

# Quelle place pour le réel dans le deuil ?

Si le « deuil » renvoie d'abord à la douleur psychique ressentie à la mort de quelqu'un – deuil vient du latin *dolere* : « souffrir » –, on élargit souvent sa définition pour désigner toute épreuve douloureuse traversée par une personne venant de perdre une chose à laquelle elle était attachée. Il peut s'agir d'un travail, d'une relation, d'un amour, voire d'une période de la vie avec les capacités ou qualités associées (l'enfance et son insouciance, la jeunesse et sa vitalité, *etc.*).

Le point commun de ces situations – décès d'un proche, perte d'un travail – est qu'il semble requis de la personne les affrontant de « faire » quelque chose, d'être en un sens « active » dans le processus du deuil. C'est ce que manifeste l'expression courante « faire son deuil », comme lorsqu'on parle du « travail de deuil ». Ainsi se dessine ici une distinction permettant de penser le deuil : d'une part, il s'agit d'une douleur, c'est-à-dire quelque chose dont nous pâtissons, et d'autre part, il désigne un processus au sein duquel nous devons être acteurs.

Ce processus par lequel nous acceptons une perte qui nous est infligée a été théorisé par la psychiatre Elisabeth Kübler-Ross. Elle dégage 5 phases devenues célèbres. Celles-ci ont été initialement conçues pour penser la réaction de patients auxquels l'imminence ou l'inéluctabilité de leur mort est annoncée. Ces phases ne sont donc pas toutes vécues par une personne confrontée au deuil, et elles ne le sont pas forcément dans cet ordre.

- 1 - **Déni** : Refus de croire à la réalité de la perte.
- 2 - **Colère** : Révolte face à la disparition, sentiment d'injustice.
- 3 - **Marchandage** : Chantage affectif adressé à l'équipe médicale (pour les fins de vie).
- 4 - **Dépression** : Sentiment que plus rien ne vaut la peine.
- 5 - **Acceptation** : Phase de démarrage possible de la résilience.

En se référant au dernier film de Xavier Dolan « *Tom à la ferme* », on peut s'interroger sur le rôle joué par le réel et sa prise en compte dans le processus du deuil. Tout d'abord, dans une perspective stoïcienne, on peut s'intéresser à la place occupée par la prise en compte de la réalité du caractère mortel ou inconstant de ce à quoi on était attaché :

« Ne dis jamais de rien : « *Je l'ai perdu* » mais : « *Je l'ai rendu.* »  
Ton enfant est mort ? Il a été rendu. Ta femme est morte ? Elle a été rendue. (...) Tant que possible, prends soin [de ce qui t'a été donné] comme d'un domaine étranger, comme ceux qui y passent font d'une hôtellerie. »

Ensuite, on peut s'intéresser à celle prise par la représentation fidèle de l'autre tel qu'il est, indépendamment de toute sacralisation (le deuil jouant parfois comme un facteur d'idéalisation des qualités du défunt pour lui rendre hommage). On peut se demander si la difficulté du deuil ne repose pas en partie sur cette idéalisation. Serions-nous si triste de perdre l'autre, si nous cessions de lui dresser cette statue honorifique dans laquelle peut se refléter notre narcissisme ? N'y-a-t-il pas une part de déni de réalité dans le deuil et dans cette glorification posthume de l'autre ?