

L'Angoisse de mort dans l'accompagnement...

Un petit retour vers notre naissance. Le traumatisme de la naissance n'est pas une angoisse de mort pour le nouveau-né. Il faudrait pour cela qu'il ait diverses représentations psychiques pour qu'il sache dès sa naissance qu'il va mourir un jour... ! Comme cela n'est pas le cas, même si on peut admettre que son inconscient le sait déjà, l'angoisse de sa naissance est essentiellement une ANGOISSE de VIVRE. En effet, aux vues du « sentiment océanique » qui a baigné sa préhistoire, il ressent bien davantage de l'angoisse pour la vie qui s'ouvre devant lui que de l'angoisse de mort pour sa finitude. D'où le traumatisme de la naissance qui inaugure pour certains enfants du repli autistique et de la structure correspondante.

L'angoisse de mort de l'enfant viendra plus tard, à l'occasion d'une ou plusieurs « rencontres » réelles ou fantasmés avec l'événement de la mort (une mort dans la famille, un animal décédé, la lecture de contes, un film, des propos entendus, etc...). L'angoisse de mort de l'enfant a donc besoin de circonstances précises, doit faire « l'objet d'une occurrence », pour s'immiscer dans sa conscience. Si cette connexion n'a pas lieu « en l'occurrence », la mort ne sera pas une angoisse de mort, mais une PEUR de PERDRE quelqu'un ou quelque chose.

Le processus de l'angoisse de mort repose sur l'INTERIORISATION de la PERTE par l'IDENTIFICATION avec celle-ci. En effet, seule l'identification avec la mort d'un autre (objet ou personne), va engendrer l'angoisse de mort dont le sujet sera dès lors éternellement pourvu. Sans cette identification consciente, la mort de l'autre demeure une ANGOISSE de SEPARATION, qui mesurera certes la souffrance de la perte d'autrui, mais pas la sienne. Un enfant peut dire par exemple « Mon petit chat est mort, je suis triste car il m'a laissé seul ».

Pour l'adulte devenu, l'angoisse de mort est donc généralement établie. Cela signifie que tout adulte sait qu'il va devoir mourir un jour ! D'ailleurs c'est justement cette conscience-là qui autorise à penser le moment où l'on passe de l'enfance à la vie adulte. Ainsi, ceux qui étant adultes de corps, « ne le savent pas », sont soit des adultes infantiles, soit des malades psychotiques que l'angoisse de mort ne touche pas en tant qu'être-pour-la-mort, comme on dit en philosophie. Même l'ego de l'adulte qui croit naïvement à une forme d'immortalité mentale en ce qui le concerne, ne fait en fait que refouler dans son inconscient son angoisse de mort. Les tableaux montrent facilement que celui qui ne croit pas en sa mort ou celle de l'autre, laisse son inconscient y croire pour lui. Refoulement qui bien sûr rajoute à son angoisse de mort.

Puisque l'adulte sait en général qu'il va devoir mourir un jour, son angoisse prend surtout la forme de l'IMMANENCE c'est-à-dire de son contenu en tant qu'être. Il sait qu'il va devoir mourir, mais il refoule l'idée de se perdre dans cette mort en tant que Moi je, en tant qu'être. Il refuse de disparaître dans la mort, ce qui fait qu'il ne veut pas savoir que cet événement est là, quand il y arrive justement. Surtout ne pas savoir quand, où, comment ? On peut dire alors que son angoisse de mort le protège en quelque sorte de la PEUR de

SAVOIR. Glissement opératoire qui s'exprime dans le « ça n'arrive qu'aux autres », sachant qu'il se sait pourtant mortel. Ainsi, l'IMMINENCE de la mort (en gériatrie ou ben Soins palliatifs par exemple, mais pas seulement), **transforme plus ou moins rapidement cette angoisse en peur réelle.**

Dès lors, la personne mobilise des MECANISMES de DEFENSES riches et variés dont le DENI, le CLIVAGE et le CONTRE INVESTISSEMENT sont les plus fréquents. C'est pourquoi, dans l'accompagnement des sujets en fin de vie, la « victoire » se remporte (si victoire il y a) dans **l'assouplissement des défenses**, afin de **pouvoir contacter l'angoisse en la contrôlant** et **permettre au sujet d'élaborer sa mort en passant du refus à l'acceptation.**

Mais l'accompagnant est confronté à une problématique encombrée de dilemmes que l'on peut résumer ainsi : **il n'y a que les mourants qui ont peur, les accompagnants n'ont que des angoisses** ! Voyons le tableau clinique : Vous êtes au chevet d'un mourant qui est envahi de peurs conscientes et inconscientes, alors que nous n'avons que des angoisses pour générer de la relation. Cette situation est parfaitement absurde, car on essaie d'accompagner quelqu'un alors que nous ne ressentons pas du tout la même chose que lui. Il a peur, très peu même car ses angoisses ont désormais un objet (la réalité de son mourir à lui, imminent et inévitable). Et nous lui proposons, nous lui renvoyons, une angoisse diffuse pour quelque chose pour laquelle nous n'avons pas (encore) peur !?

Autre dilemme : devant une mort imminente que l'on accompagne, on ne peut plus (ou pas) résoudre les peurs, comme on résoudrait la phobie des araignées, des avions ou de l'eau. Qui pourrait prétendre aider quelqu'un à résoudre ses peurs quand il sait qu'il va bientôt mourir ? Non la peur de mourir n'est pas une phobie comme les autres, mais **un condensé, un résumé, une constellation de toutes les peurs archaïques, ancestrales, subjectives et opérationnelles en l'homme.** La peur de la mort récapitule toutes les angoisses et les phobies humaines, de l'appréhension la plus vague à la terreur la plus forte.

Si elle ne se résout pas, c'est qu'elle ne peut que se dépasser, se transcender, sans pour autant disparaître. L'accompagnement peut justement se positionner là, dans *l'exercice de la transcendance* (K.G Durckheim), l'alchimie de la métamorphose, travail d'élaboration psychique et spirituelle qui est le seul à pouvoir transcender l'évènement de la mort en naissance pour une nouvelle vie.

Il s'agit de pouvoir transformer la certitude et la peur de devoir mourir maintenant, en une autre certitude, celle qui concerne la confiance en la vie qui nous traverse, nous porte, nous pousse, nous habite, nous héberge d'un, en deçà de notre naissance, vers un au-delà de notre mort. C'est la METANOIA de ce passage du visible vers l'invisible, avec la même certitude que nous avons quand le soleil se couche à l'horizon, et que nous savons qu'il ne va pas mourir pour autant. Voilà pourquoi on devrait appeler ces services « les services du soleil couchant ».

EGOCENTRISME et SOLITUDE

Un constat simple, une prise de conscience soudaine m'interpelle en ce début d'année 2016 ! Je prends nouvellement conscience qu'une personne suffisamment égocentrée ne connaît jamais la solitude ! Oui, en vérité vécue, le « face à face narcissique du Moi au Moi » se suffit à lui-même. Nul être humain suffisamment égocentré n'a besoin d'autrui, donc ne souffre pas de la solitude relationnelle, mais éventuellement de solitude avec lui-même. Ainsi, être seul en face de soi-même, comme dans l'expérience spéculaire du miroir décrit par Lacan, est non seulement le signe précurseur que le Moi découvre l'image de son propre Moi, mais signifie que la solitude va être vaincue, justement en raison du narcissisme primaire qui fonde ce Moi quand, au premier regard, il s'éprend de lui-même. « Cas de figure » exemplaire (au sens propre du terme, puisque le Moi dans le miroir « figure » bien le Moi lui-même), mais en tout cas expérience narcissique pleine et entière, qui n'appelle aucune autre présence extérieure à lui-même en dehors de ce simple reflet de soi. Narcisse n'est donc jamais seul, puisque son image lui renvoie en permanence l'intégralité d'une présence sans faille, mais aussi sans les blâmes qui pourraient le défigurer ? Oui, le narcissisme protège le narcissique de sa solitude aussi sûrement que la solitude de Narcisse le protège pareillement de la présence de l'autre. Voyons de plus, que l'authentique égocentré est dans un état narcissique tel, qu'aucune fissure de son Moi ne peut venir accueillir l'autre en lui, ne serait-ce qu'à partir d'un infime évanouissement provisoire de son Moi propre. Faille narcissique qui n'existe pas en effet chez l'égocentré, puisque cette hypothèse indiquerait une craquelure dans le vernis de l'estime de soi, ce qui est tout à fait impossible ou tout du moins invisible pour lui. Il faut donc une vraie faiblesse du Moi, pour qu'autrui soit utile au narcissique égocentré, pour qu'il vienne au moment opportun combler avec précision, un manque réel d'amour de soi. Telle sont l'occurrence et l'importance de « la faille narcissique » chère aux névrosés, qui instaure les prémisses de la conscience de l'altérité, mais à condition de libérer le Moi de son autosuffisance autoproclamée. On peut donc en déduire que la vision totale du Moi dans le miroir devient pour l'ego, l'alter ego parfait ! Ainsi, si l'amour de soi est tend vers une totalité autonome, la solitude va être éternellement vaincue par la plénitude de cet ego sans faille car il se suffit à lui-même. Voilà pourquoi, on nomme solitude ce qui bien souvent n'est en fait que la marque d'un égocentrisme primaire tourné vers l'absolu d'être unique et seul. Voilà pourquoi la solitude est le plus souvent l'empreinte d'un narcissisme originel qui n'a jamais faibli avec le temps. Inversement, la solitude du Moi vient le plus souvent d'un égocentrisme défaillant ou d'un ego insuffisamment structuré. Dans ces cas, la solitude est l'effet d'une cause apparentée au « manque d'estime de soi », c'est-à-dire quand le Moi ne reçoit aucune réponse externe qui lui permettrait de « se narcissiser » suffisamment pour ne plus se sentir seul (ce qui équivaut d'ailleurs chez lui « à être le seul »). On est donc seul quand notre égocentrisme tombe du socle narcissique qui l'a vu naître, plutôt que dans le cas où l'autre n'est pas là, c'est-à-dire absent d'une relation espérée. Pour toutes ces raisons liées à l'ego humain, on peut en retenir que la solitude véritable n'existe que chez ceux qui, ont soit très peu d'ego, soit chez ceux qui l'ont globalement vaincu de leur vivant. En effet, seuls ces derniers se regardent

dans un miroir, mais ne perçoivent plus leur Moi, c'est-à-dire qu'ils ne voient plus l'image de leur narcissisme égo-centré mais uniquement le miroir lui-même. La solitude du Moi n'appartient vraiment qu'à ceux qui ont effacé leur narcissisme, vaincu leur égocentrisme et dès lors ont réussi à s'ouvrir en priorité à l'altérité. Rajoutons, que se regarder dans un miroir, ne plus se voir, mais percevoir que le miroir, c'est en fait apercevoir le Soi. Un miroir où nul ne pourrait se voir apporte bien la preuve manifeste, symbolique et vivante que l'ego a bien été effacé ou est en voie d'abolition. Symbolique double puisqu'elle témoigne aussi que le Soi a dès lors, été contacté, au-delà des empreintes laissées par l'ego. Le « miroir du Soi » ne nous renvoie plus notre image partielle, superficielle, car toutes les identifications se sont peu à peu dissipées. Ne subsiste alors que l'essence réelle et sacrée de ce que nous sommes, c'est-à-dire notre véritable identité, sans ego, sans narcissisme, mais entièrement dévouée à la... solitude d'autrui dans l'expression de sa souffrance d'ego socialisé.