

Des actes, même symboliques, peuvent influencer notre quotidien

L'imaginaire ou la face cachée du réel

Pierre Burri

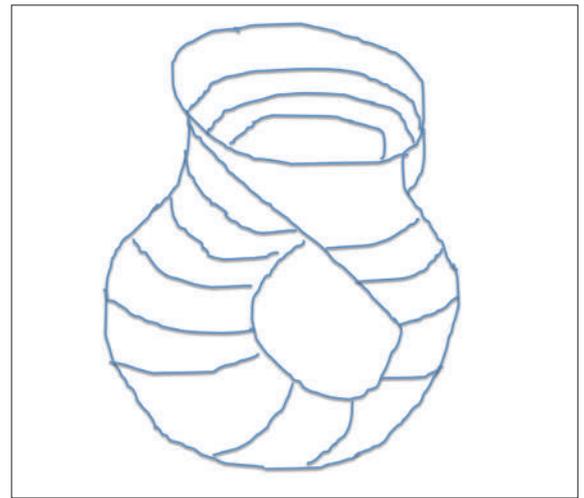
Résumé

F. n'a jamais pu faire le deuil de son enfant. Depuis le décès de sa fille, F. est prisonnier d'un sentiment de remords de n'avoir pas pu lui offrir le rituel convenable d'une sépulture. Depuis lors, F. est anxieux et dépressif, tiraillé par une sensation d'ambivalence anxio-gène: ses pensées penchent malgré lui vers le passé, alors que F. tente sans succès d'investir le futur. Nous avons proposé à F. d'essayer de sortir de cette sensation de désarroi, par un acte symbolique imaginaire, lui permettant d'accomplir enfin son deuil et d'aller de l'avant, libéré de son sentiment de culpabilité délétère.

Introduction

L'imaginaire permet de comprendre le réel. Les mathématiciens, par exemple, peuvent résoudre des problèmes concrets, grâce au nombre imaginaire i , découvert par Girolamo Cardano, médecin du XVI^e siècle [2]; l'imaginaire, en psychologie, n'est pas une métaphore du réel mais un constituant opératoire de notre pensée, qui permet de changer ou d'interpréter notre perception de la réalité!

Sur le plan cognitif, il n'y a rien de plus perturbant que d'être assailli par 2 pensées contradictoires: elles paralysent toute action et laissent notre esprit dans une situation chaotique et d'impuissance; on peut rompre l'ambivalence anxio-gène ressentie parfois au travers de nos sentiments ou dans certaines situations (qu'on peut représenter avec 2 symboles), en se dissociant des représentations symboliques contradictoires qui agitent notre pensée, par exemple, par la méditation [3] ou l'hypnose. On peut aussi créer, à partir de ces 2 représentations, une nouvelle représentation imaginaire «refuge». C'est par cette méthode que nous allons essayer de montrer, avec l'histoire de F., comment on peut sortir de la sensation d'ambivalence et de désarroi dans le cas d'un deuil impossible. Comme on l'a déjà montré [4, 5], c'est toutefois au travers de nos actes, réels mais aussi symboliques, que peuvent naître de nouveaux sentiments et donc des changements émotionnels permettant d'évoluer.



Esquisse d'un vase de Klein*, symbole imaginaire de l'ambivalence [1].

L'histoire de F., 48 ans

F. nous consulte parce que son médecin traitant a pris sa retraite et qu'il a l'impression d'une rechute de son humeur. Il est en traitement depuis de nombreuses années pour un état dépressif et des troubles paniques avec des antidépresseurs et des anxiolytiques. Par ailleurs, F. nous raconte d'emblée qu'il se sent coupable de n'avoir pu enterrer sa fille, décédée peu après sa naissance, il y a maintenant plus de 20 ans, car «il n'a pas pu récupérer les cendres pour pouvoir l'enterrer». En effet, un jour après la naissance de sa fille, celle-ci décède et l'hôpital incinère le petit corps sans rendre les cendres précieuses aux parents! F. prend contact avec d'autres parents qui souffrent du même malheur. Il rapporte que cette «perte» est ressentie comme si «en se promenant avec son enfant, celui-ci disparaît subitement et sans raison!» Malgré toutes les explications reçues, F. est rongé par le remords de ne pas avoir enterré sa défunte fille. Il n'en veut toutefois pas à la négligence de l'hôpital. Peu de temps après le décès de sa fille, les crises d'angoisses sont apparues. F. ressent une sorte de vide, comme s'il «manquait une

* L'utilisation du vase (ou bouteille) de Klein, pour symboliser l'ambivalence de la structure canonique des mythes amérindiens, a été proposée par C. Lévi-Strauss [1]. Le vase peut symboliser à la fois le contenant et le contenu, à la fois un tube et un pot, à la fois l'élimination et l'accumulation, etc.! On peut aussi utiliser ce symbole pour représenter l'ambivalence des sentiments dont on a décrit une structure quaternaire d'inversions qui s'apparente à celle des mythes et des proverbes [4].

Tableau 1: Les 5 étapes du deuil selon E. Kübler-Ross [6].

1. Dénî
2. Colère
3. Négociation
4. Dépression
5. Acceptation

étape entre l'avant et l'après décès!»! Dès lors, F. n'a pas pu accomplir le processus habituel de deuil qui, comme on sait, se termine généralement par l'acceptation (tab. 1). Par ailleurs, son épouse, nous confie-t-elle, est irritée par son attitude procrastinante et lui reproche de ne pas réaliser ses promesses: en effet, les travaux qu'il promet de faire dans son jardin sont sans cesse remis au lendemain. Il veut changer de travail, mais n'entreprend rien pour changer. En revanche, bien qu'ayant été très attristée par la disparition de leur fille, l'épouse de F. ne semble pas être affectée comme lui du manque de sépulture de leur enfant. F., de caractère introverti, ne lui a jamais confié son désarroi à ce sujet.

Ne pas connaître le sens de la souffrance est insupportable

F. rapporte aussi qu'il «a déposé une rose sur la tombe de son père pour que celui-ci puisse parler à sa fille disparue», comme si seul son père était dans la possibilité de communiquer avec S., sa défunte fille! F. est prisonnier d'une ambivalence délétère. En effet, son esprit est tiraillé par un sentiment de culpabilité de ne pas avoir accompli le rituel de mise en sépulture, mêlé du sentiment inverse de besoin de mérite impossible à obtenir ni de la part de sa fille ni de celle de son père, puisqu'il est trop tard maintenant...! Ce mélange de sentiments contradictoires est source d'anxiété pour F., car apparemment sans issue et qui l'empêche d'avancer dans ses projets. Le futur ne peut pas se construire sur un passé non accompli. On peut mieux comprendre maintenant l'anxiété de F. et sa tendance à la procrastination: remettre à plus tard, signifie pour lui, que toute tentative de s'investir dans l'avenir le ramène inexorablement vers son *passé* et paralyse toute action, car son *passé*, son deuil n'est pas accompli et se confond donc ici avec son *futur*!

Comment modifier la représentation du passé?

Nous demandons à F. s'il se sent capable de réaliser un rituel de sépulture symbolique pour sa fille, en lui proposant par exemple d'enterrer une photographie ou un objet, qui aurait appartenu à sa défunte fille.

F. possède en effet une échographie d'elle et se sent soulagé à l'idée qu'il n'est pas trop tard pour enfin offrir une sépulture à sa fille. A la fin de la consultation, F. dit qu'il «se sent délesté de 40 kg de poids sur les épaules!»... L'acte symbolique imaginaire lui a donc déjà donné de la force et de l'espoir! Il s'agit maintenant de le concrétiser.

Plus de 12 mois plus tard

Bien que son épouse ne soit pas convaincue de l'efficacité de cet acte symbolique, le jugeant inutile puisque si tardif, F. a tout de même réussi, après plusieurs mois d'hésitation, à procéder, en compagnie de son épouse, au rituel convenu. F. a donc offert à sa fille la tombe de ses grands-parents, où désormais, la jeune défunte repose en paix, protégée dans un cofret! De ce fait, F. a pu enfin faire le deuil de sa fille [6].

Epilogue

Actuellement, F. ne prend plus d'antidépresseur mais prend encore occasionnellement un anxiolytique le soir. Il peut enfin se lancer dans l'avenir, libre des contraintes que lui imposait son esprit.

Nous avons revu F. après une année. Il admet être moins hésitant qu'auparavant. Il se sent «revivre» et en confiance, les remords l'ont quitté: F. a trouvé la cause à son angoisse: le rituel accompli signifie que sa fille n'est plus pour lui une âme errante mais repose désormais en paix! Nous avons pu soulager une autre patiente des mêmes causes de souffrances et avec la même méthode. Depuis ces événements, l'hôpital prend soin désormais de rendre les cendres des jeunes défunts à leur parents.

Conclusions

Nous avons essayé de montrer comment des actes, même symboliques, peuvent influencer notre quotidien. Ces actes sont particulièrement importants pour accomplir le deuil, notamment en ce qui concerne le rituel social. On sait combien souffrent les survivants, lorsqu'ils ne peuvent enterrer leurs parents disparus: sans sépulture, ils ne peuvent pas entrer dans la paix de l'éternité**, car bien que *morts*, ils sont néanmoins symboliquement encore dans le monde des *vivants*! Cette ambivalence fait souffrir.

Nos sentiments peuvent perturber nos comportements et notre vie affective, en raison de leurs structures ambivalentes, dont les interactions contradictoires sont anxiogènes. La pensée imaginaire permet

** La notion symbolique d'éternité peut être définie selon une logique quaternaire d'inversions [4]. Si $x = \text{passé}$ et $y = \text{futur}$, le *présent* = $(xy)^2$, symbole imaginaire inverse et complémentaire contenant à la fois le *passé* et le *futur*. L'inverse du *présent* peut être symbolisé par $1/(xy)^2 = \text{éternité}$.

de lever ces contradictions par synthèse d'un nouveau sentiment, permettant de donner un sens à nos souffrances. Mettre en sépulture une photographie, un objet appartenant à une personne aimée, a la même valeur symbolique sociale que d'enterrer la personne défunte elle-même. Il manque parfois à notre réalité incomprise un élément pour comprendre et que notre pensée symbolique permet de combler. Le concret et le symbolique sont indissociables de notre pensée et, contrairement aux apparences, peuvent se combiner et s'influencer l'un et l'autre, créant ainsi des ponts vers de nouveaux concepts et

de nouvelles opportunités. En paraphrasant Pablo Picasso, on peut dire que «tout ce que l'Homme imagine est réel!» C'est bien ce qui le fait souffrir mais aussi le libère à la fois.

Correspondance:
Dr Pierre Burri
médecine interne générale
FMH
médecine psychosomatique
et psychosociale ASMPP
Rue de Lausanne 10
1950 Sion (Valais)
pierreburri[at]bluewin.ch

Références

- 1 Lévi-Strauss C. La Potière jalouse. Librairie Plomb, 1985.
- 2 Péter R. Jeu avec l'infini. Ed. Seuil 1977.
- 3 Revel J-F, Ricard M. Le moine et le philosophe. Nil éditions, 1997.
- 4 P. Burri. La douleur du corps et la révolte de l'esprit (2^e partie). PrimaryCare. 2012;12:23.
- 5 P. Burri. Emotion, Sentiment et Attitude. PrimaryCare. 2014;14:21.
- 6 E. Kübler-Ross. On Death and Dying. Scribner, 1997.