

DIMANCHE

Comment se préparer à mourir ?

« On ne sait jamais comment terminer les choses. Et pour cause, ça n'arrive qu'une fois. Aucun mode d'emploi n'a jamais été écrit là-dessus... alors il faut improviser. »

Irvin D. Yalom¹⁸⁹

Il n'en pouvait plus, n'arrivait plus à rien. Mais il a pensé à tout. Il a pris rendez-vous avec son notaire, réglé les questions d'héritage, laissé des lettres à ses proches, à ses collaborateurs aussi. Il a préparé ses vêtements, le revolver, la balle. Il a même payé ses factures en retard. Ceux qui retrouveront son corps constateront qu'il avait tout prévu, préparé son suicide comme on organise un voyage.

Le kamikaze, lorsqu'il prémédite son attentat suicide, « se prépare » lui aussi à mourir. Il s'agit même souvent d'une préparation encadrée, à l'image d'une

189. Irvin D. Yalom, romancier et psychiatre américain, *Apprendre à mourir*, Galaade Éditions, 2005, p. 163.

préparation militaire, avec ses aspects pratiques (armement, camouflage, questions financières...) et ses aspects théoriques (sens de ce sacrifice, « théologie appliquée »...)

Dans les deux cas, se préparer à mourir, c'est tout faire pour cela, vouloir la mort comme une délivrance ou un moyen d'obtenir quelque chose : la fin de la souffrance, une victoire remportée contre l'Occident ou simplement une place au Paradis, une somme d'argent pour sa famille...

Mais si nous pensons que la mort ne nous apportera rien, qu'elle est au contraire *privation* de ce qui nous est le plus cher, bref si nous ne voulons pas mourir, si même nous voulons tout faire pour vivre le plus possible, « se préparer à mourir » a-t-il simplement un sens ?

Il est difficile de se préparer à quelque chose dont nous n'avons jamais fait l'expérience. L'expression « ma mort » n'a probablement pas grand sens. Le deuil de mes proches me souffle que je peux mourir mais ne me dit rien de « ma mort », parce que je reste là, parce que la vie continue. La mort comme état de mort ne peut être directement expérimentée. Nous ne rencontrons finalement que les conséquences de la mort : le cadavre, le deuil, la tristesse, les rendez-vous chez le notaire, la nécessité de l'adieu, le remords... Nous rencontrons aussi les prémisses de la mort : la maladie, la vieillesse, l'ébranlement existentiel. Mais nous ne rencontrons pas la mort ; nous ne pouvons nous la représenter. Nous ne savons même pas ce qu'elle est, si elle ouvre sur l'infini ou sur le néant,

nous jette dans le Tout ou dans le rien du tout. Comment alors nous y préparer ?

D'ailleurs, que le suicidaire ou le kamikaze « s'y préparent » ne signifie pas qu'ils soient, à l'instant de leur mort, véritablement prêts. Peut-être entrevoient-ils alors, en un atroce éblouissement, que cet ultime renoncement les laisse devant la mort complètement démunis. Peut-être saisissent-ils, à l'instant de mourir, que c'est de ne pas renoncer à la vie qui nous y prépare le mieux.

Tant de sagesse ou de religions, qui bien sûr n'invitent ni au suicide ni au terrorisme, nous proposent au contraire de nous préparer à mourir en renonçant, *dès maintenant*, à ce que la mort nous obligera à abandonner. Le bouddhisme, le platonisme, Arthur Schopenhauer, nous invitent ainsi à renoncer à la vie violente des passions, à la vie inutile de nos souffrances, à la vie superficielle de notre corps...

Se préparer à la mort, est-ce *faire le vide*, anticiper sur ce que la mort exigera de nous ? Ou au contraire *faire le plein*, se hâter de se remplir d'impressions et de vie, de passions et d'expériences pour accueillir la mort d'un éclatant « Je suis prêt : j'ai vécu ce que j'avais à vivre » ?

1. Notre refus de la mort nous empêche de nous y préparer.

S'il semble difficile de se préparer à mourir, il est tout aussi difficile de ne pas s'y préparer. Les pessimistes et les nihilistes aiment à répéter que nous

sommes accueillis dès notre naissance par un billet nous condamnant à mort, sur lequel il ne manque que la date et l'heure. Ne pouvant pas ignorer ce qui nous attend, il serait alors de simple bon sens de nous y préparer. Mais encore faudrait-il que nous acceptions d'y penser.

Notre condition humaine peut en effet être approchée par ce paradoxe : nous sommes les seuls, parmi les êtres vivants, à savoir que nous allons mourir, et pourtant l'essentiel de nos activités humaines procède d'un souci, soit de ne pas penser à la mort, soit de la combattre par tous les moyens.

Des techniques de survie des premiers hommes aux productions les plus élaborées de l'art ou de la religion, toute la culture humaine est animée par ce souci de vaincre la mort, de la surmonter, de dépasser le cadre naturel de notre vie individuelle. Voilà probablement pourquoi nous avons tant de mal à nous préparer à mourir. S'y préparer, ce serait l'accepter, s'y résigner – non tout faire pour *la vaincre*. Il y a en nous un homme qui veut être plus fort que la mort, ne veut pas s'y préparer parce qu'il ne veut pas l'accepter. Les religions lui proposent souvent un « au-delà », certaines philosophies de toucher par la pensée une vérité *éternelle*, les œuvres d'art de communiquer avec les morts, ou avec des hommes qui ne sont pas encore nés. En ce sens, la culture est déni de la mort. La tradition est encore un peu de la présence des morts, et déjà un peu de la présence des hommes de demain. Vouloir transmettre nos savoirs aux générations futures est une façon de refuser la mort, comme d'ailleurs de dialoguer avec eux, ce que

l'écriture nous permet. Se préparer à mourir, ce serait accepter la « loi » de la nature, d'appartenir au règne du vivant au même titre que la plante qui grandit, se tend, puis se fane et s'éteint. Mais notre existence humaine tout entière témoigne de ce refus. Par nos rites funéraires, nous prenons soin des morts un peu comme s'ils étaient vivants... Tous ces soins soulignent aussi combien, à la différence de l'animal, nous sommes inquiets à l'idée de laisser le corps du défunt rejoindre simplement la nature. Ils montrent combien nous sommes attachés à l'image que nous garderons de lui, témoignent d'un souci de la mémoire qui est aussi, à sa façon, un refus de la mort.

« Se préparer » à la mort, l'accepter, exige de nous une humilité inouïe quand notre culture tout entière traduit une attitude inverse : un combat acharné contre la mort, une volonté de la neutraliser.

Certaines caractéristiques de notre temps viennent renforcer la difficulté. Il est devenu de plus en plus rare de voir mourir quelqu'un. On meurt de moins en moins à la maison. La mort devient souvent une mort anonyme à l'hôpital, et l'hôpital une machine à produire des cadavres. C'est comme si nous ne voulions plus voir la mort, non plus parce que la Culture est quête de ce qui perdure, mais sous une forme autrement plus concrète : nous ne voulons plus voir *les morts*, et les mourants encore moins. La mort n'est plus vaincue mais refoulée. De nombreux rites funéraires survivent difficilement à l'urbanisation moderne. Le rassemblement de tous « les siens » autour du mort se heurte à l'éparpillement géographique des membres de la famille, au coût des

déplacements et au fait que les hommes meurent de plus en plus loin de leur lieu de naissance. Pour résumer le tout d'une image : les cortèges mortuaires ne sont plus possibles dans les embouteillages. Nous ne voulons plus ici être plus forts que la mort. Nous semblerions plutôt, d'une façon faible ou lâche, vouloir éviter de nous y confronter. Mais la conséquence est la même : nous ne nous y préparons pas, nous essayons encore de lui échapper. La durée de la « veille » est menacée par la nature d'une époque qui ne prend plus le temps pour rien. Les conditions de l'économie moderne empêchent la plupart d'entre nous de veiller plus d'une journée un proche décédé. Il faudrait s'interroger longuement sur cette donnée très simple : légalement, un salarié qui perd un des ses parents n'a droit qu'à trois jours de congé. Ce n'est pas ainsi, en assumant de moins en moins le deuil de nos proches, que nous nous préparons à mourir.

« N'ayant pu guérir la mort, les êtres humains se sont avisés, pour se rendre heureux, de n'y point penser », soulignait Blaise Pascal¹⁹⁰. Les travaux de Sigmund Freud¹⁹¹ nous permettent de comprendre plus en profondeur un tel rejet. Si nous avons bien conscience de notre mort inéluctable, « notre inconscient ne croit pas à la mort personnelle, il se conduit comme s'il était immortel¹⁹² » parce qu'il est

190. Pascal, *Pensées*, pensée 168, Garnier, 1961, p. 119.

191. Freud, « Considérations actuelles sur la guerre et sur la mort », dans *Essais de psychanalyse*, Payot, 1915, p. 31.

192. Freud, « Considérations actuelles sur la guerre et sur la mort », dans *Essais de psychanalyse*, Payot, p. 42.

constitué de pulsions qui ne visent que des buts « positifs », que nous voulons au plus profond de nous : vivre, jouir, posséder... « Rien de pulsionnel en nous ne favorise la croyance en la mort. Peut-être même est-ce là le secret de l'héroïsme », conclut alors Sigmund Freud. Un tel refus de regarder la mort en face se traduit par l'accent souvent mis sur la cause soit disant *occasionnelle* de la mort : accident, maladie, grand âge...

Freud distingue néanmoins la mort des autres, ennemis ou étrangers, que nous n'avons aucun mal à envisager, de notre propre mort, que nous ne pouvons même pas nous représenter, que nous n'arrivons pas à tenir pour réelle. Si nous n'avons aucun mal à accepter la mort des « ennemis » ou « étrangers », c'est au fond parce qu'il y a en nous un fort désir de tuer que nous ne voulons pas voir, comme nous ne voulons pas voir notre propre mortalité. C'est une autre façon de ne pas reconnaître la réalité de la mort. « Chaque jour, à chaque heure, dans nos motions inconscientes, nous écartons de notre chemin ceux qui nous gênent, ceux qui nous ont offensés ou lésés. Le “Que le diable l'emporte”, qui nous vient si souvent aux lèvres [...] et qui signifie en réalité “Que la mort l'emporte”, c'est dans notre inconscient un désir de mort sérieux et plein de force¹⁹³ ». Ainsi, dans notre inconscient, la mort de nos « ennemis » ne nous pose aucun problème – elle est même souvent désirée – tandis que la nôtre semble ne pas exister.

193. Freud, *ibid.*, p. 43.

Un tel contraste permet de prendre la mesure du refus de notre mortalité.

C'est bien un tel refus qui éclate au grand jour lorsque nous perdons un être cher. Cette mort-là, au contraire de celle des étrangers, nous renvoie à la nôtre. Nous sommes soudain obligés de faire dans la douleur l'expérience de notre mort possible. Un être aimé qui part, n'est-ce pas une partie de soi qui meurt ? Parfois même, dans le temps de la déflagration, nous ne voulons pas être consolés ou avons ce désir, comme dans le poème d'Heinrich Heine, de « suivre dans la mort ceux que nous aimons ». Nous supportons la perte de l'être aimé d'autant moins que nous passons notre temps à refouler la mort. En sacrifiant le temps de l'accompagnement du mourant comme celui du deuil, nous hypothéquons aussi notre équilibre psychique ultérieur. Et nous vivons de moins en moins bien de ne pas nous préparer à mourir. C'est peut-être d'ailleurs la mort que nous vivons de moins en moins bien : la mort de ces êtres que nous aimons mais n'accompagnons plus, notre mortalité qui nous angoisse mais que tout aujourd'hui aspire à nous cacher.

« Si tu veux supporter la vie, organise-toi pour la mort¹⁹⁴ », proposait au contraire Sigmund Freud, adaptant le vieil adage : « Si tu veux la paix, arme-toi pour la guerre ». Il faudrait alors, pour mieux vivre, pour mieux supporter aussi la mort des êtres aimés, « se préparer à mourir ». Mais comment faire ?

194. Freud, *ibid.*, p. 46.

2. *Se préparer à mourir, c'est renoncer à la vie.*

Puisque la mort nous obligera tôt ou tard à renoncer à ce qui, ici-bas, nous attache à la vie, « se préparer à la mort », pour peu que cela ait un sens, exigerait de nous que nous sachions, dès maintenant, rompre avec nos *attaches*.

La meilleure façon de se préparer à la mort est de ne pas s'attacher à la vie, ou en tout cas à ce qui, dans cette vie, est périssable : cet amour par exemple qui nous attache à des êtres, cette ambition qui nous attache à des postes de pouvoir, ces affects qui nous lient aux êtres ou aux choses, et nous font souffrir.

L'étrange dieu Ganesh – une tête d'éléphant sur un corps de Bouddha – tient souvent une hache dans la main droite et une corde dans l'autre. La hache signifie qu'il nous faut savoir, de notre vivant, couper les liens superficiels qui nous retiennent à la vie. Si la mort est définie comme *privation*, et nous effraie à ce titre, alors privons-nous-en dès maintenant et il n'y aura plus rien à craindre. Nous pourrions jouir de la sérénité du détachement et même de la liberté, puisque plus rien ne nous liera. À l'inverse, si nous ne sommes pas capables de nous défaire de ces liens, la simple idée de la mort nous procurera les pires souffrances, pour ne rien dire de la mort elle-même, qui est le déchirement absolu : l'abandon de ce à quoi nous tenons le plus. Ne plus tenir à rien de ce qui nous retient ici-bas, c'est être prêt à mourir.

Quant à la corde que Ganesh tient dans son autre main, elle n'est pas faite pour se pendre, contrairement

à ce que rétorqueront les allergiques à ce genre de sagesse, mais pour se rapprocher des aspirations les plus hautes, s'élever à la contemplation de l'*impermanence* de toute chose. Il faut regarder la vie entière comme un spectacle, embrasser d'un regard impassible ce fleuve où défilent nos désirs et nos peines. S'attacher, si rien ne dure, c'est se préparer les pires tourments. Tout est transitoire, tout glisse comme le paysage derrière la vitre d'un train. Se préparer à mourir, c'est s'imprégner de cette impermanence. Voilà ce que nous propose le bouddhisme, à travers les trois premières « nobles vérités » du Bouddha : 1. La vie est souffrance. 2. La souffrance est causée par l'attachement (aux objets, aux idées, aux individus, à la *survie elle-même*). 3. Il existe un antidote à la souffrance : la cessation du désir, de l'attachement, du moi. En résumé : pour se préparer à mourir, il faut déjà mourir un peu.

Il suffit de prendre l'exemple de l'amour pour comprendre tout ce qui nous laisse insatisfaits dans une telle proposition. Se préparer à la mort de l'être que nous aimons, ce serait donc rompre notre attachement à lui, pour supporter le jour où sa mort nous y contraindra. Il faudrait ne plus aimer cet être éblouissant, *mourir déjà à cet amour* pour se préparer au jour où la mort nous l'arrachera... Autant le dire clairement : nous ne pouvons probablement pas ne pas nous attacher, et nous n'en avons surtout aucune envie. De toute façon, seule une vie monastique rendrait possible un tel détachement absolu. Il y a dans cette sagesse bouddhiste un renoncement qui nous

heurte – nous, Occidentaux, serait-on tenté de préciser.

Le plus troublant est alors de constater que bon nombre de sagesse ou de philosophies occidentales, et pas des moindres, nous proposent des « préparations à la mort » ressemblant fort à celle du bouddhisme, pleines elles aussi d'un fort renoncement, pour ne pas dire d'une forte *morbidité*. Les stoïciens nous enjoignent, exactement comme les bouddhistes, à ne pas nous attacher, et Platon écrit que « philosopher, c'est apprendre à mourir ». Il s'agit encore de « mourir à son corps », de s'élever, de son vivant, au-dessus de ce corps périssable pour accéder à un niveau d'existence supérieur, à la contemplation intellectuelle des idées éternelles. La philosophie de Platon est souvent présentée comme une des racines du rationalisme occidental mais, à bien des égards, on y retrouve la hache et la corde du dieu Ganesh. La hache : il nous invite à couper les liens avec notre corps, cette prison charnelle où notre âme est tombée, avec ces sens qui trompent notre raison. La corde : il faut là aussi s'élever sans cesse vers le ciel des idées. Se préparer à mourir, c'est ici encore savoir se détacher de l'inessentiel. On retrouvera d'ailleurs souvent cet argument dans l'histoire de la philosophie, chez Arthur Schopenhauer notamment. Nous pourrions prendre quantité d'autres exemples de ces invitations au renoncement, à une sagesse immobile comme la mort dont elle se veut l'anticipation, à ce détachement qui nous paraît tellement décevant dès lors que nous sommes justement attachés à cette vie, aux êtres que

nous rencontrons, aux buts que nous poursuivons dans la souffrance et l'impatience.

Il y a en fait, dans toutes ces sagesse ou philosophies qui nous proposent de nous préparer à mourir, une idée implicite de la mort qu'il est temps de démasquer. C'est peut-être en effet parce que nous ne la partageons pas que nous ne sommes pas convaincus.

La mort nous permet en fait selon Platon, et surtout selon son maître Socrate, d'atteindre l'objectif que nous poursuivions par la philosophie : nous débarrasser du corps. « Philosopher, c'est apprendre à mourir » ne signifie pas simplement qu'il faut apprendre à ne plus craindre la mort, mais aussi et surtout à s'élever au-dessus de toutes ces expressions du corps, souffrances comme plaisirs, qui gênent le parfait épanouissement de notre esprit. Voilà l'implicite : la mort est un Bien. La meilleure façon de s'y préparer est alors de s'en convaincre.

Les philosophes ont souvent voulu nous « préparer à mourir » par des exercices spirituels visant à nous soulager de notre crainte de la mort. Ils utilisaient alors l'argument, célèbre chez Épicure, d'une mort qui n'est pas un mal, qui ne fait pas mal, qui est en fait *indifférente* : la mort en effet n'est *rien* pour nous parce que, tant que nous sommes vivants, la mort n'est pas, et lorsque la mort est, c'est nous qui ne sommes plus. Il n'y aurait donc rien à craindre. Dire que la mort, loin d'être simplement indifférente, représente un Bien, constitue une étape supplémentaire dans l'argumentation. La mort n'est plus pour Socrate un anéantissement effrayant, mais la vie de

la pensée enfin rendue à elle-même, enfin allégée du fardeau de ce corps. Socrate semble vraiment *prêt* à mourir. Il ne tremble pas, rassure ses disciples et boit la ciguë. Il s'y préparait en effet depuis des années : à chaque fois qu'il s'élevait par la pensée en dialoguant avec un interlocuteur, il n'avait qu'un désir – ne plus être un corps, pouvoir atteindre la pensée pure. Et voici que la mort lui offre cette possibilité. Se préparer à mourir aujourd'hui, en adaptant alors le message socratique, ce serait savoir s'élever, au cœur de notre vie, de notre amour pour un être par exemple, à la réflexion sur la valeur éternelle de l'amour, percevoir tout le reste (l'amour des corps, la présence de l'autre...) comme inessentiel au regard du fait que cet amour *vaut* pour toujours, et alors ne plus craindre que la mort nous l'enlève. On peut trouver la « préparation » un peu trop théorique... Les bouddhistes nous proposent de nous préparer à la mort d'un être aimé en cessant de l'aimer, Platon en n'aimant plus à travers lui que l'idée éternelle de l'amour. Mais dans les deux cas, la mort est pensée comme un Bien, et il semble que « se préparer à mourir » n'aille pas sans un rejet, une haine de la vie, du corps, et précisément du sexuel.

La promesse d'une authentique « préparation » risque de n'être pas tenue. Se préparer à mourir se réduit trop souvent à une simple réévaluation positive et théorique de la mort. Ainsi un autre argument classique, visant à nous convaincre que la mort est un Bien, est-il de présenter notre immortalité, si elle n'était que la continuation de notre vie, comme ennui

abyssal... Plutarque évoque¹⁹⁵ ce récit de deux frères, Cléobis et Biton, fils d'une prêtresse argienne, qui implorent la déesse de leur offrir le plus beau cadeau qu'un dieu ait jamais offert à un homme, et sont retrouvés morts le lendemain matin. Cette idée d'une mort délivrance culmine chez Arthur Schopenhauer : elle y est vue comme une bénédiction, la fin de cette angoisse que constitue notre « existence de bipède », un retour à cette non-existence miraculeuse qui était la nôtre avant de naître. « Si nous frappions sur les tombes et demandions aux morts s'ils aimeraient revenir à la vie, ils secoueraient la tête », conclut Arthur Schopenhauer en un passage devenu le mot d'ordre du pessimisme.

Un tel déferlement de pensées morbides mérite d'être questionné. Mais il y a d'abord une sorte de faute logique dans la plupart de ces raisonnements. Que signifie « la mort est un bien » si le mort, qui n'est plus, ne sent plus rien, est incapable de constater que la mort est ce bien ? Or, la plupart de ces penseurs n'envisagent aucune forme de survie individuelle... De plus, si la mort est vraiment un bien, pourquoi ne pas justifier le meurtre ? Pourquoi en voudrait-on à ceux qui offrent ce « bien » aux autres ?

Plus fondamentalement, « se préparer à mourir » ressemble ici souvent à *vouloir* la mort. Nous avons commencé par opposer la façon de se préparer à mourir du suicidaire à celle du bouddhiste ou de certains philosophes, qui nous proposent aussi de

195. Plutarque, *Consolation à Apollonios*, dans *Œuvres morales*, Les Belles Lettres, 1985, t. II.

« renoncer » mais sans nous inviter au suicide. Mais si la mort est un bien, pourquoi ne pas se suicider ? D'ailleurs, Socrate se suicide puisqu'il refuse la possibilité de son évvasion...

Si nos grands hommes s'étaient préparés à mourir comme Bouddha ou Socrate nous y invitent, auraient-ils réalisé leurs œuvres ? Si l'on est persuadé de l'impermanence de toute chose, comment vouloir laisser une œuvre dans l'Histoire ? L'idéal monastique du Bouddha procure probablement la sérénité, mais à quel prix... Dostoïevski aurait-il écrit *Les Possédés* s'il avait été serein ? Victor Hugo aurait-il écrit avec la même rage s'il s'était « préparé à mourir » ?

C'est probablement parce qu'ils ne veulent pas mourir, parce qu'ils la refusent au plus profond d'eux-mêmes, qu'ils s'épuisent ainsi à vouloir laisser une œuvre, à « mourir plus loin que la mort », comme l'écrivait Maïakovski¹⁹⁶ des poètes. À l'inverse, c'est parce qu'ils veulent mourir et s'entraînent à mourir déjà *avant la mort* que les bouddhistes ou les sereins ne nous laissent d'autre œuvre que le souvenir d'une silhouette s'effritant peu à peu, s'évaporant comme une flaque sous le soleil. C'est bien là notre but, répondraient-ils évidemment : se fondre dans le flux, retrouver l'impermanence, cesser de souffrir de nos attachements à la vie, mourir enfin. Mais ce n'est pas le nôtre. Si nous ne pensons pas la mort comme un bien, comment nous y préparer ? Si nous pensons que la vie est le Bien, comment nous préparer à la quitter ?

196. Vladimir Maïakovski, *Poèmes 1913-1917*, Messidor/Temps actuels, 1984.

Lorsque Sigmund Freud écrivait : « Si tu veux supporter la vie, organise-toi pour la mort », il ne nous demandait en aucun cas de vouloir notre mort, et encore moins de vivre maintenant comme si nous étions déjà morts. Il voulait dire, au contraire, que la meilleure façon de vivre, la plus intéressante en tout cas, était de vivre avec la pensée de la mort, de prendre pleinement conscience du risque de la mort, donc de cesser de fuir l'idée de notre mortalité. Il est vrai que les bouddhistes ou les stoïciens nous enjoignaient eux aussi à ne plus la fuir, mais c'était pour nous offrir l'apaisement, la sérénité, là où Sigmund Freud vise une intensification de notre existence. « La vie s'appauvrit, elle perd de son intérêt, dès l'instant où dans les jeux de la vie il n'est plus possible de risquer la mise suprême, c'est-à-dire la vie elle-même¹⁹⁷. » Sigmund Freud ne nous invitait ni au renoncement ni au détachement, mais nous proposait pourtant « de nous organiser pour la mort ». Serait-il possible de se préparer à mourir d'une façon non morbide ?

3. Se préparer à mourir, c'est vivre ce qu'on a à vivre.

Faudrait-il alors, pour se préparer à mourir, non pas *mourir un peu* mais au contraire *vivre beaucoup* ? En quoi une telle intensification de l'existence tiendrait-elle lieu de préparation à la mort ?

197. Freud, *ibid.*, p. 33.

Pour répondre, nous pouvons proposer une autre définition de la mort : peut-être n'est-elle ni un bien en soi, ni un mal en soi, mais *un bien ou un mal selon les circonstances*. La mort qui frappe un être en plein devenir, qui ne s'est pas réalisé dans l'existence, n'est pas la même que celle qui vient cueillir un vieillard entouré de ses enfants et de ses petits-enfants, rempli du souvenir et de la fierté de tout ce qu'il a accompli. Se préparer à mourir, c'est peut-être alors vivre. Mais une telle proposition peut s'entendre de deux façons très différentes. Soit multiplier les expériences les plus diverses, en recherchant le maximum d'intensité, pour épuiser dans une manière de boulimie toutes les possibilités que la vie nous réserve. Soit faire des choix et privilégier certaines dimensions de l'existence, justement parce que la mort peut surgir à tout moment.

Examinons d'abord la première : épuiser la vie. Il ne s'agit pas simplement d'éprouver les affects les plus extrêmes ou de vivre les situations les plus diverses, de mépriser le bouddhiste qui « fait le vide » en faisant le plein d'impressions et de rencontres. Il peut s'agir aussi, en atteignant cette intensité, ou plus précisément le moment où cette intensité, alors à son comble, s'apprête à retomber, d'entrevoir ce qu'est la mort. Ne parle-t-on pas de l'orgasme comme de la « petite mort » ? Ne dit-on pas des grands voyages, lorsqu'ils nous obligent à quitter nos habitudes et nos proches, que « partir, c'est mourir un peu » ? Lorsque le sommeil nous impose son diktat après une journée bien remplie, lorsque nous nous écroulons après une

nuit blanche, n'avons-nous pas un avant-goût de notre mort prochaine ?

Mais il est difficile de savoir si de tels affects ont vraiment quelque chose à voir avec la mort, s'il ne s'agit pas que de simples métaphores. De plus, nous n'aurons jamais « épuisé la vie ». D'autres expériences seront toujours possibles. Nous ne serons donc jamais « prêts » à mourir. Les individus qui cherchent ainsi à diversifier la palette de leurs émotions, voire ceux qui frôlent la mort dans des expéditions extrêmes ou l'abus de drogues, sont le plus souvent des êtres qui ont peur de la mort, la fuient beaucoup plus qu'ils ne s'y préparent, ou alors sont suicidaires, et donc encore une fois *la veulent*. Or, nous cherchons ici une façon de nous préparer à mourir compatible avec notre désir de vivre. Que vaut une vie passée à rechercher l'intensité émotionnelle si nous n'en comprenons même pas le sens ? Nombre de ces jouisseurs, boulimiques de la vie, se retrouvent sur le divan, soudain cloués par une angoisse de mort. La psychanalyse nous invite au contraire à assumer nos choix, à répondre de nos choix passés comme à essayer de reprendre le pouvoir sur nos choix futurs.

Comme nous n'avons qu'une vie, et qu'elle risque d'être interrompue à tout moment, « se préparer à mourir » peut signifier alors choisir ce qui est important, ne pas s'éparpiller dans une multiplicité de quêtes mais essayer de réaliser ce que nous voulons vraiment avoir accompli avant de mourir. Rechercher partout l'intensité maximale peut même devenir un obstacle à cet accomplissement. Nous pouvons prendre différents exemples de ces choses *que nous*

devons faire avant de mourir, tant dans la sphère privée que dans la sphère « professionnelle ».

Nous pouvons dire, par exemple, que ne pas emporter dans sa tombe un secret de famille est une façon de se préparer à mourir. Dans *Un secret*¹⁹⁸, Philippe Grimbert raconte comment il a délivré son père de son secret de famille, la mort d'un de ses enfants, son propre frère donc, déporté par les nazis. Non seulement le dévoilement de ce secret libère son père d'un poids trop lourd à porter, qui explique une bonne part de ses ratés jusque-là, mais en plus il libère Philippe Grimbert lui-même, lui permet de mieux comprendre son enfance, tant de ressentis et d'inhibitions qui étaient restés inexpliqués. Emporter avec soi dans la mort un secret de famille, c'est interdire aux survivants de comprendre leur histoire, les condamner à la souffrance spécifique de celui qui ne comprend pas pourquoi il souffre, celle qui donnera des névroses et plus tard des psychoses. Nous pouvons dire, de même, que demander pardon à ceux que nous aimons et avons fait souffrir, se réconcilier avec ses enfants, ou avec ses parents, si les difficultés de la vie nous ont séparés, est une façon de se préparer à mourir. C'est d'ailleurs l'inverse de ce que nous demandent les bouddhistes : au lieu de briser nous-mêmes nos liens pour n'être pas surpris par la mort, nous les renouons pour n'être pas détruits par une mort nous interdisant à jamais de renouer de tels liens. Se préparer à mourir, c'est alors se demander :

198. Philippe Grimbert, *Un secret*, Grasset, 2005.

qu'est-ce qui est vraiment important ? Qu'est-ce que je dois privilégier ? Qu'est-ce que je ne dois pas emporter dans ma tombe ? Qu'est-ce que je dois laisser ici, comme exemple, comme réalisation de soi, comme legs à ceux que j'aime ? Qu'est-ce que je dois *délivrer* ? *Qui* est-ce que je dois délivrer ? La mort de nos proches peut être l'occasion d'un tel questionnement, et à ce titre nous préparer un peu à la nôtre.

Nous comprenons mieux pourquoi la philosophie de Platon nous paraissait si discutable. À cette question : « Qu'est-ce que je dois privilégier ? », il répond : la vie contemplative du sage. Et les autres hommes ? Et le monde des hommes ? Et l'objectivation de ma valeur en cette courte vie ? Pour se préparer à mourir, il propose de *philosopher*. Comment expliquer qu'un des philosophes qui ont donné naissance à notre civilisation se détourne ainsi de la vie ?

Se préparer à mourir, c'est plutôt faire, et même se hâter de faire, ce que nous estimons avoir à accomplir. Et c'est aussi cesser de perdre sa vie dans des activités où nous ne nous accomplissons pas. Cela implique donc une introspection, voire une authentique psychanalyse, si on définit l'analyse comme une façon de découvrir son désir profond¹⁹⁹. Tous ceux qui accompagnent les mourants le constatent : la peur de la mort est d'autant plus forte que les mourants ont l'impression d'avoir raté leur vie, d'avoir eu une vie inachevée, d'avoir manqué d'amour, de chance, bref de ne pas s'être réalisés. Au contraire, l'impression

199. Voir Pierre Rey, *Une saison chez Lacan*, Points Seuil, 2003.

d'accomplissement atténue la peur de la mort. Voilà qui détruit l'argument de tous les pessimistes et de tous les nihilistes, d'Arthur Schopenhauer à Émile Cioran, pour qui la mort est un bien qui nous délivre de la souffrance et de l'humiliation. Si tel était le cas, ceux qui ont été le plus humiliés par la vie verraient la mort venir comme on voit venir une délivrance. Ils n'auraient pas *plus* peur que les autres. D'ailleurs, Arthur Schopenhauer se contredit lui-même, et pas n'importe où, dans le dernier fragment de ses notes autobiographiques. Lui qui a toujours dénoncé la vie comme une imposture, « un pendule oscillant, de droite à gauche, de la souffrance à l'ennui²⁰⁰ », un fardeau dont la mort nous allège toujours trop tard, écrit pourtant ceci : « J'ai toujours espéré que ma mort serait facile, car, à la différence des autres hommes, le solitaire s'y entend en cette affaire. Au lieu de finir dans les singeries dont sont capables les lamentables bipèdes, c'est joyeux que je retournerai là d'où une grâce m'avait laissé partir, conscient d'avoir rempli ma mission²⁰¹ ». S'il se réjouit d'avoir « rempli sa mission » ici-bas, c'est bien que cette vie ne vaut pas *rien*, qu'elle n'a pas été faite que de souffrance et d'ennui²⁰², et qu'une vie accomplie nous prépare mieux à la mort que le renoncement.

200. Schopenhauer, *Le Monde comme volonté et comme représentation*, PUF, 1996, t. I, p. 323-325.

201. Voir *Schopenhauer et les Années folles de la philosophie*, de Rudiger Safranski, PUF, 1990.

202. Pour une critique pertinente de ce pessimisme poseur, voir Nancy Huston, *Professeurs de désespoir*, Actes Sud, 2004, notamment p. 49, 69.

La mort n'est donc pas un bien, mais elle est d'autant moins un mal que nous avons accompli dans notre vie ce que nous « devons » accomplir. On voit parfois des individus, condamnés à mort par une maladie, continuer à vivre *exactement comme avant*. Au lieu de rompre avec leur activité de médecin, de paysan, d'artiste, d'homme politique... et de partir expérimenter des affects ou des lieux inconnus, au lieu de renoncer dès maintenant à la vie en anticipant leur mort par un suicide, ils continuent à exercer leur profession comme si de rien n'était, pour peu bien sûr que leur santé le leur permette et que les souffrances les épargnent. Il s'agit souvent dans ces cas-là d'êtres qui se réalisent dans leur voie, y objectivent le sens de leur existence et y obtiennent une reconnaissance. Là où d'autres, qui n'ont pas trouvé leur place dans le monde ni le sens de leur vie, seraient tentés par le suicide comme par une ultime délivrance, ou une ultime liberté, ils se préparent à mourir en continuant simplement à faire ce qu'ils savent faire de mieux, à s'accomplir. C'est en tout cas, selon eux, la meilleure façon de s'y préparer.

Cela ne signifie pas, bien sûr, qu'ils soient *prêts* à mourir. Si la vie bat encore, réclame encore son lot de joies et d'expressions de toutes formes, si la vie est comme l'écrit Friedrich Nietzsche, « ce qui toujours doit se surmonter soi-même²⁰³ », ce n'est pas parce que nous nous accomplissons sur cette terre et nous sommes réconciliés avec ceux que nous aimons, que nous sommes prêts à mourir.

203. Nietzsche, *Ainsi parlait Zarathoustra*, GF-Flammarion.

Probablement tremblons-nous moins que ceux qui emportent dans la tombe la certitude du malheur de leurs enfants et de leurs échecs répétés, mais nous ne sommes pas pour autant prêts à mourir. Un être a-t-il un jour épuisé toutes les possibilités de son être ? Non, pouvons-nous espérer. La mort vient alors toujours trop tôt. Aurons-nous un jour suffisamment de reconnaissance ? Non, répond Hegel, justement parce que nous sommes mortels, le savons et, au fond, ne pouvons l'accepter. Cette inquiétude est telle qu'il nous faut alors cette consolation, la reconnaissance des autres hommes. Mais l'inquiétude est telle que nous n'en aurons jamais assez. Encore une fois, même pour ceux qui « se réalisent », la mort vient toujours trop tôt.

Nous pouvons essayer de nous préparer au mieux à mourir, mais en sachant que nous ne serons jamais vraiment prêts.

Notre vie organique elle-même se définit comme refus de la mort. Le médecin Bichat²⁰⁴ définit ainsi la vie comme « l'ensemble des fonctions qui résistent à la mort », ce qui fait résonner le propos freudien sur la vitalité de nos pulsions les plus profondes. « Être, c'est persévérer dans son être », écrivait déjà Baruch Spinoza, préfigurant la définition nietzschéenne d'une vie cherchant toujours à se « surmonter elle-même ». Pourquoi insister ainsi ? Pourquoi une telle énumération de citations ? Parce que dans leur

204. Anatomiste et physiologiste français (1771-1802).

beauté même, dans la vérité qu'elles portent, elles nous soufflent déjà qu'il vient un temps où cette vie se retire, où les forces résistent de moins en moins bien à la mort, où il est de plus en plus difficile de persévérer dans son être, où la vie cherche toujours à se surmonter elle-même mais n'y arrive plus. Cela s'appelle vieillir. Finalement, la vie vieillissante nous prépare doucement à la mort, nous retire même parfois jusqu'à la force de la craindre, nous habitue à renoncer avec une force de conviction autre que celle des bouddhistes ou d'Arthur Schopenhauer. Nous ne renonçons pas à tout en même temps, mais, peu à peu, nous renonçons au travail, à certains plaisirs, à la santé, à marcher, à conduire, à conduire seul sa vie... Nous ne voyons plus ces proches qui ont vieilli plus vite et que la mort nous a ravis, ni ce conjoint qui est parti avant, qui nous a laissé seul après des décennies de vie ensemble. C'est tout juste si nous n'aurions pas préféré être à sa place... Mais nous apprenons à renoncer à eux.

La mort est l'impossibilité de toute possibilité ultérieure, écrit Martin Heidegger²⁰⁵. La vieillesse nous familiarise progressivement avec l'impossible. Il est d'abord impossible d'entendre correctement, ensuite de se lever... et puis un jour il devient impossible de vivre.

205. Martin Heidegger, *L'Être et le Temps, Qu'est-ce que la métaphysique*, Gallimard essais, pp. 140-163.

Dimanche

La vie qui se retire peu à peu nous prépare à la mort autrement plus efficacement que les prêches des religieux ou les raisonnements des philosophes. Inutile de demander à Ganesh de nous prêter sa hache ou aux stoïciens des conseils pratiques pour nous détacher de la vie. Le temps qui passe et fatigue notre corps défait peu à peu tous les liens qui nous retiennent à la vie. C'est vrai, nous l'acceptons d'autant mieux que nous avons fait, à *temps*, ce que nous estimions devoir faire. Les satisfactions que nous retirons de la vie, la vie elle-même qui se retire doucement sont d'un plus grand secours que les belles théories.