

« Vivre, c'est perdre »

André Comte-Sponville

Esquisse d'une philosophie du deuil. La philosophie nous aide à penser le deuil, c'est-à-dire la perte dont « la mort offre le modèle le plus net, le plus atrocement net ». « Nous ne savons renoncer à rien » disait Freud. À partir de là, André Comte-Sponville mène une réflexion sur la nécessité de la perte consentie, car « la mort ne nous prendra que ce que nous avons voulu posséder ».

O n pense d'abord à la mort, parce que tel est, sinon l'origine du mot, du moins son champ sémantique ordinaire. Être en deuil, c'est être en souffrance - et quelle pire souffrance que la perte d'un être cher ?

Mais le mot est susceptible d'une extension plus grande. Il y a deuil à chaque fois qu'il y a perte, refus, frustration. Il y a donc deuil toujours : non parce que aucun de nos désirs n'est jamais satisfait, mais parce qu'ils ne sauraient jamais l'être tous ni définitivement. Le deuil est cette frange d'insatisfaction ou d'horreur, selon les cas, par quoi le réel nous blesse et nous tient, d'autant plus fortement que nous tenons davantage à lui. C'est le contraire du principe de plaisir, ou plutôt ce par quoi, ce contre quoi il échoue. Le deuil est l'affront que fait au désir le réel, et qui marque sa suprématie. Principe de réalité ? Non pas. Car celui-ci n'est qu'une modification du précédent (il s'agit de jouir *malgré tout*), quand le deuil est son échec - sa fin de non-recevoir. Ce pourquoi le deuil est du côté de la mort, d'abord et longtemps : la mort n'est que l'échec ultime, qui efface tous les autres (c'est l'échec sans deuil, ou qui en laisse aux autres le soin ou le travail) ; le deuil est comme une mort anticipée, comme un échec d'autant plus

douloureux qu'il n'est pas - qu'il ne peut pas être - le dernier. Être en deuil, c'est être en souffrance, au double sens du mot, comme douleur et comme attente : le deuil est une souffrance qui attend sa conclusion, et c'est pourquoi toute vie est deuil, toujours, puisque toute vie est douleur, comme disait le Bouddha, et quête du repos...

Le deuil marque donc l'échec du narcissisme (« sa majesté le moi » perd son trône : le moi est nu) et, par là, l'entrée dans la vraie vie. Comment se savoir vivant sans se savoir mortel ? Le deuil est cet apprentissage : l'homme est un écolier ; la douleur et la mort sont ses maîtres... Point seuls, certes : le plaisir et la joie nous en apprennent aussi, et davantage peut-être. Mais sans la mort, que saurions-nous d'eux, qui ne fût partiel ou illusoire ? La mort n'est pas une discipline parmi d'autres, une vérité parmi d'autres ; elle est l'horizon de toutes, et, pour l'homme, le destin même de la pensée. Du moins pour qui en accepte les leçons. On peut aussi faire comme si de rien n'était, dénier la souffrance et le néant, penser à autre chose... Ce n'est pas affaire que de lucidité. La vie parfois autorise cette avancée tranquille : c'est comme un chemin de roses, et qui s'arrêterait pour quelques épines ?

Pour certains, et je ne suis pas sûr qu'il faille les envier, le deuil est comme une langue étrangère, qu'ils n'ont pas eu besoin d'apprendre. Ce sont les puceaux de la mort, et il faut voir avec quelle naïveté charmante ils viennent nous dire que la vie est belle, et douce, et délicieuse... Les puceaux ont bien le droit de parler d'amour, et au fond ce qu'ils disent est vrai aussi. Mais il ne faut pas non plus nous en vouloir si nous avons parfois du mal à les prendre tout à fait au sérieux. Une fois que la mort a passé, ce n'est plus pareil : rien n'a changé, et plus rien pourtant n'est comme avant. C'est l'entrée dans l'âge adulte, si l'on veut, quoique les adultes fassent tout, le plus souvent, pour l'oublier. Disons plutôt que c'est l'accès à l'humanité véritable : le deuil marque que nous ne sommes pas Dieu, et de quel prix il faut le payer. Les Anciens ne s'y trompaient pas : être homme c'est être mortel, et amant de mortels. Le deuil est le propre de l'homme.

« Contre toutes les autres choses, disait Épicure, il est possible de se procurer la sécurité ; mais, à cause de la mort, nous, les hommes, habitons tous une cité sans murailles¹. » Vivre est une ville

1. Épicure, *Sentence vaticane* 31.

ouverte, et cette ouverture - la mort, l'amour - est l'unique demeure. Mortel : ouvert dans l'ouvert, passant dans le passage. À tous risques. Aux quatre vents du destin. La mort entre dans la vie comme dans un moulin. Elle s'y sent chez soi, et d'ailleurs elle a raison : la vie habite la mort (la matière ne vit pas, l'univers ne vit pas : l'infiniment petit et l'infiniment grand sont du côté de la mort, dont la vie n'occupe, et partiellement, et provisoirement, que l'entre-deux...), et tant pis pour elle si elle l'oublie, si la mort se charge soudain de le lui rappeler. Le deuil est cette blessure, par quoi la vie s'éprouve mortelle : prisonnière du réel, et son hôte, mais point à perpétuité...

On pense à Pascal : « Qu'on s'imagine un nombre d'hommes dans les chaînes, et tous condamnés à la mort, dont les uns étant chaque jour égorgés à la vue des autres, ceux qui restent voient leur propre condition dans celle de leurs semblables, et, se regardant les uns et les autres avec douleur et sans espérance, attendent à leur tour. C'est l'image de la condition des hommes². » Voltaire, lisant cela, objecte que « le sort naturel d'un homme n'est ni d'être enchaîné ni d'être égorgé³ », et bien sûr il a raison. Mais qu'est-ce que cela change à la vérité de l'image ? « Tous les hommes sont faits, ajoute Voltaire, comme les animaux et les plantes, pour croître, pour vivre un certain temps, pour produire leur semblable et pour mourir⁴. » Tous faits pour le deuil, donc, et Pascal ne disait pas autre chose. Encore la mort n'est-elle pas seulement le terme, comme s'il fallait vivre d'abord (et croître, et enfanter...), puis mourir. Non : vivre et mourir vont ensemble, du même pas. L'enfant meurt dans l'adulte, et chaque jour passé dans chaque jour présent. C'est la loi du devenir, et c'est une loi de deuil.

Être, c'est disparaître ; l'instant s'abolit en même temps qu'il advient, et ce deuil de tout c'est le temps, et c'est notre vie, et c'est notre mort. La vie, disait Montaigne, n'est « qu'une étoile [un éclair] dans le cours infini d'une nuit éternelle, (...) la mort occupant tout le devant et tout le derrière de ce moment, et une bonne partie encore de ce moment⁵ ». Et de citer Lucrèce : « Aucune chose ne demeure semblable à elle-même : tout passe, tout change,

2. Pascal, *Pensées*, 434-199, Lafuma.

3. Voltaire, *Lettres philosophiques*, vingt-cinquième lettre, Garnier-Flammarion, p. 175.

4. *Ibid.*

5. Montaigne, *Essais*, II, 12, éd. P. Villey, p. 526.

tout se transforme⁶... » Et d'ajouter ce commentaire : « Et puis nous autres sottement craignons une espèce de mort, là où nous en avons déjà passé et en passons tant d'autres... La fleur d'âge se meurt et passe quand la vieillesse survient, et la jeunesse se termine en fleur d'âge d'homme fait, l'enfance en la jeunesse, et le premier âge meurt en l'enfance, et le jour d'hier meurt en celui du jourd'hui, et le jourd'hui mourra en celui de demain ; et n'y a rien qui demeure ni qui soit toujours un⁷... » Le temps s'en va, et c'est le temps même : le temps est le deuil de l'être.

Montaigne n'est ni Pascal, pourtant, ni Voltaire. « Pour moi, j'aime la vie », disait-il comme le second. Et cela ne l'empêchait pas, comme le premier, de penser toujours à la mort... Il n'y a bien sûr là aucune contradiction, au contraire (Gide, en bon montanien, au moins livresque, l'a reconnu : « Une pas assez constante pensée de la mort n'a donné pas assez de prix au plus petit instant de ta vie »). Montaigne, trop lucide pour oublier la mort, était trop sage pour lui sacrifier la vie. Eût-il pu le lire, qu'il n'eût pas été dupe de Pascal, ni de son idée de derrière. Pourquoi tant dénigrer la vie, si ce n'est pour nous en faire désirer une autre ? Pascal veut nous effrayer parce qu'il veut nous rassurer : un petit prêtre sommeille dans ce génie immense. Mais enfin Voltaire est plaisant, à ne pas vouloir le comprendre ! L'un nous dit : « On va tous crever ! » Et l'autre lui répond : « Tout de même, vous exagérez... » Non, il n'exagère pas. Seulement il est incapable de faire son deuil, et c'est où l'on atteint l'essentiel.

« Nous ne savons renoncer à rien », disait Freud⁸ : c'est pourquoi le deuil est souffrance et travail. Il y a souffrance, non à chaque fois qu'il y a manque, mais à chaque fois que le manque n'est pas accepté. Le monde nous dit *non* - et nous disons *non* à ce refus. Cette négation de la négation, loin d'aboutir à je ne sais quelle positivité, nous enferme dans la douleur. Nous sommes malheureux parce que nous souffrons, et nous souffrons encore plus

6. *Ibid.*, p. 602 (le texte de Lucrèce est emprunté aux vers 828-831 du livre V du *De rerum natura*).

7. Montaigne, *ibid.*, p. 602.

8. Freud, *Essais de psychanalyse appliquée*, « La création littéraire et le rêve éveillé », trad. franc., Idées-Gallimard, 1980, p. 71.

d'être malheureux. De là ces larmes, ce sentiment de révolte ou d'horreur. « *C'est pas juste* », dit le petit enfant - et de fait cela ne l'est pas. Simplement le bonheur ne l'est pas davantage, et ne s'en soucie point.

Là encore, la mort offre le modèle le plus net, le plus atrocement net. Pour qui a perdu ce qu'il aimait le plus au monde - son enfant, sa mère, l'homme ou la femme de sa vie... -, la blessure est à la lettre insupportable, non en ce qu'elle nous tue (quoiqu'elle tue parfois), mais en ceci qu'elle rend la vie elle-même atrocement douloureuse, en son fond, au point que l'horreur occupe tout l'espace psychique disponible et rende la joie (et même, les premiers temps, le repos) comme à jamais impossible. À jamais ? C'est du moins le sentiment que l'on a d'abord, et que la vie détrompe, bien sûr, que la vie heureusement détrompe. Le *travail du deuil*, comme dit Freud, est ce processus psychique par quoi la réalité l'emporte, et il faut qu'elle l'emporte, nous apprenant à vivre malgré tout, à jouir malgré tout, à aimer malgré tout : c'est le retour au principe de réalité, et le triomphe par là - d'abord modeste ! - du principe de plaisir.

La vie l'emporte, la joie l'emporte, et c'est ce qui distingue le deuil de la mélancolie⁹. Dans un cas, le sujet accepte le verdict du réel - « l'objet n'existe plus¹⁰ » -, et apprend à aimer ailleurs, à désirer ailleurs. Dans l'autre, il s'identifie avec cela même qu'il a perdu (il y a si longtemps, et il était si petit !), et s'enferme vivant dans le néant qui le hante. « Si je meurs, se lamente-t-il avec Nerval, c'est que tout va mourir... Abîme ! Abîme ! Abîme ! Le dieu manque à l'autel où je suis la victime... » Incapable de faire son deuil - « Je suis le Ténébreux, le Veuf, l'Inconsolé... » -, le mélancolique reste prisonnier du narcissisme et de la carence inévitable de son objet : « Ma seule étoile est morte, et mon luth constellé porte le soleil noir de la mélancolie... » Mais qui échappe au narcissisme ? Qui échappe au deuil ? C'est en quoi le mélancolique nous en apprend long sur nous-mêmes, et plus que bien des optimistes de doctrine ou de tempérament.

C'est ce que je retiens, dans « Deuil et mélancolie », de l'une

9. Voir l'article fameux de Freud : « Deuil et mélancolie », *Métapsychologie*, trad. franç., Idées-Gallimard, 1976, p. 147 sq.

10. Freud, « Deuil et mélancolie », *op. cit.*, p. 168 (voir aussi p. 150).

des pages de Freud que je relis le plus volontiers, et qu'on me pardonnera de citer un peu longuement : dans plusieurs de ses plaintes contre lui-même, observe Freud, le mélancolique nous semble « avoir raison, et ne faire que saisir la vérité avec plus d'acuité que d'autres personnes qui ne sont pas mélancoliques. Lorsque, dans son autocritique exacerbée, il se décrit comme mesquin, égoïste, insincère, incapable d'indépendance, comme un homme dont tous les efforts ne tendaient qu'à cacher les faiblesses de sa nature, il pourrait bien, selon nous, s'être passablement approché de la connaissance de soi, et la seule question que nous nous posions, c'est de savoir pourquoi l'on doit commencer par tomber malade pour avoir accès à une telle vérité¹¹ ».

Le mélancolique est malade de la vérité, quand beaucoup de *normaux* moyens, comme dit un de mes amis psychiatres, ne vivent que de sa dénégation... C'est que la vérité est pour lui une blessure narcissique, comme elle est presque toujours, et l'on ne peut en sortir que par l'illusion (la santé ?) ou la fin du narcissisme (la sagesse). Le mélancolique est incapable et de l'une et de l'autre. Il ne sait ni se duper ni se déprendre : incapable de faire son deuil de soi, il ne cesse de souffrir sa propre mort, de son vivant, et le monde entier en est comme vidé ou éteint... La solution serait de *tuer le mort*, comme disent les psychanalystes¹², c'est-à-dire (puisqu'il s'agit de soi !) de s'accepter mortel, et de vivre... Mais le mélancolique est inapte au deuil. C'est en quoi il est notre frère à tous - « nous ne savons renoncer à rien » -, et, du fond de sa souffrance, indique à chacun le chemin : deuil *ou* mélancolie !

Quelque chose s'inverse ici : le deuil (l'acceptation de la mort) bascule du côté de la vie, quand la mélancolie nous enferme dans la mort même qu'elle refuse. Cela vaut d'abord pour notre propre mort : c'est seulement une fois qu'on a fait son deuil de soi qu'on peut cesser - sans dénégation ni divertissement - de penser toujours au néant, et échapper ainsi à la mélancolie. Telle est du moins,

11. *Ibid.*, p. 153. Il me semble, soit dit en passant, que ce texte nous apprend quelque chose sur Pascal (l'image que le mélancolique a de soi, selon Freud, correspond très exactement à ce que Pascal dit du *moi*) et, conséquemment, sur Voltaire...

12. Voir D. Lagache, « Le travail du deuil » (1938), *Œuvres*, tome 1, Paris, PUF, 1977, p. 243 ss (p. 245 pour l'expression citée).

me semble-t-il, la sagesse de Montaigne. Après avoir rappelé « que philosopher c'est apprendre à mourir » (puisque qui craint la mort craint nécessairement la vie), après avoir condamné par là, bien avant Pascal, le divertissement (« ils vont, ils viennent, ils trottent, ils dansent : de mort, nulles nouvelles »), l'auteur des *Essais* n'en conclut pas moins, et c'est l'une des phrases qui lui ressemblent le mieux : « Je veux qu'on agisse et qu'on allonge les offices de la vie tant qu'on peut ; et que la mort me trouve plantant mes choux, mais nonchaland d'elle, et encore plus de mon jardin imparfait¹³. »

On ne confondra pas cette *nonchalance* avec le *divertissement* : le divertissement tend à l'oubli ou à la forclusion de la mort, quand la nonchalance suppose au contraire son acceptation. On jouit d'autant mieux de la vie qu'on accepte davantage qu'elle doit finir. Comment autrement ? Puisque la vie est mortelle, on ne peut l'aimer toute qu'en acceptant la mort qu'elle contient, ou qui la contient, et qu'elle suppose. Le deuil et la jouissance vont ensemble, plutôt le deuil est la condition nécessaire de la jouissance, et c'est ce que chacun - sauf mélancolie ou deuil pathologique - vérifie tôt ou tard. Autant le deuil est du côté de la mort, comme événement, autant il est du côté de la vie, comme processus. Il s'agit que la joie redevienne au moins possible, et le travail du deuil est ce qui le permet.

Cela vaut aussi, et *a fortiori*, pour la mort des autres. Montaigne, pour surmonter la mort de La Boétie, eut besoin d'écrire les *Essais*, pas moins. C'est dire qu'il n'y a pas de recette, et que chacun, face à l'horreur, se débrouille comme il peut. Mais c'est dire aussi qu'on peut surmonter sans oublier - accepter sans trahir. Le réel nous a dit *non*, et l'on peut certes refuser ce *non*, voire en dénier la réalité. C'est la voie de la souffrance et de la folie : Narcisse s'enferme dans sa blessure... Guérir (car si le deuil n'est pas une maladie, son issue ressemble fort à une guérison), c'est au contraire accepter cette perte : le deuil est fait, s'il peut jamais l'être totalement, quand on peut dire *oui* à tout (c'est en quoi le deuil achevé est la formule même de la sagesse¹⁴), et *oui* notamment

13. Montaigne, *Essais*, I, 20 (« Que philosopher c'est apprendre à mourir »), spécialement p. 89 de l'édition de Villey.

14. Il faudrait évoquer ici la grande figure de Svâmi Prajnânpad, sur lequel j'ai eu l'occasion de m'expliquer dans la préface du second tome de sa correspondance : *Les Yeux ouverts*, Paris, L'Originel, 1989. Voir aussi mon *Traité du désespoir et de la béatitude* (qui aurait pu s'appeler aussi bien : *Traité du deuil*), en deux volumes, Paris, PUF, 1984 et 1988.

à ce *non* qui, il y a quelques mois ou années, nous déchirait l'âme.

Mais comment y parvenir, demandera-t-on, si « nous ne savons renoncer à rien » ? Freud, juste après cette observation, ajoute : « Nous ne savons qu'échanger une chose contre une autre. » C'est donner le remède en même temps que le diagnostic. Il ne s'agit pas de ne plus aimer, ni d'aimer moins, mais d'aimer autre chose, et mieux : le monde plutôt que soi, les vivants plutôt que les morts, ce qui a eu lieu plutôt que ce qui fait défaut... C'est le seul salut : tout le reste nous enferme dans l'angoisse ou l'horreur. Car tout est éternel, certes (cet être qui n'est plus, et tout ce que nous avons vécu ensemble : éternellement cela restera vrai), mais rien n'est définitif que la mort. Aussi faut-il aimer en pure perte, toujours, et cette très pure perte de l'amour, c'est le deuil lui-même et l'unique victoire. Vouloir garder c'est déjà perdre ; la mort ne nous prendra que ce que nous avons voulu posséder.

J'écris cela en tremblant, me sachant incapable d'une telle sagesse, mais convaincu pourtant (ou à cause de cela) qu'il n'y en a pas d'autre, si tant est qu'il y en ait une, et que tel est à peu près le chemin sur lequel, ou vers lequel, et difficilement toujours, il nous faut avancer... Montaigne a tout dit en une phrase peut-être : « Tout contentement des mortels est mortel¹⁵. » Et aussi bien pourrais-je citer Épicure, Lucrèce, les stoïciens ou Spinoza... Celui-là prétendait ne penser à rien moins qu'à la mort, et que la sagesse est « une méditation non de la mort mais de la vie¹⁶ ». Sur ce dernier point, il avait évidemment raison ; mais penser la vie dans sa vérité c'est la savoir finie (nous ne sommes pas Dieu), et cela ne va pas sans quelque acceptation de la mort. Car la vérité ne meurt pas, c'est entendu, mais il n'en est pas moins vrai que nous mourrons... On m'a rapporté que Jankélévitch, c'était peut-être à propos de Spinoza, dit un jour à ses étudiants, se montrant lui-même, la main sur la poitrine : « Je vous présente cette chose étonnante : une vérité éternelle qui va mourir ! » C'est notre lot à tous, et c'est en quoi le deuil est notre destin et la figure pour nous de l'éternité. Seule la mort est immortelle, comme dit à peu près Lucrèce, et c'est ce qui définit le matérialisme : la vie n'est éternelle que tant qu'elle dure.

15. *Essais*, II, 12, p. 518.

16. Spinoza, *Éthique*, IV, proposition 67.

On connaît le mot de l'humoriste : « La vie est une maladie héréditaire, sexuellement transmissible, et mortelle. » Les vivants sont un groupe à risque, comme on dit maintenant, et le seul, et ce risque n'en est pas un : mourir, pour chacun, est l'unique certitude. Il faut donc s'aimer mortel ou ne s'aimer pas, et cela vaut aussi pour l'amour que nous portons à autrui. Tout amour des mortels est mortel, comme toute haine. Miséricorde à tous ! Compassion à tous ! C'est ce que le deuil nous enseigne au fond, difficilement, douloureusement, et par quoi il nous apprend quelque chose sur nous-mêmes et sur la vie. Quoi ? Peut-être ceci, qu'écrivait Mélanie Klein :

« Lorsque la haine est ressentie pleinement et que le désespoir est à son comble, l'amour de l'objet se fait jour, et la personne en deuil se met à sentir de plus en plus profondément que la vie intérieure et extérieure est appelée à continuer malgré tout, et qu'elle peut conserver en soi l'objet aimé et perdu. À ce stade du deuil, la souffrance peut devenir productive. Nous savons que les expériences douloureuses, quelles qu'elles soient, stimulent quelquefois les sublimations, ou font même apparaître des aptitudes tout à fait nouvelles chez certaines personnes : celles-ci se mettent alors à peindre, ou à écrire, sous la pression des épreuves et des frustrations. D'autres deviennent plus productives d'une façon différente, capables de mieux apprécier les gens et les choses, plus tolérantes dans leur rapport aux autres : elles deviennent plus sages¹⁷... »

Sagesse de mortels : sagesse du deuil.

Il y a deuil, disais-je, dès qu'il y a perte. Mais perte de quoi ? Les psychanalystes répondent un peu vite : de la mère, du sein, du bon objet... Ce serait là le deuil premier, dont tous les autres ne seraient que la reviviscence. Peut-être. Mais il se pourrait aussi, et l'un n'empêche pas l'autre, que « ce qui est perdu ne soit pas objet mais sujet », comme dit mon ami François George, que ce soit « l'essence même de notre être, cette maille qui file¹⁸ ». De notre être ou du temps, et cela sans doute revient au même : « Du fait de notre condition temporelle, nous portons une blessure par

17. Mélanie Klein, « Le deuil et ses rapports avec les états maniaco-dépressifs », *Essais de psychanalyse*, trad franç., Payot, 1982, p. 359.

18. François George, *Sillages*, Paris, Hachette, 1986, p. 60.