L'espoir est au bout deuil

Autor(en): **Speich, Martin / Jacobs, Leo**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Actio humana : l'aventure humaine**

Band (Jahr): **99 (1990)**

Heft 2

PDF erstellt am: **25.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-682356

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

L'ESPOIR EST AU BOUT DU DEUIL

Quand son hamster meurt, l'enfant ne devrait pas simplement aller «en acheter un autre». Ce n'est pas bon pour son mental. Nous essayons de lui expliquer que le chagrin ne peut pas être évacué de cette façon, qu'il vaut mieux passer par toutes les formes successives du deuil, le rejet, la colère, la souffrance, la recherche des fautifs et enfin la délivrance. Ceux qui n'empruntent pas cette route risquent de se retrouver un jour dans le cabinet du médecin, avec une dépression ou une autre maladie. Pour repartir du bon pied après un coup dur, il faut d'abord en faire son deuil. La leçon vaut aussi pour nos relations avec l'environnement malade.

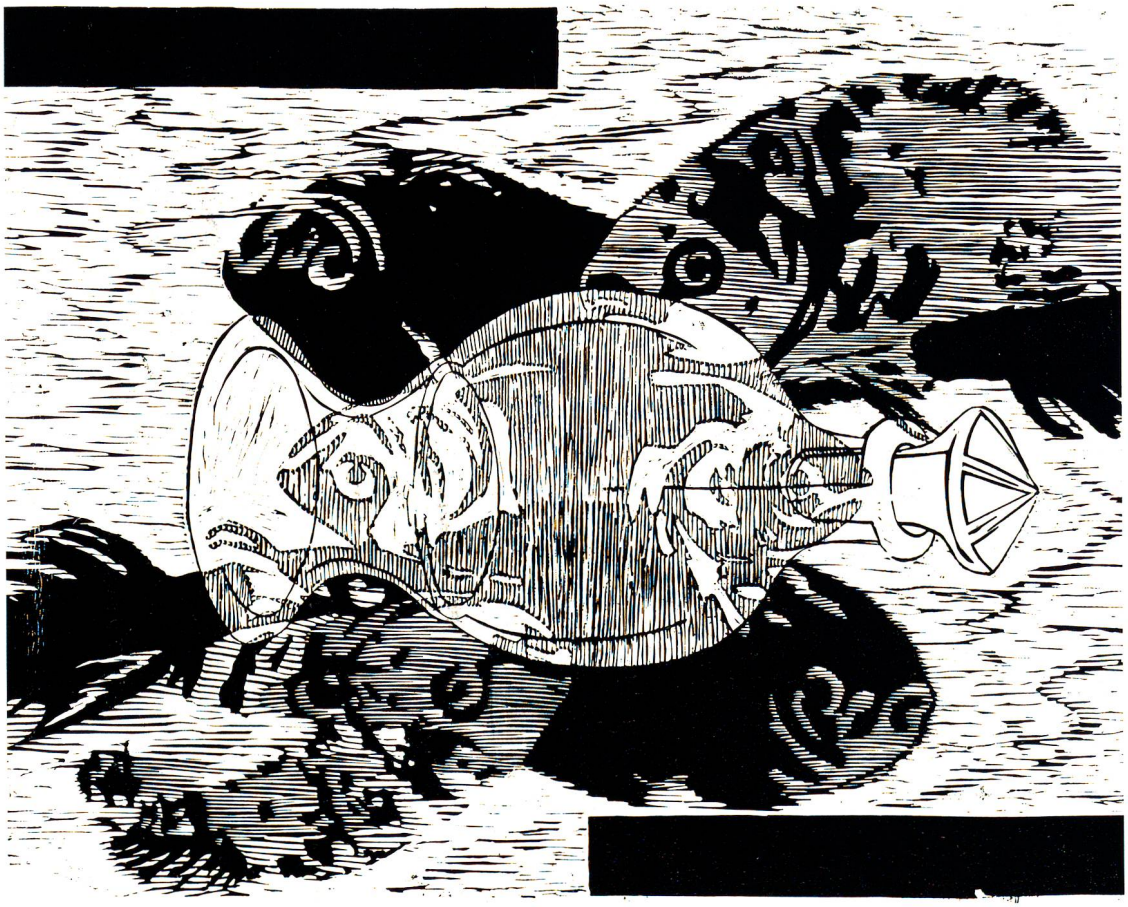
La vie germe sur un arbre mort. Symbole des illusions si nous nous hérissons contre le deuil. Symbole de l'espoir authentique quand nous acceptons la mort de l'arbre et pleurons sa disparition.

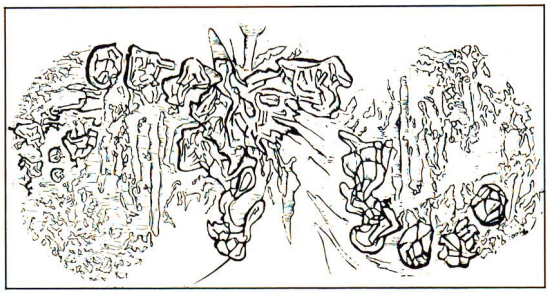
Nous voudrions tous apporter notre petite pierre pour sauver les forêts – préserver la nature des dangers qui la menacent. Comment se fait-il que nous nous sentions tellement impuissants? Comment se fait-il que nous nous sentions coupables et que nous refoulions ce sentiment de culpabilité? Que nous soyons furieux contre l'industrie, contre les automobilistes – contre les autres?
«Parce que nous sommes incapables de porter le deuil», affirme Jorgos Canacakis, un Grec établi à Essen (RFA), où il a fondé l'académie pour l'accompagnement humain. Le deuil? Quel rapport avec le dépérissement des forêts? Pour comprendre l'importance du deuil, il nous faut d'abord reléguer aux oubliettes les conceptions qui en font quelque chose de négatif ou de morbide, à éluder soigneusement, à refouler ou à soigner.
L'affliction est pour Jorgos Canacakis, auteur d'un livre intitulé «Je connais tes larmes», une force primitive de l'être humain, voire une énergie créatrice qui nous est donnée à la naissance. Hélas, cette énergie est réprimée graduellement par les conventions sociales, qui considèrent les pleurs, les cris, les protestations et les lamentations des enfants comme autant de perturbations. «Des civilisations entières ne connaissent pas le deuil. Cette incapacité de pleurer a des effets dans tous les domaines de la vie», prétend notre auteur. «Nous savons que la nature est en train de mourir. Si nous laissions libre cours au deuil, nous serions envahi par la colère et la culpabilité, deux sentiments que nous devons exprimer pour nous détacher de ce qui est mort. C'est alors seulement que nous pourrions conserver ce qui peut l'être.»
Se détacher de ce qui est mort. En écrivant ces mots, le psychologue grec heurte de plein fouet un des tabous majeurs de notre société industrielle, «où la mort est devenue un secret bien gardé», comme le dit Jacques Ruffié, médecin et biologiste. «Elle est considérée comme un fait abominable et scandaleux qu'il faut tenir le plus possible à distance, repousser en attendant de pouvoir un jour,

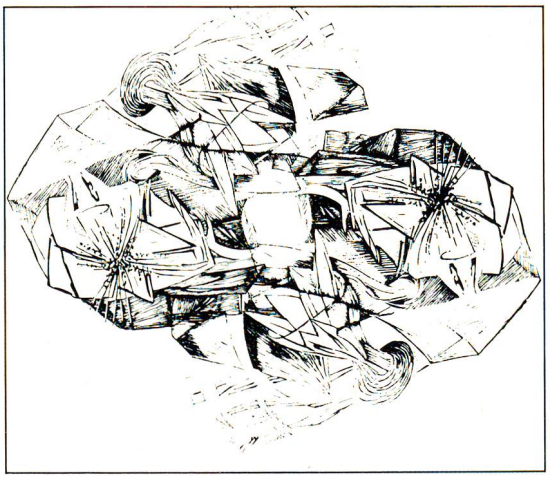
TOURNER S.V.P.

PHOTO: ILSEMARIE ZÜTTEL

Trois œuvres sur lino du cycle consacré par Eva Ducret-Niederer à la mort de son père. En haut le pressentiment. «Le poisson ne ressemble pas au poisson/ Vert, jaune et bleu en même temps/Je te vois, tu fermes la main/tu plonges au fond de la mer» devait-elle écrire par la suite pour tout commentaire. Ce n'est qu'après avoir réalisé cette gravure que l'artiste a constaté que son père était né sous le signe des Poissons. Au centre, la vision des fragments d'os qui dansent sur la mer et semblent former deux univers. Entre les deux l'explosion: le choc à la nouvelle du décès; le choc à la vue du cadavre du père. Mais on pressent déjà que l'énergie créatrice prend le dessus. Le poème écrit à ce propos s'achève par ces mots: «Fertilité du gouffre.» Les esquisses relatives à l'œuvre du bas ont été faites pendant le séminaire du deuil. Le chaos des sentiments est une réalité. On distingue pourtant déjà des formes, des récipients. Ils ne peuvent pas tous être vides. Eva Ducret a écrit: «La plaie ouverte/L'entaille dans le miroir du paysage/Vois, je suis là, regarde-moi/une coupure/ devient objet tangible/la cicatrice a forme de chose.»







SUITE DE LA PAGE 4

qui sait, le vaincre grâce aux découvertes et aux progrès de la science.» Cet espoir est bien évidemment tout à fait absurde et irrationnel. Dans son ouvrage «Le sex et la mort», Jacques Ruffié expose pourquoi la mort physiologique est «une partie de notre programme biologique et en définitive une condition du progrès de l'évolution». Dans un petit livre paru il y a peu sous le titre «Je t'accompagne à travers ton deuil», Jorgos Canacakis dépeint l'expérience positive qu'a été pour lui de prendre congé de son père en train de mourir dans un hôpital grec: «Nous avons pu mener à terme un tas de choses qui étaient inachevées... Je suis sûr qu'il était satisfait quand il a fermé les yeux et qu'il a dit adieu à ses enfants en paix. Le chagrin naissant avait désormais la permission de se manifester et, comme la voie n'était pas entravée par des choses qui n'auraient pas été liquidées, les larmes pouvaient couler sans entraves.»

Le jour où Eva Ducret-Niederer a achevé la linogravure représentant des poissons qui se reflètent dans une bouteille de cristal flottant dans l'eau restera à jamais gravé dans sa mémoire. Il était 10 heures du soir, ce 1er décembre 1988, et l'artiste ferma derrière elle la porte de son atelier zurichois pour rentrer chez elle. Elle avait pu travailler ce soir-là parce que des amies hébergeaient ses deux filles. Tout en travaillant, elle avait pensé intensément à son père. Elle ne pensait plus qu'il serait un jour capable de réfréner son ardeur au travail. «Il est capable de se crever au travail», s'était-elle dit quel-

ques fois. Après son troisième infarctus, il s'était retiré dans sa maison en Calabre, certes; mais il continuait de travailler avec la même frénésie qu'auparavant. Trois mois durant Eva avait essayé de l'accompagner, puis, passablement frustrée, elle était rentrée en Suisse avec les enfants. Elle pressentait à présent que son père allait bientôt mourir et elle s'est mise à aborder cette révélation douloureuse dans son travail artistique. Cette nuit-là, le téléphone a sonné à deux heures du matin. C'était son frère. Leur père était mort. En dépit de tous les signes prémonitoires, la nouvelle lui fit l'effet d'une déflagration. «Surtout ne pas être seule en cet instant!» Elle s'habilla en transes, se rendit chez un ami, erra dans les rues, monta dans le mauvais tram et est incapable de se rappeler comment elle est revenue dans son appartement. Un jour, elle se rendit compte qu'en achevant sa gravure elle avait pris acte de la mort de son père. Mieux encore: quelques jours plus tard, elle apprit que son père avait exprimé dans son testament la volonté d'être incinéré et ses cendres dispersées dans la mer.

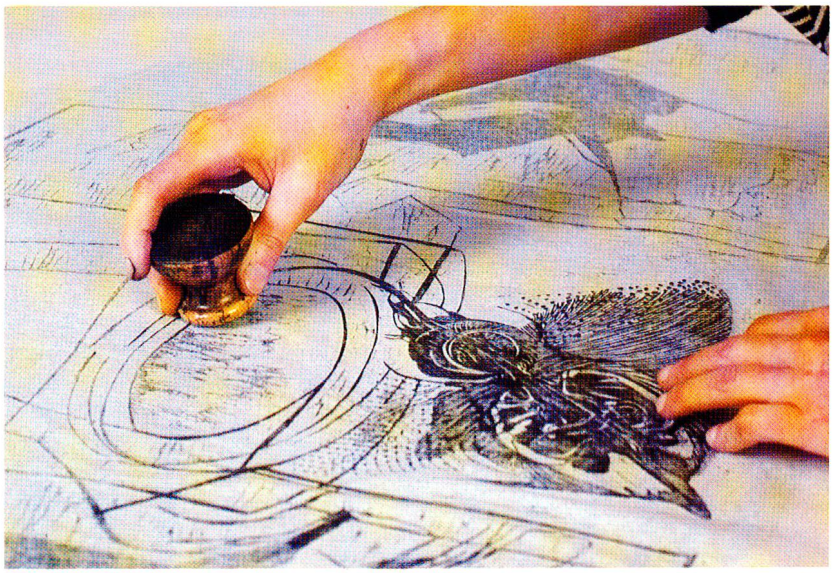
Ce vœu fut exaucé. Le père d'Eva Ducret, l'artiste Roberto Niederer, dont les vases, les assiettes, les bouteilles et autres objets de verre ont, par leur géniale sobriété, modelé le goût de deux générations, fut ramené de Calabre pour être incinéré en Suisse. Dans le pays d'où venait sa mère, on avait embaumé le corps selon d'anciennes traditions et on l'avait placé, revêtu de ses habits du dimanche, dans un cercueil capitonné et garni de soie et de peluche. Pour Eva Ducret, retrouver la dépouille de son père au crématoire fut un choc – une nouvelle déflagration.

Les proches sont ensuite partis pour le sud de l'Italie avec l'urne funéraire, en Calabre, dans un village de pêcheurs. C'était dimanche, il faisait froid et il y avait du vent. Dans le jardin sauvage de la maison de Roberto, les enfants ont trouvé beaucoup de fleurs. On a rempli d'eau un récipient de verre et on y a déposé les calices des fleurs. On a vidé les cendres apportées de Zurich dans un second récipient et on les a recouvertes discrètement. Un vieil ami de Roberto avait affrêté un bateau de pêche pour une «excursion dominicale». Le barque était pleine. De nombreux villageois étaient de la partie, ne se doutant de rien. Le voyage fut mouvementé. Mais les enfants ne se laissèrent pas distraire et reprirent spontanément le rituel où ils s'étaient arrêtés. Ils s'emparèrent du premier récipient de verre et commencèrent à jeter les fleurs à la mer.

Puis ce fut au tour du récipient contenant les cendres. Eva avait remarqué avec horreur que des morceaux d'os s'y trouvaient. L'un après l'autre, les adultes renversaient timidement une partie du contenu dans la mer. Jusqu'au moment où la fille aîné d'Eva plongea résolument la main dans les cendres, en sortit un bout d'os et le lança dans le mer comme s'il s'agissait d'une fleur. Ce fut le déclic. A présent tout le monde se mit à l'œuvre pour accomplir les dernières volontés du défunt. Les gens du lieu comprirent enfin que ce n'était pas une promenade du dimanche comme les autres. Ils étaient pour le moins

Eva Ducret-Niederer à l'œuvre dans son atelier de linogravure. La vie de l'artiste témoigne que le travail du deuil libère les énergies créatrices.

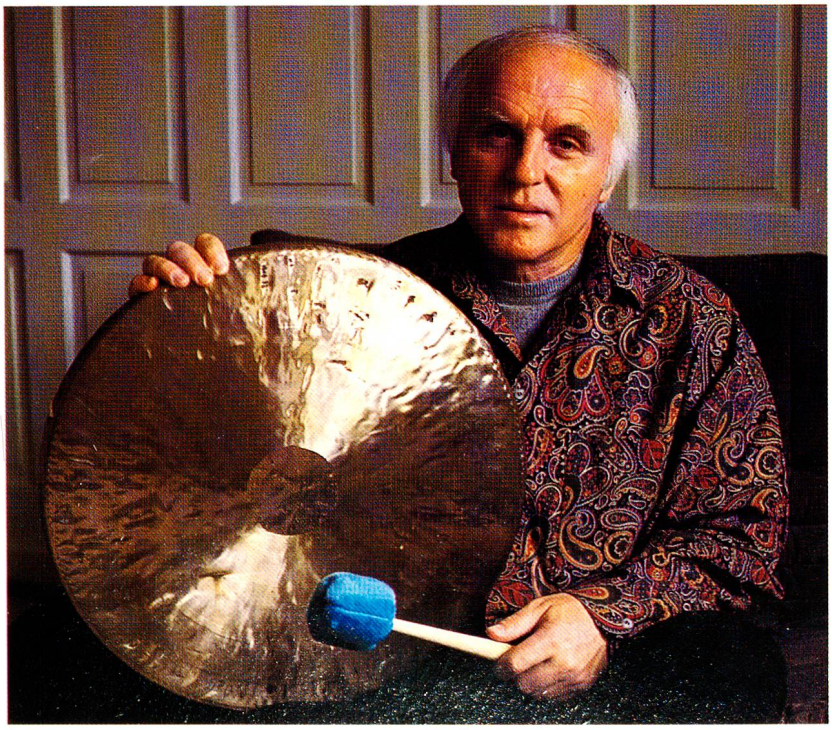
PHOTOS: DOMINIQUE ULDRY



aussi choqués par ce rituel qu'Eva l'avait été par leurs coutumes. Pour celle-ci, les cendres, les scories et les fragments d'os qui flottaient dans la mer scintillaient comme des étoiles dans le cosmos et paraissaient former deux univers distincts sur les vagues. Elle devait reprendre plus tard ce qu'elle vivait en cet instant dans certaines linogravures, et dans une œuvre tridimensionnelle, reproduite en couverture de ce numéro d'Actio Humana.
«Je ne veux pas être seule avec mon affliction.» Poussée par cette volonté, Eva s'est habillée en noir pour «signaler qu'elle demandait plus de tendresse de la part de ses semblables». Elle a cherché un endroit où elle pourrait communiquer, partager son expérience avec d'autres. Un médecin de ses amis lui a parlé d'une malade qui avait suivi un «séminaire de deuil» de Canacakis. Elle s'y est inscrite et a trouvé exactement ce qu'elle cherchait: une forme extérieure, un rituel qui l'aiderait à trouver une voix dans la confusion des sentiments. Elle a continué de faire de la disparition de son père un des thèmes de sa création. Toute une série de linogravures est issue de cette préoccupation (trois quarts de siècle avant elle, Ferdinand Hodler avait été aux prises avec la mort de sa bien-aimée, produisant une foule d'œuvres sur ce thème; lire en page 46).
Depuis sept ans, Jorgos Canacakis organise des séminaires sur le deuil, en Suisse et en Allemagne (lire en page 20: «L'épreuve du feu»). La psychologue Verena Kast, professeur à l'Université de Zurich, énumère ainsi les quatre phases du deuil consécutives à un décès: 1. La dénégation. 2. La force des émotions. 3. La quête et la séparation. 4. La nouvelle conscience de soi. Dans l'ouvrage qu'elle a publié sous le titre «Deuils» et qui fait autorité, elle écrit: «A chaque phase du deuil, on court le danger de rester sur place, de choisir la voie de la régression et de ne pas avancer sur le chemin du deuil... Dans notre société, on considère souvent comme un signe de force de caractère le fait de réussir à „surmonter" très vite sa peine et son chagrin. Ce refoulement du deuil peut conduire à la dépression.»
Dans un entretien accordé à Actio Humana, Verena Kast nous a confié être «une individualiste absolue» (Jung oblige) et ne pas pratiquer de travail du deuil en groupe, à la différence de Jorgos Canacakis. Celui-ci écrit du reste que le point principal est à ses yeux «que les individus en deuil cherchent des moyens pour s'exprimer. Même s'ils n'en ont pas conscience, ils trouvent des formes créatrices, à condition qu'on leur offre le lieu et le cadre, et qu'on mette du matériel à leur disposition.»
«La plupart des individus associent inconsciemment les sentiments de deuil avec la mort», écrit Canacakis. «C'est probablement la raison pour laquelle cette zone affective est taboue. Mais quelle profonde tristesse nous envahit lorsque nous devons nous séparer de notre famille, de notre compagnon, de notre patrie ou seulement de notre maison, en déménageant.» Autres causes de deuil: la perte d'un emploi, de la beauté, de la jeunesse, d'un rôle important, la perte des illusions, l'effondrement des espoirs.
Le travail du deuil n'est achevé qu'au moment où nous avons trouvé une place dans notre mémoire pour y installer ce que nous avons perdu, fût-ce un objet qui n'a servi à rien, un masque que nous avions porté, par exemple. Jorgos Canacakis compare ces mesures protectrices prises par les individus avec les remparts d'une ville médiévale: «De nos jours, nous n'avons plus besoin de ces bastions ni de ces tours fortifiées. Mais nous les entretenons et les restaurons au titre des monuments historiques. Ceux-ci évoquent pour nous le temps où des armées ennemies attaquaient notre cité. Coquets et bien briqués, ils ont un rôle important à jouer. Nous devrions faire la même chose avec nos murs d'enceinte intérieurs.» A ce conseil, on pourrait opposer la vision de Jacques Ruffié au sujet de la mort et du souvenir: «Bien sûr il n'est plus possible, pour d'évidentes raisons, de réintroduire la mort et tous les rites qui l'accompagnent dans notre vie domestique; ce serait incompatible dans la plupart des cas avec les conditions de la vie moderne. Nous pourrions toutefois mettre au point d'autres formes du „travail du souvenir" et nous servir à cet effet des techniques modernes: par des photos, des films de famille, des enregistrements sonores, les disparus pourraient rester parmi nous.» Jacques Ruffié parle d'une «mnémothèque» (du grec mnêmê «mémoire»), qui pourrait un jour prochain devenir «partie intégrante de la tradition familiale».

Jorgos Canacakis a fait ses études au conservatoire de Munich et a chanté l'opéra sur plusieurs scènes européennes avant de se lancer dans des nouvelles études, de psychologie. Doctorat à l'université d'Essen (RFA) en 1982 (étude sur le travail du deuil dans les rites funéraires). Formation de psychothérapeute selon des techniques diverses. Ses dons artistiques se manifestent pleinement dans l'organisation et la réalisation des séminaires qu'il dirige sur le deuil.

PHOTO: URS SIEGENTHALER



Leur fils, qui avait à peine dépassé la trentaine, est mort subitement. Rien ne le laissait présager. Traumatisés, ils ont réagi par la colère et l'incrédulité – et par un silence terrible qui, ils le savaient tous les deux, leur tiendrait compagnie pour le restant de leurs jours. Dans les semaines, les

mois qui ont suivi, la mère a écrit de longues lettres à tous les visiteurs, à tous ceux qui lui présentaient par écrit leurs condoléances. Elle a prié son médecin de l'aider, invité sa sœur à lui rendre visite, passé le plus de temps possible avec d'autres personnes. Et le père? Quand quelqu'un venait à la maison témoigner sa sympathie, il se retirait à chaque fois dans une autre pièce. Il allait au bureau comme si de rien n'était et ne parlait jamais du drame, que personne n'ignorait pourtant. Chez lui, il passait des heures scotché au téléviseur ou fixait le mur, abîmé dans ses pensées et ses souvenirs.

Chacun a sa manière particulière de vivre le deuil. Des études récentes ont pourtant montré que le sexe jouait un rôle dans la manière d'affronter l'affliction. Margaret et Wolfgang Stroebe, de l'Université de Tübingen, sont arrivés à la conclusion que les femmes avaient tendance à chercher de l'aide, alors que les hommes se repliaient plutôt sur eux-mêmes. Le danger de «fossilisation», c'est-à-dire le risque de déformation de la personnalité, menace donc surtout les hommes. Jorgos Canacakis définit une règle importante: «Le deuil est un travail à mener à plusieurs. Nous savons que ce travail ne peut pas être accompli dans la solitude du chez-soi. Nous avons besoin de l'aide de quelqu'un qui soit prêt à faire le chemin avec nous, à nous y accompagner sans dresser des obstacles par une stratégie consolatrice.» Elena Bonner, veuve d'Andreï Sakharov, champion des droits de l'homme en URSS, a confirmé avoir fait la même expérience dans une interview à Actio Humana (page 14).

Le refoulement du deuil peut aussi être imposé par le milieu. Les fausses couches sont un bon exemple du phénomène. L'écrivain anglais Susan Hill raconte dans «Family» comment elle a subi plusieurs fausses couches avant de mettre au monde, à 42 ans, son troisième enfant. Le livre était à peine en librairie que l'auteur recevait des centaines de lettres de femmes qui avaient le même vécu et n'en avaient pas fait leur deuil. «J'ai perdu un enfant il y a 30 ans», écrivait une femme, «et je n'ai jamais véritablement accepté ce qui m'est arrivé.» Trois Anglaises ont écrit un livre sur les fausses couches («Miscarriage»), qu'elles concluent en affirmant que la souffrance de ces femmes n'est pas prise en compte dans de nombreux hôpitaux. A preuve le fait qu'on ne leur montre pas leur enfant mort. Dans la discussion que Verena Kast a eue avec Actio Humana, elle a mis en évidence que le travail du deuil était indispensable: «Il importe beaucoup que l'on donne libre cours aux émotions violentes qui nous submergent. On ne peut en réalité le faire que si l'on voit l'enfant mort.»

Le docteur Arnold Beisser avait été un crack: à l'université il surpassait tous les étudiants par ses performances en athlétisme et ses résultats aux examens. Le jeune Américain n'aurait pas imaginé une seconde que le corps puisse désobéir à l'esprit, à la volonté. Quand il fut appelé comme officier sanitaire pendant la Guerre de Corée, il se rendit au bureau de recrutement, passa la visite médicale, fut déclaré bon pour le service et reçut un ordre de marche. Tandis qu'il se rendait au lieu de rassemblement, il fut pris d'un violent accès de fièvre. Diagnostic: paralysie infantile. En l'espace de quelques heures, ses brillants projets d'avenir furent réduits à néant. L'athlète était devenu tétraplégique, désormais incapable de faire seul même les gestes quotidiens: marcher, boire, respirer. Il sombra dans une profonde dépression. Durant les trois premières années d'hospitalisation, Arnold Beisser passa exactement par les quatre phases du deuil décrites par le professeur Verena Kast.

Au commencement, il rêvait souvent de réunions d'athlétisme et, lorsqu'il était éveillé, il luttait contre l'humiliation d'être privé d'indépendance en sabotant les séances de réadaptation. De cette façon, il refoulait son affectivité et la perte de son autonomie. Au cours de la deuxième phase, il commença à faire le deuil de son corps en cherchant délibérément à se rappeler le temps de ses exploits sportifs. Il fut surtout envahi par une rage impuissante qui le tint si fort sous son emprise qu'il repoussa brutalement l'affection d'une infirmière dont il s'était épris.

Puis ce fut l'époque de la recherche d'une nouvelle identité, il se détacha dans la douleur des images idéalisées qu'il s'était faites de lui-même, celles «du sportif, de l'homme au corps normal, de l'amant d'un genre particulier». A la place, il y avait le vide, «comme une terre qui attend les nouvelles semences».

La quête d'Arnold Beisser a fini par aboutir. Il a réussi à accepter l'amour de Rita, l'infirmière. Elle est sa femme aujourd'hui. Lui travaille comme psychiatre et sait par expérience que, d'une certaine façon, «qui perd gagne».

Dans le travail du deuil mis au point par Jorgos Canacakis, le rapport au corps joue un rôle capital. Le psychothérapeute a lui-même un enfant lourdement handicapé: une erreur médicale lui a causé une lésion cervicale irréversible alors que la mère, au troisième mois de la grossesse, subissait un examen du liquide amniotique. La nouvelle communiquée par les médecins «éclata dans ma vie comme un énorme et terrifiant coup de tonnerre et bouleversa toutes mes croyances». Avec sa femme, il se rendit bientôt compte «qu'il nous faudrait désormais vivre en sachant que nous aurions à affronter en permanence des sentiments de deuil. Nous avons découvert que nous devrions faire une croix sur toutes les étapes de développement que les autres enfants franchissent.»

Gérald R. et son ex-femme Patricia sont assis en face l'un de l'autre, avec la psychologue Florence Kaslow au bout de la table, qui préside la séance solennelle. Gérald tend lentement son bras au-dessus de la table et Patricia saisit sa main en hésitant. Gérald prononce la formule qui

TOURNER S.V.P.

scelle leur séparation et la transformation de leur union conjugale en une nouvelle forme de relation: «Patricia, je sais apprécier à sa juste valeur le souvenir de notre amour. Ton amitié m'est précieuse. Je forme des vœux pour ton avenir.» Patricia répète la formule. Le couple se regarde dans les yeux sans éclater en sanglots. Dans la salle, l'ambiance est presque aussi gaie qu'à l'état civil.

Des cérémonies comme celle-ci ont lieu aujourd'hui aux quatre coins des Etats-Unis. Depuis une dizaine d'années, le nombre d'autorités qui reconnaissent l'institution des «agents» du divorce, ces «tribunaux de réconciliation» comme on les appelle parfois ne cesse d'augmenter. Ceux-ci sont quelque part à mi-chemin entre les tribunaux ordinaires et les cabinets des psychologues et ont pour ambition d'aider les gens à faire face au traumatisme du divorce, qui serait presque aussi difficile à supporter que le traumatisme de la mort selon Florence Kaslow: «On subit une perte très lourde et on est tout à coup vulnérable et exposé à des forces qu'on ne contrôle pas.» Selon elle, la qualité de la future relation est directement conditionnée par la manière dont on s'est comporté face à sa propre affectivité. Il y aurait là une raison suffisante pour essayer d'éviter les souffrances inutiles et les séquelles tragiques des divorces.

Les «médiateurs» comme Florence Kaslow réunissent les couples en instance de divorce et souvent leurs enfants autour d'une table, pour mettre au point les conditions qui leur permettront de passer en douceur à un nouveau type de relations; les relations se perpétuent en effet fréquemment, surtout à cause des enfants ou du lieu de travail commun.

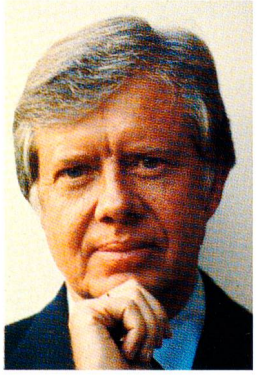
Florence Kaslow, qui forme des «médiateurs» à Fort Lauderdale, en Floride, a élaboré une méthode ritualisée destinée à régler en commun et raisonnablement les questions qui sont souvent la source de graves conflits entre les partenaires, comme le droit de garde, la pension alimentaire ou le droit de visite.

Les deux partenaires se retrouvent une fois par semaine chez le «médiateur». Ces séances, qui s'étendent sur deux mois environ, ont lieu autour de la table ronde, dans un bureau qui a l'apparence d'un service officiel. Un ordre du jour est respecté et tout le monde prend des notes. «Le vécu de la séparation est ainsi rationalisé», explique Florence Kaslow, ce qui fait que «la culpabilité et la colère dues à la responsabilité présumée dans l'affaire n'ont plus de raison d'être».

Cette approche ritualisée permet aux participants de franchir assez rapidement les deux premières étapes du deuil (la dénégation et la submersion par les sentiments) et de se consacrer entièrement à la recherche de solutions constructives. La neutralité et l'officialité des lieux sont pour les deux partenaires un gage de sécurité: ils peuvent ainsi se défaire des craintes et des préjugés qu'ils ont l'un envers l'autre. Comme le dit Florence Kaslow, ils ont de cette façon la possibilité «d'amorcer un nouveau départ, en prenant appui sur les éléments intacts et solides de leur ancienne relation. Ces éléments positifs, sur lesquels reconstruire, existent toujours. C'est un rituel moderne pour un problème moderne», ajoute-t-elle.

Dans la seule ville de Los Angeles, 55 pour cent des divorces sont prononcés de cette manière. En Europe on commence à s'intéresser à cette méthode. Dernièrement, Florence Kaslow a exposé ses idées sur la question à Berlin, et en République fédérale d'Allemagne on est en train d'essayer de créer de semblables institutions.

Jimmy Carter n'a été confronté avec le deuil relatif aux échecs, défaites et humiliations subis qu'au moment où il a écrit son troisième livre. Le travail du deuil a libéré en lui les qualités de modestie et de simplicité. En 1986, à Chicago, le planteur sudiste, homme élégant et cultivé, s'est fait charpentier pour travailler toute une semaine sur un chantier de construction de logements pour familles défavorisées.



PHOTOS:
RDZ/DUKAS-SYPA
RDZ/DUKAS-GAM

Quand Jimmy Carter a quitté la Maison Blanche après quatre années de pouvoir (1976–1980), sa déconfiture, aggravée par les humiliations, était sans exemple dans l'histoire des Etats-Unis. Il a enduré d'abord la mise en pièces de son action pendant la campagne électorale, puis la victoire écrasante de son adversaire Ronald Reagan, enfin la faillite de la plantation de cacahuètes qu'il avait cédée à un administrateur fiduciaire durant son mandat. Il a vendu sa plantation, s'est retiré des affaires, a écrit ses mémoires et un livre sur le Proche-Orient. Mais ce n'est qu'au moment où il était en train d'écrire, avec sa femme Rosalyn, un livre pour les retraités que Jimmy Carter eut à en découdre avec le contrecoup de sa défaite électorale. «Ce fut très difficile pour moi», a-t-il avoué. Dans son livre à l'usage des retraités, il écrit avoir toujours pensé que manifester ouvertement un sentiment de désespoir ou de déception était «un signe de faiblesse». L'écriture du livre a été une sorte de catharsis qui lui a permis de se dépouiller

de son identité d'ex-président.
Jimmy Carter a désormais une nouvelle identité: ombudsman des exploités, intercesseur des laissés-pour-compte de notre société. Il raconte comment il se réveilla subitement une nuit et s'écria: «Résoudre les conflits!» Sa femme ne comprit pas tout de suite ce qu'il voulait dire. «Je sais maintenant ce que nous pouvons faire du Carter Center», lui expliqua-t-il. «Nous allons créer un lieu où l'on se rendra pour résoudre les conflits.» Le Carter Library Center d'Atlanta, en Géorgie, est devenu entre-temps une sorte d'ONU et d'OMS en miniature, et Carter est l'ancien président des Etats-Unis le plus actif depuis la Seconde Guerre mondiale. La défaite politique a engendré une victoire personnelle, humaine.
Toute notre existence est un enchaînement ininterrompu de pertes que nous avons à assumer. Les difficultés commencent lorsque nous tentons de retenir ce que nous avons perdu, au lieu de le lâcher. «L'amour c'est perdre toute crainte»: on pourrait traduire ainsi le titre d'un petit livre d'un psychiatre, Jerry Jampolsky, qui a travaillé avec des enfants condamnés par la maladie. Ce n'est qu'après avoir réussi à prendre congé de ce qui est mort – une personne, un idéal, une illusion – que nous pourrons intégrer dans notre vie les éléments positifs – souvenirs, expériences, ou simplement nouvelles priorités – de ce que nous avons perdu.
Ce processus s'applique au simple quidam tout autant qu'à l'homme politique célèbre, aux sociétés comme aux individus. Dans un essai paru dans l'hebdomadaire allemand «Der Spiegel», le psychiatre est-allemand Hans-Joachim Maaz déplore que ses concitoyens, du fait que la réunification de l'Allemagne avance à marche forcée, «éludent par la fuite en avant tout le travail de connaissance et de deuil qui serait nécessaire». Et dans un article paru dans une revue de psychologie, il explique que les 10 000 personnes environ qu'il a examinées et soignées pendant une carrière professionnelle de vingt ans «souffraient toutes sans exception d'un syndrome de manque: peur de l'amour, peur de la proximité, peur de la paix, et incapacité de jouir sans entraves du plaisir sexuel». «Si nous entendons véritablement aller vers un renouveau», écrit H.-J. Maaz, «c'est d'une révolution psychique que nous avons besoin, ce qui implique surtout d'emprunter la voie du deuil affectif, d'abandonner les pseudo-valeurs et les simili-besoins, ce qui implique en dernière analyse de mener une vie plus simple et plus modeste, mais qui pourrait apporter réellement le contentement et la détente, en satisfaisant les besoins élémentaires.» Ce diagnostic est-il valable uniquement pour l'Allemagne de l'Est?

Sœur Rose a été pendant longtemps en conflit avec elle-même avant d'oser s'adresser à Rome pour demander l'autorisation de sortir du couvent. Quand la lettre du Vatican est arrivée, elle l'a placée dans un tiroir du secrétaire. Elle a attendu trois semaines avant de l'ouvrir. Trois semaines dans l'angoisse. Puis elle a fait son premier pas vers le monde extérieur. Quand le portail du couvent s'est refermé derrière elle, elle s'est sentie dans la peau d'une apatride, sans pays, sans terre où poser ses pas, incapable de justifier son existence et d'imaginer son avenir. «Le plus dur a été pour moi de le dire aux autres sœurs qui étaient mes amies», rapporte l'ancienne nonne. «Des deux côtés on avait le sentiment d'une perte. Je perdais une communauté, et elles perdaient une personne du groupe. J'ai encore beaucoup d'amies dans cet ordre; mais la plupart de ces relations se sont modifiées depuis mon départ. Ça a été difficile pour moi d'admettre qu'il fallait en passer par là. J'ai laissé une part de moi au couvent et j'ai pris une part du couvent avec moi.»
Rose, qui a aujourd'hui 35 ans, aura passé neuf ans au couvent avant de commencer une nouvelle vie d'épouse, d'enseignante et de mère. Bien qu'elle ait choisi librement de quitter la vie monacale, la rupture a été douloureuse. Dans notre existence, il nous arrive continuellement de prendre des décisions de ce genre, qui portent plus ou moins à conséquence. La sociologue Helen Ebaugh a étudié longuement le phénomène du changement de rôle. Dans son livre «Becoming an Ex» (Comment devient-on «ex»), on trouve

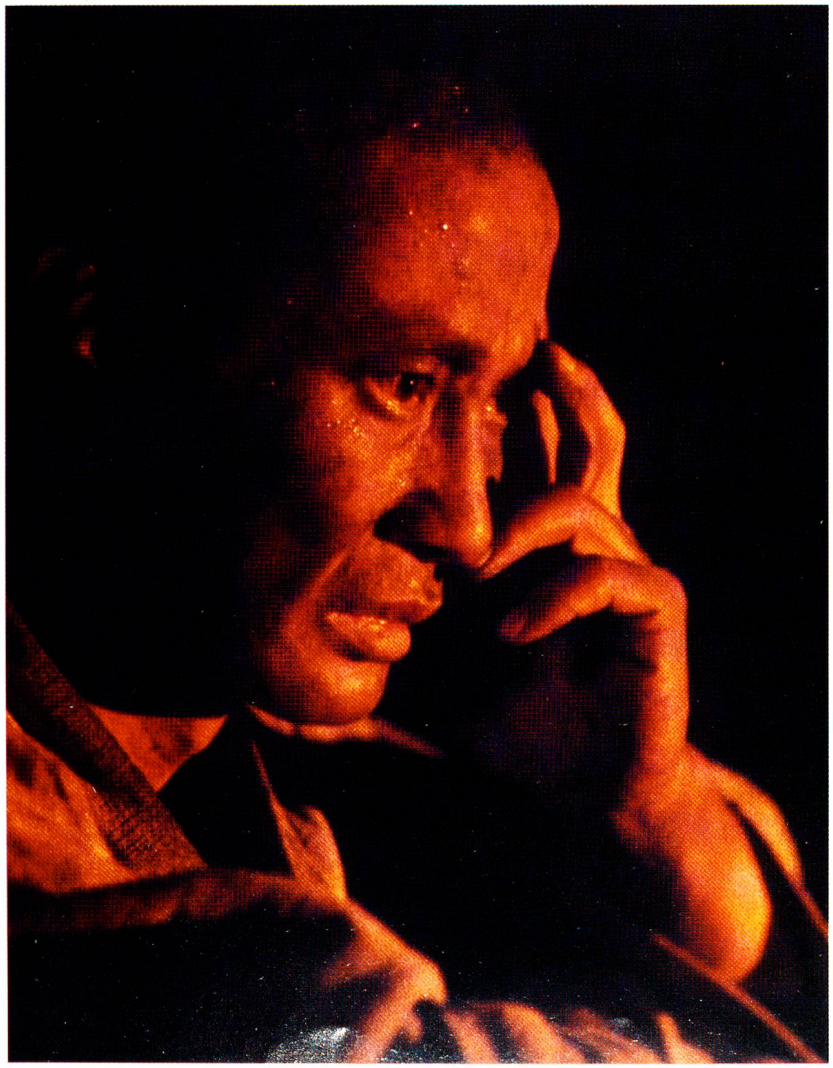
En novembre 1963 des millions de gens ont vu la scène à la télévision: Jacqueline Kennedy assistait, avec ses enfants John et Caroline, aux obsèques nationales du président assassiné. Grâce aux médias, la jeune femme devint l'incarnation et le parangon de la veuve courageuse. Jorgos Canacakis déplore beaucoup cette mythification, parce que d'innombrables femmes ont pris cette attitude pour modèle. A leurs yeux, le deuil est inconvenant, il ne faut donc pas le montrer ni l'exprimer.

PHOTO: RDZ/DUKAS

des parallèles évidents avec les mécanismes du deuil décrits par Verena Kast.
Helen Ebaugh a discuté avec des gens qui avaient abandonné leurs activités d'enseignant, d'agent de police, de nonne, de dentiste... Elle distingue aussi quatre phases dans «le processus de rupture avec un rôle d'importance capitale pour l'identité, et de reconstitution d'une identité dans un nouveau rôle tenant compte de l'ancien»: 1. Les doutes naissants quant à la justesse de l'ancien rôle sont mis de côté mais on ne se sent pas bien (phase de dénégation). 2. La quête de solutions de rechange, d'un nouveau rôle, débute, avec des accès sentimentaux. 3. On s'avoue qu'on ne souhaite pas seulement un nouveau rôle mais qu'on voudrait surtout faire autre chose de sa vie. Impression fréquente de vide. 4. Une nouvelle identité sociale apparaît; le travail (du deuil) est achevé.

Instants de purification. Le jeune moine Kibong a hissé le cercueil du maître au sommet de la montagne et allumé un brasier énorme. Il contemple les flammes par lesquelles le corps du maître retourne, selon ses dernières volontés, à «son état originel». Dans toutes les civilisations, le feu symbolise la purification et la transformation. Il joue aussi un rôle important dans les rites funèbres de Jorgos Canacakis.

PHOTO: TRIGON FILM



Le moment est venu», dit le vieux maître zen à son disciple. «Et quand le moment est venu, le corps sans importance poursuit son chemin.» L'élève le prie instamment de rester: «Qui d'autre m'indiquerait le bon chemin?» D'un geste empreint de douceur, le maître montre la nature exubérante qui les entoure: «Les montagnes et les rivières, les plantes et l'univers. Ici et là. Tout est dans le même espace. Partir est venir. Venir est partir. Le vent ne souffle-t-il pas où il veut? Mon corps retourne à son état originel; le sang et le pus de mes plaies tombent du ciel nocturne teintés de rose. Je ne suis physiquement pas présent dans l'univers, pourtant je suis tout ce qui est dans l'univers.» Après la mort du maître, le disciple accomplit ses dernières volontés. Il brûle la dépouille dans la montagne et répand les cendres sur la terre, sur l'eau et dans l'air.
Ces scènes du film «Pourquoi Bodhi-Dharma est-il parti vers l'Orient?», du réalisateur coréen Yong-Kyun Bae, donnent peut-être une idée de la densité métaphorique de cette œuvre. Dans la solitude des montagnes de la Corée du Sud, encore peuplées de loups, un ermitage symbolise le monde intérieur de l'homme, représenté par trois personnages: le vieux maître zen, le jeune moine et le petit orphelin.
Si nous interprétons le film comme étant l'histoire de Kibong, le jeune disciple, il est la narration saisissante d'un travail du deuil. Kibong vient du bidonville d'une grande ville et, à la recherche de la lumière, il est venu voir le maître zen. Or le doute l'assaille: a-t-il bien fait d'abandonner les siens pour chercher l'idéal? Il redescend dans le monde du bruit, dans la misérable maison de ses parents. Mais le doute persiste, et, de retour à l'ermitage, il est ramené à la raison sous les coups de bâton donnés par son maître, autrement dit par l'image idéale de son moi. Il ne pourra retourner dans le monde qu'après s'être détaché de son idéal. L'incinération du maître décédé coïncide symboliquement avec la destruction de l'idéal, avec la disparition des obstacles intérieurs opposés au monde extérieur. C'est le point culminant d'un rite du deuil qui traverse en vérité l'ensemble du film. Et qui s'achève au moment où la lumière se fait dans l'esprit de Kibong, qui comprend tout à coup ce que le maître voulait dire quand il lui a posé la «question de la vie et de la mort»: «Quand la lune quitte mon cœur, où s'en va donc le maître de mon être?» Un oiseau monte vers le ciel, le soleil se lève à l'horizon, la forêt est calme. Kibong a le visage noir de suie. Nous entendons alors la voix du maître: «Dans le cycle qui n'a ni commencement ni fin, vivre et mourir sont une même chose; la vie appartient pourtant à ceux qui demeurent. Dans le mouvement éternel il n'y a ni naissance ni mort. Pour ceux-là qui demeurent, la mort est un problème insoluble.»

MARTIN SPEICH, LEO JACOBS