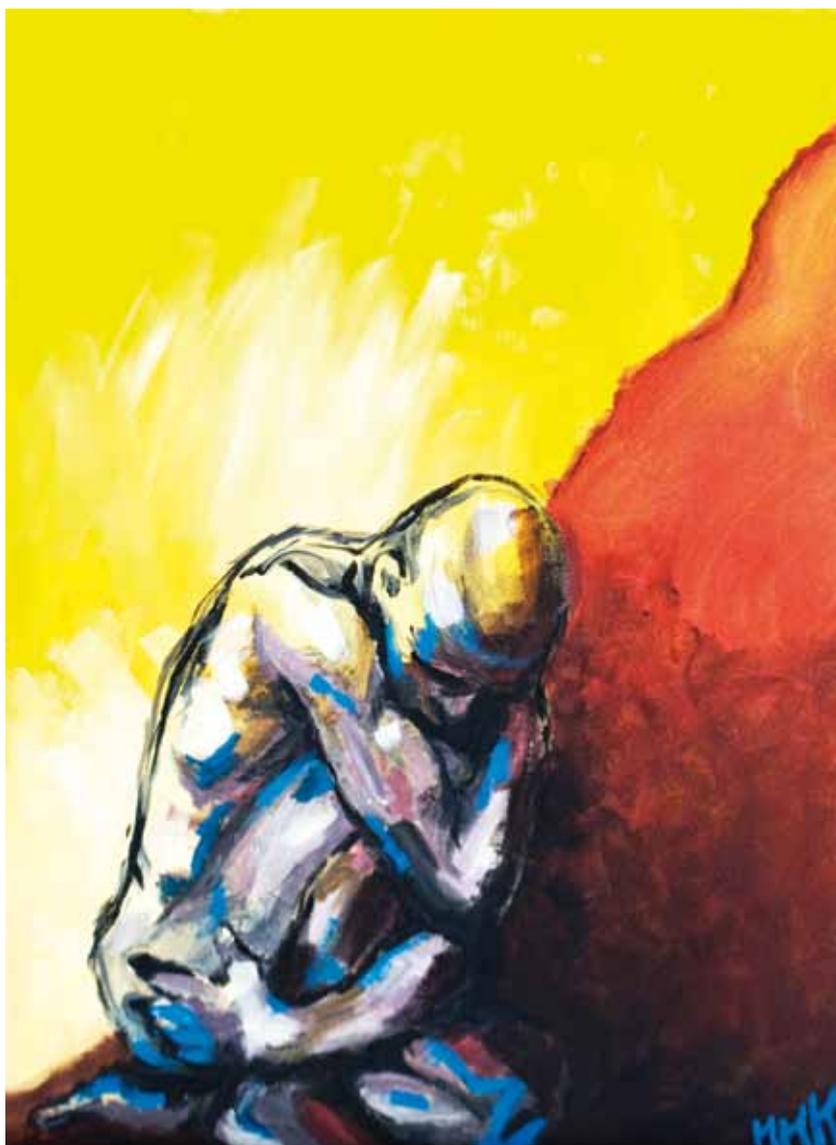


Philippe Le Ferrand

Psychiatre coordinateur
Équipe Mobile Psychiatrie Précarité
Centre hospitalier Guillaume Régnier

L'envers de la spiritualité : le nihilisme existentiel



Spiritualité et santé mentale s'articulent en jouant de leurs contours flous, rendant délicate toute tentative de définition. À la frontière du psychisme, des croyances et des valeurs individuelles et collectives, la spiritualité parle du sens de la vie. Elle s'oppose classiquement au matérialisme mais trouve son envers dans le nihilisme existentiel du non-sens de la vie qui lui, interroge la santé mentale. On ne peut pas parler de spiritualité sans parler de cet envers qui était appelé « acédie » au moyen âge lorsque le doute et la perte de sens menaçaient les anachorètes. L'acédie était pour l'église ce que le nihilisme existentiel est pour l'individu postmoderne qui perd sa foi dans le contrat social. Dans les deux cas, l'expérience porte en elle le sentiment de vanité

de toute chose marqué par l'indifférence, le dégoût et l'inertie, un chagrin inconsolable qui ôte aux événements leur réalité.

Le nihilisme existentiel n'est pas un nihilisme philosophique (le nihilisme de la disparition de la transcendance chez Nietzsche et Sartre), politique (Tourgueniev) ou littéraire (Céline), c'est un nihilisme lié à l'être et à la perte de familiarité du monde et du contact vital avec la réalité lorsque l'individu n'habite plus le monde, mais est colonisé par lui. Dans ce désaccordage entre soi et le monde l'individu a le sentiment de perdre le contrôle de son existence et de son autonomie. Il a un vécu de dérive, d'errance, d'absurde et de fatalisme. Le monde nihiliste est un désert anémique au sens de Durkheim¹, c'est-à-dire déserté par l'émerveillement et le sens, par autrui et par l'espoir. Pour Winnicott, le nihilisme est la soumission à la réalité extérieure : « *Le monde et tous ses éléments sont reconnus mais seulement comme ce à quoi il faut s'ajuster et s'adapter. La soumission entraîne chez l'individu un sentiment de futilité associée à l'idée que rien n'a d'importance* »².

Il ne s'agit pas du vide de la dépression mais d'un sentiment de l'absurde qui n'est que le dépit de ne pas croire. Contrairement à la dépression qui est une crise du « pouvoir » : « *je voudrais mais je n'y arrive pas* », le nihilisme est une crise du « vouloir » : il y a une démotivation dans un « *à quoi bon* » résonance entre trois vides, vide du monde et vide de soi et vide des autres. Le nihilisme se traduit aussi par la perte du « valoir » (Les valeurs, les qualités). C'est pourquoi l'individu se pose la question : « *Que faire* », « *Pourquoi faire quelque chose plutôt que de ne rien faire* », « *Pourquoi faire quelque chose puisque ça ne vaut pas la peine* ».

« Le nihilisme apparaît comme la métaphore du lien social contemporain et l'expression du malaise existentiel dans lequel certains individus sont placés du simple fait de leur exclusion sociale. »

« *Le nihiliste n'est pas celui qui ne croit en rien, mais celui qui ne croit pas à ce qui est* »³ dans la nostalgie de ce qui aurait pu être. L'ennui profond est alors l'impossibilité d'expérience et l'apathie la perte du « *devoir faire* », donc de la valeur de l'action. Le nihilisme apparaît comme un deuil du sens de la vie qui comporte comme le deuil des réactions de colère sous la forme de cynisme, d'amertume, de ressentiments et de dérision. Cette colère sans objet (la destructivité) trouve une dérivation dans l'auto-sabotage, le dégoût du monde devenu insensé et l'envie de le détruire. Sous le « *à quoi bon* » nihiliste, c'est tout à la fois la valeur du monde, de soi et des autres dont il est question.

1 E. DURKHEIM - Le suicide - 1897, Paris - Alcan

2 D. WINNICOTT - Jeu et réalité, l'espace potentiel - 1975, Paris - Gallimard

3 CAMUS - L'homme révolté - 1951, Paris - Gallimard

Le nihiliste vit en permanence le scénario de l'attente et de la déception infiniment répétée : « *j'attends quelque chose qui doit arriver, je me prépare mais ça n'arrive pas et en même temps ça n'arrête pas de vouloir arriver* ». Le « *pouvoir faire* » serait là si les choses en valaient la peine mais « *il n'y a plus rien à faire* » signe la déception devant l'absence d'action possible dans un monde où le sujet se sent étranger.

La société dans son ensemble est absurde

Dans le nihilisme on passe d'une logique de vie à une logique de survie pour échapper à la déception. La vie psychique se réduit à un fonctionnement opératoire sans plaisir ni imagination ni projet. Le sujet survit dans un repli du temps, un maintenant étroit dans lequel le passé, temps de l'histoire et le futur, temps du désir sont impossibles à penser. Puisque tout est privé de sens et qu'il ne se passe rien, tout devient insipide dans une pure passivité à l'égard d'un monde où la seule raison d'agir est de se laisser conduire par ses besoins ou de se révolter sous la forme d'une rage destructrice. Le nihilisme devient une révolte destructrice qui tourne en rond générant en retour des angoisses de non-sens et de vide. Il n'est pas la révolte active qui reste la capacité à dire « non » et à agir en conséquence, c'est une révolte passive contre le « *rien à faire* » qui aboutit à l'agitation destructrice ou à l'auto-exclusion d'un monde disqualifié.

Dans le « *à quoi bon* » de la dévalorisation du monde, c'est aussi la valeur de soi qui est en jeu : il y a un sentiment de son propre manque de valeur, auto-dévalorisation qui se traduit par l'amertume, la disqualification de soi et l'absence en soi qui est la perte du projet de devenir soi-même.

Le « *à quoi bon* » traduit aussi une dévalorisation de la rencontre avec autrui qui se révèle aussi inintéressant que soi-même. L'individu se sent exilé au milieu des autres incapables de répondre à ses attentes. C'est pourquoi dans la relation à autrui il y a un refus de toute légitimité à avoir un pouvoir sur soi dans un individualisme exacerbé et une revendication de liberté sans contrainte qui veut juste signifier la fuite d'une humanité infréquentable. Cette solitude individualiste peut aboutir à la « *désolation* » au sens d'Arendt⁴ lorsque le sens de l'humanité commune disparaît avec toutes ses conséquences de disparition d'empathie, de solidarité et de confiance en autrui.

L'épidémie de nihilisme a des causes multiples et intriquées

Son origine se trouve aussi bien dans la psychopathologie des fragilités narcissiques de l'individu que dans une réaction adaptative à un environnement agressif ou la perte de reconnaissance sociale particulièrement en jeu dans la précarité et l'exclusion car être ignoré attaque toujours le narcissisme et altère la confiance en soi et le sentiment d'identité.

Le nihilisme permet de se fermer à la violence du monde mais coupe aussi de toute possibilité de plaisir et d'émerveillement dans le désenchantement, le mépris et le dénigrement.

Le nihilisme apparaît comme la métaphore du lien social contemporain et l'expression du malaise existentiel dans lequel certains individus sont placés du simple fait de leur exclusion sociale. Il est une crise de foi dans les valeurs sociales car il est le résultat d'un effort d'adaptation sans fin à une civilisation marquée par le divertissement, l'addiction (la consommation sans limite), l'accélération du temps, la perte des limites et de finalité collective. Le nihilisme pose la question de l'adaptation lorsque celle-ci est une tyrannie qui ne sert plus la vie. Il est une réaction à « *l'impuissance apprise* »⁵ qui caractérise l'individu en « *burn out existentiel* » lorsqu'il ne peut plus agir par lui-même pour diriger son énergie et sa vie vers un but valable et s'y épanouir. Il a perdu ses qualités de « *sujet transcendantal* » qui est un « *je peux* » indissociable de sa participation au monde qui l'entoure et auquel il donne un sens⁶. Il n'est pas une identité sociale qui est la construction d'un autre moi servant la vie en société mais une non-identité qui donne l'impression de n'être rien dans un monde absurde ou pourtant tout est possible : l'homme sans qualité de Musil.

« La souffrance de l'incroyance absolue peut aussi trouver des solutions dans la vie elle-même lorsque le sujet nihiliste rencontre enfin la sollicitude d'un autre, thérapeute ou non qui permet de redonner sens à la vie. »

La souffrance de ne pas croire peut bien sûr trouver des solutions pathologiques comme l'adhésion aux croyances prêtes à porter des sectes totalitaires qui fournissent un potentiel séducteur d'illusions au désir de croire.

Une autre solution beaucoup plus courante est tout simplement l'addiction lorsque la recherche de l'ivresse dans l'alcool ou les drogues s'apparente à une forme dévoyée de spiritualité si on se réfère aux cultes animistes dans lesquels la prise de substance psychotrope ouvre à la connaissance du monde. L'ivresse toxique n'est en effet qu'une forme d'ivresse en général (ivresse mystique, amoureuse, esthétique, sensorielle) qui donne une dimension supplémentaire à l'existence par la recherche de modification de la conscience. Elle délivre de la soumission aux contraintes sociales. Elle permet d'échapper à sa condition en donnant puissance et vitalité. Elle permet le détachement des pesanteurs terrestres et l'oubli de soi. Grâce à elle l'individu en prise avec le nihilisme existentiel fait la découverte miraculeuse de la solution absolue qui permet enfin d'être soi-même et en contact avec le divin.

Heureusement, la souffrance de l'incroyance absolue peut aussi trouver des solutions dans la vie elle-même lorsque le sujet nihiliste rencontre enfin la sollicitude d'un autre, thérapeute ou non qui permet de redonner sens à la vie.

⁴ A. ARENDT - Les origines du totalitarisme - 1951, Paris - Gallimard

⁵ M. SELIGMAN - Helplessness - 1975, San-Francisco - Freeman

⁶ M. MERLEAU PONTY - Phénoménologie de la perception - 1945, Paris - Gallimard