéré comme gênant à interpréter et de fait, il pose un problème dans sa compréhension (Sonne, 1959, Martin-Achard, 1982, Dupuis, 2002). Sur le plan linguistique, un doute subsiste sur le sens des mots utilisés en hébreu. Plusieurs versions de ce texte ont été retrouvées: d'une part dans les exemplaires les plus anciens de la tradition classique, d'autre part dans des manuscrits retrouvés au milieu du XIX^e siècle lors des fouilles archéologiques sur le site de Qumran — les fameux *manuscrits de la mer morte*. Or ces derniers présentent des variations et des différences dans les lettres des mots retranscrits. Ainsi, pour les traductions antérieures à ces découvertes ou plus traditionnelles, c'est Dieu lui-même qui fait souffrir son serviteur (Isaïe, 53, 10): «YHWH s'est plu à l'écraser, à le rendre malade» (Bible Bayard), «YHWH désire l'accabler, l'endolorir» (Bible Chouraqui), mais les traductions les plus récentes se sont appuyées sur ces dernières découvertes pour contourner ce malaise. Bernard Dupuy, un prêtre et théologien chrétien, spécialiste des exégèses juives et chrétiennes, nous l'explique dans cette interprétation fort intéressante:

En 53,10, deuxième partie, nous rencontrons la plus grande difficulté du texte. On traduit plus souvent: «il a plu à Dieu de le broyer». Pris à la lettre, cela est insupportable: *hafetz dako*, il a plu à Dieu de le broyer. Mais dans le manuscrit de Qumran, on lit un *zain* au lieu du *dalet*. Non plus *dako* mais *zako*, ce qui signifie «innocent». D'où: «L'éternel, lui, le reconnaît innocent». Cela entraîne un tout autre sens pour le verset suivant: «Daigne faire de son âme un sacrifice d'expiation», au lieu de le regarder comme la victime d'un sacrifice. (Dupuy, 2002)

À bien y réfléchir, il y a en effet une contradiction évidente à ce que YHWH prenne le parti et comble de bienfaits une victime qu'il aurait lui-même persécutée volontairement à l'instant précédent. Cette explication semble donc très pertinente pour dénouer cette difficulté — même si elle est loin de faire consensus dans la communauté des théologiens. La traduction liturgique de la Bible⁶³ adopte une perspective légèrement différente et conserve les mots originels. Mais d'une manière similaire, elle refuse de voir en YHWH un bourreau, tel que l'avaient laissé entendre de nombreuses traductions antérieures issues de la tradition.

⁶³ Précisons que la traduction liturgique de la Bible — comme son nom l'indique — est celle qui est utilisée officiellement pour les célébrations liturgiques de l'église catholique romaine. Cela en fait l'une des traductions qui fait autorité, même si elle est naturellement le fruit de compromis. Elle est le résultat du travail de 70 traducteurs durant près de 17 ans et a été publiée en 2013.

Elle insère ainsi une virgule dans la phrase, ce qui vient en séparer les deux parties. Le résultat devient: «Broyé par la souffrance, il a plu au Seigneur», ce qui préserve la logique du texte. C'est d'ailleurs cette traduction que nous avons sélectionnée un peu plus haut, car elle conserve la cohérence du récit et laisse entendre que Dieu n'est pas à la cause de cette souffrance, mais qu'il a au contraire le pouvoir de la transformer en grâce. Pourtant, quelle que soit la signification précise de ce passage, une question bien plus cruciale surgit alors: Comment une telle transformation serait-elle possible? Ne serait-ce pas *la* solution au problème irréductible de la souffrance — celle des *situations limites* (Jaspers, 1962) —, celle que nous cherchons depuis toute éternité, celle qui perdure et qui est vécue dans l'impuissance et la résignation?

Ici encore, pour mieux nous approcher de la question — à défaut d'y trouver une réponse définitive —, nous pouvons revenir à nouveau vers l'interprétation de la mort du Christ qui est faite en écho à ce texte d'Isaïe. Et comme nous en sommes désormais familier, c'est encore une fois vers l'apôtre Paul qu'il faut nous tourner, car c'est lui le premier à faire ce rapprochement implicite dans sa première lettre à l'Église de Corinthe:

Avant tout, je vous ai transmis ceci, que j'ai moi-même reçu:
le Christ est mort pour nos péchés conformément aux Écritures,
et il fut mis au tombeau; il est ressuscité le troisième jour conformément aux
Écritures. (1 Co 15, 3-4)

C'est dans cette phrase sibylline que Paul a résumé en quelques mots pour la toute jeune Église de Corinthe, ce qui lui apparaissait comme l'essentiel de sa foi et en même temps le cœur de sa prédication. La relation entre cet extrait et le texte précédent (Isaïe 53) n'y est pourtant pas entièrement explicite, mais elle demeure non contestée (Van Cangh, 1970). En particulier, c'est cette phrase: «le Christ est mort pour nos péchés», qui a donné lieu à d'innombrables interprétations ultérieures. Elle reste encore aujourd'hui le *kérygme*, le fondement de toute la pensée chrétienne sur le sens donné à la passion du Christ et à la rédemption. Sans jamais être remis en cause, ces mots énigmatiques de Paul ont cependant été l'objet de multiples questionnements. Ils ont ainsi engendré un nombre considérable de théories et maintes interprétations visant à explorer et tenter de comprendre ce sacrifice. Si

nous ne pourrions pas détailler précisément ici chacune d'entre-elles, nous pouvons néanmoins en nommer quelques-unes et envisager brièvement leurs implications qui nous influencent encore aujourd'hui.

4.3. Expiation ou réconciliation

Pour commencer, il nous faut citer la théorie de *l'expiation de la rançon*. Cette interprétation fut l'une des premières à tenter de percer le mystère de la Rédemption au tournant du I^e au II^e siècle de notre ère. Elle fut élaborée par Origène, l'un des Pères de l'Église et consiste principalement à comprendre le sacrifice du Christ comme un remboursement que Dieu fait auprès de Satan: telle une rançon payée pour le péché originel qui fût réputé commis par Adam et Ève. Ces derniers, au moment de leur geste sacrilège, auraient ainsi vendu l'humanité au Diable, et c'est uniquement lors de la mort du Christ, fils de Dieu, que Satan se serait vu payé en retour. Ce dernier aurait alors accepté la rançon, ignorant que le Christ allait ressusciter, et il se serait ainsi fait tromper par Dieu, qui aurait par là même sauvé l'humanité en la libérant de cet esclavage.

Il va sans dire que plusieurs éléments de cette théorie posent d'importantes difficultés théologiques: premièrement, le fait qu'elle s'appuie sur une partie de la tradition religieuse que le canon ne reconnaît aucunement — spécifiquement l'existence d'une transaction entre Adam et Ève d'une part et Satan d'autre part; deuxièmement, notons l'importance exagérée donnée au Diable dans cette interprétation. Ainsi, Dieu se serait trouvé débiteur envers Satan, à cause d'une faute commise par Adam et Ève, qu'il lui aurait alors fallu compenser. Il faut pourtant noter ici une certaine confusion, car ce n'est pas Dieu qui y est l'offensé, mais bien Satan. Ce dernier aurait ainsi possédé un droit de servage sur l'humanité entière et c'est donc à lui qu'une compensation devait être versée. Or, outre le fait qu'il soit assez incohérent que ce sacrifice ultime ait été finalement offert à Satan plutôt qu'à Dieu, il est également étonnant de constater que Dieu lui-même n'aurait pas eu la puissance de libérer autrement les êtres humains de ce joug, face à l'un de ses anges déchus, un simple procureur de sa cour — ce qui donne implicitement à Satan une stature divine. C'est sans doute cette prémisse inacceptable qui a rendu la théorie caduque, au moins sous cette forme primitive, dès la fin du XI^e siècle. Notons au passage comment cette théorie s'insère très bien dans une

vision extrêmement transactionnelle, telle que nous l'avons explorée précédemment : le sacrifice de Jésus y est tout à fait *expiatoire*, en cela qu'il vise à corriger et à réparer une faute commise par les êtres humains.

C'est ensuite Saint Anselme, archevêque de Cantorbéry, qui a élaboré la théorie la plus connue lui ayant succédé : la théorie de *la satisfaction*. Notons que cette théorie s'appuie toujours sur une prémisse liée à un sacrifice *expiatoire*, mais ici la cohérence en est préservée, puisque c'est bien Dieu l'offensé, qui doit être apaisé par une offrande. Reprenant à la fois le récit d'Isaïe 53, ainsi que les paroles de Paul que nous avons soulignées, la phrase «le Christ est mort pour nos péchés» signifie ici que les péchés de l'humanité ont bel et bien été compensés par la mort du Christ. S'il est parfois de coutume de voir cette transaction comme l'équilibre entre cette mort unique et celle universelle que nous inflige le péché, Anselme de Cantorbéry y voyait d'abord une question d'honneur. Car les péchés de l'humanité sont autant de blessures d'honneur, des affronts que l'humanité a faits envers Dieu. Et c'est donc par sa Passion et par sa mort que le Christ vient réparer cet affront et nous réconcilier avec Dieu. Il est cependant étrange de noter que la vision qui se dégage alors de Dieu est celle d'un être particulièrement pointilleux sur de telles questions d'honneur. Pour autant, c'est de cette théorie que dérive aujourd'hui la position officielle de l'Église catholique dans sa réponse à la question : «Quels sont les effets du sacrifice du Christ sur la croix?»

Jésus a librement offert sa vie en sacrifice d'expiation, c'est-à-dire qu'il a réparé nos fautes par la pleine obéissance de son amour jusqu'à la mort. (...) Le sacrifice pascal du Christ rachète donc tous les hommes d'une façon unique, parfaite et définitive, et leur ouvre la communion avec Dieu. (Compendium, 2005, §122).

Mentionnons brièvement la position des églises réformées, généralement alignée sur celles développées par Luther et Calvin, qui se trouve également à suivre la direction donnée initialement par Saint-Anselme. Elle l'exprime cependant dans une formulation plus juridique nommée *substitution pénale*. Ainsi selon cette vision, il y a culpabilité des êtres humains à cause de leurs péchés envers Dieu. Il ne s'agit cependant plus d'une atteinte à son honneur, mais à la loi morale, et pour que justice soit faite, ces péchés appellent à une

réparation. Selon l'interprétation du chant du serviteur souffrant (Isaïe 53), c'est précisément parce que le Christ-Jésus est une victime innocente, à la fois homme et Dieu, qu'il peut se charger des fautes de tous et se substituer ainsi à l'humanité pour les racheter par sa mort.

Or si ces deux théories ont encore cours aujourd'hui, sous une forme ou sous une autre, il nous faut cependant souligner un élément qui paraît quelque peu incohérent dans la logique même du rituel sacrificiel ainsi considéré : il semble paradoxal que Dieu y soit à la fois — et en même temps — l'offensé, l'impétrant et la victime. En effet, Jésus-Christ étant considéré comme fils de Dieu, mais également comme Dieu lui-même, il est du même coup à la fois celui qui fait le don, qui est le don et qui reçoit le don. Si cette singularité ne semble pas avoir choqué nombre de chrétiens à travers les âges, plusieurs théologiens, philosophes et chercheurs se sont pourtant déjà étonnés de cela. Richard Rohr, moine franciscain et théologien américain, nous l'explique en prenant l'exemple de John Duns Scotus, figure historique du mouvement franciscain au XIII^e siècle :

The common reading of the Bible is that Jesus “died for our sins”—either to pay a debt to the devil (common in the first millennium) or to pay a debt to God (proposed by Anselm of Canterbury, 1033-1109). Franciscan philosopher and theologian John Duns Scotus (1266-1308) agreed with neither of these understandings. (...)

The many “substitutionary atonement theories” — which have dominated the last 800 years of Christianity — suggest that God demanded Jesus to be a blood sacrifice to “atone” for our sin-drenched humanity. The terrible and un-critiqued premise is that God could need payment, and even a very violent transaction, to be able to love and accept God’s own children! These theories are based on *retributive* justice rather than the *restorative* justice that the prophets and Jesus taught. (Rohr, 2018)

Cette contradiction est en effet et encore une fois la conséquence d'une vision basée sur la *rétribution* que nous avons précédemment explorée dans le livre de Job, et qui nous amène rapidement à un tel contresens. Il semble dès lors nécessaire de comprendre autrement cette notion de sacrifice *expiatoire*. Richard Rohr nous le présente dans le même article (2018), à partir d'un jeu de mots basé sur l'étymologie même du mot *expiatoire*, traduit en anglais par *atonement* :

Salvation is much more about *at-one-ment* from God's side than any needed atonement from our side. *Jesus did not come to change the mind of God about humanity (it did not need changing)! Jesus came to change the mind of humanity about God!* (Rohr, 2018)

Cette interprétation a sans conteste le mérite de revenir au sens originel du mot *atonement*, comme *at-one-ment*, c'est-à-dire une ré-uni-fication, une *réconciliation* qui ramène à l'union et à la communion. Ainsi, il s'agit bien d'un sacrifice de réparation, mais non dans le sens transactionnel d'un rachat ou d'un paiement. Il s'agit plutôt de retrouver la communion qui unissait auparavant l'humanité à Dieu, via les Alliances. Richard Rohr prolonge pour nous cette explication en contrepoint de la rétribution :

God in Jesus moved people beyond the counting, weighing, and punishing model — which the ego prefers — to a world in which God's mercy makes any economy of merit, sacrifice, reparation, or atonement both unhelpful and unnecessary. Jesus undid “once and for all” (Hebrews 7:27; 9:12; 10:10) notions of human and animal sacrifice (common in most ancient religions) and replaced them with an economy of grace and love. (Rohr, 2018)

Cette interprétation nous aide certainement à mieux comprendre ce que l'Église catholique veut dire lorsqu'elle exprime ainsi le sens du sacrifice expiatoire : « Le sacrifice pascal du Christ rachète donc tous les hommes d'une façon unique, parfaite et définitive, et leur ouvre la communion avec Dieu » (Compendium, 2005, §122). Il s'agit donc bien plus d'une réconciliation que d'une transaction. Mais comment cette réconciliation pourrait-elle être *définitive*, comme l'apôtre Paul lui-même a été le premier à le formuler dans le passage mentionné plus haut par Richard Rohr ?

C'est pourquoi, au moment où il allait entrer dans le monde, le Christ dit à Dieu : « Tu n'as voulu ni sacrifice, ni offrande, mais tu m'as formé un corps. Tu n'as pris plaisir ni à des animaux brûlés sur l'autel, ni à des sacrifices pour le pardon des péchés. (...) Pourtant, ces sacrifices sont offerts conformément à la Loi. Puis il ajoute : « Je viens moi-même pour faire ta volonté. » Il supprime donc ce qui précédait pour établir une réalité nouvelle. Jésus Christ a fait la volonté de Dieu ; il s'est offert lui-même une fois pour toutes, et cela a rétabli notre relation à Dieu. (Hébreux 10, 5-10)

Notons comment le passage nous permet de nous approcher de cette vision non transactionnelle, radicalement différente de celle de la rétribution, explicitant comment Dieu ne veut «ni sacrifice, ni offrande», «ni (...) animaux brûlés sur l'autel, ni (...) sacrifices pour le pardon des péchés.» Ceci semble particulièrement contradictoire avec la compréhension toujours vive que la plupart des croyants chrétiens persistent à avoir de la mort du Christ, vue comme un rachat que chacun devrait répéter pour soi-même afin d'être *sauvé* et de *gagner son ciel*. Pourtant cette épître de Paul fait intégralement partie du canon des textes sacrés et il y est affirmé clairement que le Christ «s'est offert lui-même une fois pour toutes, et [que] cela a rétabli notre relation à Dieu.»

Si tout cela peut nous sembler encore confus, c'est sans doute parce que ceci vient en contradiction avec les définitions que nous avons données antérieurement à propos des différentes sortes de sacrifices. Dans son livre éponyme sur le sacrifice, René Girard nous explique plus clairement pourquoi :

Si le terme de sacrifice est utilisé pour la mort de Jésus, c'est dans un sens absolument contraire au sens archaïque. Jésus accepte de mourir pour révéler le mensonge des sacrifices sanglants et les rendre impossibles désormais. C'est à partir de ce renversement qu'il faut interpréter la notion chrétienne de rédemption. (Girard, 2003, p. 7-9, §4)

Dans sa vision anthropologique, René Girard souligne ainsi comment l'irruption du Christ-Jésus dans l'histoire humaine vient renverser définitivement le sens du sacrifice et le rôle du bouc émissaire. Il dévoile de manière irrémédiable la supercherie qui consiste à placer les fautes et les souffrances de la communauté dans une victime innocente, ce qui permet à la vérité de s'exprimer et d'éclater au grand jour. Car comme le dit encore Girard : «comment espérer cacher à un dieu qui est censé lire à livre ouvert dans les consciences humaines une dissimulation aussi grossière que celle-ci?» (p. 29-47, §77).

À partir de ce moment, il n'est donc plus possible de comprendre le sacrifice expiatoire classique comme une manière raisonnable et efficace de régler les problèmes de la communauté :

Comprendre que le bouc émissaire, loin d'être coupable, est innocent, non pertinent, c'est détruire sa puissance de structuration, c'est démythifier vraiment les mythes ou les déconstruire si l'on veut, c'est anéantir le religieux archaïque, mais lui seulement. C'est révéler un religieux tout autre et pourtant inséparable de l'ancien. (Girard, 2003, p. 48-69, §52)

Voilà exposée directement, ce qui est considéré par beaucoup de théologiens comme l'innovation principale du christianisme. René Girard se pose ainsi en défenseur de la spécificité et de l'originalité de cette religion, tout en soulignant comment les racines en sont pourtant déjà présentes dans la religion juive. Et de fait, nous pouvons déjà trouver trace de cette déconstruction à plusieurs niveaux dans les textes bibliques, à commencer par le livre de Job et le chant du serviteur souffrant (Isaïe 53), que nous avons explorés précédemment. Or si ces récits n'étaient que métaphoriques et symboliques, il nous faut bien admettre que c'est véritablement par l'incarnation de Jésus comme *Christ*⁶⁴, vivant directement dans sa chair ce renversement du sacrifice, que le processus du bouc émissaire est définitivement déconstruit.

4.4. Le bouc émissaire devient l'Agneau de Dieu

Pourtant, comme le note René Girard, il apparaît encore des contradictions dans la manière avec laquelle de nombreux croyants interprètent le sens même de cette révélation :

Il faut donc reconnaître l'existence d'un paradoxe à double visage. Aucun texte structuré par un phénomène de bouc émissaire ne peut révéler le mécanisme qui le structure. Cette première moitié du paradoxe, c'est la mythologie. La seconde moitié, c'est le biblique : aucun texte qui révèle le mécanisme du bouc émissaire ne peut être structuré par lui et c'est la vérité des mythes qu'il énonce. Le fait que ce double paradoxe reste très généralement inaperçu des chrétiens eux-mêmes en dit long sur l'extraordinaire affinité de la race humaine pour les boucs émissaires et sur les ressources presque infinies de notre hypocrisie pour tenir en échec la révélation judaïque et chrétienne. (Girard, 2003, p. 48-69, §55)

Peut-être cette affinité trouve une source dans les traces historiques de YHWH qui sont celles d'un dieu guerrier, un dieu de l'orage et du tonnerre, parfois représenté sous les traits d'un taureau (Römer, 2014, ch. 6 & 7). Originellement vénéré comme l'un des différents

⁶⁴ Nous reviendrons bientôt sur le sens précis que nous pouvons donner à ce mot.

dieux du peuple hébreu, antérieurement à la réforme religieuse du roi Josias (au VII^e siècle avant notre ère), il était vraisemblablement un équivalent de Zeus et à ce titre parfois aussi considéré comme un dieu solaire. Accompagné d'une parèdre divine nommée *Ashérah*, il s'est montré initialement très proche dans ses représentations de celles des dieux mésopotamiens, grecs, ou encore des théogonies humaines les plus répandues (Römer, 2014, ch. 9). Nous en retrouvons encore la trace visible dans de nombreux passages la Bible hébraïque, que ce soit à travers les descriptions violentes et colériques qui en sont faites, ou au contraire, dans les multiples interdictions des cultes anciens, une fois affirmé et imposé le dogme d'un Dieu unique (comme cela est notable dans l'épisode du veau d'or en Exode 32, 1-29). Cet héritage dominant-dominé a certainement baigné longtemps l'interprétation de la relation à ce dieu irritable. Il semble qu'il se perpétue encore aujourd'hui pour bien des croyants.

Mais peut-être cette résistance à la révélation est-elle également liée au besoin de réciprocité qui imprègne nos relations humaines, qui nous amène à toujours revenir à une vision transactionnelle, où le rachat des fautes est jugé nécessaire. Peut-être encore est-ce lié à ce besoin de défense narcissique remplie par l'identification projective, qui nous ramène toujours à un processus mimétique menant à l'élection d'un bouc émissaire, que ce soit à un niveau individuel ou collectif? Quoi qu'il en soit de cette origine, il est frappant de constater le chemin parcouru et la progressive évolution qui se déploie au fur et à mesure de l'histoire, passant d'un dieu des dieux, dominateur, à un dieu unique, devenant de plus en plus bienveillant et miséricordieux. Cette évolution peut se résumer par un glissement sémantique et métaphorique que René Girard a lui-même souligné :

On pourrait m'objecter que l'expression «*bouc émissaire*» ne figure pas en toutes lettres dans les Évangiles et, à cela, je réponds que la formule exacte importe peu, seule compte la réalité derrière elle. Il existe d'ailleurs, dans le Nouveau Testament, une expression forgée pour le seul Jésus et qui définit admirablement tout ce que dit «*bouc émissaire*» dans une métaphore aussi proche que possible de celle que j'utilise moi-même, mais très supérieure en vérité, et c'est «*agneau de Dieu*», qui nous débarrasse de l'inutile vulgarité du bouc et qui rend plus visible encore l'innocence de la victime injustement sacrifiée. (Girard, 2003, p. 48-69, §66)

Cette innocence de la victime, conjugée à sa faiblesse et sa vulnérabilité, nous ramène de façon très opportune à la réflexion que nous avons menée dès le début de cette élaboration autour de la théologie de la Croix. Car souvenons-nous: si «la Croix est expression d'amour et [si] l'amour est la vraie puissance qui se révèle justement dans cette faiblesse apparente» (Benoît XVI, 2008), comment pouvons nous à nouveau aborder les questions que nous avons formulées à la fin de notre commentaire sur le chant du serviteur souffrant (Isaïe 53):

- Est-ce que la souffrance peut être transformée en grâce? Si oui, comment?
- Et comment sommes nous donc *sauvés* par «le Christ, mort pour nos péchés»?

Pour cela, il est utile de résumer une partie de ce que nous avons compris jusqu'ici à travers nos lectures du livre de Job, du chant du serviteur souffrant, de la Passion du Christ, ainsi que des interprétations successives qui en ont été faites, à commencer par celles de l'apôtre Paul: le sacrifice du Christ n'est plus à comprendre dans son sens historique rétributif et transactionnel, mais bien dans la perspective d'un don gratuit qui vise à une réconciliation entre Dieu et sa création. Ainsi, le sacrifice de Jésus n'est plus expiatoire ni propitiatoire, mais il constitue au contraire une offrande *latreutique* qui aspire à renouveler l'alliance, à recréer la relation et l'expérience de communion qui nous rassemble en Dieu.

Par ailleurs, nous avons vu que c'est dans cette expression de vulnérabilité, d'innocence et de faiblesse que l'amour divin s'exprime le mieux. Il était donc, pour ainsi dire, *nécessaire* de briser définitivement le mythe d'un Dieu colérique, fort et tout puissant, en le remplaçant par un Dieu vulnérable, sacrifié et crucifié, qui s'incarne pour vivre pleinement la souffrance des êtres humains, comme un humain lui-même. Ce qui était précisément et profondément choquant à la fois pour les Grecs et bien des juifs croyants de l'époque de Jésus est ainsi devenu une manière remarquable de déconstruire le fantasme d'un Dieu narcissique, dominateur et en contrôle — une vision qui à la fois entraîne et renforce la mécanique même du sacrifice classique en s'appuyant sur la condamnation d'un bouc émissaire innocent, empêchant ainsi la communauté de regarder en face les causes mêmes de sa souffrance et d'y trouver des remèdes efficaces. Comme l'a si justement observé René Girard, c'est justement parce que le récit des évangiles expose en plein jour ce mécanisme

qu'il s'en libère et permet dès lors aux victimes d'y trouver un sens, ainsi qu'à la communauté de se remettre en question.

Enfin, suite à cette réinterprétation du sens du sacrifice et en nous remémorant à nouveau la confusion persistante entre péché, faute et souffrance (c'est-à-dire entre mal-commis et mal-subi), nous sommes amené à entrevoir que lors de sa mort, Jésus ne se charge pas seulement de nos péchés, mais bien aussi de nos souffrances (comme l'explique d'ailleurs clairement le chant du serviteur souffrant). Soulignons au passage que la formule célèbre de l'apôtre Paul, pour qui «le Christ est mort pour nos péchés», peut ainsi se comprendre de diverses manières. En particulier dans la phrase originelle, le mot *pour* (*ὕπερ* en grec), peut avoir diverses significations qui en influencent largement l'interprétation. Le prêtre dominicain belge, Jean-Marie Van Cangh, nous l'explique :

Les trois sens principaux de la préposition *ὕπερ* se retrouvent chez Paul : *à cause de nous*, *à notre place*, et *en notre faveur*. Ce dernier sens l'a emporté sur les autres dans les formules kérygmatisques sur la mort du Christ, parce qu'il se prêtait à l'extension la plus large et constituait le relais théologique nécessaire pour passer du premier sens (*à cause de nous*) au second (*à notre place*). (Van Cangh, 1970)

C'est donc non seulement *à cause de nous* (pour la rançon), *à notre place* (pour la substitution), mais surtout *en notre faveur* (pour la réconciliation) que le Christ est mort en endossant les souffrances humaines. Ainsi cela n'est certainement pas un hasard si les frères de la communauté de Taizé en France proposent un rituel hebdomadaire durant lequel «tous se rassemblent pour la prière autour de la croix, un temps pour déposer sur la croix du Christ ses propres fardeaux et ceux des autres» (Taizé, 2022). La croix du Christ, symbole omniprésent de la chrétienté, ne fait que rappeler cette position d'humilité, de vulnérabilité et de dessaisissement, sur laquelle il est possible de se décharger du poids de ses propres souffrances.

De ces constatations, deux dimensions apparaissent qui sont absolument liées l'une à l'autre. La première touche à l'idée de réconciliation, de communion avec Dieu — dont le salut est indissociable —, mais dont le sens et le lien avec la souffrance peuvent encore paraître obscurs. La deuxième se rapporte à l'humilité et à la vulnérabilité qui — comme nous l'avons

déjà observé dans le livre de Job — jouent un rôle essentiel dans l'accueil et la traversée de la souffrance limite.

4.5. Réconciliation et communion avec Dieu

Pour aborder la première de ces deux dimensions, il nous faut continuer à fouiller les images contenues dans les interprétations de la mort du Christ sur la croix. Revenons pour cela au commentaire écrit par le pape Benoît XVI, portant précisément sur *la théologie de la Croix dans la christologie de Saint Paul* (2008):

Saint Paul a offert une admirable synthèse de la théologie de la Croix dans la deuxième *Lettre aux Corinthiens* (5, 14-21), où tout est contenu dans deux affirmations fondamentales: d'une part le Christ, que Dieu a identifié pour nous au péché (v. 21), *est mort pour tous* (v. 14); de l'autre, Dieu nous a *réconciliés avec lui* en ne nous comptant pas nos péchés (vv. 18-20).

Peut-être, afin de mieux saisir le fondement de cette affirmation, il nous faut prendre connaissance du texte original de Paul (2 Corinthiens 5, 14-21), que voici:

L'amour du Christ nous étreint, à cette pensée qu'un seul est mort pour tous et donc que tous sont morts. Et il est mort pour tous afin que les vivants ne vivent plus pour eux-mêmes, mais pour celui qui est mort et ressuscité pour eux.

Aussi, désormais, ne connaissons-nous plus personne à la manière humaine. Si nous avons connu le Christ à la manière humaine, maintenant nous ne le connaissons plus ainsi. Aussi, si quelqu'un est en Christ, il est une nouvelle créature. Le monde ancien est passé, voici qu'une réalité nouvelle est là.

Tout vient de Dieu, qui nous a réconciliés avec lui par le Christ et nous a confié le ministère de la réconciliation. Car de toute façon, c'était Dieu qui en Christ réconciliait le monde avec lui-même, ne mettant pas leurs fautes au compte des hommes, et mettant en nous la parole de réconciliation.

C'est au nom du Christ que nous sommes en ambassade, et par nous, c'est Dieu lui-même qui, en fait, vous adresse un appel. Au nom du Christ, nous vous en supplions, laissez-vous réconcilier avec Dieu. Celui qui n'avait pas connu le péché, il l'a, pour nous, identifié au péché, afin que, par lui, nous devenions justice de Dieu. (2 Corinthiens 5, 14-21)

Le texte est dense — comme c'est souvent le cas chez Paul — et il est intéressant d'observer que nous y retrouvons plusieurs éléments que nous avons décelés dans les pages précédentes

— notamment comment «le monde ancien est passé, voici qu'une réalité nouvelle est là» (v.17), ce qui fait écho au renversement de la perspective chrétienne sur la relation à Dieu, dont parlait René Girard. Un autre aspect remarquable porte sur le triple rôle que prend Dieu dans le sacrifice du Christ, à la fois comme celui qui fait le don, qui est le don et qui reçoit le don — puisque «de toute façon, c'était Dieu qui en Christ réconciliait le monde avec lui-même, ne mettant pas leurs fautes au compte des hommes» (v.19). Cette réflexion de Paul nous confirme ainsi le bouleversement du sacrifice archaïque.

Mais au-delà de ces deux éléments, nous voyons apparaître dans cet extrait plusieurs passages intrigants qui exposent que le Christ «est mort pour tous et donc que tous sont morts». Paul continue en affirmant qu'il «est mort pour tous afin que les vivants ne vivent plus pour eux-mêmes, mais pour celui qui est mort et ressuscité pour eux.» Enfin, il nous explique d'une manière très énigmatique que «si quelqu'un est en Christ, il est une nouvelle créature.» Ceci nous amène à nous questionner sur le sens de ces paroles: si le Christ est «mort pour tous» — comme nous l'avons entrevu à travers le mécanisme du sacrifice —, que signifie donc que «tous soient morts?» Que signifie que «les vivants ne vivent plus pour eux-mêmes?» et qu'ils soient «en Christ?»

Il semble que nous pouvons rapprocher ces phrases énigmatiques des mots prononcés par Jésus lui-même peu avant sa mort alors qu'il répondait à ses disciples, dans un passage tiré de l'évangile de Jean: «Croyez-moi, je suis dans le Père, et le Père est en moi,» (14, 11) «vous connaîtrez que je suis en mon Père et que vous êtes en moi et moi en vous» (14, 20).

Cette même affirmation fait elle-même écho à plusieurs assertions de Paul, lorsqu'il tente d'expliquer le sens de ce qu'il dénomme à présent *Christ* aux nouveaux adeptes de la voie:

«Il n'y a plus ni Juif, ni Grec; il n'y a plus ni esclave, ni homme libre; il n'y a plus l'homme et la femme; car tous, vous n'êtes qu'un en Jésus Christ.» (Galates, 3, 28)

«Or vous êtes le corps du Christ et vous êtes ses membres, chacun pour sa part.» (1 Corinthiens 12, 27)

«Maintenant je trouve la joie dans les souffrances que je supporte pour vous. Je complète en ma chair ce qui manque aux épreuves du Christ pour son Corps, qui est l'Église» (Colossiens 1, 24)

Paul introduit ici une image forte et fondamentale dans la tradition chrétienne, en introduisant la notion de «Corps du Christ». La note de la Bible de Jérusalem explicitant cette comparaison au Corps (1 Corinthiens 12), précise que Paul «considérerait ainsi les croyants comme les éléments d'une unité organique. Le corps humain fournit une parfaite image d'une diversité enracinée dans l'unité. Ici, il donne à cet homme nouveau le nom de *Christ*.» Suivant cette figure de style, nous comprenons à présent un peu mieux le sens des paroles que nous avons tirées de la deuxième lettre aux Corinthiens (5, 16-17), filant la même métaphore :

Aussi, désormais, ne connaissons-nous plus personne à la manière humaine. Si nous avons connu le Christ à la manière humaine, maintenant nous ne le connaissons plus ainsi. Aussi, si quelqu'un est en Christ, il est une nouvelle créature. Le monde ancien est passé, voici qu'une réalité nouvelle est là.
Corinthiens (5, 16-17)

Paul redéfinit donc le sens du mot *Christ* non seulement pour y intégrer la personne de Jésus, mais également l'ensemble de tous les croyants qui se reconnaissent faire partie de cet ensemble nouveau qui les unit à lui. Le rituel central de la religion chrétienne, l'eucharistie reprend elle aussi cette image du *Corps du Christ* en l'associant à une image bien antérieure qui est celle du pain sans levain, tirée de la tradition juive et représentant, sous la forme d'une hostie, la parole de Dieu. Dans cette image du pain, les grains de blé sont eux aussi transmutés pour constituer un pain qui les rassemble sous une nouvelle forme.

Cette métaphore d'union et de communion peut-elle se rapprocher de celle que nous avons évoquée au deuxième chapitre, au moment de notre exploration du texte *Deuil et Mélancolie* à propos de l'attachement à l'objet perdu? S'agit-il d'une *interpénétration des subjectivités* qui nous amène à ressentir envers ou une personne aimée, qu'une partie de nous fait partie de l'autre et qu'une partie de l'autre fait partie de nous? Peut-être — mais il nous faut admettre que se trouve ici un sens plus mystique et plus large. Car si Paul l'assimile tout d'abord à l'ensemble des croyants ayant connu Jésus directement, puis indirectement, il l'étend ensuite

à toute la communauté humaine, adoptant et ressentant ce même mouvement vers l'unité et le bien — rappelant l'expression du pape Paul VI: «tous les hommes de bonne volonté, dans le cœur desquels, invisiblement, agit la grâce» (1965b, 22, §5).

Ainsi s'éclaire une autre parole prononcée par Jésus à ses disciples peu de temps avant sa mort: «si quelqu'un m'aime, il observera ma parole, et mon Père l'aimera; nous viendrons à lui et nous établirons chez lui notre demeure» (Jean 14, 23). Cette expérience de la *présence réelle*, la *Shekina* (qui rappelons-le en hébreu signifie *habiter*), permet alors de mieux embrasser l'idée reformulée par Jean-Paul II (1995), qu'en étant ainsi habités par cette présence, nous «participons [chacun et chacune] à la vie même de Dieu.» Ceci nous aide également un peu mieux à saisir comment cette participation peut prendre forme sur le plan symbolique, notamment grâce à l'image du *Corps du Christ* (ou encore celle du pain eucharistique). L'une des originalités de la révélation chrétienne devient donc, non seulement la fin d'un Dieu dominateur, mais surtout l'expression d'une véritable expérience de communion avec *Lui* qui nous fait, chacun et chacune, «participer à sa vie divine» (1 Pierre 1, 4). Ceci prend forme, dès lors que nous en prenons conscience, à travers nos expériences concrètes de vie; réalisant que nous faisons pleinement partie de cet *Être*, que nous sommes habités par cette étincelle divine, et que nous avons part à notre manière à *Ses* accomplissements, que ce soit dans la joie ou dans la souffrance. Ceci rejoint d'ailleurs en partie l'élaboration que nous avons pu faire dans notre chapitre sur la dignité, recensant la présence de multiples références bibliques soulignant la part divine de l'être humain.

Cependant, tout cela ne peut prendre véritablement et concrètement un sens qu'à partir du moment, où comme nous y invite Saint Paul, nous nous laissons d'abord «réconcilier avec Dieu» (2 Corinthiens 5, 20). Or cette étape ne peut se réaliser pleinement qu'à partir du moment où nous parvenons à nous laisser imprégner de cette présence qui nous permet de faire l'expérience de cette union à Dieu, aux autres et à nous-même. C'est d'ailleurs là, dans cette *réconciliation*, qu'est peut-être le sens privilégié du mot *expiatoire* utilisé pour parler du sacrifice du Christ, ce qui est déjà manifeste dans l'anglais *at-one-ment*. Ce sacrifice peut être ainsi avant tout compris comme un «sacrifice de réconciliation» amenant à la communion, ce que commémore précisément le rituel eucharistique chrétien.

De cette métaphore mystique qui porte aussi le nom d'*Alliance* (représentant la communion avec Dieu, avec la Création, avec l'ensemble de l'humanité et avec nous-même), nous pouvons tirer plusieurs réflexions :

Premièrement, il est possible d'y apprécier l'idée que nous tous, êtres humains, sommes effectivement et fondamentalement liés les uns aux autres à la fois dans l'espace et dans le temps — c'est-à-dire de toute éternité, aussi bien dans le passé que dans le futur. Ainsi, de la même manière que les membres du corps sont unis ensemble pour former un organisme, nous sommes tous interdépendants et nécessairement impliqués les uns avec les autres. Cette pensée se manifestait peut-être plus nettement au sein d'une petite communauté, une tribu, un village ; là où chacun avait sa place et jouait un rôle indispensable pour le reste de la communauté. Pourtant, elle continue absolument à exister et à faire sens au sein d'une communauté humaine vaste et moderne, que nous nous plaisons à nommer mondialisée. Même si nous peinons parfois à percevoir cette interdépendance, qui se trouve parfois masquée par les transactions monétaires, les industries et les échanges de services ; nous pouvons néanmoins, presque quotidiennement, en prendre conscience à travers les conséquences des crises mondiales — que ces dernières soient financières, sanitaires ou écologiques. Notons en outre que ceci nous entraîne, que nous le voulions ou non, à devoir en assumer les responsabilités et les engagements et à co-construire le monde en permanence.

Par ailleurs, cette forme de participation à la communauté humaine, c'est-à-dire «à la vie même de Dieu», peut également se décrire et se comprendre autrement, à l'aide de considérations plus temporelles. Ainsi, si nous prenons un exemple tiré de nos interactions quotidiennes, il nous est assez facile d'admettre que toutes les personnes avec qui nous sommes entrés en relation significative au cours de notre vie nous ont marqué d'une certaine manière. Peut-être que leur présence demeure en nous durablement, ou peut-être que nos interactions avec eux nous ont effectivement changé ou transformé d'une façon ou d'une autre — que cela soit en bien ou en mal, dans la joie ou dans la peine, à travers une relation d'amour ou de détestation. Ces derniers, nos parents, nos amis, nos proches, des célébrités ou parfois même de parfaits inconnus, ont ainsi participé à nous faire devenir qui nous

sommes, pour certains de manière très marquante, pour d'autres de façon plus subtile et évanescence, mais néanmoins réelle. Nous gardons des traces de leur vie et de leur présence à l'intérieur de nous. De la même manière, il est aisé de constater que nous avons sans doute eu nous aussi ce même impact auprès des personnes qui nous entourent, que nous avons rencontrées — même si cela a été parfois de manière fugace — et nous leur avons ainsi transmis une partie de ce que nous avons reçu. Si nous prolongeons cette pensée, il convient également de reconnaître que cela est aussi le cas pour chaque personne vivante et ayant vécu dans le monde entier, à commencer par nos propres parents, nos amis, nos proches. Ces derniers ont ainsi été significativement influencés par leurs propres parents, leurs amis et leurs proches — qui à leur tour l'ont été par leurs propres parents, amis et proches.

Nous voyons ainsi se dessiner une chaîne d'influence exponentielle qui remonte le temps, reliant rapidement et d'un même élan non seulement l'ensemble de l'humanité qui nous précède, mais aussi l'ensemble de l'humanité qui nous succède. Or même si l'effet de cette influence va certainement en s'amenuisant avec le temps et la distance, elle en demeure néanmoins absolument réelle et tangible. De plus l'impact du nombre vient alors la démultiplier d'une manière difficilement concevable pour l'esprit. En effet, si nous nous en tenions seulement à l'influence directe qu'ont pu avoir sur nous nos parents, l'arithmétique nous apprend qu'il suffit de trente-trois générations pour comptabiliser une chaîne de plus de 8 milliards d'ancêtres⁶⁵ — s'étalant sur une durée inférieure à un millénaire. Ceci nous démontre de manière frappante comment nous nous trouvons ainsi reliés à cette communauté universelle d'une manière bien plus concrète que nous pourrions le penser, aussi bien en étant influencé par le passé, qu'en ayant nous-mêmes une influence sur le futur.

Enfin, nous pouvons aussi considérer quel rôle spécifique peut avoir la souffrance en lien avec cette communion et avec la participation à la vie de Dieu : la rédemption et le salut ne

⁶⁵ Ce tour de passe-passe arithmétique nous fait penser au problème de *l'échiquier de Sissa* — d'après le nom du sage brahmane rapporté par la légende perse comme l'inventeur du jeu d'échec. Ce dernier s'était vu demandé par son roi de nommer la récompense qu'il désirerait pour son invention. Il lui a répondu qu'il ne souhaitait qu'un grain de riz posé sur la première case du jeu, puis deux grains de riz posés sur la deuxième case, puis quatre grains sur la troisième case, etc., en continuant à doubler le nombre de grains de riz à chaque case supplémentaire — un total qui s'élève à $(2^{65}-1)$, soit 18 446 744 073 709 551 615 grains de riz, c'est à dire l'équivalent de la production mondiale actuelle de riz pendant plus de 1500 ans.

peuvent alors être vraiment compris et atteints que dans leur dimension *communautaire*, conjointement à la réconciliation dont nous sommes les dépositaires. Comme l'exprime ainsi Richard Rohr :

I'm convinced God is saving history. God is saving humanity.
God saves the whole, not merely parts. One great misinterpretation of the Bible is thinking that God saves individuals apart from one another.
That can't be the full meaning of salvation. The real collective message is hidden in plain sight throughout the Bible. (...)
Just as salvation is one collective reality, so too is evil. It's always collective.
(Rohr, 2022)

Or à bien y réfléchir, cette conclusion est effectivement la seule qui soit véritablement cohérente. Étant donné que la notion même de *Christ* ne prend vraiment tout son sens que dans une perspective collective et communautaire, c'est-à-dire *communautaire*, il devient alors inévitable que la rédemption et le salut soient eux aussi marqués de cette même empreinte. Le Christ étant « mort pour *nos* péchés » et pour *nous* sauver, la promesse chrétienne de libération de la souffrance ne peut se traduire seulement dans une vérité individuelle — ce que d'ailleurs chacun de nous peut réaliser quotidiennement en observant que la souffrance individuelle demeure, malgré la révélation chrétienne. À ce propos, la fameuse phrase écrite par Cyprien de Carthage : « *Extra Ecclesiam nulla salus* » (« Hors de l'Église, il n'y a pas de salut » — Epistula 4, 4), même si elle a peut-être initialement été prononcée dans le but de renforcer la primauté de l'Église comme institution, peut également se comprendre dans un sens plus mystique. Lorsque nous accolons au mot *église* son sens étymologique d'*ekklesia* (du grec *ἐκκλησία*), c'est-à-dire le sens universel d'*assemblée*, cette devise peut se comprendre comme le rappel qu'il nous est impossible de nous sauver seuls.

4.6. La dimension communautaire de la souffrance

Dans les faits, cette dimension collective pourrait se traduire par exemple par la perpétuation de l'espèce humaine ainsi que celle de la Création tout au long des âges. Mais plus proche de nous, elle se traduit surtout dans la manière avec laquelle nous parvenons à traverser la souffrance limite non de manière autonome et individuelle, mais au contraire en la vivant et en demeurant en lien les uns avec les autres. En effet, l'un des messages

fondamentaux que nous annonce la tradition chrétienne est que l'Être qui est nommé *Dieu* s'est incarné en un être humain, qu'il a souffert et qu'il est mort en faisant ainsi pleinement l'expérience de notre humanité. Ceci implique la présence d'un Dieu qui souffre non seulement *comme* nous, mais donc aussi *avec* nous. De plus, comme nous l'avons considéré à l'instant, cela signifie également que ce Dieu souffre *en* nous et que nous souffrons en lui. Ainsi donc — et peut-être est-ce équivalent — que tous les autres êtres humains ayant vécu, vivant, et à vivre, souffrent en nous et nous en eux. Cette conscience nous permet alors de saisir et de sentir que nous ne sommes donc jamais tout à fait seul lorsque nous souffrons; et qu'il nous est possible de vivre cette souffrance en communion avec l'ensemble de l'humanité — possiblement même, avec la Création tout entière. Cela nous donne enfin de comprendre que dès qu'un autre être humain souffre, nous souffrons nous aussi avec lui. Lorsque nous en sommes pleinement conscient, ceci nous invite naturellement à désirer soutenir et accompagner l'ensemble de l'humanité, nos *prochains*, dans cette souffrance qui nous est constitutive, tout comme elle peut nous inciter nous-même à chercher et à accueillir de l'aide provenant des autres.

Cette dimension *communautaire* de la souffrance — c'est-à-dire le fait qu'elle a un caractère fondamental de communion — nous porte en outre à devenir plus conscient de cette présence commune, ce qui nous rapproche ainsi de l'ensemble de l'humanité, et de Dieu lui-même, d'une manière ontologique et existentielle. Elle nous fait nous sentir proche de l'Autre, des autres et de nous-même, ce qui non seulement nous fait traverser la souffrance plus aisément, mais nous fait également ressentir réconfort et joie. Peut-être est-ce d'ailleurs là le sens de cette parole énigmatique de l'apôtre Paul: «Maintenant je trouve la joie dans les souffrances que je supporte pour vous. Je complète en ma chair ce qui manque aux épreuves du Christ pour son Corps, qui est l'Église» (Colossiens 1, 24). Cette constatation nous rappelle que cette dimension communautaire de la souffrance peut se trouver dans toutes les autres expériences que nous vivons. Ainsi, il semble logique de considérer la joie et les émotions positives tout autant dans leur dimension collective et communautaire, que dans une perspective autonome et individuelle.

Précisons enfin, puisque cela apparaît maintenant plus nettement, qu'il s'agit donc seulement pour nous de *traverser* la souffrance et non pas de la supprimer. Dans sa dimension communielle, la souffrance nous permet de sentir la présence de l'autre, tout autant que cette présence nous permet de mieux la tolérer, mais non pas de la faire disparaître. Souvenons-nous également de ce que nous avons observé dans notre chapitre de phénoménologie : puisque la souffrance naît de l'écart entre la perception et la représentation que nous avons de la réalité, la logique veut qu'il soit possible de la faire disparaître en annulant progressivement cet écart. Comme nous l'avons nommé, ceci peut se faire soit en changeant la réalité par l'action, soit en érodant nos attentes par la contemplation. C'est-à-dire en tentant d'accueillir la réalité telle qu'elle est, et en laissant aller notre désir d'emprise — ce que certaines traditions nomment l'*ego*. Mais tout ceci ne vient pas sans une sensation douloureuse. Ce que nous avons nommé *souffrance limite* consiste alors en cette souffrance résiduelle, intrinsèque au processus de deuil qui nous amène progressivement à accueillir cette réalité. Cela n'est donc qu'en *traversant* ce processus qui nous fait souffrir, que nous pouvons éventuellement parvenir à sortir de la souffrance, partiellement ou complètement, mais toujours progressivement. La dimension communielle de l'existence ne nous permet donc que de mieux endurer et tolérer cette souffrance limite. Et même si ce processus demeure douloureux, nous avons cette possibilité précieuse de ne pas avoir à le vivre seul, mais de pouvoir le vivre accompagné de la présence de l'autre.

Paul Claudel, poète français du XX^e siècle qui fut aussi un fervent catholique, le formulait ainsi à sa manière en évoquant ainsi la question du mal — question du sens de la souffrance qui nous a guidé tout au long de ce chapitre :

À cette question terrible, la plus ancienne de l'humanité, Dieu seul, directement interpellé et mis en demeure, était en état de répondre, et l'interrogatoire était si énorme que seul le Fils de Dieu pouvait y répondre en fournissant non pas une explication, mais une présence, suivant cette parole de l'Évangile : "Je ne suis pas venu expliquer, dissiper les doutes par une explication, mais remplir." C'est-à-dire remplacer par ma présence le besoin d'explication. Le Fils de Dieu n'est pas venu pour détruire la souffrance, mais pour souffrir avec nous. Il n'est pas venu pour détruire la Croix, mais pour s'étendre dessus. De tous les privilèges spécifiques de l'humanité, c'est celui-là que Dieu a choisi pour lui-même. (Claudel, 1968, p. 132)

Souvent ramassée en disant que «Dieu n'est pas venu supprimer la souffrance. Il n'est même pas venu l'expliquer, mais il est venu l'habiter de sa présence», cette citation nous ramène très explicitement à la manière avec laquelle Dieu s'est présenté à Job, ne lui donnant véritablement aucune explication à propos de sa souffrance. Dans sa grandeur et sa gloire divines, le récit aurait pu choisir des manières bien plus impressionnantes de le faire intervenir, mais il nous l'expose de la façon la plus modeste et la plus humble qui soit, en le faisant simplement être présent pour Job et répondre à sa lamentation par cette seule présence.

Nous identifions un peu mieux maintenant l'ajout de sens survenu lorsque nous passons du récit de Job à celui de Jésus: alors que Dieu se montrait présent à Job pour l'accompagner dans ses souffrances; Jésus — Dieu incarné — souffre lui-même en sa chair jusqu'à en mourir pour mieux faire sentir à l'humanité entière qu'il n'est pas seulement spectateur, mais qu'il partage avec nous nos maux et nos peines. Devenant pleinement *Christ* — littéralement «celui qui a reçu l'onction» —, il donne l'exemple pour que nous devenions ainsi pleinement présent les uns aux autres dans les souffrances que tous et toutes nous traversons tout au long de notre vie, pour que nous devenions toutes et tous pleinement *Christ*, nous aussi.

Peut-être y a-t-il là une autre partie de la réponse à la question cruciale que nous avons posée au cours des dernières pages, sous ces différentes formes:

- Comment le serviteur souffrant peut-il ainsi se voir comblé? (Isaïe 53, 11)
- Comment le Christ nous sauve-t-il par sa mort? (1 Co 15, 3-4; 2 Co 5, 14)
- Comment la souffrance peut-elle se changer en grâce et en joie? (Col 1, 24)

Selon la tradition chrétienne, c'est précisément parce que Dieu s'est donné volontairement à souffrir pour nous, avec nous et en nous, qu'il ouvre à notre conscience cette dimension communautaire et universelle de l'existence. Et c'est précisément parce qu'elle possède une dimension communautaire que la souffrance favorise cette prise de conscience de notre communion au reste du monde, qui nous donne à son tour de traverser la souffrance sans être jamais tout à fait seuls et de lui donner un sens qui nous dépasse. Bien sûr, tout ceci pourrait nous paraître bien peu puisque cela ne vient aucunement supprimer notre

souffrance. Pourtant il apparaît en même temps que cela est tout à fait considérable puisque nous savons que c'est malheureusement tout ce qui peut être fait dans les situations de souffrance limite. Il s'agit tout simplement de la seule manière que nous avons de pouvoir l'affronter et de la traverser, de l'examiner, de l'interroger, et de la transformer en grâce, pour progressivement faire en sorte qu'elle cesse de nous dominer et de nous écraser, et finalement, possiblement y trouver un sens. D'une certaine façon, c'est ainsi que nous sommes *comblé*, comme Job lui-même est «consolé» à l'issue de son deuil et de sa traversée de la souffrance (Job 42, 6).

Cette transformation de la souffrance en grâce est certainement aussi exprimée par ce que nous avons déjà nommé dans notre exploration du livre de Job: ce que la tradition juive nomme *tehouva*, le retournement — aussi nommé *conversion* ou *salut* dans la tradition chrétienne, *métanoïa* dans la tradition grecque, ou encore *repentance* dans la tradition bouddhiste. C'est par ce mouvement intérieur qui comporte et nécessite à la fois de l'humilité, du dessaisissement et la conscience de faire partie d'un ensemble plus grand que notre seul être, que ce processus de réajustement est possible, qui peut mener alors à une véritable résurrection.

Il devient ainsi plus aisé de comprendre le sens de certains mots utilisés par Paul Ricoeur à la fin de son ouvrage sur «le mal» (2004), lorsqu'il explore de manière très personnelle les voies possibles pour faire face à la souffrance:

D'autres, plus avancés encore sur ce chemin du renoncement à la plainte, trouvent une consolation sans pareille dans l'idée que Dieu lui-même souffre et que l'Alliance, au-delà de ses aspects conflictuels, culmine dans une participation à l'abaissement du Christ des douleurs. La théologie de la Croix — c'est-à-dire la théologie selon laquelle Dieu lui-même est mort en Christ — ne signifie rien en dehors d'une transmutation correspondante de la lamentation. (Ricoeur, 2004, p. 64)

Dans le même registre, nous comprenons également un peu mieux à présent le sens proprement mystique des expressions utilisées par l'Église catholique lorsqu'elle nous exhorte à entrer dans ce processus et tente de nous en faire saisir le chemin, tel que le fait le pape Benoît XVI dans ce passage:

Nous aussi nous devons entrer dans ce "ministère de la réconciliation" qui implique toujours le renoncement à sa propre supériorité et le choix de la folie de l'amour. Saint Paul a renoncé à sa vie en se donnant totalement pour le ministère de la réconciliation, de la Croix qui est salut pour nous tous. Et nous aussi devons savoir le faire: nous pouvons justement trouver notre force dans l'humilité de l'amour et notre sagesse dans la faiblesse de renoncer pour entrer ainsi dans la force de Dieu. Nous devons tous former notre vie sur cette véritable sagesse: ne pas vivre pour nous-même, mais vivre dans la foi en ce Dieu dont nous pouvons tous dire: "Il m'a aimé et s'est donné pour moi". (Benoît XVI, 2008)

Notons la répétition de plusieurs mots présents ici, aussi bien chez Paul Ricœur que chez Benoît XVI: «renoncement à la plainte», «abaissement», «renoncement à sa propre supériorité» — ces injonctions à l'humilité promettant le salut et la paix sont partout dans le corpus biblique. Jésus, dont le nom même signifie *salut*, prononcera lui-même cette *logia*, comme la première de ses béatitudes: «Heureux les humbles de cœur, car le royaume des cieux est à eux.» (Matthieu 5, 3). Notons que ces consignes ne sont bien sûr pas exclusives à la tradition chrétienne. Comme nous l'avons déjà noté, il semble que toutes les spiritualités humaines en arrivent précisément à ce même point fondamental, soulignant le lien entre notre humanité et cette humilité qui partagent toutes deux une même racine étymologique fermement plantée dans la terre. Précisons que l'humilité ne saurait être comprise comme un rabaissement ou une humiliation. Comme nous l'énonce le dictionnaire de l'Académie française (2023), il s'agit d'une «vertu qui nous donne le sentiment de notre faiblesse, qui réprime en nous les mouvements de l'orgueil». Il s'agit donc de nous voir exactement comme nous sommes, ni plus ni moins, sans désir de s'arroger une valeur que nous n'avons pas, ni de la réduire face à l'autre. Ces appels à l'abnégation nous font clairement comprendre que la seule voie possible à la traversée de la souffrance limite est nécessairement faite d'un dessaisissement, d'un détachement, d'un abandon de l'ego et d'un don de soi, ce qui nous ramène finalement au sens premier du sacrifice.

4.7. Humilité et vulnérabilité, dessaisissement et sacrifice

C'est sur cette dernière considération et ses implications que nous allons terminer notre élaboration sur le sens de la souffrance. Mais résumons ici encore une fois ce que nous avons pu contempler à travers notre exploration:

La souffrance limite ne peut être éliminée, elle ne peut qu'être traversée pas à pas, le temps nécessaire de faire le deuil et accueillir éventuellement la réalité qui nous blesse, puis contempler enfin la transformation qui, peut-être, a eu lieu en nous. Nous ne pouvons affronter cette souffrance qu'en demeurant bienveillants envers nous-même, soutenu et accompagné par nos proches, notre communauté et possiblement portés par la conscience de faire partie de l'humanité tout entière, passée, présente et future, c'est-à-dire d'une certaine manière par Dieu lui-même. Cependant, ce passage ne peut se faire que dans l'humilité. Le dévoilement de notre souffrance, d'abord à nous-même, encore plus à autrui, présuppose un aveu de vulnérabilité qu'il nous faut nécessairement tolérer. Les fruits de cette humilité sont l'endurance et une possible traversée de la souffrance limite par le détachement progressif de notre ego à l'objet perdu lors du processus de deuil.

La dimension communuelle portée par la souffrance nous permet également de nous sentir accompagné dans ce processus, qu'il favorise, tout autant qu'il nous pousse à d'autres moments à accompagner les autres. Nous pouvons nous orienter par nous-même vers cette humilité, mais en même temps c'est parfois la souffrance elle-même qui nous y contraint par l'impuissance qu'elle nous impose. Ainsi la souffrance limite peut nous amener vers l'humilité, qui en retour nous permet de traverser cette souffrance qui lui a donné naissance. Cette humilité nous donne également de mieux sentir la présence trinitaire autour de nous et cette dernière nous aide à y demeurer et à affronter plus courageusement la traversée de cette souffrance limite. Nous voyons ici comment la souffrance, la vulnérabilité et l'humilité sont entrelacées dans une étoffe existentielle tissée des liens qui nous unissent aux autres. Si la souffrance nous fait nous sentir effectivement plus humble en brisant la coquille de notre ego narcissique, elle nous donne en même temps de nous sentir connecté et lié à quelque chose de plus grand que nous.

Notons en outre que dans la perspective chrétienne, Jésus se donne de lui-même, dans une position d'humilité nécessaire qui est elle-même une conséquence logique de la vision communuelle. Ainsi que l'a originellement avancé l'apôtre Paul dans sa lettre aux Philippiens (2, 6-7): «Le Christ Jésus (...) s'est anéanti, prenant la condition de serviteur, devenant semblable aux hommes.» Cette notion de «serviteur» et de *service* est capitale. Elle nous

ramène au sacrifice *latreutique* par son étymologie liée à la servitude. Précisément, ce sacrifice n'attend rien en retour et se contente de rendre sacrée une offrande purement offerte. Cette idée fut reprise dès les premiers temps de l'Église dans le concept de *kénose*, vue comme le dépouillement d'un Dieu qui souffre pour nous et avec nous et devant lequel nous aussi, nous devons arriver les mains vides. Mais contrairement à l'idée d'une servilité subie et endurée à l'encontre de nos désirs ou de nos attentes, il s'agit ici bien au contraire d'un dessaisissement volontaire. Ce *service*, proprement liturgique, devient alors le signe d'un amour et d'une humilité qui ne sont pas vécus dans la servitude, mais à l'inverse dans l'offrande et le don gratuit. Ceci implique la présence d'un geste de générosité que nous trouvons manifesté dans cette parole de Jésus peu de temps avant sa mort : « ma vie, nul ne la prend, mais c'est moi qui la donne » (Jean 10, 18). Pour autant, si cette affirmation peut retentir à nos oreilles comme une reprise de pouvoir ou le souhait de rester en contrôle, il n'en est rien. Le sens même du sacrifice du Christ que nous avons exploré dans les dernières pages vient totalement infirmer cette idée.

Au contraire, les textes nous font sentir le tiraillement pleinement humain vécu par Jésus au tout dernier moment de sa vie, alors qu'il se trouvait en prière et implorait celui qu'il appelle « Père » en disant : « si tu le veux, éloigne de moi cette coupe de douleur. Toutefois, que ce ne soit pas ma volonté qui se fasse, mais la tienne » (Luc 22, 42). Nous y voyons encore une fois le signe de cette humilité, de cet amour ultime et du don intégral de sa personne, que nous pouvons encore une fois mettre en lien avec cette autre parole du Christ que nous avons vue à propos de la dignité : « Il n'est pas de plus grand amour que de donner sa vie pour ceux qu'on aime » (Jean 15, 13). Il ne s'agit plus alors d'une transaction qui attend une rétribution. Il ne s'agit pas non plus d'un don matériel, d'une récolte de blé ou du sang d'une vie animale, mais bien du don de notre propre vie — non pas littéralement mise à mort, mais donnée en symbole du sacrifice *parfait* qui remplace tous les sacrifices antérieurs. Paul le mentionne ainsi dans sa lettre aux Hébreux : « Tu n'as voulu ni sacrifice, ni offrande, mais tu m'as formé un corps. (...) Je viens moi-même pour faire ta volonté » (Hébreux 10, 5-10). Or c'est précisément lorsqu'ils s'inscrivent dans la dimension communiale et trinitaire que cette offrande et ce dessaisissement prennent tout leur sens, lorsqu'ils débordent d'eux-mêmes et qu'ils donnent en même temps du sens à notre vie, possiblement jusqu'à ses derniers jours.

Pour tenter d'illustrer enfin toute la différence entre ce don généreux et la soumission dans la servitude, nous sommes tenté de l'appliquer sur un dernier exemple, ancré dans la psychologie. Considérons ainsi les situations de pertes cognitives — circonstances dramatiques dans lesquelles une personne se voit perdre brutalement ou progressivement ses capacités de mémorisation, de raisonnement, de jugement, d'orientation ou de langage. Les accidents vasculaires cérébraux et les démences font ainsi naturellement partie des maladies les plus redoutées face auxquelles nous vivons une impuissance particulièrement tragique. Si nous adoptions une vision hyper rationnelle, il serait possible de les envisager simplement comme un processus où nous ne faisons pourtant que parcourir à l'envers le chemin que nous avons parcouru durant toute notre enfance. Dans nos jeunes années, nous avons fait progressivement et patiemment l'acquisition de capacités nouvelles, que nous devons finalement céder lorsqu'arrive notre vieillesse — avant de devoir absolument tout abandonner le jour de notre mort. Mais comment se fait-il alors qu'il soit plus difficile de repasser par ce même chemin en sens inverse? L'acquisition de ces talents dans notre enfance a pourtant souvent été vécue dans la joie et la fierté, à la fois pour nos parents et pour nous-même; mais pourquoi souffrons-nous donc autant de ces pertes en miroir? Selon ce que nous avons exploré jusqu'ici, c'est bien sûr à cause de l'attachement de notre moi et à tout ce qui le compose, autrement dit: notre *ego*. Chacune de ces atteintes nous fait perdre une partie de nous-même à laquelle nous sommes attaché et qui nous fait alors intensément souffrir. Comme nous l'avons déjà aperçu lors de l'examen phénoménologique de la souffrance, ainsi que lors de nos élaborations herméneutiques autour du sens de la souffrance, il apparaît ici très clairement que l'attachement de notre ego à tous ces objets qui font partie de nous est la source première de notre souffrance.

La solution à cet obstacle serait donc logiquement de s'en détacher pour moins souffrir. Or, comme nous l'avons notamment évoqué dans notre brève exploration des traditions bouddhistes, il s'agit effectivement du message donné par la plupart des spiritualités et des religions de ce monde. S'en détacher bien sûr, mais comment? Les traditions bouddhistes enseignent que c'est par la voie de la compassion (*karunā*) et de l'humilité que nous pouvons nous nous libérer de la soif (*taṇhā*) et atteindre le *nirvāṇa*. Si la tradition chrétienne nous dit sensiblement la même chose, l'expression peut en sembler différente à nos oreilles.

Reprenant l'exemple de Jésus, ainsi que les interprétations qu'en a faites Paul et toute la tradition à sa suite, il faudrait ainsi parvenir à donner sa vie «en cadeau» plutôt que de la laisser «en rançon». Pour ce faire, le chemin décrit par les métaphores bibliques nous invite à nous «réconcilier avec Dieu», à lâcher prise, à nous abandonner à Dieu dans la confiance et à sentir que nous faisons partie d'un tout plus grand que nous; de voir que nous y sommes profondément relié, tout autant dans l'espace que dans le temps. La conséquence en est alors qu'il nous faut ultimement accepter de rendre ce que nous avons reçu et abdiquer notre ego à la pensée que la vie continuera sans nous — ou plus exactement avec nous, mais sous une autre forme grâce à la *part* que nous avons pu avoir à cet ensemble tout au long de notre vie terrestre. Ainsi que le formulait Job dès le début de son récit: «Nu je suis sorti du ventre de ma mère, nu je retournerai au ventre de la terre. Le Seigneur a donné, le Seigneur a repris. Que le nom du Seigneur soit béni!» (Job 1, 21).

Selon cette inspiration, le sacrifice de notre vie peut donc être volontaire et le don peut en devenir délibéré. Pour chacun des deuils, pour chacune des peines que nous traversons, nous avons le pouvoir de rester pleinement conscient et libre de ces choix. Ces derniers sont certes contraints, mais s'ils sont ajustés à la réalité qui nous entoure, alors la souffrance que nous vivons n'est plus aussi forte; l'écart entre la perception et la représentation que nous avons de cette réalité est réduit. Le sacrifice devient *syntone* et non souffrant. Ce que nous apprend la tradition chrétienne en prenant Jésus de Nazareth pour exemple, c'est qu'il est nécessaire de s'ouvrir à ressentir et à vivre la dimension communuelle pour parvenir à cela. C'est uniquement dans un certain oubli de soi, dans l'abnégation, dans l'humilité, dans le lâcher-prise, mais aussi dans la confiance en cet *Autre*, que nous parvenons à briser le narcissisme toxique qui nous enferme dans la souffrance limite, nous coupe de nous-même et nous isole des autres.

Pour finir, deux phrases nous viennent encore à l'esprit, qui résument et mettent en lumière la contradiction apparente qui nous empêche souvent d'atteindre cet objectif lorsque nous nous demeurons à un niveau de conscience strictement matériel et individuel. La première a été prononcée par Jésus peu de temps avant sa mort, alors qu'il entre pour la dernière fois à Jérusalem et tente d'expliquer à ceux qui l'entourent ce *mystère* en utilisant la métaphore du

grain de blé. Il livre là avec force et poésie cet oxymore fameux: «Celui qui aime sa vie la perd, et celui qui cesse de s'y attacher en ce monde la gardera pour la vie éternelle» (Jean 12, 25). Comme nous l'avons déjà évoqué dans notre chapitre sur la dignité, cette dernière expression de «vie éternelle» désigne précisément la *communio*n que nous avons tenté de dépeindre dans ce chapitre. Cette dimension de l'existence, spirituelle et *cosmique*⁶⁶, nous permet ainsi de vivre en meilleure harmonie avec nous-même, avec nos semblables, avec ce qui nous dépasse, et de saisir comment parvenir à la rédemption et au salut, c'est-à-dire à l'émancipation face à la souffrance.

La deuxième réplique nous vient de Georges Bernanos, auteur français et chrétien inspiré, décédé en 1948 d'un cancer en phase terminale, quelques semaines seulement après qu'il ait eu fini d'écrire les «Dialogues des Carmélites». Cette pièce de théâtre relate l'histoire véridique et funeste de seize sœurs carmélites qui furent guillotonnées en 1794 lors de la Révolution française. Alors que s'approche l'heure de leur exécution, il fait dire à l'une d'elles, sœur Constance, cette réflexion débordante de la conscience communuelle et de ses conséquences qui vont bien au-delà de notre propre vie: «On ne meurt pas chacun pour soi, mais les uns pour les autres, ou même les uns à la place des autres, qui sait?» (Bernanos, 1949, III^e tableau, scène I).

Ainsi donc, même dans la mort, notre vie peut prendre un sens plus grand, pour nous-même et pour le reste du monde, pour ceux qui nous sont proches et nous aiment, comme pour ceux qui peuvent être choqués ou inspirés par ce que nous avons vécu. Ainsi la mort du Christ, n'est pas seulement significative à cause de son existence qui l'a précédée, mais aussi par l'exemple que sa mort elle-même nous donne et bien plus encore par le sens que nous lui donnons. La manière avec laquelle lui-même a décidé de mourir, de donner sa vie en sacrifice et en offrande, peut devenir une manière pour nous de comprendre comment nous pouvons nous aussi sacrifier notre vie, à notre mesure, et y trouver du sens à le faire.

⁶⁶ La dimension *cosmique* dont nous parlons ici vise à rendre compte de cette dualité fondamentale entre le monde matériel et le monde spirituel, la Terre et le Ciel, telle que le concevaient déjà les grecs anciens et même les mésopotamiens, plusieurs millénaires avant Jésus-Christ (Jager, 2010).

Pour achever et conclure cette élaboration sur la question du sens de la souffrance et pour achever sur ce que nous pouvons en dire avec assurance, il nous faut justement *humblement* reconnaître qu'elle ne se laisse pas résumer simplement. Tout ceci peut nous paraître frustrant, mais il nous faut d'abord admettre que de chercher un tel sens, n'a précisément *pas* de sens, lorsque nous sommes plongé au milieu de la souffrance limite. Nous savons néanmoins maintenant qu'il est *possible* d'y trouver un sens — sens qui sera alors strictement personnel —, lorsque nous l'aurons au moins partiellement traversée. Nous voilà ainsi capable de faire confiance à ce processus, même si nous restons toujours dans la surprise et dans l'incertitude face à son contenu. Lorsque nous parvenons finalement à prendre un recul, nous nous voyons capable d'observer ce que nous avons fait de notre souffrance ou, plus souvent qu'autrement, ce que cette dernière a fait de nous. La souffrance limite ne pouvant que s'endurer et se traverser, elle ne peut éventuellement avoir du sens que dans l'après-coup ; une fois que nous l'avons utilisée pour transformer le monde ou bien qu'elle nous a transformé en un autre nous-même. Gardons en tête que tant que rien de tout cela n'a été fait, il demeure impossible de lui donner un sens véritable. Nous ne pouvons donc que demeurer *patient*, endurer, partager et traverser la souffrance dans l'espérance de voir ce changement survenir. Ce processus ne se déroule pas tout seul, il est favorisé par une attitude d'humilité, de dessaisissement, et il est facilité par la présence que nous pouvons ressentir d'une altérité trinitaire et bienveillante qui nous amène éventuellement vers un sentiment de dignité, de communion et de plénitude.

Ainsi, comme le présentent plusieurs auteurs chrétiens, voir la Croix du Christ comme le signe de la résurrection, c'est dire l'espérance que nous avons de voir la transformation de notre souffrance en grâce. Cette résurrection peut nous donner la joie d'être comblé, même dans les situations les plus désespérées et même si ultimement nous finirons tous et toutes un jour par mourir physiquement. Cette vision inspirée par la Croix nous donne aussi la force d'aimer et de prendre soin des autres, même lorsque les conditions n'en sont pas faciles, comme nous le décrit Georges Convert, ami, prêtre franco-canadien et artisan de paix, disparu en 2015, mais dont la présence chaleureuse et aimante baigne encore notre mémoire :

La croix est le signe d'un amour puissant et fort,
d'un amour qui souffre infiniment de tout ce qui détruit l'être humain.
Et cet amour s'engage contre le mal et l'injustice.
Mais cet amour a aussi un infini respect pour chaque humain,
même pour celui qui veut détruire l'autre.
Il sait que celui qui fait le mal se détruit lui-même.
Il sait que la violence ne pourra changer le coeur
de celui qui fait le mal. La croix ne peut se comprendre
que comme le paroxysme de l'amour, le plus grand geste d'amour.
Car aimer celui qui nous blesse, c'est espérer en lui.
C'est croire à la beauté secrète enfouie au plus profond de son être.
Préférer sacrifier sa propre vie plutôt que de détruire l'autre,
c'est lui dire: «Je t'aime malgré le mal que tu me fais.
Je t'aime, car je sais qu'au plus profond de toi
dort un coeur capable d'aimer,
un coeur souffrant même de ne pas aimer,
car toi aussi tu es fait pour être aimé et aimer.» (Convert, 2016)

CHAPITRE V

DISCUSSION

Nous voici ainsi presque arrivé au terme de notre étude. Il nous reste cependant encore un peu de chemin à parcourir pour en compléter le pourtour. Comme vous l'aurez compris, notre objectif jusqu'ici a été de prendre au sérieux le message chrétien à partir de ses récits d'origine et de sa tradition, pour tenter de mieux saisir sa pleine signification et apprécier ce que ce dernier peut encore avoir à nous dire aujourd'hui sur des problématiques aussi fondamentales que celles de la dignité et de la souffrance humaines. Conscient de l'ampleur de notre travail et afin de rendre cette démarche plus aisée à rassembler, nous allons à nouveau reprendre et résumer les éléments les plus essentiels de ce que nous avons exploré jusqu'ici et rappeler ce que nous avons pu établir sur ces deux phénomènes aussi fondamentaux à notre existence qu'à notre santé mentale.

Nous allons ensuite rapprocher ces deux thèmes l'un de l'autre, de manière à voir quels liens se dessinent et explorer les interactions qui se forment. Puis nous avancerons vers une remise en contexte autour du sujet qui nous a mis en branle dès le début de notre étude et que nous avons volontairement mis de côté, c'est-à-dire le redéploiement de ces réflexions dans les situations de fin de vie. Nous aborderons enfin plus spécifiquement comment ces éléments peuvent venir éclairer cet acte tout à fait singulier qu'est l'aide médicale à mourir, de manière à nous aider dans l'accompagnement des personnes qui en font la demande, comme pour aider leurs proches, ainsi que toutes celles et ceux qui y sont confrontés.

5.1. Retour sur la dignité et la souffrance

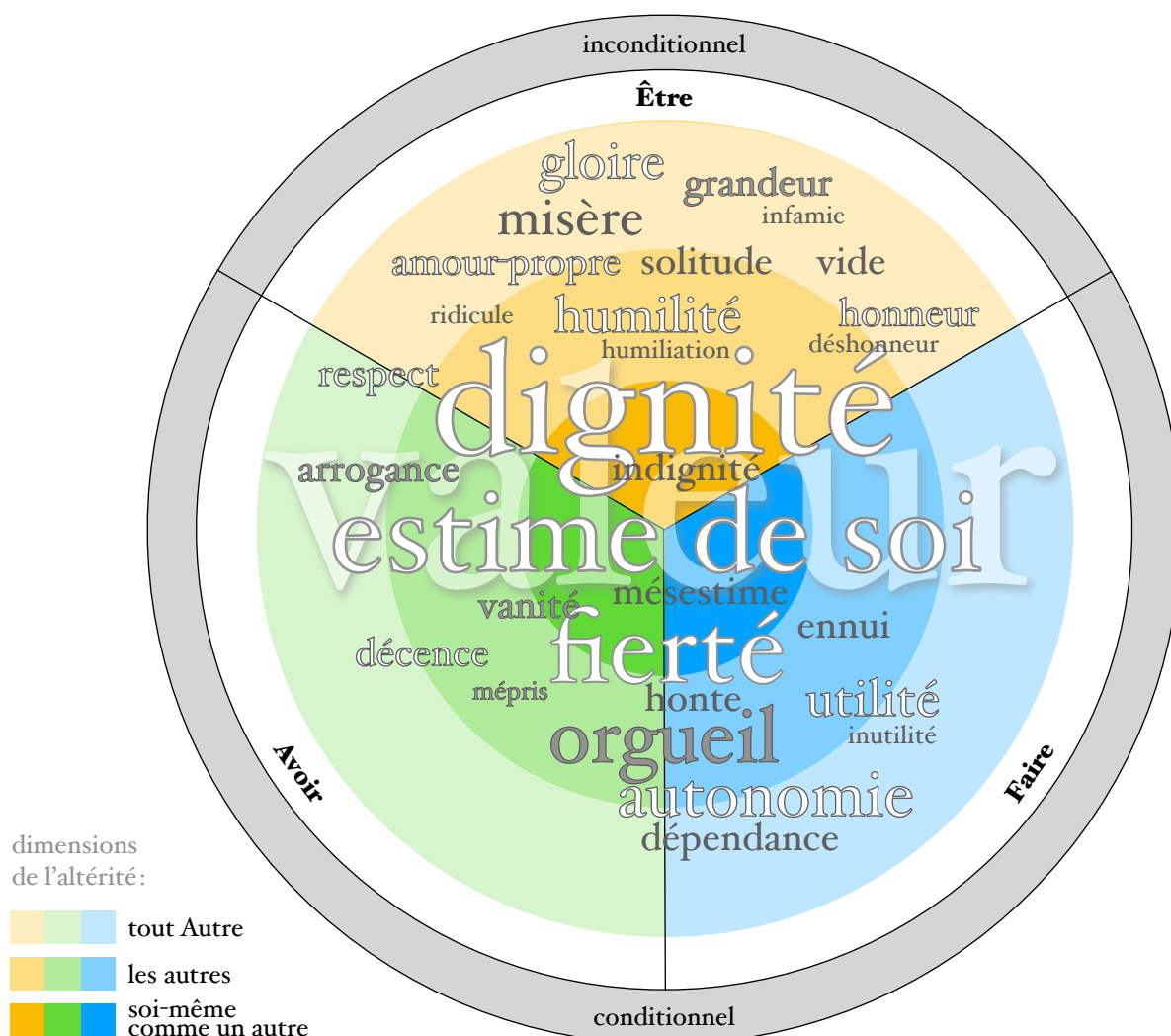
Pour faire une synthèse succincte de nos trouvailles, rappelons que nous avons conclu notre premier chapitre en établissant comment la dignité se déploie selon le regard porté par les trois dimensions de l'altérité que nous avons dénommées : «les autres», «soi-même comme un autre», et le «tout Autre»; ainsi que selon les trois verbes : *avoir*, *faire* et *être*. Ces trois modalités constituent les sources fondamentales auxquelles nous pouvons nous abreuver pour alimenter notre fierté, notre estime de soi et notre dignité — ce que nous avons

considéré comme les trois facettes qui expriment, et nous permettent de ressentir et d'apprécier, la valeur de la vie humaine ; la nôtre comme celle des autres.

La première de ces trois modalités touche donc à tout ce que nous *avons* et qui peut nous donner un sentiment prompt, mais généralement fragile de fierté et de valeur personnelle, dérivant parfois vers l'orgueil. Ce *boost* à l'ego est évidemment conditionnel à ce que nous possédons et disparaît souvent aussi vite qu'il est apparu — ce qui survient parfois lorsque nous cessons de détenir l'objet de notre contentement ou encore si le regard de *l'autre* change à son propos, notamment lorsque ce dernier devient banal et nous ramène finalement au niveau commun. Ces *avoirs* peuvent être aussi bien matériels qu'immatériels : argent, maison, voiture, piscine, objets de désir et de reconnaissance, biens positionnels, allure corporelle, apparence vestimentaire, succès, prestige, performance, célébrité, réussite sociale, connaissances et éducation, pouvoir, etc. La liste est longue ! Elle recoupe peu ou prou l'ensemble des *choses* dans lesquelles nous pouvons placer de la vanité et de l'orgueil. La deuxième de ces modalités représente tout ce que nous *faisons* : travail, bénévolat, activités physiques et sportives, passe-temps, etc., composant ainsi toutes les activités qui nous donnent un sentiment de confiance en soi, d'utilité, de légitimité, d'identité, de fonction ou de rôle, et qui nourrissent une estime de soi et une dignité plus robustes, mais toujours aussi conditionnelles au maintien de ce *faire*. Enfin la troisième de ces modalités est la valeur même que nous ressentons lorsque nous sommes reconnus, accueillis, soutenus et considérés pour nous-mêmes, pour qui nous *sommes* ; simplement comme être humain, inconditionnellement et indépendamment de ce que nous avons ou de ce que nous faisons. Cette dernière modalité semble sans doute plus difficile à atteindre, car elle est à l'image de l'Amour divin, de l'amour parental idéal. Pourtant, elle s'exprime et se ressent également tout particulièrement dans l'amitié que nous éprouvons envers certains proches, lorsque nous leur apportons un soutien indéfectible dans les situations de besoin, ou qu'à l'inverse nous le recevons nous-même, parfois sans trop savoir pourquoi.

Par ailleurs, une grande partie de notre élaboration sur la dignité a été consacrée aux trois dimensions de l'altérité avec qui nous entrons en relation par l'entremise des trois modalités précédentes. Il nous est ainsi apparu que c'est toujours via le regard de l'autre, que nous

ressentons une fierté, un orgueil, une estime ou une dignité; ou au contraire une honte, une mésestime, un sentiment d'indignité ou de misère intérieure. Comme nous l'avons découvert, ce regard est en essence *trinitaire*: il peut être celui des autres, c'est-à-dire nos congénères, tous ceux qui nous entourent; notre propre regard sur nous-même «comme un autre»; ou encore celui que nous ressentons parfois intérieurement comme un «tout Autre», une Présence qui nous habite et avec qui nous pouvons aussi entrer en relation. À la suite de ces réflexions, nous avons formé un schéma multidimensionnel (figure I.1, p. 78), permettant de mieux les articuler et de faire apparaître comment ces trois modalités *avoir, faire et être*, ainsi que les trois dimensions de l'altérité, s'articulent pour nourrir et soutenir notre sentiment de valeur, notre estime et notre dignité, de manière souvent complexe et nuancée. Pour plus de commodité de lecture, nous avons reproduit ce schéma à l'identique ci-dessous:



À la vue de cette représentation, il nous semble plus aisé de comprendre comment nous sommes parfois affectés dans notre amour-propre, notre estime de soi, notre sentiment de dignité, quelle que soit la situation où nous trouvons dans notre vie, ce qui peut devenir un outil précieux sur le plan de la clinique en psychologie et même sur le plan du développement personnel et de la conscience de soi. Mais nous pensons que cette représentation peut aussi et surtout nous permettre de mieux saisir comment faire face aux situations de perte de dignité. C'est dans ce sens que nous allons l'utiliser dans la suite de cette discussion.

Pour ce qui est de la souffrance, nous avons observé au fil de notre deuxième chapitre qu'elle peut s'exprimer essentiellement comme naissant de *l'écart entre ce que la réalité est et ce que je voudrais qu'elle soit*. Exprimé autrement, nous avons pu établir qu'elle est consubstantielle au conflit survenant entre notre perception de la réalité et sa représentation, ou encore des attentes que nous en avons. De cet écart qui nous cause du mal-être ou qui parfois nous blesse dans le moment présent, naissent les émotions négatives — notamment la colère et la tristesse (et toutes leurs variantes à quelque degré d'intensité qu'il soit) — qui ont un rôle adaptatif et visent à réduire cet écart. La colère est l'émotion de l'agir et de l'action, qui vise à réduire ou faire cesser la souffrance en agissant sur la réalité pour la faire correspondre à ce que nous voudrions qu'elle soit; alors que la tristesse est une émotion de passivité qui vise à faire évoluer nos attentes et nous pousse lentement à accueillir la réalité comme elle est — à l'image des situations typiques de deuil. Par ailleurs, nous avons observé que ces deux familles ou catégories d'émotions agissent d'une manière radicalement différente dans notre corps: la première se manifestant via le système nerveux sympathique, entraîne une réponse de combat ou de fuite; alors que la deuxième s'exprime à travers le système nerveux parasympathique et amène une réponse ralentie et résignée.

Dans les cas où la souffrance est anticipée et conjuguée au futur, ce sont alors les émotions dans le spectre de la peur et du dégoût qui se manifestent pour les mêmes raisons et via les mêmes sous-systèmes nerveux que ceux de la colère (système adrénérergique) ou de la tristesse (système vagal). Chacune de ces émotions peut également être considérée dans une perspective adaptative et vise de la même manière, soit à agir sur la réalité qui nous entoure

pour s’y préparer par l’action dans l’anticipation ou l’évitement, ou bien à en favoriser l’accueil progressif en modifiant nos attentes et notre représentation intérieure dans ce qui peut se vivre comme un ennui, un abattement, une répulsion ou un écoëurement.

Bien sûr, cette dichotomie entre action et accueil n’est pas aussi simpliste qu’il y paraît au premier abord, puisqu’elle peut également se faire sous la forme d’un compromis. La réduction de l’écart entre perception et représentation de la réalité peut alors se produire à mi-chemin ou même à n’importe quelle distance de l’une ou de l’autre de ces extrémités. Par ailleurs, la description de ce processus ne saurait pas non plus rendre totalement justice à la complexité d’une situation existentielle, où ce que nous avons nommé *la réalité* procède en fait d’une multitude innombrable de fragments sur lesquels il nous faut ajuster et établir ce compromis. Vue selon cette perspective, la souffrance, loin d’être seulement une nuisance, devient ainsi un processus *adaptatif* qui nous permet de demeurer ajusté à la réalité qui nous entoure. À l’image de la douleur physique qui nous pousse parfois à agir ou bien à nous préserver, précisément grâce à son caractère nociceptif, la souffrance peut être considérée elle aussi dans une perspective évolutionniste et vue comme un trait adaptatif à l’échelle de l’espèce humaine. Si la souffrance nous fait mal, c’est donc précisément parce qu’elle est adaptative (à l’échelle de notre espèce), tout comme l’est la douleur physique.

Comme pour la notion de dignité, nous avons tenté de faire une représentation graphique de ce modèle (figure 2.2, p. 134), de manière à en former une impression synthétique. Voici une reproduction à l’identique de ce schéma :

	situation de puissance d’agir		situation d’impuissance	
	<i>action</i>	<i>inaction</i>	<i>action</i>	<i>inaction</i>
souffrance présente	colère action, transformation	désespoir, abattement, dépression	addiction, épuisement, burn-out	tristesse chagrin, deuil
souffrance future	peur anticipation, préparation	évitement, écoëurement, pessimisme	anxiété, panique, désorganisation	dégoût découragement, résignation

Nous y trouvons en colonne les situations de puissance d'agir et d'impuissance, qui se subdivisent elles-mêmes en comportements d'action ou d'inaction. Puis nous avons placé en ligne les contextes de souffrance selon qu'ils sont vécus au présent ou bien au futur. Les émotions de base, colère, tristesse, peur et dégoût, générées par ces conditions, sont visibles dans chacune des zones blanches du tableau. Notons qu'il se trouve cependant des circonstances, que nous avons dénommées *zones grises* (suivant les couleurs de notre schéma), où les émotions de colère et de peur nous poussent à vouloir agir dans des situations où nous sommes pourtant dans l'impuissance. À l'inverse, nous sommes également parfois amenés à faire l'expérience d'émotions de tristesse ou de dégoût qui nous laissent défaits dans des situations où nous aurions pourtant la possibilité d'agir pour sortir au moins partiellement de notre infortune. Ces situations conduisent généralement à des difficultés d'adaptation sérieuses qui peuvent persister durablement, menant parfois à des troubles d'adaptation significatifs tels que l'épuisement (*burn-out*) ou bien encore la déprime, pouvant aller jusqu'à la dépression. Soulignons que les zones blanches, là où nos émotions sont pourtant bien ajustées, ne sont pas pour autant exemptes de *difficultés* d'adaptation, mais elles n'ont cependant pas vocation à provoquer ce que nous pourrions nommer cliniquement un trouble. Leur caractère adaptatif peut ainsi nous permettre de trouver éventuellement une issue positive au changement qui nous a initialement plongé dans la souffrance.

Au fil de notre réflexion, nous avons également considéré le rôle extrêmement important que peuvent prendre les mécanismes de défense dans notre capacité à faire face à cette souffrance. Car, même si nous nous montrons capable d'endurer la souffrance et les émotions négatives jusqu'à un certain niveau d'intensité, il nous faut malheureusement bien reconnaître que notre capacité à le faire demeure limitée. Encore une fois, à l'image de la douleur physique, il nous est concrètement impossible de tolérer cette souffrance au-delà d'un certain seuil. Or ce seuil est variable et peut évoluer en fonction de plusieurs facteurs. En adoptant une perspective bio-psycho-sociale, nous pouvons décrire ce processus comme dépendant d'une certaine forme d'énergie biologique disponible qui nous permet d'endurer, de soutenir et éventuellement de résoudre le conflit intrapsychique selon nos ressources; et ce dans les dimensions de la santé physique, de la capacité et des habiletés psychologiques, et enfin celles de notre environnement social. Ainsi, nous pouvons aisément observer que

lorsque nous sommes fatigué, en manque de sommeil, intoxiqué, malade, peu en forme ou même simplement affamé ou déshydraté, notre seuil d'endurance et de tolérance à la souffrance est abaissé; ce qui nous amène alors à agir ou à réagir, ou bien parfois encore à nous effondrer. Au contraire, lorsque nous sommes reposé, en forme et en santé, notre seuil d'endurance et de tolérance est naturellement rehaussé. Notons que les cycles hormonaux masculins ou féminins peuvent également avoir une influence sur cette même énergie biologique disponible. Par ailleurs, lorsque la pression que nous subissons venant de notre environnement nous fait revivre des situations et des émotions que nous avons eu du mal à gérer de par le passé, — parce qu'elles ravivent les mémoires de situations de désarroi et de désespoir, les blessures vives et les traumatismes que nous avons vécus —, cette dernière appuie alors sur les failles de notre personnalité, là où nous sommes le plus à même à manquer de capacité à l'endurer ou à la tolérer, car nous y sommes d'avance plus sensibles.

Dans la plupart des cas, une fois dépassé le seuil d'endurance de ces souffrances, nous adoptons des mécanismes de défense et d'adaptation qui nous permettent de faire face à ce qui peut nous rendre tour à tour, insatisfait, inconfortable, mal à l'aise, ce qui peut aller jusqu'à l'envahissement ou l'agression. Comme nous l'avons noté, de multiples mécanismes existent et coexistent; leurs combinaisons sont vraisemblablement aussi nombreuses et variées qu'il y a de personnes différentes sur la Terre. Nous avons admis qu'il était impossible d'en dresser une liste véritablement exhaustive, ces derniers n'étant que des métaphores qui nous aident à comprendre et délimiter artificiellement des phénomènes parfois trop élusifs. Cependant, il est concrètement utile de disposer d'un inventaire de ces mécanismes qui — même s'il est imparfait — nous permet de mieux en saisir la teneur. Voici à nouveau la liste que nous avons utilisée, reprise du livre d'Henri Chabrol et Stacey Callahan :

L'humour, la sublimation, l'anticipation, la répression, l'altruisme, l'auto-observation, l'affiliation ou la capacité de recours à autrui, l'affirmation de soi par l'expression des sentiments, le refoulement, le déplacement, la formation réactionnelle, l'annulation, l'isolation, la dissociation, l'intellectualisation, l'idéalisation, la dépréciation, l'omnipotence, les défenses narcissiques et la personnalité narcissique, le déni, la projection, la rationalisation, le clivage, l'identification projective, la rêverie autistique, le passage à l'acte, le retrait apathique, la plainte associant demande d'aide et son rejet, l'agression passive, la projection délirante, le déni psychotique et la distorsion psychotique (Chabrol & Callahan, 2018, chapitres 1 et 2)

Ces mécanismes peuvent être conscients ou non et leur fréquence d'apparition est généralement modulée par la manière avec laquelle nous avons appris à vivre durant notre vie, en particulier durant nos premières années. Car c'est principalement durant notre enfance que nous avons fait l'expérience de nos premières souffrances et que nous avons progressivement appris à les apprivoiser efficacement — ou non. Selon les cas, notre capacité à endurer cette souffrance peut donc être réduite, ce qui nous pousse à mettre en œuvre ces mécanismes de manière plus radicale, soudaine et fréquente — en particulier lorsque notre seuil est abaissé par la fatigue physique ou la détresse psychologique ; ou encore lorsque nous y sommes plus sensible à cause de certains événements antérieurs de notre vie. Dans d'autres cas, sans que cela soit exclusif, il peut également s'agir d'une incapacité chronique à endurer la souffrance, que ce soit par manque de soutien dans les périodes critiques de notre vie, ou bien encore par manque d'expérience.

Ceci peut alors nous amener à vivre avec un seuil d'endurance à la souffrance particulièrement bas, engendrant des mécanismes singulièrement peu matures et souvent plus intenses — jusqu'au passage à l'acte, toutes les formes d'addiction, la dissociation ou même les mécanismes psychotiques. Pour certains, ces souffrances ont pris la forme d'une blessure soudaine et aiguë qui a pu à elle seule provoquer un traumatisme durable, conscient ou inconscient. Pour d'autres — et parfois malheureusement pour les mêmes —, des blessures différentes ont certes pu être moins intenses, mais sont au contraire revenues de façon récurrente sur une longue période de temps — par exemple à travers une atmosphère familiale toxique —, ce qui les a obligés à intégrer un nombre limité de mécanismes pour y faire face, de manière tout aussi ancrée et souvent moins consciente. Une fois à l'âge adulte, lorsque ces personnes sont soumises à des souffrances semblables, générant des émotions similaires à celles vécues antérieurement, elles en viennent alors souvent à utiliser ces mêmes mécanismes infantiles de manière inadaptée et inappropriée. Ces derniers peuvent être perçus consciemment comme tels par les personnes elles-mêmes, mais c'est de leur aveu bien souvent et malheureusement, la seule démarche accessible, et qui s'impose alors à elles de manière automatique et inconsciente. À l'extrême de ce continuum, il n'est pas rare non plus de rencontrer des personnes subissant totalement leurs mécanismes, consistant

seulement en une poignée de stratégies très rigides et inadaptées, parfois appliquées de manière brusque et entièrement inconsciente.

À ce sujet, il nous faut à cette occasion humblement reconnaître que — qui que nous soyons — nous sommes à même de nous reconnaître dans ce portrait des mécanismes d'adaptation à la souffrance. Quelle que soit notre histoire personnelle, il nous faut bien convenir que nous ne sommes ni immunisé ni totalement étranger à ces conduites extrêmes qui ne sont finalement que des moyens de protection de notre *ego* — de notre moi. Et même si nous avons eu la chance de n'avoir jamais vécu de traumatisme aigu, ni d'avoir grandi dans une atmosphère familiale toxique, force est de constater que nous ne sortons jamais parfaitement indemne de notre enfance. Mais peut-être est-ce mieux ainsi? Car c'est justement cette palette dynamique et parfois inconstante de mécanismes qui forme la mosaïque de notre personnalité, sa palette de couleurs et son originalité. Précisons également qu'il ne s'agit-là aucunement d'une composition figée. Il est fort heureusement à la fois possible de la retoucher petit à petit, tout comme il est possible d'étendre notre capacité à endurer la souffrance. C'est selon nous, d'ailleurs-là l'ambition même de ce que nous appelons la psychothérapie. Son objectif n'étant pas la suppression totale des mécanismes d'adaptation, mais bien plus l'accès conscient et libre au plus grand nombre d'entre eux, et ce de manière appropriée et adaptée à la situation, selon leurs conséquences à plus ou moins long terme — ce qui nous semble d'emblée être la définition même de la santé mentale⁶⁷.

En remontant ainsi à la source de la souffrance, aux blessures, aux émotions et aux mécanismes d'adaptation qui se mettent en œuvre à sa suite, nous saisissons maintenant bien mieux comment il est crucial de bien comprendre ce processus afin d'y réagir de la manière la plus appropriée. Ceci peut ensuite nous permettre de rester mieux ajusté à notre environnement, que ce dernier soit matériel ou social — c'est-à-dire de demeurer capable de vivre en harmonie avec ceux et celles qui nous entourent, en particulier les personnes qui nous sont intimes. Plus précisément, c'est d'abord par la conscience des émotions que nous

⁶⁷ Nous pouvons ainsi mettre en lien cette définition avec celle de l'Organisation Mondiale de la Santé (notamment dans sa première partie), l'assimilant à «un état de bien-être mental qui nous permet d'affronter les sources de stress de la vie, de réaliser notre potentiel, de bien apprendre et de bien travailler, et de contribuer à la vie de la communauté» (OMS, 2020)

vivons — en étant capable de les sentir, de les identifier, de les nommer, puis de les exprimer — que nous parvenons à augmenter notre endurance à la souffrance et à identifier ce qui nous a blessé en premier lieu. Ce processus de dévoilement, pourtant apparemment simple et élémentaire, peut être en même temps terriblement ardu et éprouvant. Il nous donne pourtant la capacité de communiquer ce que nous vivons à celles et ceux qui sont parfois à l'origine même de cette blessure. Et lorsque ces derniers sont à leur tour capables de nous entendre, de reconnaître leur propre responsabilité et de nommer leurs propres blessures, leurs propres manques ou leurs propres besoins, menant à leurs propres émotions, ceci permet d'éviter une escalade délétère et peut même amener à une relation durablement plus authentique et pleine. Par ailleurs, c'est aussi par la conscience des mécanismes à l'œuvre que nous sommes mieux à même de considérer et d'apprécier s'ils sont véritablement appropriés ou non à nous protéger réellement et à prendre soin des blessures que nous vivons dans l'instant (ou encore de celles que nous appréhendons de vivre dans le futur). C'est encore une fois la conscience de ces mécanismes émotionnels, cognitifs et psychiques qui nous permet d'orienter efficacement ce travail, à travers une capacité que plusieurs auteurs ont nommée *mentalisation* (Bateman & Fonagy, 2004).

Mais revenons à notre tableau sur les émotions liées à la souffrance. Nous y avons donc constaté qu'il est parfois possible de trouver des solutions à certaines de nos difficultés, à travers les mécanismes d'adaptation qui nous poussent à l'action — ces derniers étant associés aux émotions de colère et de peur. Cependant, nous y avons vu également que cela n'est malheureusement pas toujours possible. Même lorsque nous sommes parvenus à changer et à résoudre par l'action une multitude d'éléments de la réalité, lorsque nous avons pu trouver des compromis acceptables sur une foule d'autres, il demeure pourtant toujours des fragments tragiques et irréconciliables qui ne peuvent être transformés de cette manière. Face à ces situations sans issue dans lesquelles nous vivons de l'impuissance, nous demeurons pris dans les émotions de tristesse (ou de dégoût), qui ont alors pour but de nous amener à accueillir progressivement la réalité telle qu'elle est. Toutefois, comme nous l'avons noté, ce processus d'accueil n'est pas immédiat et il demeure en lui-même un processus douloureux — parfois même extrêmement souffrant. Nous avons appelé ces souffrances particulières, des souffrances *limites* — en référence à Karl Jaspers (1962) et ce qu'il a nommé lui-même les

situations limites —, car ce sont précisément les situations de souffrance existentielles qu'il nous est impossible de modifier et sur lesquelles il nous est impossible d'agir. Nous ne pouvons alors que *traverser* cette souffrance, puisque nous ne pouvons ni la résoudre par l'action ni y trouver de solution opérante.

Dans la suite de notre étude, nous avons ensuite fait progresser notre réflexion en nous intéressant plus particulièrement à cette souffrance limite et en observant comment l'humanité a depuis toujours cherché à en favoriser la résolution ou à en atténuer les effets. C'est en abordant les enseignements tirés des traditions bouddhistes à propos de la souffrance (*dukkha*) que nous avons pu nommer comment l'*ego* (*ahaṅkāra*) en est à la source. Plus précisément, c'est en décrivant la notion de *soif* (*taṇhā*) qui entraîne l'attachement aux désirs et aux représentations intérieures, que nous saisissons mieux comment se maintient notre souffrance. Tant que le moi ne parvient pas à désinvestir ces attachements, le conflit perdure et la souffrance demeure. C'est ainsi que nous y avons retrouvé les principales conclusions auxquelles Freud est parvenu dans son essai *Deuil et mélancolie* (1916), lorsqu'il décrit lui aussi l'attachement du moi (*ego*) à l'objet perdu. Si les traditions bouddhistes prônent ce désinvestissement à travers la pratique du *noble chemin octuple* — que nous pouvons rapprocher de la nécessité de faire appel à notre conscience pour mieux saisir l'ensemble de nos processus intérieurs —, elles insistent également sur l'importance de saisir les notions d'*impersonnalité* (*anātman*) et de *vacuité* (*śūnyatā*). L'intégration pleine et entière de ces deux concepts vise à favoriser le lâcher-prise de l'*ego*, puisque ces derniers énoncent avec force que la nature fondamentale de la réalité, tous les phénomènes, y compris les êtres et les objets, sont non seulement dépourvus d'une nature ou d'une essence individuelle, mais qu'ils sont absolument liés et interconnectés. L'impersonnalité (*anātman*) ou «*l'inexistence de soi*», nous rappelle explicitement la dimension factice de ce que nous appelons le *moi*. De son côté, la *vacuité* (*śūnyatā*) considère la réalité comme une agrégation de phénomènes qui n'ont donc pas d'existence indépendante, mais qui sont toujours en lien, en situation de co-dépendance. De l'assimilation de l'une et de l'autre de ces notions, il devient conséquent d'essayer de développer et de maintenir une humilité autorisant le détachement de l'*ego* (*ahaṅkāra*) et l'extinction de la *soif* (*taṇhā*), ce qui à son tour entraîne naturellement une libération de la souffrance (*dukkha*).

À la suite de ce propos, nous pouvons maintenant exprimer comment nous apercevons mieux les similitudes manifestes entre les traditions issues du bouddhisme et celles de la chrétienté, se rejoignant toutes les deux dans leur portrait de l'orgueil, vu comme un *poison pour l'esprit*, ou encore comme un *péché mortel*, qui nous maintient dans la souffrance et nous coupe de nous-même, des autres et de la réalité. Nous pouvons également mieux sentir la proximité existant entre la *vacuité (śūnyatā)* — cette interconnexion de tous les êtres et de tous les phénomènes, menant à l'*éveil (bodhi)* et à la *libération (nirvāṇa)* —, et la notion de *vie éternelle* et de *communion* chrétienne que nous avons davantage explorée dans la dernière partie de notre recherche. Cette première récapitulation, nous permet d'établir l'importance de l'*humilité* comme une qualité humaine fondamentale, qui nous permet progressivement de nous détacher de ce qui nous fait souffrir et d'accueillir la réalité telle qu'elle est. Dans les situations de souffrances *limites*, c'est-à-dire dans les situations d'impuissance, il s'agit d'une vertu qui nous permet de traverser les épreuves, à l'image de celles que Job a vécues dans son récit de vie.

L'autre exploration que nous avons pu mener en lien avec la souffrance terminale est celle que nous avons abordée en décrivant l'histoire et la philosophie qui anime l'approche des soins palliatifs. Dans cette perspective, c'est l'importance de l'*accompagnement* qui est apparue comme l'une des composantes fondamentales de ce qu'il est encore possible de faire lorsqu'il n'y a plus rien à faire. Dans ce but, les soins palliatifs ont clairement inscrit au cœur même de leurs valeurs et de leur philosophie, l'importance de continuer à prendre en charge la personne en fin de vie, même lorsque les soins actifs et curatifs n'offrent plus aucun espoir de guérison. Sans jamais s'abstenir d'agir lorsque cela est possible, c'est en suivant les mêmes lignes que celles que nous avons tracées dans notre modèle de la souffrance, que les soins palliatifs refusent l'acharnement thérapeutique, tout autant qu'ils évitent le renoncement à accompagner les personnes mourantes — se plaçant ainsi dans les zones blanches de notre tableau et en se gardant d'entrer dans les zones grises. Nous avons également retrouvé dans cette approche des soins une vision de la personne humaine, considérée comme une fin en soi, et l'ambition de la traiter ainsi, même et surtout, au seuil de la mort. C'est cette vue centrale sur la dignité humaine qui transparaît sans doute le plus dans la philosophie des soins palliatifs et qui rejoint de très près celle que nous avons développée dans cette partie

de notre étude, anticipant ainsi les liens entre dignité et souffrance que nous allons développer un peu plus loin.

Dans notre troisième chapitre, nous avons alors entamé une élaboration sur le sens de la souffrance. Celle-ci nous a permis d'explorer plusieurs interprétations antiques et historiques qui toutes cherchent à apporter une réponse à cette épineuse question. En premier lieu, nous avons pu revisiter les récits contés par les mythes de Création, tels que la Théogonie d'Hésiode et la Genèse, qui chacune à sa manière justifie l'irruption de la souffrance dans le monde par la perpétration d'une faute originelle commise par les premiers êtres humains — faute qui sera alors punie par les dieux avec la venue des maux et de la souffrance sur l'ensemble de l'humanité et pour l'éternité. Historiquement, apparaissent ensuite les premières théodicées — démonstrations plus ou moins élaborées visant à justifier la présence de cette souffrance, malgré la croyance en un Dieu à la fois infiniment bon et dont la puissance est sans limites. Nous avons constaté qu'aucune de ces tentatives, même les plus sophistiquées ou les plus récentes, ne parvient cependant à cette fin de manière satisfaisante. La plainte du juste souffrant demeurant toujours un scandale que la théodicée ne peut totalement expliquer ni justifier. C'est en constatant cette aporie que nous avons alors entrepris d'explorer l'un des textes les plus ambigus de la Bible, *le livre de Job*, qui vient précisément nous conter le récit d'un juste souffrant injustement.

Sans reprendre l'entièreté de l'exploration interprétative que nous avons pu mener autour de ce récit mythologique, nous pouvons reprendre ici l'essentiel de nos conclusions. La première est celle qui souligne avec force l'inanité de la doctrine de la rétribution, voyant dans la souffrance l'effet d'une punition pour une faute commise. S'inscrivant en faux contre cette vision, le texte déconstruit habilement cette croyance qui nous pousse à chercher une explication rationnelle à la souffrance. Au contraire, le récit insiste subtilement sur le caractère infiniment bon d'un Dieu qui nous laisse libres d'agir pour le bien ou pour le mal, ne s'immisçant dans les affaires humaines que pour accompagner sa Création par sa seule Présence et son Amour.

L'autre grand enseignement de ce texte nous a conduit à confirmer notre perspective sur la souffrance, vue comme un signe ou un signal qui nous alerte d'un déséquilibre, d'une désadaptation face à la réalité, à notre environnement. Selon la tradition juive, c'est par le déchiffrement de nous-même, par l'introspection, par le retournement (la *tehouva*, la *métanoïa*) qu'il nous est possible de retrouver une vie pleine et véritablement vivante, de traverser cette souffrance pour éventuellement parvenir à la transformer en grâce, à atteindre une véritable *résurrection*, c'est-à-dire un ajustement harmonieux à Dieu lui-même. Nous avons également aperçu que ce processus de pénitence et d'introspection ne peut se traverser et se résoudre que dans une position d'humilité. Si la souffrance limite vient elle-même parfois briser le volet d'acier, c'est-à-dire la coquille narcissique qui nous y maintient, sa résolution se trouve catalysée par l'humilité et le lâcher-prise qui en découle. Ces deux vertus nous permettent alors d'accueillir la réalité telle qu'elle est, sans prétention et sans faux-semblant, en s'abandonnant à l'inévitable pour mieux accueillir notre impuissance.

À ce propos, nous voyons mieux maintenant comment cette coquille narcissique se trouve en fait constituée des mécanismes d'adaptation projectifs qui nous poussent à désirer rester en contrôle, à tenter de dominer cette souffrance et à vouloir agir dessus. Ceci nous maintient alors dans la colère et dans l'orgueil puisque nous ne pouvons — par définition — rien face à la souffrance limite. Ceci nous amène aussi à demeurer dans les zones grises de notre schéma sur la souffrance, mais aussi dans celles de notre premier schéma sur la dignité. Cela nous a enfin permis de réaliser comment la recherche d'une forme de connaissance sur la souffrance, quand elle vise à la maîtriser ou à la contrôler, demeure toujours une forme de tentative de domination, qui maintient de la même manière notre coquille narcissique. Lorsque nous sommes plongés dans la souffrance limite, ce type de connaissance ne peut en rien venir nous aider. Nous apercevons également à l'inverse qu'un rabaissement excessif, une humiliation volontaire, nous entraînerait aisément du côté du défaitisme et de l'impuissance, nous faisant alors basculer du côté de la dépression, même si notre souffrance n'a pourtant pas les caractéristiques d'une souffrance limite.

Enfin, dans notre quatrième et dernier chapitre, nous avons pu confirmer et approfondir ces découvertes en explorant le thème de la théologie de la Croix, avec la Passion et la

crucifixion — c'est-à-dire la fin de vie de Jésus de Nazareth. Nous nous sommes attardé plus particulièrement à tenter de mieux saisir la promesse centrale du christianisme, à savoir : comment le *salut* promis par la religion chrétienne pourrait-il venir nous sauver de la souffrance et de la mort ? Sans prétendre à aucune exhaustivité et en résumant ici très brièvement nos explorations, nous avons pu établir que ceci passe notamment par une attitude faite d'humilité et de dessaisissement, de lâcher-prise et d'abandon dans la confiance, face aux situations de souffrance limite et d'impuissance. Dans cette tradition, c'est notamment par la réconciliation avec le Dieu trinitaire, c'est-à-dire par la conscience de la communion universelle qui nous relie à l'ensemble de l'humanité, en nous laissant accompagner dans la vulnérabilité par ceux et celles qui nous entourent et en abdiquant notre ego, qu'il nous est possible de trouver à la fois le sens, le réconfort et la force de parvenir à traverser progressivement la souffrance limite — même si celle-ci doit nous mener ultimement à notre mort physique. L'exemple incarné de Jésus de Nazareth nous autorise à penser que la transformation de la souffrance en grâce est possible, mais qu'elle ne peut passer que par ce même dessaisissement et cette conscience de faire partie d'un tout plus grand que nous — un ensemble qui nous a précédé, qui nous succèdera, et auquel nous aurons participé à notre manière, selon nos moyens et selon les dons que nous avons reçus.

De la même manière c'est en acceptant de donner notre vie *en cadeau*, plutôt qu'en cherchant à tout prix à la préserver et à nous accaparer une valeur qui ne nous appartient pas, en demeurant dans l'humilité, dans le service et dans la bienveillance inconditionnelle, qu'il devient alors possible de nous libérer de la servitude de la souffrance limite, tout au long de notre vie et jusqu'au jour de notre mort. La tradition chrétienne voit ce cadeau comme un sacrifice, mais il est important de noter qu'il s'agit d'un sacrifice de *réconciliation*, c'est-à-dire qu'il ne vise pas à réparer une faute, ni à nous mettre en avant, ou encore à exiger une faveur. Il ne vise qu'à entretenir le lien, la relation d'amour et de bonté qui nous relie à ce Dieu trinitaire, incarné dans le monde par l'ensemble de l'humanité, passée, présente et future. C'est en prolongeant cette pensée que nous avons pu également attester le fait que la souffrance possède en elle-même une dimension *communiale*. Comme nous l'avons vu, celle-ci vient non seulement briser notre coquille narcissique — ce qui en conséquence nous rapproche les uns des autres, de nous-même, ainsi que de Dieu lui-même — mais elle

annonce aussi que le salut promis par la religion chrétienne ne prend complètement sens que dans une perspective collective. C'est donc seulement en communauté et dans cette perspective communielle que *nous* — au sens collectif — sommes appelés à nous libérer vraiment, totalement et définitivement de la souffrance. De plus, c'est uniquement lorsque nous avons pleinement conscience de cette perspective communielle que nous pouvons comprendre l'intérêt et la valeur même de notre participation à cet ensemble, qui certes nous dépasse, mais que nous avons le pouvoir de rejoindre et auquel nous avons éventuellement la joie de contribuer.

Par ailleurs, si à titre individuel la souffrance limite continue à nous faire du mal, elle n'a cependant pas à être vécue en restant seul. C'est ici que se joue le rôle central de l'accompagnement, dont l'origine étymologique évoque l'eucharistie chrétienne⁶⁸. Ce soutien agit alors efficacement pour réduire notre peine et notamment la perte de valeur qui lui est associée. Comme nous l'avons vu dans notre étude de la dignité, la présence d'une altérité bienveillante vient nourrir notre sentiment de valeur, ce qui nous aide à traverser la souffrance limite pour que cette dernière trouve enfin une résolution, à défaut d'une solution. L'humilité elle-même favorise cet accompagnement, car elle nous permet de nous dévoiler, de nous montrer vulnérable à l'autre et à nous même. Plus largement, elle nous donne d'accueillir ce sentiment de faire partie d'un tout plus grand que nous et d'être uni au monde, *d'être-au-monde-avec-les-autres* (Iuculano & Burkum, 1996), ce qui peut alors nous aider à dépasser cette souffrance. Ce processus peut lui-même devenir un cercle vertueux, car la perspective communielle, c'est-à-dire le sentiment de faire partie de la communion universelle, nous amène à son tour à nous sentir plus humble, à nous voir au même niveau que l'autre, ni plus haut, ni plus bas — notre valeur personnelle demeurant néanmoins unique et irréductible.

À l'inverse, l'orgueil est vu par l'ensemble des religions comme la cause même de la méchanceté humaine, du péché et du mal commis, et donc en conséquence d'une certaine

⁶⁸ Nous aurions en effet pu mentionner bien plus tôt que le mot *accompagner*, provenant du latin *ad-cum-pane*, signifie en effet littéralement : « celui qui mange le pain avec » — trouvant ainsi une proximité fondamentale avec le rituel eucharistique chrétien qui assimile le pain au *logos*, la parole de Dieu.

forme de souffrance. Mais surtout nous pouvons maintenant établir plus clairement comment l'orgueil nous enferme dans cette souffrance. Il nous y maintient et est même parfois nourri par elle, dans un cercle vicieux, lorsque nos mécanismes d'adaptation projectifs nous y conduisent. L'orgueil nous coupe d'une relation authentique aux autres et nous empêche par la même d'atteindre l'humilité. Non seulement il nous pousse à demeurer agrippé à nos désirs vains ou impossibles, mais il bloque également notre capacité à nous dévoiler, à nous montrer vulnérable pour recevoir le soutien et la bienveillance inconditionnelle qui nous permettrait pourtant de retrouver plus de dignité et d'estime de soi inconditionnelle, plus de valeur véritable. C'est là tout le paradoxe et le piège que constituent l'orgueil, l'égoïsme ou le sentiment de supériorité: en voulant nous faire croire que nous avons plus de valeur que nous n'en avons réellement, en voulant accaparer cette valeur factice, nous en subissons les lacunes encore plus intensément, car nous demeurons seul. Nous sommes alors coupé d'une relation inconditionnelle et fructueuse à l'autre qui seule peut nous aider à sortir de cette prison et nous libérer de cette souffrance que de nombreuses religions et auteurs nomment «Enfers».

5.2. Liens et interactions entre dignité et souffrance

Nous avons commencé à l'esquisser dans ces dernières pages, mais il apparaît plus clairement à présent comment les deux thèmes de notre recherche, la dignité et la souffrance, en viennent à interagir de manière beaucoup plus proche que nous aurions pu le croire au début de notre étude. À la fois durant la vie et à la fin de la vie, les deux sont entremêlées, entrecroisées, entrelacées.

Peut-être la manière la plus évidente de le constater est de noter comment, dans un premier sens, nous souffrons intensément de ressentir notre estime de soi réduite ou affaiblie. Par ailleurs, il semble tout aussi évident d'observer que dans l'autre sens, la souffrance elle aussi vient diminuer notre sentiment de dignité et de valeur personnelle. Ainsi nous souffrons lorsque nous sentons que nous avons moins de valeur et nous sentons que nous avons moins de valeur lorsque nous souffrons. La corrélation entre ces deux phénomènes apparaît de manière flagrante, mais la raison pour laquelle cela se produit mérite sans doute encore réflexion. En nous référant à l'élaboration menée par Paul Ricœur dans son texte *La*

souffrance n'est pas la douleur (2013), nous pouvons rappeler comment la souffrance peut ainsi nous couper du rapport aux autres, selon l'axe soi-autrui, ce qui — comme nous l'avons établi dans notre premier chapitre —, induit naturellement une perte de dignité à travers la solitude et le repli sur soi. Sur l'axe agir-pâtir, c'est aussi la perspective du *faire* qui est touchée et qui vient entamer notre sentiment de valeur personnelle. Ceci semble cohérent, mais de quelle manière concrète cela survient-il en détail et plus particulièrement dans le cas de la souffrance limite?

Intuitivement, nous pouvons observer que cette dernière peut entraîner, via les émotions de tristesse et d'abattement, une baisse de notre énergie biologique disponible par la stimulation du système vagal, ce qui vient donc en conséquence abaisser aussi notre seuil d'endurance — comme finalement tout ce qui vient nous fragiliser: la maladie, la faim, la soif, une santé fragile, le stress, la fatigue, des changements physiologiques provoqués par des variations hormonales, etc. De cette baisse de notre seuil d'endurance à la souffrance, survient une mise en place plus rapide et potentiellement plus intense de mécanismes de défense et d'adaptation, de nature projectives ou compulsives, menant toutes les deux à une forme d'isolation avec de multiples répercussions.

Ainsi d'une part, comme nous l'avons noté à partir des considérations psychodynamiques tirées de l'essai de Sigmund Freud, *Deuil et mélancolie* (2016), lorsqu'elle entraîne une défense projective, la souffrance peut amener le surmoi à critiquer une partie du moi. Est-ce un jugement négatif émanant du «soi-même comme un autre» ou bien du «tout Autre»? Cela ne semble pas évident, mais l'effet en est de toute manière une dépréciation intérieure qui se traduit par une baisse de l'estime de soi. Par ailleurs, nous pouvons également souligner comment la perspective de l'attachement à l'*objet perdu* explique peut-être encore mieux la baisse initiale de cette estime. En effet, comme nous l'avons vu, la partie du moi investie et placée dans ce qui nous manque, que nous ne pouvons plus *avoir*, est perdue avec lui, ce qui entraîne logiquement une réduction de la valeur du soi.

D'autre part, il nous faut considérer comment la souffrance limite entraîne une baisse de l'estime de soi à travers la perte du pouvoir d'agir, lorsque nous sommes envahis par la

tristesse, la fatigue, la dépression ou la maladie physique — tout ce qui nous défait, qui entrave ou altère notre capacité à agir et à *faire*. Il est difficile de désintriquer cet impact de la perte de l'objet, lorsque cette perte touche à nos facultés, à l'image de nous-même, ou encore à notre sentiment de contrôle, cependant il est manifeste que cette réduction de notre capacité à *faire* apparaît de manière spécifique lorsque nous faisons l'expérience de cette souffrance, à travers l'abattement, l'impuissance, le découragement ou encore le désespoir.

Enfin, il faut nommer comment ces mêmes stratégies projectives, défensives, méfiantes et parfois agressives viennent également nous retirer une source importante de lien à l'autre, de soutien et de valeur ressentie. Elles peuvent alors entraîner des sentiments d'orgueil, d'égoïsme, d'arrogance, de doute ou même de paranoïa (Ricoeur, 2013, p. 17-18), qui affectent naturellement notre capacité à recevoir de la bienveillance inconditionnelle reliée tout particulièrement à *l'être*. Dans une autre perspective, il faut souligner comment les stratégies compulsives, même si elles ne nous coupent pas immédiatement des autres, peuvent-elles aussi entraîner dans un deuxième temps une forme de négativité et de critique, pouvant possiblement provenir de toutes les dimensions de l'altérité, menant à la même dévalorisation.

Pour résumer succinctement l'impact que peut donc avoir la souffrance sur la dignité selon notre modèle, nous observons à travers cette brève élaboration comment dans certains cas la souffrance en vient à affecter à la fois les trois modalités qui soutiennent notre valeur personnelle (*avoir, faire et être*); mais également à moduler ou à réduire le lien à toutes des dimensions de l'altérité qui la nourrisse («soi-même comme un autre», les autres et le «tout Autre»). Notons que ceci n'a pourtant rien d'une fatalité, car selon les mécanismes qui se mettent en place inconsciemment ou en fonction des stratégies qui sont favorisées consciemment, la souffrance peut au contraire nous rapprocher des autres et de nous-même, favorisant ainsi le maintien et le rétablissement de notre valeur personnelle.

Dans l'autre sens, il est certes aisé de constater comment toute baisse d'estime de soi entraîne immédiatement une souffrance, puisqu'il s'agit bien souvent d'une réalité *qui est est*,

mais que je ne voudrais pas qui soit — ce qui est la définition même que nous avons donnée de la souffrance. Comme nous l'avons vu, cette souffrance ainsi engendrée par le manque d'estime de soi entraîne comme de fait son lot d'émotions négatives, ainsi qu'une multiplicité de mécanismes de défense, sélectionnés consciemment ou non, selon notre histoire personnelle, notre énergie disponible et selon les éléments de la situation présente. Ces conséquences du manque de dignité semblent même tellement répandues qu'elles pourraient sans doute constituer la majorité des souffrances que nous vivons dans notre quotidien, en particulier celles qui émergent en relation avec nos proches et avec les personnes avec qui nous entrons en interaction. Mais ce constat en lui-même constitue-t-il une explication satisfaisante et suffit-il à y trouver un sens? Il nous semble instinctivement que cette vision ne parvienne pas à justifier complètement l'intensité de la souffrance que nous ressentons lorsque nous vivons de la honte, de l'indignité, de l'ennui, de la solitude ou du vide — tous ces tourments qui nous ramènent à notre insuffisance, à notre misère et à l'incomplétude fondamentale de notre condition humaine. Ainsi, de cette interrogation, surgit une question plus sérieuse: pourquoi donc ressentons-nous aussi fort le besoin d'avoir une valeur personnelle tout au long de notre vie?

Ceci nous amène à explorer brièvement une autre conjecture: se pourrait-il que cela soit une caractéristique sélectionnée par l'évolution pour augmenter nos chances de reproduction à travers une meilleure attractivité? Il pourrait sembler effectivement probable que cette caractéristique propre à notre espèce provienne d'un trait évolutif potentiellement lié à notre nature sociale et grégaire. Pourtant, à contempler le reste du règne animal, il semble que ce trait soit également partagé par une majorité d'autres vertébrés à travers la sélection des meilleurs partenaires reproductifs susceptibles de favoriser la survie de l'espèce. Que cela provienne de signaux exprimant la santé, la force, la fertilité; par l'apparence, la capacité à accomplir une parade nuptiale sophistiquée ou coûteuse; par des comportements exprimant de meilleures qualités d'adaptabilité, de capacité à la défense contre les prédateurs, à coopérer et à se lier pour favoriser une meilleure survie — tous ces traits communs à la plupart des animaux mammifères dans lesquels nous pouvons nous aussi nous reconnaître comme êtres humains —, se traduisent ultimement en une certaine forme de valeur perçue au sein de l'espèce; ce qui a pu conduire à l'établissement d'un mécanisme

favorisant la recherche et le maintien de cette valeur pour chaque individu. Ainsi, c'est avec ce que la nature connaît le mieux, les mécanismes attractifs ou aversifs, qu'a pu s'incarner la mise en place d'un tel besoin, qui nous fait ressentir une souffrance lorsque nous sommes en manque de valeur, mais aussi une joie et une satisfaction lorsque nous en sommes comblés.

La spécificité de l'être humain comme animal social est alors possiblement cette capacité supplémentaire que nous avons parfois de sentir et de reconnaître que notre valeur passe aussi et de manière privilégiée par le lien que nous avons avec le reste de notre communauté, car elle favorise tout autant, sinon plus encore, notre survie. Il nous semble que c'est précisément dans ce but et pour cette raison que l'humilité est si centrale dans l'objectif d'émancipation de la souffrance à travers le détachement et l'ouverture à l'autre, car elle se trouve intimement liée à la valeur que nous percevons de nous-même. Rappelons qu'il s'agit bien à travers elle de nous voir exactement comme nous sommes, ni plus ni moins. Lorsque cette perception de notre valeur est adéquate, il ne s'agit alors ni d'un abaissement ni d'une supériorité, mais simplement de la perception *juste* de notre valeur — étape que nous serions tenté d'ajouter au *noble sentier octuple* —, ni au-dessus ni en dessous de celle-ci. L'humilité nous évite ainsi la déception de nous voir rabaissé par le reflet de la réalité, et elle n'impose pas non plus de souffrance à un autre en le rabaissant. Au sein de la communauté humaine, nous retrouvons ce principe fondamental, véritable ciment de notre société, et nous comprenons mieux la place première que lui donne la déclaration universelle des droits de l'homme, lorsqu'elle précise que nous naissons tous égaux en droits et en dignité — c'est à dire en valeur — ce qui vise précisément à favoriser une vision humble de nous même.

5.3. Dignité et souffrance à la fin de la vie

Nous voici parvenu presque au terme de notre parcours et c'est maintenant que nous pouvons enfin aborder de manière plus concrète les spécificités de notre réflexion en regard de notre question de recherche: «que nous apprend le mythe du Christ sur la dignité à la fin de la vie et sur la souffrance qui souvent l'accompagne?». — Ainsi, à distance, nous croyons pouvoir ressentir la hâte de notre lectrice / de notre lecteur, qui a patiemment attendu jusqu'ici pour contempler de première main les conclusions de cette étude. Toutefois, prenant le risque de décevoir, il nous semble que bien peu de ces spécificités existent

réellement — la fin de vie, se révélant essentiellement comme un cas particulier de la vie elle-même. Certes, le temps y est compté, les affects y sont souvent plus intenses, les perspectives y sont parfois très limitées. Il nous apparaît cependant, de notre expérience en soins palliatifs, ainsi que de notre pratique clinique en psychologie générale, que les enjeux y sont peu ou prou les mêmes que ceux ressentis tout au long de la vie. Ainsi, c'est pour cette raison que nous avons souhaité envisager l'exploration de ces deux thèmes, dignité et souffrance, dans une perspective qui soit d'abord générale, ce qui nous a ouvert une compréhension plus large, non obscurcie par les turbulences de surface⁶⁹ que peuvent engendrer ces phénomènes à la fin de la vie.

Pour nuancer un peu plus cette position (pouvant apparaître à certain·e·s comme quelque peu désinvolte), nous pouvons néanmoins nommer quelques éléments dont l'occurrence est plus fréquente dans les situations de fin de vie. La principale d'entre elles est bien évidemment la perspective de la mort, qui constitue une limite inévitable et inéluctable — avec les taxes, la seule chose qui nous soit véritablement certaine! Cette perspective à la fois urgente et fatale constitue incontestablement une situation d'impuissance qui entraîne avec elle l'apparition de ce que nous avons appelé une *souffrance limite*, une souffrance à laquelle nous ne pouvons malheureusement trouver aucune échappatoire et contre laquelle nous ne pouvons trouver aucun moyen d'action. Pour autant, il faut souligner que ce type de souffrance peut survenir dans notre vie bien avant la mort. Karl Jaspers, à qui nous avons emprunté ce terme de *limite*, évoque dans son *Introduction à la philosophie* (1962) plusieurs types de *situations limites* qui nous confrontent à une crise existentielle provoquant de l'angoisse. Ces situations incluent la mort, la maladie, la souffrance, la culpabilité, la trahison, la liberté, la responsabilité, la solitude, la folie, l'amour, et même la création artistique. Sans que cette liste soit exhaustive, nous y reconnaissons clairement les éléments d'impuissance et d'incertitude que nous avons explorés dans notre étude. Cependant dans une perspective qualitative, il nous faut affirmer que ceci ne constitue aucunement une différence qui viendrait placer la fin de la vie à un autre niveau, par rapport à la vie elle-même. Ceci nous semble d'ailleurs heureux, puisque d'une certaine manière — en nous

⁶⁹ Les *turbulences de surface* que nous évoquons ici réfèrent à la mécanique des fluides, précisément aux phénomènes caractérisés par des changements chaotiques qui rendent difficile l'observation.

inspirant de la vision des soins palliatifs — nous pouvons réaffirmer par là même que *la fin de vie* fait bien partie de la vie.

Or, s'il nous est effectivement possible d'admettre que la souffrance ne vienne pas toujours nous frapper vraiment autrement, ni même plus intensément, à la fin de notre vie qu'à d'autres moments de celle-ci, force est de constater que la question de la dignité s'y trouve posée de manière différente. En effet, lorsque nous considérons les derniers moments de l'existence, nous y entendons bien plus souvent parler de perte de dignité, alors qu'il s'agit au contraire d'une constatation bien moins fréquente dans la vie *adulte*, la vie qui précède la fin de vie⁷⁰. Comme nous l'avons vu, il s'agit même de la raison première pour laquelle la dignité a donné son nom à la commission de recherche, puis à la loi québécoise, portant sur l'aide médicale à mourir.

Retournant à notre modèle de la dignité, nous voyons plus clairement comment, lors des derniers moments de sa vie, l'être humain peut se trouver plus particulièrement affecté par cette perte de dignité, car deux des trois modalités qui lui permettaient de se donner et de ressentir sa valeur lui deviennent malheureusement inaccessibles. Plus précisément, nous constatons que ce sont spécifiquement les modalités de l'*avoir* et du *faire* qui sont touchées. En effet, si tout au long de notre vie nous avons pu nourrir notre valeur personnelle à partir des choses que nous avons possédées et de celles que nous avons faites; lors de notre vieillesse, la situation est graduellement, mais irrémédiablement amenée à changer.

Au niveau de l'*avoir*, les pertes progressives, la déchéance physique, la maladie, la fragilité, nous amènent à devoir abandonner peu à peu tout ce que nous avons possédé ou accumulé. Parfois il s'agit du contrôle que nous avons sur les événements, sur les situations. Dans d'autres cas, il s'agit de l'image de soi, de la jeunesse et de l'apparence que nous désirions conserver et montrer au monde. Dans d'autres situations encore, il s'agit de notre mémoire, de nos connaissances, de notre identité, qui vont nous faire graduellement et irrémédiablement défaut. Dans bien des cas également, la séparation définitive d'avec notre

⁷⁰ Pour autant que cette expression puisse avoir un sens, puisque *la vie qui précède la fin de vie* fait déjà partie de la fin de vie et que *la fin de vie* est toujours elle-même la vie!

logement, nos affaires personnelles, ou encore la perspective de devoir abandonner toutes nos possessions matérielles, entraîne une détresse significative. Par ailleurs, au niveau du *faire*, ce sont bien souvent la fragilité et l'incapacité survenant avec la maladie qui nous rendent inapte à continuer à mener notre vie de manière autonome. Comme cela a été observé par plusieurs auteurs (Jacobs, 2020, Chochinov, 2012), la dépendance et l'assujettissement dont nous faisons alors l'expérience lorsque nous sommes pris en charge, peuvent également rendre ces situations terriblement éprouvantes. Pour celles et ceux qui ont toujours construit et nourri leur valeur personnelle en priorité sur ces deux modalités, c'est alors la misère et la honte qui dominent, parfois même un sentiment de déchéance absolue.

Pour l'éclairer, nous voudrions nommer explicitement et illustrer par quelques vignettes cliniques, trois des plus grandes catégories de difficultés que nous avons pu rencontrer dans notre expérience en soins palliatifs auprès de personnes en fin de vie. Dans la perspective de l'*avoir*, la première d'entre-elles — sans que cela ne soit aucunement placé par ordre d'importance — touche à l'image de soi. Dans bien des cas, parmi les personnes que nous avons rencontrées et soutenues à la toute fin de leur vie au sein de l'unité de soins palliatifs de l'Hôpital Maisonneuve-Rosemont à Montréal (HMR), une proportion significative d'entre elles se sont montrées particulièrement affectées et même ébranlées par la perspective de leur agonie physique. Dès leur arrivée dans l'unité, la vision qu'ils ont pu avoir d'autres patients à la dernière extrémité, leur a provoqué un choc légitime. Ces derniers, déjà parvenus à l'orée de la mort, étaient souvent inconscients dans leur lit, submergés par les analgésiques, le visage et le corps décharné, la bouche grande ouverte, cherchant de l'air à cause d'une respiration diminuée. Soulignons que même si cet état ne dure jamais plus de quelques jours, il n'est cependant pas rare d'observer plusieurs patients ainsi, au sein d'une unité où l'espérance de vie n'excède généralement pas deux semaines.

À ce titre, il nous faut humblement reconnaître que ces images fortes demeurent à tout jamais gravées dans notre mémoire, notamment celles aperçues lors des premières journées de notre stage. C'est progressivement que nous avons appris à les tolérer et même à apprécier le caractère serein d'une telle posture — le confort physique et psychologique de

ces personnes étant généralement le souci premier de l'équipe soignante. Toutefois, l'anticipation de cette agonie, si elle peut être tolérée par certains, peut naturellement provoquer une détresse intense et un sentiment indéracinable de perte de dignité à celles et ceux qui ont toujours placé une grande partie de leur valeur personnelle dans leur apparence physique ou dans leurs facultés. En conséquence, cette perspective a constitué l'une des causes principales des demandes d'accès à l'aide médicale à mourir dont nous avons eu connaissance durant l'année que nous avons passée au sein de l'unité de soins palliatifs. Cette impression strictement personnelle et subjective nous a cependant été confirmée par l'ensemble des rapports que nous avons pu consulter sur les causes des demandes d'accès à l'aide médicale à mourir, notamment le *rapport sur les situations des soins de fin de vie au Québec* (Commission sur les soins de fin de vie, 2018, p. 38).

La deuxième catégorie que nous voudrions présenter, toujours dans la modalité de l'*avoir*, touche au besoin de contrôle. Car si c'est souvent l'anticipation d'un futur repoussant qui provoque chez certaines personnes une angoisse intolérable, il s'agit ici — pour des personnes qui tout au long de leur vie ont toujours cultivé leur confort, forgé leur réassurance et trouvé leur sécurité dans la maîtrise et le contrôle des événements, dans la planification et la prévisibilité — il s'agit surtout de l'impossibilité de savoir à l'avance ce qui va se passer et comment vont se dérouler ces derniers moments. Si la crainte de la douleur physique peut certes intervenir dans cette perspective, de notre expérience à l'unité de soins palliatifs et dans la grande majorité des cas, cette dernière a rapidement été maîtrisée. En revanche, pour ces personnes aux traits plus obsessionnels, il est véritablement impératif de pouvoir prévoir quel sera le processus d'évolution de leur maladie et de parvenir à anticiper comment se dérouleront leurs derniers jours. Alors que la mort est encore souvent synonyme d'une perte totale et irrémédiable de contrôle, d'un sentiment d'incertitude absolu, de telles personnes sont logiquement amenées à vivre des moments d'angoisse intense, que rien jusqu'ici ne pouvait vraiment rassurer ni soulager complètement. Il faut toutefois admettre que l'introduction de l'aide médicale à mourir est venue depuis fournir une réponse particulièrement ajustée à ce besoin de contrôle et d'anticipation. À un phénomène naturel que nous ne maîtrisons aucunement, pour lequel nous ne connaissions ni le jour ni l'heure, la possibilité d'une mort programmée est venue apporter la quiétude

d'un calendrier décidé à l'avance, ainsi que la connaissance précise et rassurante de la procédure qui mettra fin à leurs jours. Cela n'est donc pas un hasard si lors de notre stage, un nombre aussi significatif de personnes se prévalant de leur droit à l'aide médicale à mourir l'ont fait dans cette perspective.

Précisons que nous nous gardons bien ici de juger ou de blâmer ces personnes qui bien souvent ont vécu ces premiers jours de leur fin de vie dans une souffrance et une détresse extrêmes. C'est dans un soulagement libérateur qu'elles ont accueilli la possibilité d'obtenir l'aide médicale à mourir comme une solution à leurs tourments. Par ailleurs, il nous faut mentionner comment ces situations, de par leur dimension tragique, nous ont assurément confronté à une impuissance extrême dans notre pratique clinique. Si nous avons voulu les rapporter ici, c'est d'abord parce qu'elles sont plus particulièrement emblématiques de cette *clinique de l'impuissance* (Châtel, 2016) que sont les soins palliatifs; mais aussi parce qu'elles nous ont fait personnellement affronter le sentiment d'échec dans nos tentatives de venir en aide à des personnes qu'aucune intervention psychologique n'aurait pu véritablement soutenir et soulager dans le temps imparti. Il nous semble que ces deux exemples, la sensibilité à l'image de soi et le besoin de contrôle, sont ainsi typiques de situations pour lesquelles la clinique psychologique présente une cruelle lacune dans les situations de fin de vie: la durée d'un suivi visant à contrer ces angoisses, aussi rapide et efficace soit-il, n'est malheureusement que rarement compatible avec le laps de temps disponible. À ce stade, que ce soit à cause de l'urgence de la situation sur le plan médical, ou de la difficulté à s'ajuster à un manque de disponibilité physique ou psychologique de la part du patient; c'est seulement dans un rôle de soutien que nous avons pu accompagner ces personnes à travers ces derniers instants de leur vie. Cependant, il nous faut humblement reconnaître que malgré nos efforts et notre présence attentive, nous ne sommes que rarement parvenu à réduire efficacement leurs souffrances — c'est seulement la perspective d'accéder à une mort semblant dominée qui s'est montrée la réponse la plus adéquate et la plus satisfaisante à un besoin si immédiat et radical.

Pour clore cette illustration, nous voudrions dépeindre ici une troisième famille de difficultés qui, toujours dans notre modèle de la dignité, touche à la modalité du *faire*.

Contrairement aux deux précédentes, celle-ci se conjugue au présent et survient suite à la disparition des capacités de la personne à se prendre en charge, et à être autonome. Car *faire*, c'est agir, se rendre utile, avoir un rôle et un but, souvent même une identité intimement liée à ce rôle. Alors que la fin de vie rime souvent avec la dépendance, nous avons observé que certaines personnes souffrent significativement plus fort de la perte de dignité qui trouve son origine dans le tarissement de cette source essentielle de valeur personnelle. Pour celles et ceux dont la vie n'a ainsi plus de sens à cause de cette perte de rôle, la souffrance déborde et la perspective d'une mort avancée apparaît souvent comme la promesse d'une consolation et d'un soulagement permanent. Pour autant, dans des cas de figure aussi critiques, il nous a paradoxalement été donné plus souvent qu'autrement de renverser par nos interventions thérapeutiques une situation de détresse apparemment sans espoir. En particulier, lorsque ces personnes étaient affligées d'un fort besoin de se réaliser dans le soutien à l'autre, c'est souvent à travers l'élargissement de la situation et sa remise en contexte que nous y sommes parvenu — notamment en nommant et en soulignant la réciprocité nécessaire à l'autonomie, en reflétant l'importance de se montrer soi-même nécessaires pour donner à d'autres la chance de se montrer eux aussi utiles et d'y trouver une valeur.

Nous avons ainsi gardé très nettement en mémoire les quelques minutes que nous avons eu le privilège de passer au chevet de Claudine⁷¹, une ancienne préposée aux bénéficiaires, qui avait passé toute sa vie à se sentir utile à travers son métier, à s'y dévouer au service des autres et à y trouver sa dignité. Lors de notre rencontre de quelques minutes, cette dernière a ainsi pu nous exprimer la perte totale de sens qu'elle ressentait et sa détresse à se voir de la sorte, diminuée, insignifiante et dépendante. Après l'avoir écoutée, touché par son désarroi, c'est en lui exposant une vérité toute simple que nous avons pu l'aider à trouver un soulagement — en lui confiant qu'elle avait pourtant encore un rôle essentiel à jouer: celui d'être dépendante, afin de redonner aux personnels soignants qui s'occupaient d'elle, la dignité qu'elle-même avait trouvée tout au long de sa vie. Ces quelques mots eurent pour elle l'effet d'une véritable révélation, suivie d'une soudaine transfiguration. À partir de ce

⁷¹ Pour assurer la confidentialité, le prénom et certains détails de cette vignette ont été changés.

moment, elle passa ses derniers instants en se reposant sereinement sur l'équipe de l'unité de soins palliatifs. Elle comprit qu'il y avait là un juste retour des choses, un temps de réciprocité et de partage, venu compléter et aboutir une vie vécue dans l'abnégation, l'humilité et vouée au service de l'autre. Claudine est décédée la semaine suivante, calme et apaisée, et nous avons reçu de la part de sa famille de chaleureux remerciements mêlés de stupéfaction devant le changement radical survenu en si peu de temps.

Si cet épisode a été gratifiant pour nous, il ne saurait pourtant occulter les autres situations — nombreuses — dans lesquelles nous ne sommes pas parvenu à trouver les mots ou la clef d'un tel apaisement avant le décès de notre patient. Cet état de fait nous a régulièrement confronté, déstabilisé et remis en cause, tout au long de notre stage. Mais selon les limites que nous avons mentionnées plus haut, nous ne saurions en prendre entièrement le blâme. Car le temps est un rouage essentiel à la psychologie clinique, comme il l'est à la relation d'aide, et c'est bien souvent lui qui nous a fait défaut dans notre pratique en soins palliatifs. Comme nous l'avons vu au cours de notre élaboration dans cette étude, plusieurs éléments contribuent ainsi au maintien de la souffrance selon notre personnalité et selon les mécanismes de défense que nous privilégions. Il semble que le plus important d'entre eux puisse être l'attachement de l'ego aux objets auxquels nous sommes liés et qui ne nous sont plus accessibles, notamment ceux dans lesquels nous trouvons notre valeur personnelle, notre estime et notre dignité. Or cet attachement est souvent lié à des mécanismes projectifs défensifs. Lorsqu'il est possible de les assouplir ou d'utiliser cet attachement dans un sens qui vienne soulager le manque, alors nous avons constaté comment la transformation peut être presque immédiate et le changement spectaculaire. Dans bien des cas malheureusement, il ne semble pas toujours possible de trouver comment y parvenir dans le temps accordé par l'évolution rapide d'une maladie terminale. N'oublions pas que les résistances propres à chaque personne viennent également rendre la tâche ardue et souvent même la compromettre, dans les cas de caractères et de personnalités fortes.

Nous ne voulons pas nous livrer ici à plus d'énumération sur les autres motifs que nous avons rencontrés lors de notre expérience en soins palliatifs, pouvant amener à vivre de la souffrance limite à la fin de la vie. L'essentiel étant de bien saisir comment l'intrication de la

souffrance et de la perte de dignité soulève une complexité propre à chaque personne, qu'il faut avant tout prendre le temps d'écouter et de comprendre si nous souhaitons parvenir à la soulager dans notre mission d'aidant. Si nous en revenons aux raisons mentionnées par le *rapport sur les situations des soins de fin de vie au Québec* pour les demandes d'accès à l'aide médicale à mourir, nous constatons que ces dernières sont variées, mais reviennent foncièrement à celles que nous avons évoquées dans les dernières pages:

Souffrance existentielle, perte de dignité, perte d'autonomie, perte de contrôle, impossibilité de réaliser des activités significatives, perception d'être un fardeau, perte de rôle, atteinte à l'image de soi, appréhension face aux symptômes / complications à venir ou à la façon dont la mort surviendra, perte de qualité de vie. (Commission sur les soins de fin de vie, 2018, p.38)

Dans ces situations, il nous faut reconnaître que l'accès à l'aide médicale à mourir donne aux personnes ayant vécu l'essentiel de leur vie selon ces perspectives de *l'avoir* et du *faire*, d'éviter une souffrance intense et une détresse persistante provoquées par l'anticipation de leur agonie — tout comme elle peut également leur donner les moyens de se préparer comme elles le souhaitent à cette dernière heure. Il nous faut également admettre notre impuissance à venir les soulager, même avec les meilleures intentions et les meilleures pratiques — le temps pour agir faisant douloureusement défaut — mais aussi les spécificités propres à chaque personne, font qu'il n'est pas raisonnable de penser que le seul accompagnement en fin de vie pourrait venir effectivement répondre à tous ces cas de figure. Toutes les pistes que nous avons évoquées lors de notre élaboration sur le sens de la souffrance: le lâcher-prise, l'abandon de soi, l'abdication de l'ego, sont des processus intérieurs sans défense et lents à mettre en place. Au contraire, le narcissisme qui vise pourtant à nous protéger, se déploie rapidement et fait vigoureusement barrière à la vulnérabilité, à l'ouverture à soi-même, à l'autre et à plus grand que soi.

Pourtant comme nous l'avons vu lors de notre premier chapitre, il existe une autre manière de trouver et de maintenir une valeur et une dignité en complément de celle que nous trouvons dans *l'avoir* et le *faire*: il s'agit de celle trouvée dans *l'être*. Cette dernière modalité peut nous permettre de demeurer digne même à la toute fin de notre vie, puisqu'elle ne nécessite aucune possession ni aucune action manifeste. Il s'agit dès lors de nous ouvrir à la

seule présence bienveillante de l'autre, de nous laisser accompagner par son humanité ou sa divinité, de nous laisser porter par sa bonté et de nous laisser toucher par l'amour qui se dégage de cette relation gratuite — même si cette dernière s'inscrit dans un service public ou organisé. Notons qu'il s'agit également de la seule source qui demeure même lorsque nous avons tout perdu; quand nous ne pouvons plus ni *avoir* ni *faire*, mais tant que nous *sommes* encore. C'est même, dans une certaine mesure, la seule qui peut perdurer au-delà de notre mort. Nous retrouvons ainsi l'idée défendue par la plupart des religions et des spiritualités de ce monde; le fait que c'est par l'humilité, le dévoilement, le dessaisissement, l'ouverture à l'autre, à soi-même et à ce qui nous dépasse, que nous pouvons trouver le salut, la libération de la souffrance, la vie éternelle, l'éveil ou la résurrection, que nous pouvons ainsi pleinement *entrer vivant dans la mort* (Zundel, de Hennezel, 1999). Comme nous l'avons décrit ici, c'est la capacité à nous montrer vulnérable, à nous montrer tel que nous sommes, même et surtout dans les moments de désarroi, de souffrance, de faiblesse, qui nous permet d'entrer dans le lien à l'autre, de trouver le secours et le soutien même dans les moments les plus sombres de notre vie, provoquant cette transformation qui peut alors devenir tout à fait miraculeuse.

Bien sûr, il est important de relever et rappeler que cet « autre » peut aussi bien être une autre personne physique, un « soi-même comme un autre » ou bien encore un « tout Autre ». De nombreux exemples nous montrent qu'il est parfois possible de jouir d'une fin de vie sereine et apaisée, même sans être entouré physiquement, sans même être conscient de l'être. Dans certains cas, l'inspiration d'une présence divine ou spirituelle peut efficacement venir combler une solitude qui aurait été dramatique pour d'autres personnes non croyantes. Dans bien d'autres situations, nous voyons également qu'il n'est pas forcément nécessaire de se dire religieux ou pratiquant pour cultiver une vie intérieure qui nous permette d'aborder de façon plus sereine cette dernière étape de la vie. Pourtant — et sans doute dans la majorité des cas —, force est de constater que la présence incarnée d'une altérité proche et bienveillante ajoute une dimension essentielle et souvent indispensable dans l'accompagnement à la fin de la vie. Cette présence prend alors toutes les formes imaginables: équipe médicale, préposés aux bénéficiaires, infirmières, médecins, bénévoles, clowns thérapeutiques, psychologues, travailleurs sociaux, intervenants spirituels, mais

surtout famille, amis et proches. Tous ont alors un rôle à jouer pour venir nourrir et soutenir cette dignité et réduire ainsi la souffrance globale qui s'installe dans les situations terminales.

Le rôle privilégié du psychologue peut être alors de mettre en place les conditions pour faire s'ouvrir la personne mourante à cette présence, et soutenir plus particulièrement chez elle, en alliance avec tous ceux et celles qui l'entourent, une recherche de sens et un sentiment d'accomplissement. À l'image des démarches défendues par plusieurs psychothérapeutes ou psychanalystes existentiels, comme Viktor Frankl avec la logothérapie (1988), mais aussi Michel de M'Uzan qui ainsi a forgé le terme de « travail du trépas » (1977), ou encore Marie de Hennezel (2005), il s'agit précisément de viser avant la mort, la recherche d'une certaine résolution des souffrances, à travers l'élaboration et l'accompagnement. Le point commun à ces approches que nous nous plaisons à décrire comme humanistes et existentielles, demeure une vision holistique et globale de la personne humaine, qui contribue à lui redonner et à maintenir un sentiment de dignité par l'accueil inconditionnel, le non-jugement et la présence bienveillante.

C'est exactement dans cet esprit que nous avons pu soutenir et accompagner de nombreuses personnes lors de notre internat en soins palliatifs. Fort heureusement, il nous semble que les moments de satisfaction y furent plus nombreux que les sentiments d'échec et la grande majorité des personnes que nous avons suivies se sont montrées très soulagées par notre présence, malgré les tourments qu'elles étaient amenées à traverser.

Parmi ces dernières, nous avons conservé plus particulièrement le souvenir de Marie-Louise⁷², dont presque la moitié de la vie d'adulte avait été marquée par une vie maritale éprouvante. Arrivée à 85 ans, cela faisait près d'une trentaine d'années qu'elle avait décidé de cesser de vivre avec l'homme qui avait été son époux, avec qui elle avait eu cinq enfants, mais avec lequel elle ne partageait plus rien. Cependant, sa culture plus traditionnelle avait fait qu'elle n'avait pu se résoudre à une rupture et avait alors décidé de donner le change jusqu'au bout pour sauvegarder les apparences et apparaître à tous comme un couple soudé. Les dernières années, elle avait même accepté d'emménager avec son conjoint dans

⁷² Pour assurer la confidentialité, le prénom et certains détails de cette vignette ont été changés.

l'appartement d'une résidence pour aînés, l'un dormant sur le canapé et l'autre dans la chambre, afin d'éviter d'afficher leur désunion face à leurs enfants. Lorsque son mari fut atteint d'un cancer, elle avait espéré voir là le signe de sa libération prochaine. Cependant, elle apprit quelques mois plus tard qu'elle était elle-même atteinte d'un cancer et que son sort serait scellé avant celui de son conjoint. Une fois admise à l'unité de soins palliatifs, elle y a très vite exprimé son malaise et communiqué l'inconfort qu'elle ressentait en lien avec sa situation d'étrangeté qu'elle ressentait à se trouver là. Elle a alors manifesté son désir de partir au plus vite et de trouver un autre endroit où finir ses jours. Prise dans un cas de conscience, hésitant à se confier, elle a alors néanmoins accepté de nous rencontrer à la demande insistante des infirmières.

C'est à ce moment-là que Marie-Louise nous a confié ce secret qu'elle n'avait jamais osé dévoiler à personne, pas même à ses enfants — que les trente dernières années de sa vie furent entièrement occupées par ce conflit larvé et permanent, l'obligeant à paraître unie à un homme qu'elle détestait. Troublé, nous avons accueilli son témoignage du mieux que nous avons pu, dans le silence, lui laissant la place d'exprimer sa peine, sa tristesse et le sentiment d'échec ultime qui transparaissait du récit de sa vie. Nous sommes alors demeuré un moment dans cette posture, ne trouvant qu'à lui demander où elle avait trouvé la force de tenir dans une telle situation durant tant d'années. Elle nous a simplement répondu qu'elle l'avait fait pour ses enfants, dans le but de les préserver de la déception et de la souffrance de la séparation, de les protéger de cette division. Nous lui avons alors reflété son courage et son abnégation, sa capacité à aimer ses enfants en s'oubliant elle-même et en leur donnant sa vie à sa manière. À la fin de notre heure de conversation, Marie-Louise nous est apparue clairement apaisée de s'être ainsi déchargée du fardeau qui lui pesait depuis tant d'années, son regard sur elle-même transformé. Nous l'avons saluée pour ce qui a été à la fois la première et la dernière fois, puis nous avons regagné le coin de bureau qui nous servait à remplir les fiches de suivi clinique. Le soir même, Marie-Louise ne parlait plus de quitter l'unité et exprimait sa quiétude de se trouver là. Deux jours plus tard, son état de santé avait périclité, mais elle demeurait dans un état paisible, entourée de ses enfants qui venaient la voir et passer ces derniers moments en sa compagnie. Nous n'avons pas pu lui parler à nouveau, car lors de notre passage la semaine suivante, elle s'en montrait déjà incapable et

n'était plus que rarement consciente. Marie-Louise est décédée dans les jours qui ont suivi. Ses enfants nous ont chaleureusement remercié de l'apaisement soudain de leur mère dans ses derniers jours, sans que nous ayons eu à leur dévoiler ce que leur mère avait eu le courage de nous confier — ce qui au fond n'était pas nécessaire. Seule importait la libération de ce joug qui l'avait opprimée durant trop longtemps.

Ceci ne fut heureusement pas la seule situation qu'il nous a été donné de vivre, dans laquelle le changement fut radical seulement quelques jours avant le décès de notre patient. Nous avons choisi de la rapporter, car il nous semble bien que cette expérience paradoxale, preuve de la présence possible du bonheur dans le malheur, de la consolation dans la souffrance, nous révèle le pouvoir de transfiguration d'un tel processus de dévoilement. Lorsque nous sommes capables d'exposer nos vulnérabilités à d'autres, et lorsque ces dernières sont reçues et entendues avec douceur et empathie, sans jugement ni préjugés, c'est un véritable retournement qui peut se produire. Cela nous semble être l'illustration même de la manière avec laquelle l'humilité menant à ce dévoilement, se présente parfois comme un chemin de libération et d'échange qui ouvre sur une manière renouvelée de nous apprécier et de sentir que nous avons une valeur et une dignité dans le regard de l'autre, et par conséquent dans le nôtre également.

Nous y voyons également une proximité manifeste avec ce qui peut constituer le ressort des différentes thérapies narratives (Mori, Rouan & al., 2011, p. 57-74), notamment la *Dignity Therapy* du Dr Harvey Max Chochinov (2012), que nous avons mentionnée au début de notre chapitre sur la dignité. Ces approches intègrent en elles les éléments d'un dévoilement, mais aussi d'une transmission, qui ne sont sans doute pas étrangers au désir de continuer à *être* au-delà de la mort, comme elles peuvent permettre de continuer à être présent aux autres à travers ces témoignages. Notons que la motivation sous-jacente liée à ce besoin peut alors se retrouver dans chacune des modalités que nous avons identifiées — *avoir, faire et être* — et peut-être dans toutes les trois en même temps, ce qui bien sûr n'enlève rien à leur efficacité, en particulier lorsque le temps est compté. En effet, certaines personnes sont plus enclines à apprécier la considération reçue pour leurs réalisations

passées, alors que chez d'autres c'est le soulagement lié au dévoilement ou encore le lien à l'autre qui ravivent le sentiment de dignité.

Pour conclure, notons comment ces expériences résonnent également d'une manière singulière avec les traditions religieuses que nous avons explorées, à l'instar de celle qui a inspiré Cicely Saunders — comme le souligne Dominique Jacquemin, dans son précieux manuel de soins palliatifs paru en 2014:

Le mourant est considéré comme une personne vivante à part entière. Même dans cette situation, un être humain peut jouer un rôle dans la perspective messianique. Il peut notamment faire *techouva* – ce mot est habituellement traduit par «pardon», mais signifie en réalité «retour sur soi-même» – dans la profondeur de son être à la source de la Création, renaissance à partir de l'origine. (Jacquemin, 2014, p. 621)

Nous retrouvons ici le concept de *techouva* que nous avons exploré dans notre étude sur le livre de Job et qui nous ramène au contexte judéo-chrétien qui nous a guidé tout au long de cette étude. Ainsi, pour apporter une réponse brève à la question de recherche que nous nous sommes posée au début de notre parcours, il nous semble que le message principal que nous enseigne le *mythe du Christ* sur le thème de la dignité et de la souffrance est de surtout de vivre, puis de mourir, *en lien*, de ne pas mourir seul. C'est sans doute là l'un des enseignements les plus importants que la tradition chrétienne nous donne lorsqu'elle nous enjoint à vivre en communion, en communauté, et donc à mourir de la même façon, afin d'accueillir la plénitude de la présence de l'Autre dans la présence incarnée des autres et de nous-même. Comme nous l'avons vu, cette conclusion n'est pas l'apanage de la tradition chrétienne, elle a d'ailleurs également été reprise par de nombreux penseurs et philosophes — mais également par tellement d'autres acteurs anonymes, qui ont toutes et tous dédiés leur vie à montrer, par l'exemple, l'importance de l'accompagnement, de la bienveillance inconditionnelle et de la relation humaine authentique, pour soutenir toutes les personnes souffrantes — qu'elles soient en fin de vie ou non — dont le sentiment de dignité est amoindri par l'épreuve.

À présent, s'il nous apparaît donc plus nettement que la souffrance que nous avons qualifiée de *limite* peut parfois trouver un adoucissement, ou une résolution, dans la patience, l'humilité, mais surtout la relation et l'ouverture à l'autre; il nous faut néanmoins observer attentivement quel effet peut avoir l'irruption de l'aide médicale à mourir dans ce processus. C'est sur cette dernière considération que nous voudrions réfléchir encore un peu et, avec elle, terminer notre étude.

5.4. Et l'aide médicale à mourir?

Comme nous l'avons vu dès les premières pages de cette thèse, l'introduction de l'aide médicale à mourir au Québec a entraîné un nombre considérable de débats autour de sa mise en place. Nous pouvons également observer comment elle provoque aujourd'hui encore des polémiques épineuses autour de la question de son élargissement, notamment à propos des situations de souffrance liées aux maladies mentales seules. Pouvons-nous tenter de participer à ce débat, ou même de l'éclairer, grâce à la position de recherche que nous avons développée jusqu'ici?

Admettons tout d'abord que le sujet demeure très délicat. Selon la conception que nous avons développée au fil de ces pages, il apparaît fondamental que c'est *la relation d'amour*, étendue à l'ensemble de l'humanité et à toute la création, qui est au cœur même du message chrétien. Ainsi, selon cette perspective, pour mourir dans la dignité, il est primordial d'abord de vivre, puis éventuellement de mourir en étant porté par de telles relations d'amour, d'altruisme et de bienveillance. Ces dernières favorisent notre accomplissement personnel dans *l'être*, nourrissant l'humilité et la capacité à dévoiler nos vulnérabilités à nos proches pour traverser les moments de souffrances *limites* qui nous affligent inévitablement, notamment à la fin de la vie. Il apparaît très clairement qu'il nous faut donc parvenir à cultiver une dignité qui ne s'appuie pas seulement sur les modalités de *l'avoir* et du *faire*, mais aussi sur celle de *l'être*, puisque c'est la seule qui demeure jusqu'à la fin de notre vie et nous permet d'aborder ce dernier passage en conservant un sentiment de valeur personnelle. Dans ce cadre, le contact bienveillant et réciproque avec toutes les formes de l'altérité est donc essentiel. Et la *communion* — ou quel que soit le nom que l'on veuille lui donner —, en serait possiblement une des formes les plus abouties. En conséquence, tout ceci appuie

l'importance de cultiver des relations d'amour et de bienveillance réciproques, pour que tout au long notre vie et jusqu'à la fin de celle-ci, ces dernières en viennent à nous faire dépasser les dimensions parfois étriquées de notre existence.

Or en première approche, il pourrait sembler que l'aide médicale à mourir vienne interrompre ce processus relationnel avant son terme, privant ainsi la personne qui la demande de cultiver des relations bienveillantes le plus longtemps possible, renonçant de la sorte à la source de dignité la plus fondamentale qui soit. Cependant, comme nous l'avons entraperçu dans les dernières pages, cette résolution idéale est malheureusement parfois contrecarrée par plusieurs obstacles dont il n'est pas toujours possible de s'affranchir dans le temps imparti. Dans de trop nombreux cas, certaines personnes se montrent dans l'incapacité de développer de telles relations à la fin de leur vie; d'autant plus, quand elles n'ont pas été incitées à le faire de manière fructueuse tout au long de celle-ci. D'un point de vue clinique, à ce stade terminal, nous constatons qu'il est bien souvent impossible d'amener ces personnes à apprivoiser ces dimensions d'humilité, de dévoilement et de dessaisissement, afin de s'ouvrir à l'autre et retrouver avant leur mort un tissu de relations bienveillantes et nourrissantes. Il est d'ailleurs souvent déchirant de voir des patients en fin de vie, qui n'ont matériellement pas le temps d'en arriver à cette ouverture, alors que chez d'autres, nous voyons au contraire apparaître une *appétence relationnelle* qui les aide, parfois de façon miraculeuse, à traverser cette dernière étape qu'est le trépas (de M'Uzan, 1976).

Dans cette logique, il nous faut admettre que l'aide médicale à mourir puisse ainsi être vue comme une porte de sortie, certes radicale, mais parfois précieuse et, à certains moments, même incontournable. En même temps qu'elle met fin à la vie, elle vient en effet interrompre de facto des souffrances écrasantes. Mais surtout, elle permet de libérer les personnes prisonnières de ce sentiment d'indignité, dans les situations où des alternatives plus enviées leur seraient de toute manière inaccessibles. Selon nous, c'est dans de tels contextes que l'aide médicale à mourir peut intervenir véritablement comme un *moindre mal*. Car que pouvons-nous faire, comme accompagnant, lorsque nous sommes face à des personnes restées aveugles toute leur vie à cette perspective relationnelle et spirituelle, que le temps est trop court, la douleur trop intense ou la résistance trop forte?

La tradition chrétienne nous indique qu'il est bon de vivre sa vie en relation et en harmonie avec le Dieu trinitaire, c'est-à-dire avec nous-même, avec les autres et avec ce qui nous entoure et nous dépasse. Or, cette posture en est une qui, bien souvent, s'éprouve et se développe tout au long de la vie et dont ultimement nous ne sommes pas les seuls maîtres pour nous-même. Même si à la dernière minute certains retournements peuvent survenir, il est important de souligner que dans bien des cas, cette transformation ne peut s'élaborer seulement dans les dernières heures, les derniers jours, ni même dans les dernières semaines de notre vie. Ceci nous enseigne qu'il est crucial de commencer au plus tôt à se comprendre soi-même, à «travailler sur soi» et à apprendre à traverser ces moments de souffrances *limites* en lien avec les autres; en cultivant notre capacité à nous détacher de nos désirs impossibles, à faire grandir notre humilité, à développer notre capacité à demeurer en relation d'amour et à dévoiler nos vulnérabilités à nos amis, nos proches et à tous les êtres bienveillants qui nous entourent. C'est ainsi que nous pouvons trouver de quoi nourrir notre dignité de manière saine, pour ainsi dire, dès le début, et idéalement jusqu'à la fin de notre vie. En ce sens, comme nous l'indique la parabole des dix jeunes filles⁷³ (Matthieu 25, 1-13), il nous faut donc nous y préparer à l'avance et «veiller», car nous ne savons «ni le jour ni l'heure».

D'une certaine manière — et comme nous nous plaisons souvent à le répéter —, la fin de vie est une période qui commence dès la naissance. En effet, très tôt, dès que nous atteignons l'âge de raison, nous prenons conscience que nous sommes mortels et qu'il nous faudra affronter cet instant fatal tôt ou tard. C'est donc dès que cela est possible qu'il nous faut nous y consacrer. Sans apprentissage, sans éducation et sans soutien pour acquérir cette capacité à nous lier et à grandir dans l'humilité, le dessaisissement et l'amour, dans les moments les plus cruciaux de notre vie, nous pouvons passer à côté de l'essentiel et nous heurter alors dans nos derniers instants à une impuissance qui risque de provoquer une

⁷³ Cette parabole est de circonstance, puisqu'elle compare précisément le «Royaume de Dieu» à une noce où un groupe de 10 jeunes filles attendent l'époux dont on ne sait quand il surgira. La moitié du groupe est constitué de jeunes filles *prévoyantes*, ayant prévu une quantité d'huile suffisante pour leur lampe. L'autre moitié du groupe sont des *insouciantes* qui n'ont pas prévu assez d'huile pour attendre jusqu'à l'arrivée de l'époux et garder leur lampe allumée. Lorsque ce dernier survient, les insouciantes sont parties chercher de l'huile pour recharger leurs lampes, mais à leur retour elles trouvent la porte verrouillée et sont exclues fort brutalement de la noce. Ainsi, la parabole nous enseigne que certaines situations ne peuvent que se vivre pleinement et de manière heureuse que si nous y sommes préparés à l'avance. Il nous semble que la fin de vie en fasse partie.

détresse intense. À contrario, c'est par la conscience de cette participation possible à l'amour et à la vie elle-même que nous pouvons parvenir à trouver du sens et un apaisement durable, et ce même si la souffrance demeure. À ce propos, il nous vient en tête un témoignage de Réjean Plante, jeune québécois mort du sida dans sa vingtaine, qui a écrit ces lignes quelques semaines seulement avant de mourir — comme un testament spirituel, qui nous fut rapporté par notre ami Georges Convert :

« Avec tout ce que je vis depuis quelques années,
je ne peux faire autrement que de me poser des questions
à propos de la souffrance et de la mort.
Et de vouloir trouver un sens à tout cela.
Cela demeure un très grand mystère.
J'ai cependant fini par découvrir quelque chose
qui a encore moins de sens que la souffrance et la mort :
c'est de se retrouver en dehors de l'amour.
Et donc en dehors de moi-même.
Cela, c'est le non-sens des non-sens.
Autant je me retrouve tout-à-fait impuissant
devant la souffrance et la mort,
autant il n'en tient qu'à moi de me placer dans l'amour, dans moi-même.
Autant je n'ai pas d'autre choix que de me laisser écraser par la souffrance,
enlever par la mort, autant le choix est mien de vivre cela dans l'amour.
Et je me rends compte que c'est la seule façon
de ne pas vivre cela tout à fait révolté.
Bien plus, je suis certain que cela peut me permettre de le vivre tout à fait exalté.
Mais cela n'est-il pas un sens à la souffrance et à la mort :
le fait que cela m'amène à ne pas vivre un non sens encore plus grand,
celui d'être à l'extérieur de moi-même, hors de l'amour? »

Hors de l'amour, c'est-à-dire, pour le disciple de Jésus,
hors de Dieu qui est l'Amour. (Convert, 1994, p. 35)

En lien avec cette émouvante réflexion, il nous faut donc souligner que l'aide médicale à mourir, en tant que telle, n'a pas à proprement parler d'impact sur cette capacité à mourir en relation d'amour. Dans cette perspective, nous la considérons d'abord et avant tout comme un moyen technique, ou encore un outil technologique. Et comme tout outil peut servir à détruire ou à protéger, l'aide médicale à mourir peut aussi contribuer à nous diviser ou paradoxalement à nous rapprocher les uns des autres. Ainsi, lors de notre expérience en soins palliatifs, nous avons vu aussi bien des personnes décédées des suites d'une aide

médicale à mourir et qui l'ont fait en pleine relation d'amour avec leurs proches; alors que d'autres au contraire l'ont fait dans la solitude et dans la fermeture la plus totale. Par ailleurs, nous avons aussi rencontré des personnes décédées suite à une pathologie terminale après avoir délibérément refusé toute procédure d'aide médicale à mourir et qui sont restées en relation avec leurs proches; comme d'autres sont décédées seules et dans une profonde misère existentielle. Contrairement à ce que laisse entendre l'intitulé de la loi québécoise, ou encore ce qu'ont affirmé bien des groupes de pression luttant pour ou contre la mise en place de la loi, il nous apparaît que le critère de *dignité* n'est donc pas celui qui suivrait le clivage d'une mort faisant suite à une aide médicale à mourir ou non. Il s'agit bien plus de savoir si nous allons vivre notre mort en lien avec nos proches et dans une relation d'amour, ou isolé et en dehors de celle-ci. Rappelons que dans la perspective chrétienne, être en état de coupure relationnelle avec soi-même, avec les autres et avec Dieu, est la définition même de l'Enfer.

Cette réflexion nous semble également être pertinente pour les situations de souffrance extrême, qu'elles soient dues à une maladie sans pronostic terminal ou à une maladie mentale seule. Certes, dans ce cas il n'est pas question de *fin de vie*, mais comme nous l'avons déjà avancé, nous considérons comme le font aussi aujourd'hui les lois canadienne et québécoise, que cette formulation n'a pas à être strictement réservée aux derniers jours de notre existence. Or s'il est un élément qui nous apparaît très clairement chez ces personnes en situation de souffrance chronique, et en particulier lorsqu'il s'agit de troubles mentaux, c'est qu'elles sont non seulement affligées de leur mal, mais aussi, et surtout, qu'elles souffrent bien souvent de solitude, d'exclusion sociale et d'un manque d'accompagnement. Ceci peut aller jusqu'à amener certaines d'entre-elles à chercher des moyens de mettre fin à leurs jours, à travers des comportements autodestructeurs ou, de façon encore plus extrême, à des tentatives de suicide. C'est donc encore une fois à ce niveau qu'il nous semble important d'agir. S'il nous est parfois impossible de soulager efficacement leurs maux, il est toutefois possible de ne pas ajouter de la misère à leur peine, en favorisant en priorité l'accompagnement et en se donnant les moyens de sa valorisation. C'est alors seulement dans les cas les plus extrêmes que l'aide médicale à mourir pourra intervenir comme un dernier recours.

Comme psychothérapeute, il nous apparaît donc primordial que l'accent soit d'abord et toujours mis sur la promotion de la santé mentale, ou mieux encore : de *l'hygiène mentale*. C'est-à-dire d'investir assez pour assurer une éducation générale à la compréhension de ces mécanismes qui nous aident à faire face à la souffrance, à la perte de dignité, à toutes les situations limites que nous sommes amenés à rencontrer tout au long de notre vie. Il nous semble également crucial d'encourager la valorisation des relations humaines dans les modalités de l'existence que nous avons décrites comme étant celles de *l'être* — avant celles de *l'avoir* et du *faire* — car ce sont celles qui portent en elles les ferments les plus fertiles d'une santé mentale et même d'une santé physique. Il s'agit de celles qui nous permettent de traverser la souffrance limite et le désarroi, lorsque plus rien ne peut venir nous soulager concrètement. Nous observons cependant qu'il s'agit malheureusement d'une dimension de l'existence qui, dans notre société moderne occidentale, semble aujourd'hui avoir été bien trop souvent reléguée ou restreinte à leur dimension individuelle, sans lien véritable à autrui. Il nous paraît donc tout aussi fondamental de valoriser et revaloriser les traits les plus humains de nos communautés, afin que les qualités qui mènent à cette vision de l'accompagnement : l'humilité, l'ouverture à l'autre, la bienveillance et la vulnérabilité, ne soit plus laissées à la marge, ou même dénigrées, mais vues comme ce qu'elles sont véritablement, les fondations mêmes de notre société. C'est de cette manière et de cette manière seulement que nous parviendrons à limiter ces situations dramatiques dans lesquelles l'aide médicale à mourir semble alors être le seul moyen de faire disparaître les souffrances irréductibles liées à ces pertes de dignité — que ces dernières soient dues à une maladie terminale ou encore à des souffrances psychologiques persistantes et incurables. Le risque cependant est la dérive déjà visible au Québec d'un manque d'investissement dans cette direction, entraînant la banalisation d'un acte pourtant lourd de conséquences, consistant malgré tout à enlever la vie à un autre être humain.

Avouons que dans notre espérance la plus folle, nous rêvons d'un monde où chacun et chacune pourrait apprendre et mieux comprendre la force de cette communauté humaine, pour qu'à n'importe quel moment de leur vie, quel que soit l'origine de leurs souffrances, que toutes et tous puissent obtenir un soutien inconditionnel, un accompagnement bienveillant, qui leur permettent de toujours se sentir suffisamment dignes, reconnus et soutenus, malgré

leur peine et leur fardeau. Il ne nous semble pourtant pas qu'il s'agisse d'une vision si simpliste ni inatteignable, car en retour ces personnes apportent elles aussi une dignité à ceux et à celles qui leur viennent en aide. Elles participent ainsi à la co-création d'un monde meilleur et contribuent à une humanisation de la société tout entière. Si ce jour arrive, l'aide médicale à mourir ne sera effectivement et véritablement qu'un dernier recours, ayant seulement pour but de dénouer les situations tragiques et irréconciliables, où nous demeurons impuissant à accompagner l'autre, même lorsque nous faisons de notre mieux.

En attendant, si nous gardons un pied dans la réalité, il nous faut du même souffle affirmer que cette technique nous apparaît néanmoins aujourd'hui comme utile et nécessaire, car elle constitue bien souvent un moindre mal dans les situations où le miracle n'est effectivement plus possible. Pour beaucoup de personnes attachées à la défense de la vie à tout prix, il s'agit certes d'un renoncement à une espérance ou à un idéal. Il nous semble cependant que ce dernier ne soit pas toujours accessible, ce qui vient selon nous justifier la possibilité et l'existence d'une intervention aussi radicale. Si cette position provient sans doute de notre goût pour une certaine forme de pragmatisme de l'existence, elle est aussi appuyée sur une position épistémologique qui cherche avant tout à faire la part des choses entre ce qui peut être atteint et ce qui ne peut pas l'être, ce qui peut être changé et ce qui ne peut pas l'être, ce qui peut être élaboré et ce qui ne peut pas l'être — parfois par manque de temps, de disponibilité ou encore de capacité.

Pour terminer, nous pourrions enfin ajouter qu'il nous semble en même temps bien peu chrétien de laisser l'autre, notre prochain, démuné de la sorte à la fin de sa vie, seul dans sa souffrance, pour ce qui reviendrait essentiellement à une question de principe — c'est-à-dire bien souvent dans le but nous protéger de nos propres blessures et répondre en premier à nos propres besoins —, alors que nous avons justement appris de Jésus lui-même «qu'il n'est pas de plus grand amour que de donner sa vie pour ceux qu'on aime» (Jean 15, 13). Ainsi, pour clore ce dernier chapitre de notre étude, il semble que nous ne saurions mieux exprimer que Gabriel Ringlet, notre position en demi-teinte par rapport à cette transgression fondamentale, qui nous interpelle et nous trouble, quelle que soit la manière avec laquelle nous y sommes confrontés :

«Chaque euthanasie est véritablement le lieu de Gethsémani», témoigne de son côté Corinne van Oost, et ce geste nous blesse, «mais cela peut être juste de se laisser blesser». Et juste de grandir à travers la souffrance de cette blessure-là. Car il est important que malgré la transgression et à travers elle, l'acte posé fasse advenir quelque chose qui le dépasse.

Même dans la lumière de l'accompagnement, l'euthanasie est un combat de nuit. Comme Jacob au gué de Yabboq, je m'engage dans une lutte à l'issue incertaine et je me roule dans la poussière jusqu'au lever de l'aurore (Genèse 32, 23-31). Et quand je me redresse, vainqueur, mais boiteux, ma robe est déchirée et j'ai changé de nom. Désormais, je vais devoir marcher, plus grand et plus vivant j'espère, mais blessé à la hanche... (Ringlet, 2013, p. 136)

CONCLUSION

Il est temps maintenant pour nous de jeter un regard en arrière et faire notre *tebhovva* sur ce travail de recherche. Sans revenir trop longuement sur l'ensemble des éléments que nous avons pu y évoquer, il nous semble important de nommer à nouveau ce qui nous apparaît comme essentiel dans le cheminement que nous avons complété. Bien sûr, nous avons conscience que la posture épistémologique que nous avons adoptée dès le début de cette étude devrait laisser la part belle au parcours lui-même, possiblement avant même de chercher à mettre en valeur ses résultats. Il nous faut cependant en même temps reconnaître que ces derniers nous semblent également valables et qu'ils méritent ainsi une place distincte. Nous avons d'ailleurs l'intuition que c'est sans doute parce que nous avons cherché à aménager une alternance et un dialogue véritable entre les attitudes humaines les plus fondamentales — celles qu'il nous est possible d'adopter face aux phénomènes, et qui structurent notre compréhension du monde : l'art et la science (Gould, 1991), la fête et le travail, le seuil et l'obstacle (Jager, 1997), ou encore la contemplation et l'action (Rohr, 2020) — que nous avons l'impression d'être parvenu à tirer le meilleur de nos réflexions. Ceci constitue certainement pour nous le caractère le plus important d'une posture phénoménologique rigoureuse, telle que nous la concevons et que nous essayons d'incarner dans notre propre vie. C'est également ce qui nous fait nous sentir aujourd'hui satisfait d'avoir œuvré à mettre en valeur autant le parcours que ses résultats.

De ces derniers, nous voudrions insister en premier sur le modèle de la dignité que nous avons proposé. Il s'agit d'un modèle multidimensionnel, basé sur les modalités de l'*avoir*, du *faire* et de l'*être*, ainsi que les trois dimensions de l'altérité. Dépassant le seul concept de dignité qui en était à l'origine, nous avons constaté que cette vision de la valeur de la vie humaine est tout à fait centrale, non seulement à la période que nous appelons la fin de vie, mais aussi à l'ensemble de l'existence humaine et en particulier aux relations qui nous lient les uns aux autres ainsi qu'à nous-même, individuellement et collectivement. C'est sans doute la raison pour laquelle elle résonne fortement avec les élaborations religieuses que

nous avons pu développer au fil de ces pages⁷⁴. C'est d'ailleurs plus précisément la dimension trinitaire de l'altérité qui porte en elle cette perspective relationnelle et nous permet du même coup de construire, nourrir et constamment renouveler notre valeur à travers l'ensemble des modalités existentielles qui se présentent à nous, tout au long de notre vie. Ceci peut nous aider à mieux conserver notre équilibre, même si nous sommes parfois inmanquablement amenés à chuter. Ainsi, la possibilité que nous avons de choisir quelles modalités sont les plus saines, les plus constructives et les plus soutenables, peut alors nous éviter de subir ce manque de valeur qui nous fait souffrir et, lorsqu'il est chronique, devient toxique pour nous-même ou pour les autres.

Nous avons également constaté que la modalité de l'*être* devient naturellement prépondérante à la fin de la vie, étant donné que la valeur que nous trouvons dans celles de l'*avoir* et du *faire* est souvent amenée à s'y amoindrir. Ceci devrait nous conduire à y porter attention et nous amener tout au long de notre vie à cultiver cette dimension de l'existence portée par les relations aux autres, à nous-même et à ce qui nous entoure. Rappelons-nous cependant comment — même si nous pouvons délibérément nous placer dans les conditions pour le faire — nous ne sommes pas entièrement en contrôle de cette dernière dimension, puisqu'elle nécessite l'intervention, la bienveillance et l'échange avec un *autre* (Jager, 1998).

Le deuxième résultat que nous voulons faire ressortir ici, porte sur la manière de voir et de comprendre la souffrance comme un phénomène adaptatif qui peut paradoxalement nous aider demeurer en harmonie avec notre environnement. En effet, aussi désagréable qu'elle soit, c'est à travers les émotions négatives et les mécanismes d'adaptation que la souffrance nous permet de rester en adéquation avec la réalité qui nous entoure. Nous pouvons nous préparer à agir sur cette réalité pour la faire correspondre à nos désirs; ou au contraire tenter de l'accueillir ou nous préparer à la subir, lorsqu'il est impossible de la changer. C'est notamment par une plus grande conscience de nos émotions et de nos mécanismes de défense que nous pouvons parvenir à identifier ce qu'il nous est le plus approprié de faire: identifier ce que nous pouvons changer et ce que nous ne pouvons pas changer; et éviter de

⁷⁴ Car comme le précisait le sociologue Émile Durkheim: «si la religion a engendré tout ce qu'il y a d'essentiel dans la société, c'est que l'idée de la société est l'âme de la religion.» (Baril, 2006, p. 19).

nous épuiser à vouloir agir sur ce que nous ne pouvons pas changer, ou rester à subir ce que nous aurions pu éviter.

Ici encore, il faut souligner que nous ne sommes jamais parfaitement en contrôle, puisque subsistent toujours des situations dans lesquelles nous sommes prisonnier de notre impuissance, incapables d'agir sur une réalité qui nous blesse et qui demeure. Ce sont ces situations *limites* qui provoquent alors en nous une souffrance durable, que nous ne pouvons que *traverser*, afin qu'un processus de deuil nous permette éventuellement de les assimiler. Nous avons observé au fil de notre parcours herméneutique que c'est via le dessaisissement, le lâcher-prise, le dévoilement et l'ouverture à l'autre, la capacité à exprimer nos émotions, à nous montrer vulnérable, que nous parvenons le mieux à effectuer cette traversée et détacher notre *ego* de ce sur quoi il demeure crispé et nous empêche d'accueillir la réalité comme elle est. Ce processus est favorisé par l'humilité, c'est-à-dire la conscience de sa valeur, non distordue par l'orgueil ou la dépréciation, ce qui en retour nous aide à nous montrer ouvert à l'autre, sans ressentir le besoin de nous protéger, de nous défendre ou de nous réconforter par d'autres moyens.

Nous pouvons mieux nous ouvrir à cette réalité lorsque nous recevons un accompagnement accueillant et bienveillant, reflétant notre valeur juste et nourrissant cette humilité. Au-delà de cette expérience, la perception de la dimension *communiale* de notre existence peut nous permettre d'ouvrir notre conscience à une réalité telle que nous sentons que nous faisons partie d'un tout qui nous dépasse, à la fois dans le temps et dans l'espace. Cette conscience peut nous permettre de mieux traverser nos souffrances et possiblement d'y trouver une joie à travers la participation que nous avons à cet ensemble, et ce malgré les épreuves que nous sommes amené à traverser — et parfois même grâce à ces épreuves. Car rappelons que la souffrance que nous vivons nous amène parfois elle-même à entrer dans cette humilité et cette conscience communiale, lorsque les mécanismes qu'elle entraîne sont dirigés vers l'accueil de notre vulnérabilité et sont vécus dans l'ouverture à l'autre. Il s'agit donc à la fois pour nous d'une surprise et d'une chance — à la fois un miracle et un don —, de pouvoir bénéficier d'une telle disposition et d'un accompagnement qui nous donnent de mieux traverser nos souffrances dans les moments les plus cruciaux de notre vie — ce dont nous

pouvons bien sûr être reconnaissants. En contrepartie, lorsque nous en sommes conscient, il devient alors de notre responsabilité de participer à cette communion humaine et de tenter d'accompagner à notre tour, tous ceux et celles qui sont plongés dans la souffrance limite (De Visscher, 2016).

Les ramifications de cette vision combinant dignité et souffrance, ainsi que leurs interactions, dépassent largement la sphère de la fin de vie et nous pensons qu'ils sont à même de jeter une lumière précieuse sur l'ensemble des mécanismes qui régissent notre existence, aussi bien à un niveau individuel qu'au niveau collectif. Avec le recul, nous saisissons maintenant comment bien des maux de l'humanité, en particulier «la violence exercée sur l'homme par l'homme» (Ricoeur, 2004, p. 23), le racisme, la xénophobie, la haine et l'égoïsme, sont tous intimement liés à la présence d'une valeur défaillante chez celui ou celle qui la commet, ainsi qu'à la souffrance consciente ou inconsciente qu'elle induit en conséquence. S'en suivent alors non seulement les mécanismes de défense narcissiques et projectifs qui sont très souvent à l'origine de ces violences, mais aussi toutes les dépendances, toutes les obsessions, ainsi que toutes les compulsions, qui nous affligent et nous tourmentent.

À la suite de nos dernières réflexions et à partir de cette nouvelle perspective sur nos résultats, nous sommes à présent amené à évoquer la possibilité que notre définition de la souffrance, telle qu'énoncée au chapitre 2, ne soit pas complète. En effet, comme nous l'avons conjecturé au chapitre précédent en observant les liens entre dignité et souffrance : si le sentiment de perte de valeur nous fait souffrir en tant que tel — sans pour autant que cela soit dû seulement à un écart entre ce que la réalité est et ce que je voudrais qu'elle soit —, il serait alors éventuellement judicieux d'étendre la définition de la souffrance que nous avons proposée antérieurement. Cette dernière demeure un mécanisme adaptatif qui se manifeste non seulement lorsqu'il y a décalage avec la réalité, mais aussi lorsqu'un sentiment de blessure survient, notamment liée à la perte ou à la diminution de notre sentiment de valeur. À ce stade, il ne nous est cependant pas possible d'être catégoriques à ce sujet, puisqu'il nous semble délicat d'affirmer que cette définition soit formée de conditions indépendantes et qu'elles soient toutes deux nécessaires et suffisantes. Il nous semble évident que d'autres questionnements et recherches pourraient permettre d'avancer et d'élaborer sur le sujet de

manière plus affirmée et plus poussée. Ces dernières pourraient avoir l'intérêt d'explorer la question de la souffrance et de la dignité sous d'autres angles de vue que celui de la fin de vie, permettant ainsi d'en étendre la validité et d'augmenter son étendue en l'inscrivant dans un territoire plus vaste. Il nous semble que de telles recherches ne pourront donner de résultat valide que si elles sont effectivement inscrites dans une problématique concrète.

Si nous revenons maintenant plus particulièrement sur notre parcours, nous nous apercevons comment il est devenu pour nous, à l'image de notre conclusion, un chemin d'humilité complexe et parfois tortueux qui ne peut se résumer aussi brièvement que nous avons pu le faire pour nos résultats. Nous avons tenté de rendre compte à notre lecteur de ce cheminement de la manière la plus authentique possible, et ce — nous l'espérons — dans la transparence la plus complète de notre démarche réflexive. L'écriture de ce texte s'est étendue sur près de dix années et si ce dernier a subi de multiples ajustements et transformations au fil du temps, nous ne sommes également plus la même personne que celle que nous étions au début de ce processus. Nous avons conscience que notre compréhension s'est enrichie progressivement et nous réalisons que cette dernière a été particulièrement nourrie de l'interaction avec nos activités de clinique en psychologie.

C'est bien souvent en élaborant avec nos patients et clients que nous avons pu façonner et articuler plus précisément nos idées et les réflexions menées dans le cadre de cette recherche. Ceci nous apparaît fertile et nous ne pouvons qu'espérer trouver des manières de pouvoir continuer à marier ces deux facettes de notre activité, afin de prolonger et approfondir la réflexion autour de cette problématique — éventuellement de pouvoir en explorer d'autres à l'avenir. Aujourd'hui déjà, dans le cadre de notre pratique clinique, nous utilisons autant ces résultats que ces réflexions, les exemples et les métaphores que nous avons utilisées dans ce travail de recherche. Il nous semble important de continuer encore à les élaborer, à les articuler et à chercher comment les exprimer au mieux auprès d'une clientèle en souffrance, tout comme nous cherchons en permanence à trouver avec ces personnes la meilleure position d'accompagnement. À ce titre, nous sommes toujours inspiré et porté par nos lectures et par la capacité acquise dans ce processus de recherche, à interpréter ensemble et à co-construire.

Sur le plan spirituel aussi, il nous faut témoigner que notre compréhension de la religion chrétienne a été profondément transfigurée par ce travail d'envergure. Grâce à nos lectures et nos explorations, ce sont plusieurs concepts de la religion chrétienne dont le sens a pour nous été renversé et qui sont apparus au fil de notre étude comme ayant une signification bien différente du sens littéral et commun que nous leur avons attaché. Nous avons eu le plaisir d'entrer en dialogue avec les Écritures saintes, ainsi qu'avec plusieurs commentateurs illustres ou moins illustres, qui nous ont éclairé sur les différents sens qui peuvent s'en dégager. Les mots tels que *vie éternelle*, *résurrection*, *communion*, ont ainsi acquis pour nous une signification plus réelle et concrète; tout comme l'*incarnation* de Dieu en notre propre vie et notre *participation* à sa vie même — à travers notre relation aux autres et à nous-même. Nous sommes néanmoins conscient d'avoir pris le risque de les enfermer quelque peu au fil de ce processus, de les avoir peut-être réduits à une portion de sens trop limitée. Mais nous espérons avoir laissé assez de place pour que d'autres interprétations soient encore possibles — de leur avoir laissé leur part de mystère. Dans la mesure où la recherche de la plénitude dans l'humilité et la dimension communautaire de l'existence ne peuvent jamais se limiter à nos mots ou à nos images, nous sommes bien conscient que nos élaborations ne peuvent être les seules pertinentes, et qu'elles sont resserrées à notre époque, à notre milieu et à notre culture. La conception de *Dieu* que nous avons plus particulièrement développée au fil de ces pages n'a certainement pas vocation à être aussi restrictive que celle que nous avons dépeinte et si nous avons désiré mettre l'accent sur une perspective communautaire et altéritaire, nous avons bien conscience que cette dernière peut être vue de bien d'autres manières.

De manière plus générale, en portant à présent un regard sur l'ensemble de notre travail, nous pouvons apercevoir comment le sujet en a été vaste, peut-être trop vaste. Nous avons le sentiment qu'il aurait pu mériter un développement plus approfondi, s'étalant sur deux ou trois travaux de recherche en eux-mêmes. La dignité aurait pu ainsi constituer une monographie en tant que telle. La souffrance, pour laquelle nous avons prévu initialement un seul chapitre, s'est finalement déployée sur trois d'entre eux et demeure encore aujourd'hui pour nous une question évasive et complexe — mais comment pourrait-il en être autrement? Nous ne regrettons cependant pas le choix que nous avons fait d'aborder ces

deux thèmes ensemble, puisqu'il nous a permis de les mettre en relation et d'augmenter notre compréhension à travers l'étude de leur interaction. C'est uniquement de cette manière que nous pouvions saisir l'importance de ces deux phénomènes absolument essentiels et constitutifs de notre existence. Également, le parti pris d'avoir abordé ces deux concepts dans une perspective générale, et non pas à partir du seul versant de la fin de vie, nous semble à posteriori avoir été une approche fertile, même si elle a été exigeante et parfois laborieuse. Certes, elle nous a forcé à allonger notre processus de recherche et à prendre un temps considérable pour mâcher et remâcher nos pensées afin de mieux les articuler et d'en tirer le meilleur. Mais il semble que cette manducation nous a obligé à aller chercher plus profondément les thématiques communes et nous a permis de les fouiller d'une manière plus fondamentale et structurante.

C'est sans doute ces choix qui sont à la source du glissement que nous avons opéré depuis notre sujet initial, introduisant ce travail à partir de la problématique de l'aide médicale à mourir, vers les thèmes que nous avons développés et qui y ont pris presque toute la place. Nous espérons que le parcours n'en a pas été trop déstabilisant pour le lecteur et nous prions pour que la valeur de nos résultats vienne excuser cette approche peu orthodoxe qui s'est abreuvée à des domaines parfois hétéroclites. Il demeure cependant tant d'éléments à explorer à partir de ces résultats, en particulier sur les conséquences de cette vision de la dignité et de la souffrance, aussi bien dans le cadre de la recherche que celui de la clinique. Nous avons l'espoir que ces derniers puissent ouvrir la voie à de nouveaux angles d'interprétation, en lien avec les nombreuses études qualitatives et quantitatives qui sont réalisées autour de ces thèmes et qui — selon nous — manquent parfois cruellement de perspective théorique. Nous le constatons déjà de notre expérience, à travers les nouvelles interprétations que nous sommes amené à poser sur des études récentes, dont nous observons maintenant les conclusions sous un angle bien différent — un peu comme s'il s'agissait d'une trame fondamentale de la réalité qui se dévoile peu à peu à nos yeux et révèle une partie de ses mystères. En effet, cette dernière ne peut que demeurer occultée par des approches superficielles, à la manière qu'ont les vagues de cacher les mouvements du fond de l'eau, et nous avons l'espérance que notre contribution puisse aider à une meilleure compréhension, plus profonde et plus large de ces phénomènes. Cependant, nous ne

prétendons pas à l'exhaustivité dans cette étude et nous serions ravi de voir comment ces soubassements théoriques pourraient venir consolider d'autres recherches et leur donner un élan supplémentaire. Comme nous l'avons déjà mentionné, nous sommes d'avis que des recherches empiriques complémentaires permettraient de mieux consolider les contours et mieux cerner les notions établies dans cette étude, afin de les confirmer ou les infirmer.

Pour finir sur un point possiblement délicat, il nous faut admettre également que la vision nous avons développée dans ces pages, fortement appuyée sur un contexte spirituel et religieux, puisse constituer chez certaines personnes un obstacle déterminant à l'appréciation de notre travail. Nous avons tenté de créer des ponts de compréhension, en essayant de ne jamais présupposer de façon dogmatique de la véracité de croyances exprimées dans le langage de la religion, mais de toujours nous attacher à les traduire dans un langage plus accessible, parfois plus proche de celui de la psychologie, de la philosophie, de la sociologie ou de l'anthropologie. Nous avons effectivement la conviction que c'est la raison d'être même de la religion de tenter d'éduquer et de transmettre, de diverses manières, des vérités essentielles sur notre humanité et notre capacité à la vivre pleinement en lien avec nous-même, avec les autres et avec ce qui nous dépasse. Nous nous sommes ainsi soumis aux objections de ceux qui rejettent la religion, mais en même temps, il nous semble que nous courrons tout autant le risque de nous voir vertement critiquer par celles et ceux qui l'adoptent comme une règle de vie, mais qui en ont une vision plus littérale et parfois même radicale. Nos tentatives de correspondance de certains de ces concepts, aussi nuancées soit-elles, pourraient en effet nous attirer le blâme, à la raison qu'elles concourent à une forme de désacralisation, de perte du mystère, de désenchantement, ou même de réduction abusive. Il nous semble qu'il n'en est rien et nous voudrions appuyer ici la conviction que nous avons, que le sacré n'est jamais intouchable, que c'est toujours par le questionnement que nous avons à son propos, sa manipulation, sa reformulation, que nous parvenons à le faire vivre et à maintenir l'intérêt qu'il a pour nous dans notre vie.

Nous apprécions donc ce point d'équilibre instable, où nous nous sommes volontairement placé. Nous avons ainsi conscience d'être allé «entre l'arbre et l'écorce» — précisément là où feu notre directeur de recherche, Bernd Jager, nous avait encouragé à être, lorsque nous lui

avons proposé notre sujet tout au début de notre parcours et peu avant son décès. Il nous apparaît plus clairement aujourd'hui que cette position inconfortable est néanmoins l'une des conditions essentielles à l'inspiration, à la réflexion, et qu'elle est à l'origine de toute véritable création, qu'elle soit artistique, culturelle, technique ou scientifique. Nous espérons avoir la force et le courage de demeurer longtemps dans cette position d'humilité et d'incertitude, de questionnements et de doutes, afin que nous participions, à notre mesure, à l'ensemble de la communauté humaine et à la vie même de Dieu.

RÉFÉRENCES

- Association Américaine de Psychiatrie. (2005). *DSM-IV-TR: Manuel Diagnostique et Statistique des troubles mentaux* (4e édition, texte révisé). Elsevier Masson.
- Association Américaine de Psychiatrie. (2015). *DSM-5: Manuel Diagnostique et Statistique des troubles mentaux* (5e édition). Elsevier Masson.
- Association Américaine de Psychiatrie. (2016). *Mini DSM-5: critères diagnostiques*. Elsevier Masson.
- Association Québécoise pour le Droit de Mourir dans la Dignité. (2022). L'aide médicale à mourir dans le monde. <https://aqdmd.org/aide-medicale-a-mourir-dans-le-monde/>
- Arendt, H. (1958). *The human condition*. The University of Chicago Press.
- Arrien, S.-J., & Chardel, P.-A. (2009). Paul Ricoeur: une herméneutique de l'agir humain. *Laval Theologique et Philosophique*, 65(3), 401-403.
- Asgeirsdottir, G., Sigurbjörnsson, E., Traustadottir, R., Sigurdardottir, V., Gunnarsdottir, S., & Kelly, E. (2013). "To cherish each day as it comes": a qualitative study of spirituality among persons receiving palliative care. *Supportive Care in Cancer*, 21, 1445-1451. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00520-012-1690-6>
- Atlan, H. (2006). Connaissance, gloire et «de la dignité humaine». *Diogène*, 215(3), 11-17.
- Aupetit, D. & Sanchez, M. (2015). De la précarité psychique au bouc émissaire: le groupe thérapeutique. *Enfances & Psy*, 67, 81-92.
- Bachelard, G. (1934). *La formation de l'esprit scientifique*. J. Vrin. https://gastonbachelard.org/wp-content/uploads/2015/07/formation_esprit.pdf
- Bachelard, G. (1949). *La psychanalyse du feu*. Editions Gallimard. https://gastonbachelard.org/wp-content/uploads/2015/07/psychanalyse_du_feu.pdf
- Bachelard, G. (1957). *La poétique de l'espace*. Presses Universitaires de France. <https://gastonbachelard.org/wp-content/uploads/2015/07/BACHELARD-Gaston-La-poetique-de-l-espace.pdf>

- Baril, D. (2006). *La grande illusion. Comment la sélection naturelle a créé l'idée de Dieu*. Éditions MultiMondes.
- Bateman, A. W., & Fonagy, P. (2004). Mentalization-based treatment of BPD. *Journal of Personality Disorders*, 18(1), 36-51. <https://doi.org/10.1521/pedi.18.1.36.32772>
- Beitel, G., Lazar, B. (Producteur), Beitel, G. (Réalisateur). (2004). *The Man Who Learned to Fall* [documentaire]. Beitel/Lazar Productions.
- Benoit XVI. (2007). *Lettre encyclique de sa Sainteté le Pape Benoit XVI sur l'espérance chrétienne*. https://www.vatican.va/content/benedict-xvi/fr/encyclicals/documents/hf_ben-xvi_enc_20071130_spe-salvi.html
- Benoit XVI. (2008). *Audience générale du mercredi 29 octobre 2008. La théologie de la Croix dans la christologie de Saint Paul*. https://www.vatican.va/content/benedict-xvi/fr/audiences/2008/documents/hf_ben-xvi_aud_20081029.html
- Bernanos, G. (1949). *Dialogues des carmélites*. Éditions de la Baconnière.
- Bernier, C. (2021). *Le phénomène du sacrifice et l'enjeu de l'ouverture à l'altérité: une lecture existentielle du film Le Sacrifice, d'Andrei Tarkovski*. Thèse de doctorat en psychologie. Université du Québec à Montréal.
- Bergeret, J. (2012). *Psychologie pathologique: théorie et clinique (11e édition)*. Elsevier Masson.
- Bokanowski, T. (2004). Souffrance, destructivité, processus. *Revue Française de Psychanalyse*, 5(5), 1407-1479.
- Boucher, C. (2021). *La Bible lue sous les regards de l'art et de la raison - T.2*. <https://www.usherbrooke.ca/apprus/nos-membres/publications/publications-de-claude-boucher/la-bible-lue-sous-les-regards-de-lart-et-de-la-raison-t2/>
- Bowlby, J. (1978). *L'attachement*. Presses Universitaires de France.
- Bowlby, J. (1978). *La séparation: angoisse et colère*. Presses Universitaires de France.
- Bowlby, J. (2002). *La perte: tristesse et dépression*. Presses Universitaires de France.
- Brague, R. (1999). *Europe, la voie romaine*. Gallimard.
- Brague, R. (2008). *Du Dieu des chrétiens et d'un ou deux autres*. Flammarion.

- Brague, R., Batut, J-P. (2011). *Qui est le Dieu des chrétiens?* Salvator.
- Brel, J. (1968). J'arrive. Dans *J'arrive* [Disque 33 tours, 30 cm]. Barclay.
- Buber, M., Misrahi, R., Misrahi, R., Marcel, G., & Bachelard, G. (2012). *Je et tu*. Aubier.
- Callahan, S., Chabrol, H. (2013). *Mécanismes de défense et coping*. Dunod.
- Camus, A. (1944). Sur une philosophie de l'expression, compte rendu de l'ouvrage de Brice Parain, Recherches sur la nature et la fonction du langage. *Poésie*, 44(17), 22.
- Canada. (2021). *La nouvelle loi canadienne sur l'aide médicale à mourir*. <https://www.justice.gc.ca/fra/jp-cj/am-ad/di-bk.html>
- Carroll, L. (1890). *Curiosa Mathematica, Part 1: A New Theory of Parallels*. MacMillan and Co. <https://books.google.ca/books?id=DBkPAAAAIAAJ>
- Castra, M. (2003). *Bien mourir - Sociologie des soins palliatifs*. Presses Universitaires de France.
- Catéchisme. (2021). *Catéchisme de l'Église Catholique*. http://www.vatican.va/archive/ccc/index_fr.htm
- Cavigneaux, A. (2014). La théodicée babylonienne d'après les traductions posthumes de Jean Bottéro. *ASDIWAL. Revue Genevoise d'Anthropologie et d'Histoire des Religions*, 9, 107-124. https://www.persee.fr/doc/asdi_1662-4653_2014_num_9_1_1025
- Chabrol, H. (2005). Les mécanismes de défense. *Recherche en Soins Infirmiers*, 3(3), 31-42.
- Chabrol, H., Callahan, S. (2018). *Mécanismes de défense et coping* (3ème édition). Dunod.
- Châtel, T. (2013). *Vivants jusqu'à la mort*. Albin Michel.
- Châtel, T. (2016). L'accompagnant, un funambule de la relation. Dans: Élodie Lemoine éd., *La mort et le soin: Autour de Vladimir Jankélévitch* (p.103-121). Presses Universitaires de France. <https://doi.org/10.3917/puf.pierr.2016.03.0103>
- Chochinov, H. M., Kristjanson, L. J., Breitbart, W., McClement, S., Hack, T. F., Hassard, T., & Harlos, M. (2011). Effect of dignity therapy on distress and end-of-life experience in terminally ill patients: a randomised controlled trial. *The Lancet. Oncology*, 12(8), 753-762. [https://doi.org/10.1016/S1470-2045\(11\)70153-X](https://doi.org/10.1016/S1470-2045(11)70153-X)

- Chochinov, H. M. (2012). *Dignity Therapy - Final Words for Final Days*. Oxford University Press.
- Cicely Saunders International. (2021). *Dame Cicely Saunders Biography*.
<https://cicelysaundersinternational.org/dame-cicely-saunders/>
- Claudel, P. (1968). Les invités à l'attention. À Mademoiselle Suzanne Fouché. Dans A.M. Carré (Ed.), *Dialogues avec la souffrance*. Spes.
- Cohen, I. (2017). *Un monde à réparer. Le livre de Job*. Albin Michel.
- Collège des Médecins du Québec. (2021). *Aide médicale à mourir: Le Collège des médecins du Québec est favorable à un élargissement lors de troubles neurocognitifs et propose des balises pour les cas de santé mentale*. <https://www.cmq.org/fr/medias/archives-2021/amm-neurocognitif-sante-mentale>
- Commission de réflexion sur la fin de vie en France. (2012). *Rapport: Penser solidairement la fin de vie*. <http://www.social-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Rapport-de-la-commission-de-reflexion-sur-la-fin-de-vie-en-France.pdf>
- Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité. (2012). *Rapport: Mourir dans la dignité*. http://www.soinsdefindevie.gouv.qc.ca/documents/rapport_mourir-dans-la-dignite.pdf
- Commission spéciale sur l'évolution de la Loi concernant les soins de fin de vie. (2021). *Rapport*. <http://www.assnat.qc.ca/fr/document/179287.html>
- Commission sur les soins de fin de vie. (2018). *Rapport sur les situations des soins de fin de vie au Québec*. <http://www.assnat.qc.ca/fr/document/144177.html>
- Compendium. (2005). *Compendium du catéchisme de l'Église catholique*. https://www.vatican.va/archive/compendium_ccc/documents/archive_2005_compendium-ccc_fr.html
- Convert, G. (1994). *Prières d'adieu à nos défunts*. Éditions Paulines.
- Convert, G. (2015). *Le commentaire du pain sur la table (5e dimanche ordinaire, année B)*.
<https://relaismontroyal.org/wp/evangile-du-dimanche-8-fevrier-2015/>

- Convert, G. (2016). *Le commentaire du pain sur la table (2e dim. de carême, année C)*.
<https://relaismontroyal.org/wp/evangile-du-dimanche-14-fevrier-2016/>
- Cornu, P. (2006). *Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme*. Seuil.
- Courau, T-M. (2010). Philia et prajñā, amitié d'Occident et connaissance bouddhique, quelle rencontre? *Transversalités*, 113, 107-122.
- Dagerman, S. (1981). *Notre besoin de consolation est impossible à rassasier*. Traduction de Philippe Bouquet. Éditions Actes Sud.
- Darrieussecq, M. (2011). Faut-il choisir la péridurale? *Philosophie Magazine*, 54(9).
- Desclos, J. (2021). *L'aide médicale à bien mourir: Les grands enjeux*. Médiapaul.
- Debbané, M. (2018). *Mentaliser*. De Boek.
- De Hennezel, M. (2005). *Mourir les yeux ouverts*. Albin Michel.
- De M'Uzan, M. (1977). *De l'art à la mort*. Gallimard.
- Detienne, M., Vernant, J. P., Durand, J.-L., Georgoudi, S., Hartog François, & Svenbro, J. (1979). *La cuisine du sacrifice en pays grec*. Gallimard.
- De Visscher, J. (2016). Dire merci ne suffit pas. De la gratitude au-delà de la réciprocité. Dans *Figures de l'hospitalité. Conférences de Montréal* (p. 211-227). Nota Bene.
- Dhamma, R., Sumedho, A. & Montmartel, T. (1998). *Le premier enseignement du bouddha*. Claire Lumière.
- Dignity in Care. (2023). <http://dignityincare.ca>
- Dilthey, W. (1947). *Le monde de l'esprit*, traduction de M. Remy. Aubier.
- Dolto, F. (1995). *Tout Est Langage*. Dans Baldy-Moulinier, C., Guillerault, G. et Kouki, E. (Ed.). Gallimard.
- Doucet, H. (2015). *La mort médicale, est-ce humain?* MédiasPaul.
- Dupuy, B. (2002). Le «Juste souffrant» d'Isaïe 53. *Pardès*, 32-33, 250-259.
<https://doi.org/10.3917/parde.032.0249>

- Dutt, C. (1998). *Herméneutique – Esthétique – Philosophie pratique: Dialogue avec Hans-Georg Gadamer*. Fides.
- Eiesland, N.L. (1994). *The disabled God. Toward a Liberatory Theology of Disability*. Abingdon Press.
- Ekman, P., & Davidson, R. J. (1994). *The nature of emotion: fundamental questions*. Oxford University Press.
- Elwood, R.W. (2011). Pain and suffering in invertebrates? *ILAR Journal*, 52(2).
- Fabre, M. (2006). La controverse de Valladolid ou la problématique de l'altérité. *Le Télémaque*, 29, 7-16. <https://doi.org/10.3917/tele.029.0007>
- Faure, B. (2004). *Le bouddhisme*. Le Cavalier Bleu.
- Festinger, L. (1957). *A Theory of Cognitive Dissonance*. Stanford University Press.
- Feyerabend, P. (2011). *The tyranny of Science*. Polity Press.
- Fiat, E. (2007). Pudeur et intimité. *Gérontologie et société*, 3(3), 23-40. <https://doi.org/10.3917/gs.122.0023>
- Fiat, E. (2010). *Petit traité de dignité. Grandeurs et misères des hommes*. Larousse.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E.L. & Target, M. (2002). *Affect Regulation, Mentalization, and the Development of the Self*. Other Press.
- Frankl, V.E. (1988). *Découvrir un sens à sa vie avec la logothérapie*. Éditions de l'Homme.
- Frankl, V.E. (1993). *Raisons de vivre: à l'école du sens de la vie*. Édition du Tricorne.
- Freud, A., & Berman, A. (2001). *Le moi et les mécanismes de défense* (15^e édition). Presses Universitaires de France.
- Freud, S. (1946). Trauer und Melancholie. Dans Freud, A. (Ed.), *Gesammelte Werke* (p. 428-446). Imago Publishing Co. http://freud-online.de/Texte/PDF/freud_werke_bd10.pdf
- Freud, S. (1965). *Totem et tabou: interprétation par la psychanalyse de la vie sociale des peuples primitifs*. Payot.

- Freud, S. (2011). *Le moi et le ça*. Presses Universitaires de France.
- Freud, S. (2016). *Deuil et mélancolie*. Éditions In Press.
- Gadamer, H-G. (1996). *Vérité et méthode. Les grandes lignes d'une herméneutique philosophique*. Éditions du Seuil.
- Gaffiot, (1934). *Dictionnaire latin-français*. <https://gaffiot.fr/>
- Gijsberts, M-J. H. E., Echteld, M.A., van der Steen, J. T., Muller, M. T., Otten, R. H. J., Ribbe, M. W., & Deliens, L. (2011). Spirituality at the end of life: conceptualization of measurable aspects – a systematic review. *Journal of Palliative Medicine*, 14 (7), 852-863.
- Girard, R. (1986). *Le bouc émissaire*. Librairie générale française.
- Girard R. (2003). *Le sacrifice*. Éditions de la Bibliothèque Nationale de France. <https://books.openedition.org/editionsbnf/1518?lang=fr>
- Glauser, R. (2003). Le problème du mal dans la philosophie analytique de la religion. *Revue Internationale de Philosophie*, 3(3), 285-313.
- Gould, S. J. (1991). *La vie est belle: les surprises de l'évolution*. Seuil.
- Gravel, A. (7 janvier 2023). Vers un élargissement de l'aide médicale à mourir? Dans *Les faits d'abord*. ICI Radio-Canada Première. <https://ici.radio-canada.ca/ohdio/premiere/emissions/les-faits-dabord/segments/entrevue/428233/loi-quebec-canada-alzheimer-dementia>
- Greenstein, M., & Breitbart, W. (2000). Cancer and the experience of meaning: a group psychotherapy program for people with cancer. *American Journal of Psychotherapy*, 54(4), 486-500. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11109133>
- Hayward, C. (Producteur) (2021). *WandaVision* [série télévisée]. Marvel Studios.
- Hegel, G. W. F. (1867). *Philosophie de l'esprit*. Baillière.
- Heidegger, M. (2016). *Interprétations phénoménologiques en vue d'Aristote: introduction au coeur de la recherche phénoménologique*. Gallimard.
- Henry, M. (2000). *Incarnation. Une philosophie de la chair*. Éditions du Seuil.

- Henry, M. (2003). *Phénoménologie de la vie*. Presses Universitaires de France.
<https://www.cairn.info/phenomenologie-de-la-vie-v-9782130633594.htm>
- Hentsch, T. (2005). *Raconter et mourir: aux sources narratives de l'imaginaire occidental*. Presses de l'Université de Montréal.
- Hésiode. (1838). *La Théogonie*. Traduction par Anne Bignan (1838). https://fr.wikisource.org/wiki/Les_Petits_poèmes_grecs/Hésiode/La_Théogonie
- Hésiode. (1841). *Les travaux et les jours*. Traduction par Anne Bignan (1838). https://fr.wikisource.org/wiki/Les_Petits_poèmes_grecs/Hésiode/Les_Travaux_et_les_Jours
- Hobbes, T. (1651). *Leviathan. Traité de la matière, de la forme et du pouvoir ecclésiastique et civil*.
http://classiques.uqac.ca/classiques/hobbes_thomas/leviathan/leviathan.html
- Hubert, H. & Mauss, M. (1899). *Essai sur la nature et la fonction du sacrifice*. Collection: Travaux de l'Année sociologique. Librairie Félix Alcan. http://classiques.uqac.ca/classiques/mauss_marcel/melanges_hist_religions/t2_sacrifice/sacrifice.html
- Hurson, D. (2010). L'âme des bêtes: une âme en attente. Dans Guichet, J. (Ed.), *De l'animal-machine à l'âme des machines: Querelles biomécaniques de l'âme (XVIIe-XXIe siècle)*. Éditions de la Sorbonne.
- Husserl, E. (1935). *La crise de l'humanité européenne et la philosophie* (commente et trad. par Natalie Depraz) (1992). Hatier.
- Iuculano, J., & Burkum, K. (1996). The humanism of Sartre: toward a psychology of dignity. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology*, 16(1), 19-29. <https://doi.org/10.1037/h0091150>
- Jacobs, L. (2017). On dignity, a sense of dignity, and inspirational shame. *Psychoanalytic Inquiry*, 37(6), 380-394. <https://doi.org/10.1080/07351690.2017.1334447>
- Jacobs, L. (2020). Hope, dread, and dignity when “now for next” has collapsed. *The Humanistic Psychologist*, 48(4), 353-356. <https://doi.org/10.1037/hum0000222>
- Jacquemin, D. (2002). Les soins palliatifs: enjeux éthiques d'une rencontre. *Revue française des Affaires sociales*, 3, 143-162.

- Jacquemin, D. & de Broucker, D. (2014). *Manuel de soins palliatifs*. Dunod.
- Jager, B. (1971). Horizontality and verticality a phenomenological exploration into lived space. *Duquesne studies in Phenomenological Psychology*, 1, 212-235. Duquesne University Press.
- Jager, B. (1974). Theorizing and the elaboration of place: inquiry into Galileo and Freud. *Duquesne studies in phenomenological psychology*, 4, 153-180. Duquesne University Press.
- Jager, B. (1996). The obstacle and the threshold: two fundamental metaphors governing the natural and the human sciences. *Journal of Phenomenological Psychology*, 27(1), 26-48.
- Jager, B. (1997). Concerning the festive and the mundane: a phenomenological exploration of lived time. *Journal of Phenomenological Psychology*, 28(2), 196-234.
- Jager, B. (1998). Human subjectivity and the law of the threshold. In: Valle, R. (Ed) *Phenomenological Inquiry in Psychology*. Springer.
- Jager, B. (2003). Rilke's "Archaic torso of Apollo". *Journal of Phenomenological Psychology*, 34(1), 79-98.
- Jager, B. (2010). About "doing science" and "contemplating the human condition". Address to the International Human Science Research Conference at Molde, Norway, June 2009. *The Humanistic Psychologist*, 38, 67-94. <https://doi.org/10.1080/08873261003635757>
- Jager, B. (2011). The art of drawing closer to persons and things; revisiting Van den Berg's contribution to human science. *Metablitica; Inquiries into the Changing Nature of Being in the World*. Center for Metablitic Inquiries.
- Jager, B. (2012). L'Humanisme herméneutique. Dans John-Paul Grosso & Yann Lafleur (Ed.), *About Humanism in Psychology* (p. 69). Cercle Interdisciplinaire de Recherches Phénoménologiques, Université du Québec À Montréal.
- Jager, B. (2013). Psychology as an art and as a science, a reflection on the myth of Prometheus. *The Humanistic Psychologist*, 41 (261-284).
- Jaspers, K. (1962). *Introduction à la philosophie*. Plon.

- Jean-Paul II. (1984). *Lettre apostolique du souverain pontife Jean-Paul II sur le sens chrétien de la souffrance humaine (Salvifici Doloris)*. https://www.vatican.va/content/john-paul-ii/fr/apost_letters/1984/documents/hf_jp-ii_apl_11021984_salvifici-doloris.html
- Jean-Paul II. (1995). *Lettre encyclique du souverain pontife Jean-Paul II sur la valeur et l'inviolabilité de la vie humaine (Evangelium vitae)*. https://www.vatican.va/content/john-paul-ii/fr/encyclicals/documents/hf_jp-ii_enc_25031995_evangelium-vitae.html
- Kant, E. (1792, 2013). *Fondements de la métaphysique des mœurs*. Traduit de l'allemand en français par Victor Delbos. <https://philosophie.cegeptr.qc.ca/wp-content/documents/Fondements-de-la-Métaphysique-des-moeurs.pdf>
- Kaut, K. P. (2002). Religion, spirituality, and existentialism near the end of life: implications for assessment and application. *The American Behavioral Scientist*, 46 (2), 220-234.
- Kernberg, O. (1984). *Les troubles graves de la personnalité*. Presses Universitaires de France.
- Kierkegaard, S. (1843). *La reprise*. Flammarion. <https://fr.scribd.com/document/211346279/Kierkegaard-La-reprise-pdf>
- Klein M. (1980). Le développement d'un enfant, dans *Essais de psychanalyse*. Payot.
- Krikorian, A., & Limonero, J. T. (2012). An integrated view of suffering in palliative care. *Journal of palliative care*, 28(1), 41-49. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22582471>
- Kübler-Ross, E. (1975). *Les derniers instants de la vie*. Labor et Fides.
- Lamau, M. (2014). Origine et inspiration: Cicely Saunders à la naissance des soins palliatifs. *Revue d'éthique et de théologie morale*, 282, 55-81. <https://doi.org/10.3917/retm.282.0055>
- Laplanche, J., Pontalis, J-B., & Lagache, D. (2007). *Vocabulaire de la psychanalyse* (5e édition). Presses Universitaires de France.
- Larrousse. (2023). Dignité. Dans le *Larrousse*. <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/dignit%C3%A9/25525>
- Le Berre, R. (2020). *Manuel de soins palliatifs* (5e édition). Dunod.
- Leclaire, M. & Scarfone, D. (2000). Vers une conception unitaire de l'épreuve de réalité: point de vue clinique. *Revue Française de Psychanalyse*, 64(3), 885-912.

- Leibniz, G. W. (1734). *Essais de théodicée sur la bonté de Dieu, la liberté de l'homme et l'origine du mal*. Tome 1. https://www.google.ca/books/edition/Essais_de_Th%C3%A9odic%C3%A9e/IYNWqsRrd6sC
- Lenzi, A. (2019). Translation of Ludlul Bel Nemeqi. Dans (Ed.), *Suffering in Babylon*. <https://scholarlycommons.pacific.edu/cop-facbooks/190>
- Levinas, E. (1990). *Totalité et infini: essai sur l'extériorité*. Librairie générale française, le livre de poche.
- Lexique grec et hébreu. (2022). <https://emcity.com/bible/strong-biblique.html>
- Lingis, A. (2010). Dignity. *The Humanistic Psychologist*, 38(3), 267–268. <https://doi.org/10.1080/08873261003635930>
- Littre, P.M.E. (1874). *Dictionnaire de la langue française*. <http://www.littre.org/>
- Marguerat, D. (2019). *Vie et destin de Jésus de Nazareth*. Editions du Seuil.
- Marin, C. & Zaccai-Reyners, N. (2013). *Souffrance et douleur: autour de Paul Ricœur*. Presses Universitaires de France.
- Marin, C. (2017). Penser la souffrance avec Paul Ricœur. *Philosophie*, 132(1), 121–130. <https://doi.org/10.3917/philo.132.0121>
- Marion, J. L. (2003). *Le phénomène érotique*. Grasset.
- Marion, J. L. (2005). *Le visible et le révélé*. Les Éditions du Cerf.
- Martin-Achard, R. (1982). Trois études sur Esaïe 53. *Revue de Théologie et de Philosophie*, 114(2), 159–170. <https://www.jstor.org/stable/44352624>
- Martineau, S. (2007). L'éthique en recherche qualitative: quelques pistes de réflexion. *Recherches Qualitatives*, 5, 70–81.
- Marx, A. (2005). Le sacrifice dans la Bible: sa fonction théologique. *Pardès*, 39, 161–171.
- Mauss, M. (1923). Essai sur le don. Forme et raison de l'échange dans les sociétés archaïques. *Sociologie et Anthropologie*. <https://gallica.bnf.fr/ark:/12148/bpt6k93922b/f36.table>
- McCrae, R. R., Costa, P. T. (1990). *Personality in adulthood*. The Guildford Press.

- Melzack, R., Wall, P.D. (1982). *Le défi de la douleur*. Chenelière et Stanké.
- Merleau-Ponty, M. (1961). *Parcours deux: 1951-1961*. Verdier.
- Miller, J., & Plants, N. (Ed.). (2014). *Sobering Wisdom: Philosophical Explorations of Twelve Step Spirituality*. University of Virginia Press. <http://www.jstor.org/stable/j.ctt1287zvx>
- Mori, S., Rouan, G., Pedinielli, J.-L., & Goldbeter-Merinfeld, E. (2011). *Les thérapies narratives*. De Boeck. <https://www.cairn.info/les-therapies-narratives--9782804166007.htm>
- Moss, E. L., & Dobson, K. S. (2006). Psychology, spirituality, and end-of-life care: an ethical integration? *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 47(4), 284–299.
- Nichols, V. (2012). *Human Dignity: What is it?* <http://rcdow.org.uk/att/files/archbishop/news/related%20files/25june2012humandignitywhatisit.pdf>
- Ordre des Psychologues du Québec. (2021). *Les enjeux de l'aide médicale à mourir en santé mentale*. https://www.ordrepsy.qc.ca/documents/26707/500970/OPQ_memoire_aide_m%C3%A9dicale_mourir_2021_08_11.pdf/dde5cf9a-b131-08b6-bccc-f2bae8439804
- OMS. (2020). *Santé mentale: renforcer notre action*. <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Pastorelli, F. (1933). *Servitude et grandeur de la maladie*. Plon.
- Paul VI. (1965a). *Déclaration sur les relations de l'Église avec les religions non chrétienne (Notre Aetate)*.
- Paul VI. (1965b). *Constitution pastorale sur l'Église dans le monde de ce temps (Gaudium et Spes)*.
- Pieper, J. (2011). *The Christian Idea of Man*. St. Augustine Press.
- Platon. (1833). *La République*. Traduction par Victor Cousin. Ray et Gravier. <https://remacle.org/bloodwolf/philosophes/platon/cousin/repi.htm>
- Ponterotto, J. G. (2005). Qualitative research in counseling psychology: a primer on research paradigms and philosophy of science. *Journal of Counseling Psychology*, 52(2), 126-136.
- Prière de la sérénité. (2021). Wikipedia. https://fr.wikipedia.org/wiki/Prière_de_la_Sérénité

- Québec. Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité. (2012). *Rapport: Mourir dans la dignité*. <http://www.rpcu.qc.ca/pdf/documents/rapportcsmd.pdf>
- Québec. Loi sur les soins de fin de vie. (2014). Adoptée le 5 juin 2014 et sanctionnée le 10 juin 2014, entrée en vigueur le 10 décembre 2015. *Gazette officielle du Québec*. <http://legisquebec.gouv.qc.ca/fr/ShowDoc/cs/S-32.0001>
- Quintin, J. (2005). *Herméneutique et psychiatrie: pouvoirs et limites du dialogue*. Liber.
- Quintin, J. (2010). L'art de la rencontre. Dans *Cheminer vers soi. Hommage à Jean-François Malherbe pour son soixantième anniversaire*. Liber.
- Regional Euthanasia Review Committees. (2022). *Annual Report*. <https://english.euthanasiacommissie.nl/the-committees/annual-reports>
- Rempel, M. (2014). Stoic Philosophy and AA: The Enduring Wisdom of the Serenity Prayer. Dans Miller J. & Plants N. (Ed.), *Sobering Wisdom: Philosophical Explorations of Twelve Step Spirituality* (p. 205-217). University of Virginia Press. <http://www.jstor.org/stable/j.ctt1287zvx.22>
- Ricard, M. (2009, 29 août). *Adaptation: résignation ou liberté?* <https://www.matthieuricard.org/blog/posts/adaptation-resignation-ou-liberte>
- Richer, F. (2015). *Notre cerveau est-il vraiment libre de ses choix?* https://quebec.huffingtonpost.ca/francois-richer/cerveau-fonctionnement-decisions-compulsions_b_7601446.html
- Ricœur, P. (1963). *Le volontaire et l'involontaire*. Aubier, ed. Montaigne.
- Ricœur, P. (1975). *La métaphore vive*. Éditions du Seuil.
- Ricœur, P. (1983). *Temps et récit*. Éditions du Seuil.
- Ricœur, P. (1988). Le scandale du mal. *Esprit*, 140-141(7-8), 57-63.
- Ricœur, P. (1988). L'identité narrative. *Esprit*, 140-141(7-8), 295-304.
- Ricœur, P. (1990). *Soi-même comme un autre*. Éditions du Seuil.
- Ricœur, P., & Jarczyk, G. (1991). Soi-même comme un autre. *Rue Descartes*, 1-2, 225-237.

- Ricoeur, P. (2001). *L'herméneutique biblique*. Cerf.
- Ricoeur, P., & Gisel, P. (2004). *Le mal: un défi à la philosophie et à la théologie* (3e éd.). Labor et Fides.
- Ricoeur, P. (2013). La souffrance n'est pas la douleur. Dans Claire Marin (Ed.), *Souffrance et douleur. Autour de Paul Ricoeur* (p. 13-34). Presses Universitaires de France. (Publication originale en 1992)
- Ringlet, G. (2015). *Vous me coucherez nu sur la terre nue. L'accompagnement spirituel jusqu'à l'euthanasie*. Albin Michel.
- Robert. (2023). Adaptation. Dans le *Robert*. <https://dictionnaire.lerobert.com/definition/adaptation>
- Robert. (2023). Dignité. Dans le *Robert*. <https://dictionnaire.lerobert.com/definition/dignite>
- Rogers, C. (1968). *Le développement de la personne*. Dunod.
- Rohr, R. (1996). *Job and the mystery of suffering: Spiritual Reflections*. Chestnut Ridge, Crossroad.
- Rohr, R. (2018, 21 janvier). *At-One-Ment, Not Atonement*. Center for Action and Contemplation. <https://cac.org/at-one-ment-not-atonement-2018-01-21/>
- Rohr, R. (2020). *Action & Contemplation*. Center for Action and Contemplation. https://cac.org/wp-content/uploads/2019/12/2020_DMThemeTranscript.pdf
- Rohr, R. (2022, 3 avril). *Sin and Salvation are Collective*. Center for Action and Contemplation. <https://cac.org/daily-meditations/sin-and-salvation-2022-04-03/>
- Römer, T. (2014). *L'invention de Dieu*. Éditions du Seuil.
- Sacrifice expiatoire. (2022). Dans le glossaire du catéchisme de l'Église catholique de France. <https://eglise.catholique.fr/glossaire/sacrifice-expiatoire/>
- Santé Belgique. (2022). *Euthanasie – Chiffres de l'année 2021*. <https://organesdeconcertation.sante.belgique.be/fr/documents/euthanasie-chiffres-de-lannee-2021>.

- Sartre, J-P. (2017). *L'être et le néant: essai d'ontologie phénoménologique. Édition corrigée avec index par Arlette Elkaim-Sartre*. Gallimard.
- Saunders C. (1965). « Watch with me », *Nursing Times*, 61, 1615-1617.
- Saunders, C. & Baines, M. (1989). *Living with Dying. The Management of Terminal Disease (Second Edition)*. Oxford Medical Publications.
- Saunders C. (2003). *Watch with me: Inspiration for a Live in Hospice Care*. Mortal Press.
- Schafer, R. (1954). *Psychoanalytic Interpretation in Rorschach Testing*. Grune & Stratton.
- Schmitt, E. E. (2000). *L'Évangile selon Pilate*. Albin Michel
- Schmitt, E. E. (2002). *Oscar et la dame rose*. Albin Michel
- Sonne, I. (1959). Isaiah 53:10-12. *Journal of Biblical Literature*, 78(4), 335-342. <https://doi.org/10.2307/3264730>
- St-Christopher. (2021). *Dame Cicely Saunders*. <https://www.stchristophers.org.uk/about/damecicelysaunders>
- Stortz, M-E. (1999). The curtain only rises: assisted death and the practice of baptism. *Currents in Theology and Mission*, 26, 4-18.
- Taizé. (2022). *Intentions de prière*. https://www.taize.fr/fr_article144.html
- Thiel, M.J. (2013). *Au nom de la dignité de l'être humain*. Bayard.
- Tracy, S. J. (2010). Qualitative quality: eight “big-tent” criteria for excellent qualitative research. *Qualitative Inquiry*, 16(10), 837-851.
- Troisième rapport annuel sur l'aide médicale à mourir au Canada 2021. (2022). <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/aide-medecale-mourir/rapport-annuel-2021.html>
- Vachon, M., Fillion, L., & Achille, M. (2009). A conceptual analysis of spirituality at the end of life. *Journal of Palliative Medicine*, 3(12), 53-59.

- Vachon, M. (2014). Vers de nouveaux repères de dignité : phénoménologie et rituel d'accompagnement en contexte de maladie dégénérative. *Jusqu'à la Mort Accompanyer la Vie*, 117(2), 57-65.
- Vadeboncoeur, P. (2005). *Essais sur la croyance et l'incroyance*. Bellarmin.
- Vaillant G.E., Drake R.E. (1985). Maturity of ego defenses in relation to DSM-III Axis II personality disorder, *Archives of General Psychiatry*, 42, 597-601.
- Van Cangh, J-M. (1970). « Mort pour nos péchés selon les Écritures » (1 Co, 15,3b) Une référence à Isaïe 53? *Revue Théologique de Louvain*, 1^e année(2), 191-199. <https://doi.org/10.3406/thlou.1970.1015>
- Van den Berg, J.H. (1978). *Medical power and medical ethics*. Norton & Company.
- Vanier, J. (1998). *Conférence de Lambeth, «L'appel à la sainteté», discours pour 800 évêques anglicans*. <https://fr.zenit.org/articles/le-sens-du-lavement-des-pieds-par-jean-vanier/>
- Verlinde, J-M. (2016). *Le cinquième évangile – Lecture du livre d'Isaïe*. Retraite de Lectio divina, août 2016. Famille de Saint Joseph.
- Wiktionnaire. (2023). Dignité. Dans le *Wiktionnaire*. <https://fr.wiktionary.org/wiki/dignité>
- Wiktionnaire. (2023). Douleur. Dans le *Wiktionnaire*. <https://fr.wiktionary.org/wiki/douleur>
- Wiktionnaire. (2023). Souffrance. Dans le *Wiktionnaire*. <https://fr.wiktionary.org/wiki/souffrance>
- Wiktionnaire. (2023). Souffrir. Dans le *Wiktionnaire*. <https://fr.wiktionary.org/wiki/souffrir>
- Zundel, M. (1961). *Homélie prononcée à Notre Dame du Valentin, Lausanne, le 5 février 1961*. <https://www.mauricezundel.ca/2015/02/dieu-cest-quand-on-semerveille/>
- Zundel, M. (1986). *Je est un autre*. Librairie Médiaspaul.
- Zundel, M., de Hennezel, M. (1999). *Entrer vivant dans la mort*. Cerf.