

ÉLÉMENTS PREMIERS POUR UNE PHÉNOMÉNOLOGIE DE LA SOUFFRANCE

Jean-François Dupeyron

Association de recherche en soins infirmiers | « Recherche en soins infirmiers »

2012/1 N°108 | pages 22 à 29

ISSN 0297-2964

Article disponible en ligne à l'adresse :

<https://www.cairn.info/revue-recherche-en-soins-infirmiers-2012-1-page-22.htm>

Distribution électronique Cairn.info pour Association de recherche en soins infirmiers.

© Association de recherche en soins infirmiers. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

MÉTHODOLOGIE

Éléments premiers pour une phénoménologie de la souffrance

First elements for a phenomenology of suffering

Jean-François DUPEYRON

MCF en Philosophie à l'Université de Bordeaux 4

Agrégé de philosophie

EA 4574 Sciences, Philosophie, Humanités

Jean-François DUPEYRON, ancien instituteur public, est agrégé de philosophie et maître de conférences en philosophie à Bordeaux (Université Montesquieu). Il est impliqué depuis 1998 dans la formation des enseignants et des personnels d'éducation, au sein de l'IUFM d'Aquitaine. Il y assume la responsabilité du master « *Accompagnement pédagogique des adolescents* ».

Ses axes de recherche empruntent trois voies principales :

- la souffrance à l'école, dans une approche phénoménologique et herméneutique ;
- la citoyenneté et l'exclusion ;
- les usages des éléments transcendants de l'éducation.

RÉSUMÉ

Le contexte d'émergence de la thématique de la souffrance professionnelle appelle la recherche de moyens de compréhension et d'action pour saisir ce que recouvre la notion de « souffrance ». Dans cette optique, la pratique phénoménologique déploie une méthode de reconduction de notre regard vers le phénomène concret éprouvé par le Soi souffrant, au plus près de son expérience vive et intime. Cette méthode, faite de suspension du jugement, de conversion réflexive et de variation eidétique, permet d'obtenir une forme de connaissance d'une qualité différente de celle obtenue par les procédures objectivantes ; on décèle alors quelques traits saillants de la souffrance phénoménale : la passivité, l'entrelacement et l'incertitude, entre autres. Cette approche résolument « à hauteur d'homme » peut intéresser les professionnels des métiers à autrui, notamment dans le cas des métiers du soin, avec la double visée de l'accompagnement des souffrances d'autrui et de la résistance à la souffrance professionnelle croissante.

Mots clés : pratique phénoménologique, expérience vive, souffrance.

ABSTRACT

The context of emergence of the theme of the professional suffering requires the research of means to understand the notion of « suffering » and to act. In this sense, the phenomenological practice displays a method to lead our glance to the concrete phenomenon felt by the suffering Self, in closer of his alive experience and innermost sense. This method, made of suspension of the judgment, of reflexive conversion and of eidetic variation, helps to obtain an other quality of knowledge than the knowledge obtained by the objectivized procedures. Thus, we find several prominent dimensions of the phenomenal suffering : the passivity, the interlacing and the uncertainty, among others. This « man level » approach may interest the professionals in the jobs of the relations, especially in the caring sector, with the double aim of the accompaniment of the suffering and of the resistance against the growing professional suffering.

Key words : phenomenological practice, alive experience, suffering.

Pour citer l'article :

DUPEYRON JF. Éléments premiers pour une phénoménologie de la souffrance. Recherche en soins infirmiers, mars 2012 ; 108 : 22 - 29

Adresse de correspondance :

Jean-François DUPEYRON : j-f.dupeyron@wanadoo.fr

INTRODUCTION

La question de la souffrance est loin de constituer une nouveauté dans le champ de la réflexion sur la condition humaine. Mille ans de chrétienté triomphante ont permis, par exemple, une abondante production « savante » sur le sujet. De même l'essor du mouvement ouvrier en Europe au dix-neuvième siècle a contribué à populariser l'idée d'une souffrance des exploités. Plus récemment, l'avancée en Occident de la médecine et l'allongement de la durée de la vie ont créé pour les professionnels du soin une forme de familiarité, sinon de proximité, avec la souffrance des patients.

Par contre, ce qui est nouveau réside dans l'émergence d'une thématique nouvelle : celle de la souffrance au travail, de la souffrance essentiellement professionnelle. Différentes corporations sont en effet marquées par des faits tragiques, tels des suicides de salariés sur leur lieu de travail, faits qui semblent constituer la face la plus spectaculaire d'un mal profond : la maladie du travail dans le contexte de l'hypermodernité néolibérale. La clinique du travail a donc vu son audience et ses enjeux s'accroître au fur et à mesure que l'opinion découvrait la question du « malaise dans l'activité professionnelle ». Or l'essor de cette question s'accompagne fréquemment de différents discours qui euphémisent la souffrance pour la renommer « épuisement » ou « stress » et pour en proposer une compréhension limitée à ses manifestations et à ses symptômes les plus embarrassants pour le corps social : les arrêts de travail, les baisses de rendement, les absences, les démissions, les gestes de désespoir – traiter les « troubles musculo-squelettiques » étant alors une réponse ergonomique, mais réductrice, à la souffrance des salariés. Il semble que cette compréhension objectivante ne puisse pas nous renseigner sur la nature intime de la souffrance, en raison de son enfermement dans une conception trop extériorisée. C'est pourquoi la pratique phénoménologique peut ouvrir son champ d'investigation en direction d'un territoire qui paraît être étrangement le plus difficile à explorer – car situé dans l'intériorité de la souffrance intime – alors qu'il est justement le plus proche du vécu du sujet. En délimitant ainsi la souffrance comme un « phénomène », la phénoménologie veut alors rabattre sa compréhension sur l'expérience vive et multidimensionnelle que le Soi souffrant en fait selon un mode singulier, mais au sein d'une expérience humaine partagée. Il s'agit donc ici, après avoir décrit les traits saillants du contexte d'émergence de la question de la souffrance professionnelle, de décrire les éléments premiers de la pratique phénoménologique en indiquant pour finir quelques-unes des pistes que celle-ci défriche dans son cheminement vers une compréhension qualitative de la souffrance du Soi humain.

LES DEUX MÂCHOIRES D'UN ÉTAU

À l'heure actuelle, le thème de la souffrance au travail s'inscrit dans un double processus : le retournement de l'individualisme sur lui-même et la pratique d'un nouveau mode de gestion

des individus dans les relations sociales et professionnelles. Ce double processus fonctionne comme un étau dont la pression se fait désormais forte sur les individus hypermodernes.

■ Le retournement de l'individualisme hypermoderne sur lui-même

Le premier axe de l'étau fait peser sur l'individu une masse d'incertitudes, rançon de sa vie prétendument libérée au sein d'un monde qui devrait être sans aspérités, et bâti comme une « page personnelle », un espace personnel, un forfait sur mesure, consommé « à sa guise ». Dans ce monde fantasmatique, l'individu est censé vivre libéré des englobants sociaux et des pesanteurs déterministes : il y vient « comme il est » pour y bâtir son bonheur sur mesure. Lasch, Lipovetski, Gauchet ont étudié ce nouvel univers dans lequel l'individu est posé comme premier, flottant librement dans l'apesanteur supposée d'une société déliée des entraves.

Ainsi pour Gauchet [1], l'individu contemporain a en propre d'être le premier individu à vivre en ignorant qu'il vit en société ; il n'est pas organisé au plus profond de son être par la précedence du social et par l'englobement au sein d'une collectivité, avec ce que cela a impliqué en termes de sentiment de l'obligation et de sens de la dette. Mais cette pseudo-libération ne va pas sans faire apparaître des maladies de l'âme, en premier lieu des troubles de l'identité, des pathologies du vide intérieur : à force de vouloir qu'il n'y ait pas de rapport entre ce que j'étais hier, ce que je suis aujourd'hui et ce que je pourrai être demain après un nouveau « relookage », il finit par naître une incertitude radicale sur la continuité et la consistance de soi. Suis-je encore quelque chose, hors de cette puissance de mobilité et de consommation de petits plaisirs ? Des troubles du rapport à l'autre peuvent aussi accompagner ce triomphe du délaissement individualiste, notamment l'angoisse d'avoir perdu les autres dans une expérience de vive solitude, ou sur l'autre pôle la montée de la peur des autres, avec pour conséquence l'évitement comme comportement « naturel » d'un individu qui s'habitue à la labilité des connections/déconnections sociales.

L'épuisement des solidarités d'adhésion (par exemple le syndicat) naguère souvent transmises par les ascendants accentue facilement cette expérience hypermoderne de délaissement. Enfin la désinstitutionnalisation de la société finit par laisser l'individu porter tout seul le fardeau d'avoir à se faire, fardeau que l'existentialisme avait nommé « responsabilité » sans oublier d'insister sur la lourdeur d'une existence ainsi jetée dans l'aventure de son auto-production.

Toutefois cette liberté fragilisante a aussi contre elle le fait d'être surtout le leurre arboré par l'économie/marché dans son emprise sur l'individu ; celui-ci est avant tout le consommateur sans attaches ni tradition, sans identité ni interdits, dont les goûts et les emballlements changeants peuvent être facilement pliés par les stratégies d'un nouveau pouvoir dominant : le pouvoir de vendre.

■ Un pouvoir sans visage

Dans cette optique, la seconde dimension de l'état hypermoderne porte entre autres la thématique du mouvement sans fin et de l'instabilité perpétuelle au service de la productivité et de l'efficacité sociale : le souci permanent de l'évolution, voire de la rupture, est désormais au cœur de l'idéologie de la modernisation incessante et inéluctable. Une logique adaptative de la survie et de l'urgence pèse dès lors sur l'individu, sommé de courir sans fin après des évolutions menées à grande vitesse. Dans ce monde en plein bouleversement, la mobilité, la réactivité, la flexibilité, sont devenues des valeurs de référence tandis que l'exigence de stabilité devient synonyme d'immobilité, de refus du changement (Le Goff, 2002) [2]. Dans cet état d'instabilité permanente, le salarié doit maintenir un état de mobilisation où seule compte la constante marche en avant vers des objectifs.

Ehrenberg remarque ainsi que l'individu triomphant et revendicatif des années 1950-1960 est désormais un complexe d'incertitudes. À la place de l'individu conquérant s'avance l'individu souffrant, telles deux facettes de l'individu incertain suscité par les modèles sociétaux aujourd'hui dominants. Ce fait est aggravé sans doute par la pression sans visage exercée par ce que Le Goff nomme « la démocratie post-totalitaire » (Le Goff, 2002) [2], autrement dit par un nouveau schème de pouvoir : à travers le discours de la modernisation, le pouvoir managérial tend à faire prévaloir ses choix en les présentant comme émanant directement d'évolutions inéluctables qui semblent imposer d'elles-mêmes leur propre nécessité, alors qu'antérieurement ces choix paraissaient étroitement liés à des idées, à un projet, à une délibération contradictoire. Le discours de la modernisation ne prétend plus exprimer des options particulières, il reflète une nécessité inscrite dans le réel qu'il serait hors de propos de réfuter. C'est là un point de vue de certitude, imperméable à toute contradiction comme aux démentis de l'expérience.

Du coup, le pouvoir managérial peut prétendre être bonnement le gestionnaire de la nécessité ; il n'a plus à diriger les hommes, mais à gérer et à mobiliser la ressource humaine et les compétences, grâce à l'éclairage infaillible apporté par divers bilans, évaluations et audits. Ce pouvoir informe et incontestable réalise ainsi le tour de force de transférer sur l'individu le poids de la responsabilité de l'efficacité, dans une paradoxale injonction à l'autonomie qui est surtout pour chacun un renvoi à lui-même, à ses responsabilités et à ses insuffisances possibles. Dès lors l'individu, enfermé dans une situation où tout paraît reposer sur ses propres capacités, de plus en plus coupé du soutien d'un collectif de travail, est poussé à « se tuer à la tâche » sous la surveillance impersonnelle de procédures d'évaluation, de contraintes budgétaires et d'objectifs à atteindre.

À l'arrivée, le monde du travail se trouve confronté à la hausse du nombre des suicides pour raisons essentiellement

professionnelles, ce qui signale qu'un point limite est atteint de plus en plus souvent pour les salariés. Le travail est malade de la mainmise de l'idéologie managériale néolibérale, ce qu'atteste le développement d'une clinique et d'une psychopathologie du travail (Dejours, 2000) [3]. Désormais beaucoup de salariés sont entrés dans l'époque du travail désocialisant et déstabilisant, retrouvant ainsi dans un contexte nouveau, sous des formes nouvelles, et pour des catégories plus variées, les souffrances physiques et morales des prolétaires pressurés naguère en Occident par le capitalisme sauvage.

RETOUR AU PHÉNOMÈNE

Face à cette réalité sociale de la souffrance, que peut nous apprendre la pratique phénoménologique ?

■ Le projet d'une pratique phénoménologique

La phénoménologie est un courant philosophique unissant différentes pratiques théoriques autour du souci de « revenir aux choses mêmes », selon le mot d'ordre fondateur lancé par le philosophe allemand Edmund Husserl. En ce sens, son mode privilégié d'investigation est la description, celle-ci supplantant dans un premier temps toute tentative d'explication du phénomène singulier par des entités universelles et/ou transcendantes. Le retour vers l'intimité et l'intégralité du phénomène est alors un projet de fidélité à la singularité vécue, ce qui fait de la phénoménologie une pratique qui tente de penser « à hauteur d'homme », en renonçant à diluer l'expérience vive des sujets humains dans le vaste océan des justifications métaphysiques et des théories universalisantes. Toutefois ce retour au phénomène vécu de la souffrance n'est possible que si le phénoménologue parvient tout d'abord à suspendre son jugement pour accueillir le phénomène sans y projeter ses propres représentations et ses éléments de discours préconçus. Cette *épochè* (suspension du jugement), dérivée des sagesse sceptiques, a pour fonction de rapprocher le regard phénoménologique du phénomène en neutralisant tout ce qui voudrait l'en détourner au nom d'un savoir dépassant ce même phénomène et précédant la rencontre que le sujet peut en faire.

Il ne s'agit évidemment pas de prétendre s'abstraire totalement de toute culture, de toute idéologie, de toute représentation, mais au contraire de mieux connaître celles-ci pour prendre conscience de leur influence constante sur notre compréhension de la souffrance phénoménale. Cette prise de conscience peut alors permettre à l'esprit d'aborder le phénomène avec le souci scrupuleux de le rencontrer pour ce qu'il est, en repoussant les idées que chacun s'en fait involontairement. C'est pourquoi le travail du phénoménologue suppose aussi une recherche d'élucidation du contexte et une approche herméneutique des discours qui fonctionnent à l'intérieur de ce contexte.

Parallèlement à l'*épochè*, la pratique phénoménologique doit mettre en œuvre une conversion réflexive, c'est-à-dire cesser

Éléments premiers pour une phénoménologie de la souffrance

d'interpréter *a priori* le phénomène pour accepter de n'accueillir que ce qui se montre. Il s'agit ici de tourner son regard vers le sujet en train de souffrir, et de laisser de côté tout ce que l'on sait – ou ce que l'on pense savoir – de la souffrance en général. Car ce qui intéresse le phénoménologue, c'est encore et toujours le phénomène, autrement dit ce qui advient devant ses yeux, ici et maintenant, et non ce qui reste stable dans les explications les plus générales. Cette conversion vers la vie phénoménale transforme notre conception de l'expérience : celle-ci n'est plus menée comme une expérimentation, c'est-à-dire comme l'application modélisée d'une théorie, mais comme une « expérience vive », vécue sur le mode de l'immersion exploratoire dans le phénomène : au lieu de se mettre à distance pour étudier la souffrance d'autrui, le phénoménologue convertit son attitude et veut se rapprocher du phénomène qui apparaît concrètement devant lui. La distance objectivante s'estompe alors devant une proximité intersubjective, dans laquelle on devine que des éléments tels que l'écoute empathique ou l'attention muette jouent un rôle important.

L'observation phénoménologique concrétise aussi cette conversion épistémologique car elle fonctionne bien plus comme une vigilance patiente à l'égard du sujet en souffrance que comme une action sur l'objet souffrant. Le phénoménologue se méfie donc de « l'observ'action » – une procédure par laquelle le chercheur observe en fait le résultat de ses propres actions sur le phénomène – et lui préfère une veille compréhensive et une présence attentive. N'est-ce pas d'ailleurs de cela dont le Soi en souffrance a aussi et surtout besoin ?

Pour résumer cette conversion réflexive, il faut dire qu'elle détourne le regard des « faits » (un découpage opéré dans la réalité phénoménale) pour se focaliser sur le phénomène dans son intégralité et sa complexité, c'est-à-dire dans l'entrelacement mobile de différentes dimensions (physiques telle que la douleur, affectives tel que le désespoir, sociales tel que le sentiment d'isolement, etc...).

Outre la suspension *epochale* et la conversion, un troisième geste épistémologique est essentiel à la pratique phénoménologique : la variation *eidétique*. C'est la procédure qui va permettre de délivrer le phénoménologue de l'enfermement possible dans la singularité et dans la subjectivité de sa rencontre du phénomène, car la variation désigne une expérience de pensée par laquelle le phénoménologue fait varier les éléments déjà recueillis dans la perception de phénomènes proches. Ce faisant, il complète la compréhension de l'*eidōs* du phénomène, autrement dit de l'idée que la phénoménologie en construit progressivement

dans le cadre mobile d'une conceptualisation ouverte et d'un universel modeste. Par exemple, face à une souffrance qui s'est principalement montrée dans les crispations faciales du sujet et dans son incapacité à s'exprimer verbalement, le phénoménologue peut faire varier intellectuellement d'autres éléments potentiellement présents dans la souffrance de ce sujet (la désocialisation, l'affaiblissement ou l'effondrement de la cohésion interne, l'atteinte à l'équilibre affectif, le retournement du Soi sur lui-même, etc.) afin de continuer à convertir son regard vers des aspects du phénomène qui jusque-là n'ont pas été aperçus.

Ce trio de gestes épistémologiques – *epochè*, conversion et variation – constituent le cœur de la méthode par laquelle la phénoménologie prétend reconduire notre compréhension vers la « chose même », en réduisant cette compréhension à ce que manifeste la chose, abstraction faite des projections théoriciennes (Depraz N, 2006) [4].

■ Éléments de pratique phénoménologique

Les trois principaux gestes de la pratique phénoménologique qui viennent d'être présentés tentent de rompre avec les outrances métaphysiques et avec certaines formes de techno-scientisme, afin d'obtenir une qualité de connaissance différente. Cette connaissance de la dimension phénoménale de la réalité n'est d'ailleurs pas posée comme « rivale » de la connaissance produite d'ordinaire par la science ; elle vise plutôt à compléter cette forme de connaissance, soit en remontant à son fondement transcendantal (ce n'est pas la voie pragmatique suivie ici), soit en « humanisant » la connaissance, c'est-à-dire en lui restituant des dimensions que la science occidentale, dans son souci d'objectivation et d'universalisation, a fréquemment délaissées.

La pratique phénoménologique peut tout d'abord s'attacher à une approche qualitative du phénomène, c'est-à-dire au refus de réduire celui-ci à ses dimensions quantifiables ; certes, toute réalité existe en une certaine quantité, mais cela entraîne-t-il que tout soit mesurable ? Il n'est par exemple pas inutile, loin de là, de mesurer la réalité, d'analyser la matière du corps souffrant, de calculer des vitesses et de préciser des taux et des nombres ; mais du point de vue du phénomène du Soi souffrant, quelque chose d'essentiel fait défaut, quelque chose de non-mesurable et qui pourtant apparaît dans l'expérience vive de la souffrance. C'est cette qualité de connaissance du phénomène que cherche modestement le phénoménologue, cette étoffe humaine de l'existence du Soi. Personne n'a jamais prétendu sérieusement que cette compréhension qualitative de la souffrance soit aisée, mais personne ne pourra légitimement soutenir que cette approche qualitative soit sans

Les trois gestes de la réduction phénoménologique		
Épochè transcendantale	Conversion réflexive	Variation eidétique
Suspendre les pensées	Tourner le regard	Libérer les possibles à partir de l'expérience vive

D'après Depraz N. (2006), Comprendre la phénoménologie. Une pratique concrète, Paris, Armand Colin, p.110

importance – car elle est peut-être au cœur des chances de retour au bien-être chez le patient, et car elle est dans tous les cas la seule démarche qui puisse être congruente avec ce que vit le patient. L'articulation du quantitatif et du qualitatif est donc un des premiers défis de la phénoménologie de la souffrance.

Un deuxième défi se situe dans la prise en compte de la singularité du phénomène du Soi souffrant ; des régularités existent sans doute au sein d'une expérience humaine partagée, qui est celle de la souffrance, mais comment prétendre ramener une expérience singulière à une norme commune sans trahir le phénomène ? Si chacun souffre à sa façon, car chacun vit sa propre vie et jamais celle des autres, et si la connaissance phénoménologique se fait sous le signe de la rencontre singulière entre le phénoménologue et le Soi souffrant, en quoi le récit partiel d'une expérience intersubjective et la description d'un cas isolé vaudraient-elles pour connaissance ? La singularité intimement attachée à la pratique phénoménologique – le phénomène humain est toujours singulier – semble en effet interdire à celle-ci de porter des conclusions d'ampleur tant soit peu générale, de conceptualiser, ou encore d'élargir le champ de connaissance. Dès lors, le phénoménologue devrait en rester à la connaissance/accompagnement de cas singuliers, sans jamais pouvoir progresser vers une forme, même atténuée, d'universalisation de sa connaissance, et sans jamais pouvoir communiquer dans une langue scientifique commune la description de l'expérience phénoménale.

C'est en fait un double obstacle qu'il faut franchir : *primo*, du Soi souffrant au phénoménologue, comment « passera » la connaissance si le phénoménologue n'utilise ni un modèle de compréhension ni des concepts généraux, c'est-à-dire une connaissance préalable et impersonnelle ? *Secundo*, de la singularité d'une description à l'universalité d'une compréhension, comment « s'élargira » la connaissance ?

Ces questions/obstacles ne restent pas en suspens dans la recherche à caractère phénoménologique, qui s'efforce d'y répondre à l'aide de l'expérience intellectuelle de la variation eidétique, qui dessine un profil virtuel des variétés de souffrance humaine et, à l'aide du travail de l'expérience, qui peut faire entrer le « vécu » de chacun dans le vaste champ des significations partagées. Certes, le vécu du Soi souffrant n'est guère partageable, en raison de son enracinement dans l'intimité, la subjectivité et l'opacité de la solitude affective. Mais l'expérience de la souffrance est assez largement communicable, grâce au travail de l'expérience, car l'expérience diffère du vécu. Celui-ci est éprouvé, subi, subjectif, et partiellement indicible, alors que celle-là matérialise la manière avec laquelle les acteurs travaillent, utilisent et ressaisissent leur vécu. Cette distinction a été posée par Ricoeur[5] dans son cheminement vers une herméneutique du sujet : le simple flux cumulatif du vécu produit « l'identité *idem* », c'est-à-dire une accumulation continue de passé faisant que le sujet demeure lui-même tout en s'alourdissant d'un passé inerte. Au contraire, le travail de l'expérience permet l'émergence de

« l'identité *ipse* », autrement dit l'auto-production d'un Soi qui apprend, comprend et s'approprie son passé. « L'expérience humaine, dans sa dimension complexe, est une manière de créer de l'*ipséité* à partir de la *mémeté*. » (Pastré, 2005, 231) [6] L'existence humaine comprend donc toujours ces deux dimensions : « l'accumulation du passé et l'appropriation de ce même passé par soi-même. » (Pastré, 2005, 232) [6].

Dans cette optique, l'identité *ipse* est le produit d'un travail – le travail de l'expérience – et c'est par ce travail que le sujet rejoint nécessairement le champ des significations partagées : si le vécu n'est pas transmissible, l'expérience l'est car elle n'est ni aculturelle ni asociale mais s'inscrit nécessairement dans un monde de pratiques sociales et de compréhensions partagées. Ainsi, alors que pour le sujet l'expression « à chaud » du vécu de la souffrance peut s'avérer inadéquate, impulsive, disproportionnée, impossible, contradictoire, etc., pour ce même sujet le moment de la construction du sens, de la reconstruction d'une intrigue phénoménale (qui est autre que le simple récit factuel) se fait sous le signe d'une quête d'intelligibilité qui, par définition, accroît la communicabilité. C'est donc par ce travail de l'expérience, qui est fait de conceptualisation et de rétrodiction (c'est-à-dire de description rétroactive cherchant à reconstituer l'intelligibilité de ce qui s'est passé), que l'expérience de la souffrance, aussi intime et solitaire qu'elle soit, fait son entrée dans le champ des significations partagées. Alors que l'éprouvé n'est pas partageable, l'expérience l'est en grande partie grâce au travail qui la constitue, travail qui pour Ricoeur est un point de confluence entre la pratique phénoménologique et la pratique herméneutique. Le sens de l'existence, en tant qu'expérience humaine, est grandement partageable : c'est sur cette conviction que peut s'arrimer une pratique phénoménologique du dialogue, par exemple du dialogue soignant/patient en souffrance.

Ce que les sujets disent de leur existence peut donc être pris au sérieux par une méthodologie qualitative qui aborde ces paroles comme des témoignages par lesquelles les sujets « récitent » leur existence au lieu que ce soit le chercheur qui prétende « former » par abstraction une conception générale de l'humain. Le rôle du phénoménologue est ici d'attestation : il peut attester du témoignage reçu au sein d'une relation (ou d'un moment) de confiance dont il répond, dans une interaction où rien n'est imposé ni dicté. C'est ainsi qu'il peut cheminer avec son interlocuteur vers une compréhension qualitative et singulière de la souffrance éprouvée, sans renier pour autant le projet scientifique d'universalisation progressive de la connaissance ainsi obtenue.

LA SOUFFRANCE PHÉNOMÉNALE

Chacun souffre solitairement et singulièrement et pourtant chacun souffre globalement comme les autres, ce qui signifie que quelques traits saillants du phénomène de la souffrance peuvent être décrits, même si cette description ne saurait se départir d'une constante modestie quant à son exactitude.

■ La passivité de la vie

La souffrance est comme une possession – au sens religieux du terme : elle possède le Soi, en fait son jouet et s'exprime par son intermédiaire. L'expérience de la souffrance renvoie en effet le sujet humain à sa finitude, à son impuissance et à sa misérabilité. Au plus fort des tourments éprouvés et des affres ressenties, le Soi ne peut plus prétendre être comme maître et possesseur de la nature et de lui-même ; il n'est qu'un faible morceau « de chair et d'esprit », en proie au dénuement et à l'impuissance. C'est dire que la souffrance nous fait faire l'expérience fondamentale de la finitude humaine, autrement dit de la passivité de la vie phénoménale.

Cette passivité, trop souvent déniée au profit d'une définition de l'humain par son activité autonome et par sa volonté, est le « sol » phénoménologique de l'existence humaine. Exister, ou plus exactement vivre, c'est éprouver passivement sa vie (la formule est pléonastique), c'est subir constamment le flux de la vie, qui est fait d'auto-affectivité. C'est ce rapport invisible et permanent du Soi à soi que Michel Henry pose comme vecteur fondamental de la vie humaine : « ce qui s'éprouve à soi-même à la manière d'une impression, c'est la vie, la vie phénoménologique transcendante, la seule vie qui existe, celle qui habite chacune des modalités de notre existence, depuis la plus humble douleur. » (Henry, 2003a, 144) [7]

Bien évidemment, cela ne signifie pas que la liberté, l'activité, la subjectivation n'aient ni sens ni consistance pour le sujet humain ; mais cette description phénoménologique de la vie fait apparaître la constante présence de la passivité comme l'étoffe de la continuité essentielle de l'existence humaine. Vivre, c'est se sentir vivre : l'auto-affectivité est le « *ground zero* », la terre natale des phénomènes humains. Dans cette veine, l'expérience de la souffrance est un cruel rappel de la passivité de l'être humain, un renvoi implacable au flux phénoménal de la vie, flux que le Soi endure de sa première à sa dernière heure, avec ses joies et ses peines, avec ses passions gaies et ses passions tristes. Ainsi la souffrance, en tant qu'affect extrêmement adhésif et vivace, constitue peut-être une expérience phénoménologique radicale de la passivité du Soi, une leçon de finitude dont la personne en souffrance se passerait volontiers. Dans tous les cas, l'être souffrant qui nous fait face, et que nous tentons de comprendre par la proximité de la pratique phénoménologique d'écoute et d'attention à autrui, est dans l'abîme de la passivité et de l'auto-affection malheureuse.

■ L'entrelacement phénoménal

Une deuxième caractéristique de la souffrance est l'entrelacement intime des différentes dimensions du Soi dans une seule et même épreuve d'auto-affection négative. La souffrance se présente en effet comme la possibilité d'une réduction radicale du Soi à un pur affect lancinant et envahissant, dont il est forcément difficile de se défaire car nul ne sait où il se situe précisément, ni en quoi il consiste

exactement. Nous souffrons « corps et âme », parce que nous vivons « corps et âme » ; seules les prétentions de la pensée dichotomique, seuls les oublis quotidiens de l'attention à soi, peuvent laisser croire à l'indépendance des différentes dimensions de nous-mêmes. Peu d'îlots de bien-être peuvent subsister dans cet entrelacement de souffrance qui fusionne le physique et le psychique, le mental et l'affectif, le social et l'individuel, comme une pelote de fils emmêlés. Que faut-il traiter ? Par quoi faut-il commencer ? Contre quoi faut-il lutter ?

Dans cette densification du Soi éprouvant, tout entier uni par sa souffrance, un phénomène de dilution de l'identité est paradoxalement possible, en raison de l'entremêlement pesant des secteurs du Soi. L'habituel « poste de commande » par lequel s'identifie le sujet occidental – sa conscience souveraine – ne cesse d'être envahi par l'affect de la souffrance et par les multiples rappels obsédants de ses manifestations. Le sujet devient alors sa propre souffrance : il est son corps qui l'embarrasse et l'alourdit, il est aussi son désarroi, son désespoir, sa colère ; il est ce flux sans réelle trêve qui vient battre sa conscience et obscurcir sa raison ; il est tout cela à la fois, et bien d'autres choses encore. Je suis/je souffre : pas de « donc » pour relier ces deux formules puisqu'elles sont confondues.

En rabaissant fermement les prétentions de l'individu à la souveraineté sur lui-même, Nietzsche a fréquemment rappelé la soumission du sujet au flux des impressions internes, c'est-à-dire au mouvement incessant et toujours renouvelé de l'entité corporelle : le phénomène du corps vivant est donc « à placer en tête, du point de vue de la méthode » (Nietzsche, 1886-1887, 5) [8]. Quand la souffrance s'installe, le *Flu* héraclitéen – dont parle Nietzsche et dont il médite l'éternel retour – emporte et dissout les fragiles stabilités identitaires qui permettent d'ordinaire à l'individu humain de postuler son identité et sa liberté. Le Soi souffrant peine alors à éviter la fusion de son être, c'est-à-dire la disparition de soi dans l'entrelacement compact du flux éprouvé sans possibilité de refuge. Dans cette fusion intime, l'ennemi qu'il affronte est insaisissable, car non localisable. Et pourtant cet ennemi, c'est aussi lui-même.

■ L'incertitude du Soi souffrant

Une troisième caractéristique saillante de la souffrance est l'incertitude polymorphe qui l'accompagne presque nécessairement. Cette incertitude porte d'abord sur la nature de la souffrance, car l'intensité et surtout la durée du ressenti semblent insondables. Que cache et que révèle tout à la fois un mal-être si prégnant ? Ainsi l'être en souffrance est-il confronté à une forme d'énigme éprouvée jour et nuit, et cela même quand la « cause » majeure de sa situation lui semble connue : un deuil brutal ou une maladie cruelle, par exemple. L'énigme porte alors sur la profondeur de la souffrance : jusqu'où celle-ci va-t-elle progresser dans la torture qu'elle inflige au Soi ?

Du coup, une incertitude similaire porte sur la durée de la situation intenable : dans un état où chaque heure semble durer plus que d'ordinaire, dans cette concentration de souffrance vécue au fil d'un temps qui connaît par contre une forme de dilution à l'infini, le terme et le dénouement semblent d'autant plus éloignés et incertains qu'ils sont tragiquement espérés à chaque seconde qui passe, du moins tant que la tension de l'espérance ne vire pas dans un désespoir total. Quand est-ce que tout cela va se terminer ? Comment pourrait-ce se terminer ? Ce sont là les réquisits pour tenter de trouver l'apaisement, ce sont les demandes parfois muettes du Soi souffrant.

Une autre incertitude majeure porte sur le sens de la souffrance : pourquoi me faut-il souffrir ? Face à l'immensité de cette question, de multiples justifications de la souffrance ont parsemé l'histoire des idées, notamment dans le domaine religieux. La sacralisation de la souffrance est presque une constante anthropologique, tant la nécessité de trouver un sens à celle-ci est forte. Parallèlement s'est fréquemment développée l'idée selon laquelle la souffrance nous apprendrait quelque chose : sur nos torts et nos péchés, sur notre condition et notre misère, sur les vices humains ou sur les mystères de la théodicée.

Ainsi l'expérience de la souffrance interpelle et interroge le Soi atteint en plein cœur et comme blessé à mort par ce qu'il subit. Pour lui, toutefois, toute souffrance apparaît souvent injustifiable (« Pourquoi moi ? » « Pourquoi mon enfant ? »), c'est-à-dire comme sans objet. En ce sens, nonobstant le ressassement de diverses théodicées, la souffrance est absurde et elle ne saurait nous apprendre quoi que ce soit qui vaille la peine de la subir. Le sentiment de culpabilité, fondé ou infondé, peut bien venir atténuer cette incertitude sur le sens de la souffrance, il n'empêchera pas toujours que l'épreuve de la souffrance s'accompagne du sentiment de l'absurdité de celle-ci.

Une autre forme d'incertitude réside dans le sentiment de totale solitude fréquemment provoqué par l'état de souffrance. Qui peut comprendre le Soi souffrant ? Comment celui-ci pourrait-il communiquer ce qu'il éprouve à un être en train de vivre une existence apparemment « normale » ? Souffrir, c'est d'abord souffrir tout seul – et souffrir de cette solitude aussi – comme si une vitre épaisse et translucide séparait l'être en souffrance de ses semblables. Certes, le travail de l'expérience permet de rapprocher l'expérience de l'un de la compréhension des autres, mais qui peut penser que l'intime et vertigineuse expérience de la souffrance soit vraiment transmissible ? De fait, il s'agit là fondamentalement d'une expérience existentielle qui renvoie ceux qui la subissent à la constante part de solitude qui court tout au long d'une existence humaine. Et c'est cette part de solitude que chacun porte en soi qui est avivée par la souffrance et peut susciter une inquiétante incertitude quant au fait d'appartenir encore à la communauté de ses semblables, eux que leur bonheur relatif rend subitement si étrangers au Soi souffrant.

CONCLUSION

La portée des conclusions proposées grâce à la pratique phénoménologique est volontairement minimale ; d'ailleurs les traits saillants de la souffrance tels qu'ils viennent d'être décrits correspondent avant tout à des variations (eidétiques) sur fond de généralité, et laissent toujours ouverte la possibilité de rencontre d'un phénomène singulier au sein d'une interaction elle-même singulière, voire fugitive. La qualité de connaissance ainsi obtenue est donc toujours sujette à amélioration ; c'est le prix à payer pour penser à hauteur d'homme et en se limitant au phénomène.

D'ailleurs la pratique phénoménologique, dans le champ de la souffrance, a surtout une vocation pragmatique : accompagner le Soi souffrant, lui proposer une attitude complétant les voies « ordinaires » du protocole médical de traitement de la souffrance. Les professionnels du soin peuvent donc s'en inspirer, non seulement par rapport à la relation aux patients, mais aussi dans la réponse à leur propre mal-être professionnel éventuel.

Références bibliographiques

1. GAUCHET M. La démocratie contre elle-même, Paris, Gallimard, 2002.
2. LE GOFF JP. La démocratie post-totalitaire, Paris, La Découverte, 2002.
3. DEJOURS C. Souffrance en France, la banalisation de l'injustice sociale, Paris, Seuil, 2000.
4. DEPRAZ N. Comprendre la phénoménologie. Une pratique concrète, Paris, Armand Colin, 2006.
5. RICOEUR P. La souffrance n'est pas la douleur, Revue de Psychiatrie française, numéro spécial, juin 1992, 9-18.
6. PASTRÉ P. Genèse et identité. In : PASTRÉ P et RABARDEL P, Modèles du sujet pour la conception. Dialectiques activités développement, Toulouse, Octarès, 2005, 231-260.
7. HENRY M., Phénoménologie de la vie, tome I De la phénoménologie, Paris, PUF, 2003a.
8. NIETZSCHE F. Fragments posthumes 1886-1887, Paris, Gallimard, 1976.

Sélection bibliographique complémentaire

Ouvrages

- DEJOURS C. Travail, usure mentale. Essai de psychopathologie du travail, Paris, Bayard, nouvelle édition 2008.
- EHRENBERG A. L'individu incertain, Paris, Calmann-Lévy, 1995.
- GADAMER HG. Philosophie de la santé, Paris, Grasset, 1998.
- HENRY M. Phénoménologie de la vie, tome II De la subjectivité, Paris, PUF, 2003b.
- LINHART D. Travailler sans les autres ?, Paris, Seuil, 2009.

Éléments premiers pour une phénoménologie de la souffrance

PEZÉ M. Ils ne mouraient pas tous mais tous étaient frappés ; journal de la consultation Souffrance et travail 1997-2008, Paris, Flammarion, 2008.

RENAULT E. Souffrances sociales. Philosophie, psychologie et politique, Paris, La Découverte, 2008.

Chapitre d'ouvrage

Articles

DUPEYRON JF. Éléments de lecture du texte social de la souffrance à l'école. Les Collectifs du Cercle interdisciplinaire de recherches phénoménologiques, Université du Québec à Montréal, Canada, 2011, volume 2, 44-58.

GÉLY R. Souffrance et attention sociale à la vie : Éléments pour une phénoménologie radicale du soin. Bulletin d'analyse phénoménologique, Université de Liège, 2009, volume 5, 1-29.

LONGNEAUX JM. La souffrance comme exemple d'une phénoménologie de la subjectivité. Les Collectifs du Cercle interdisciplinaire de recherches phénoménologiques, Université du Québec à Montréal, Canada, 2007, volume 2, 61-73.

PORÉE J. Souffrance et temps. Esquisse phénoménologique. Revue Philosophique de Louvain, février 1997, 103-129.

QUINTIN J. La connaissance de soi. Un mirage de la psychologie ou une expérience herméneutique ?. Les cahiers du CIRP, Université du Québec à Montréal, Canada, 2008, volume 2, 41-53.