

Le deuil ... a-t-il encore une place dans notre société?

Claude Y. Genton

Dans notre société moderne d'inspiration dite libérale (qui devrait donc par définition être tolérante et généreuse), on se doit d'être jeune, beau, riche, entreprenant, souriant, en bonne santé et surtout «rentable» pour être considéré, voire respecté. Dans un tel environnement, les personnes en deuil ont beaucoup de peine, non seulement à exprimer leur douleur et leur désarroi, mais encore et surtout à faire accepter à leur entourage aussi bien personnel que professionnel, qu'elles sont passagèrement privées d'une partie de leurs moyens, momentanément tristes, si ce n'est dépressives, parce qu'atteintes au cœur de leur être, suite au décès d'un proche dont la présence était précieuse et dont la perte est infiniment douloureuse ... La mort et le traumatisme émotionnel qu'elle entraîne pour les survivants seraient-ils considérés aujourd'hui comme une maladie honteuse? ... de quelque chose qui ne devrait pas (plus) exister? ... On pourrait presque le croire!

Or il est indiscutable qu'un deuil, parfois à l'origine d'une dépression réactionnelle de gravité variable, doit être «digéré», ou comme on dit, «surmonté» avec le temps ... Et ce n'est certainement pas en dissimulant son état de tristesse, en niant sa détresse, en refoulant ces larmes qui viennent spontanément, en étouffant les sanglots qui montent dans la gorge, que l'on va favoriser cette guérison nécessaire de l'âme, bien au contraire! Cet état de tristesse, avec toutes ses conséquences dans la vie quotidienne et professionnelle, durera d'autant plus longtemps qu'il sera tenu secret, que son expression sera refoulée, son existence même niée. Ne faudrait-il pas plutôt prendre exemple sur certaines traditions ancestrales d'autres populations, souvent dites primitives? Leurs rites concernant la mort et le deuil sont bien différents de ceux que nous connaissons dans notre civilisation occidentale? La différence essentielle réside dans le fait qu'en cas de décès, donc de deuil, c'est toute la communauté qui se sent concernée, et pas seulement

quelques individus isolés. Les membres de ces communautés n'hésitent pas à franchir des centaines de kilomètres, dans des conditions souvent précaires, voire dangereuses, pour participer aux funérailles d'un/e des leurs. Ces cérémonies qui durent souvent plusieurs jours sont marquées par des veillées collectives auprès du mort et accompagnées de pleurs intarissables et de lamentations bruyantes, de la part des femmes surtout. Certains en sourient, d'autres ironisent, eh bien, ils ont entièrement tort! De pouvoir ainsi fournir un exutoire à sa douleur, d'avoir ainsi la possibilité d'exprimer sa souffrance dans toute sa profondeur, sans barrière aucune, au milieu des siens et en communion avec eux, représente un moyen thérapeutique sans aucun doute infiniment plus efficace que tout antidépresseur! ... Si seul le deuil consécutif à un décès a été évoqué jusqu'ici, n'oublions pas qu'une «situation de deuil» intervient chaque fois qu'un individu est atteint dans sa personne physique ou psychique, qu'il perd un élément occupant une place importante dans son existence, par exemple lors de l'amputation d'un organe, d'un membre, d'une invalidité par maladie ou accident, d'un licenciement ou d'une mise forcée à la retraite anticipée, d'une séparation ou d'un divorce, etc. Et soyons bien conscients que chacun/e d'entre nous, enfant ou adulte, peut un jour ou l'autre être la victime d'un tel coup du sort. Il s'agira alors de faire son deuil de la perte subie, vivre des périodes de souffrance et traverser des tunnels obscurs qui semblent parfois sans fin.

Ayons donc le courage et l'honnêteté, non seulement d'assumer, mais encore d'exprimer nos états d'âme, même s'ils sont empreints de désarroi et de tristesse profonde. Et surtout accordons ces mêmes droits à toutes celles et tous ceux qui font partie de notre entourage, que ce soit dans le cadre familial, social ou professionnel. Le deuil fait aussi partie de la vie, au même titre que les instants de bonheur et les périodes fastes.