

Deux aspects négligés du deuil : apparitions et déroulement temporel

Two neglected aspects of mourning : apparitions and temporal unfolding

Jean-François Saucier

Volume 7, numéro 2, novembre 1982

Mourir

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/030151ar>

DOI : <https://doi.org/10.7202/030151ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Revue Santé mentale au Québec

ISSN

0383-6320 (imprimé)

1708-3923 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer cet article

Saucier, J.-F. (1982). Deux aspects négligés du deuil : apparitions et déroulement temporel. *Santé mentale au Québec*, 7(2), 136–138.
<https://doi.org/10.7202/030151ar>

Résumé de l'article

Deux croyances de notre société occidentale moderne, sur l'anormalité des apparitions des morts et sur le déroulement rapide du travail de deuil, sont comparées aux croyances de plusieurs autres sociétés ; il en est conclu que notre société impose, à tort, le refoulement de phénomènes et de réactions légitimes.

DEUX ASPECTS NÉGLIGÉS DU DEUIL : APPARITIONS ET DÉROULEMENT TEMPOREL

*Jean-François Saucier**

Deux croyances de notre société occidentale moderne, sur l'anormalité des apparitions des morts et sur le déroulement rapide du travail de deuil, sont comparées aux croyances de plusieurs autres sociétés; il en est conclu que notre société impose, à tort, le refoulement de phénomènes et de réactions légitimes.

Depuis un siècle, le changement rapide des coutumes de deuil dans notre société occidentale donne ample matière à réflexion sur la possibilité de variations importantes dans ces coutumes. Toutefois, une comparaison systématique de celles-ci, grâce à la documentation anthropologique, est encore la meilleure méthode pour nous indiquer comment se situent nos coutumes par rapport à celles de l'ensemble des sociétés humaines, et nous indiquer leurs effets sur la santé mentale des endeuillés. Je me limiterai, dans ce court article, à deux aspects qui me semblent négligés dans notre propre société.

SENTIMENTS DE PRÉSENCE ET APPARITION DES MORTS

La vaste enquête de Rosenblatt (1976) a révélé la quasi universalité de la croyance en la présence des esprits des morts et à leurs apparitions aux vivants dans les mois qui suivent un décès. Dans l'immense majorité des sociétés, il est considéré comme normal que les proches rêvent non seulement au décédé mais qu'ils sentent aussi sa présence, qu'ils le voient apparaître à quelques reprises et qu'ils engagent parfois une conversation avec lui. Même si dans certaines sociétés ces contacts sont vécus avec frayeur et qu'on essaie de les limiter par des pratiques rituelles, il n'en reste pas moins qu'ils sont toujours considérés comme allant de soi.

Ces croyances et pratiques sont à l'extrême opposé des opinions courantes dans notre monde occidental. Chez nous non seulement on ne croit plus aux esprits et aux apparitions des morts, mais on ne se gêne pas pour décrier ces croyances «ridicules» et montrer qu'elles sont le signe évident d'une mentalité superstitieuse, retardataire et dépassée. On fait facilement les gorges chaudes de ces «primitifs» qui croient encore à ces sonnettes, car il est bien évident que la «science» a démontré depuis longtemps qu'une fois enterrés ou incinérés, les morts n'ont plus la capacité de se promener au milieu des vivants, et encore moins d'engager des conversations avec eux.

Pourtant, une réflexion psychodynamique, approfondie par les travaux de Bowlby (1960) sur la séparation, réussit à saisir la vérité latente des croyances «primitives». Toute personne qui observe de près les réactions de deuil réalise combien il est extrêmement difficile à un endeuillé, (particulièrement s'il n'y a pas eu possibilité de pré-deuil, en cas de décès subit par exemple), de couper rapidement les liens innombrables qui l'attachent au décédé. C'est l'existence de tous ces liens, non encore coupés, qui explique la fréquence de rêves concernant le mort et les apparitions; c'est surtout dans la mesure où des affaires importantes entre l'endeuillé et le décédé n'ont pas eu le temps d'être réglées qu'il y a une plus grande probabilité d'apparitions et de conversations, dans le but évident d'en arriver à une solution satisfaisante pour l'endeuillé.

La compréhension de cette explication psychodynamique nous amène à apprécier la sagesse des croyances «primitives», et à mieux mesurer avec

* L'auteur est psychiatre à l'hôpital Ste-Justine, et coordonnateur des Sciences du Comportement à la Faculté de Médecine de l'Université de Montréal.

quel degré de *sauvagerie* notre société rationalisante a imposé la répression et même le refoulement de ces croyances chez tous ses membres. Notre société n'a rien ménagé, de la mise en ridicule à la proclamation du déséquilibre psychique grave, pour supprimer ces croyances «irrationnelles».

Cependant, en dépit des proclamations rationalistes officielles, le phénomène des apparitions continue chez nous. Des enquêtes approfondies [voir Kutscher (1970), Parkes (1970, 1972)] montrent la fréquence significative de ces apparitions, parfois dans la moitié des cas. Même s'ils n'y croient pas, les endeuillés sentent souvent la présence du décédé ou le voient apparaître en diverses occasions. Mais, à la différence des autres sociétés, ces phénomènes sont vécus chez nous avec une immense angoisse vu que la société les considère comme preuve d'anormalité. On sait déjà que le travail de deuil [comme l'a montré Lindemann (1944)] peut parfois entraîner, *par lui seul*, le sentiment affreux de perdre la raison; si le phénomène des apparitions se produit, de surcroît, l'endeuillé se trouve pris dans une situation inextricable: il devient intimement convaincu de perdre la raison et, pis encore, il préfère n'en parler à personne, de peur que les autres ne confirment cette conviction.

Il devient important et urgent de rétablir la *vérité psychologique* de ces phénomènes. Toute personne en contact avec des endeuillés récents devrait les informer sur la possibilité de rêves concernant le mort, de sentiments de présence, d'apparitions et de conversations et les rassurer sur la parfaite normalité de ces phénomènes. En particulier, tout conseiller professionnel (médecin de famille, infirmière, prêtre, directeur de services funéraires, psychologue, psychiatre, travailleur social, etc.) devrait diffuser ces notions de base à toute la population, dans le but de prévenir une misère psychologique aussi inutile que grave. Le travail de deuil étant déjà assez difficile comme cela, il ne faut pas laisser augmenter sa grande difficulté par des croyances aussi «modernes» que simplistes...

DÉROULEMENT TEMPOREL DU TRAVAIL DE DEUIL

Il est banal de constater qu'au moment d'un décès, on assiste à la mobilisation spontanée et

rapide des réseaux de soutien des endeuillés. Leurs membres s'empressent de visiter ces derniers et de leur offrir diverses formes d'aide. Cet empressement dure quelques semaines, puis la vie revient «à la normale» et les endeuillés sont laissés «tranquilles».

Cependant, l'on sait que le travail de deuil se poursuit sur une longue période de temps, et que ce n'est pas la première phase (quand l'entourage est empressé) qui est la plus difficile. En fait, la période cruciale du travail de deuil se déroule autour du cinquième ou du sixième mois après le décès, où l'endeuillé a le plus besoin d'aide. Mais, paradoxalement, il arrive fréquemment que c'est le moment où il en reçoit le moins. Même plus, dans certains cas où une aide est demandée, l'endeuillé ne reçoit qu'indifférence, ou pis, de l'aigreur, car son entourage considère qu'il est grand temps qu'il arrête de se plaindre. Tout se passe comme si notre société était devenue intolérante à la douleur du deuil, et considérait le travail de deuil comme se faisant de façon quasi instantanée.

Il appert que la plupart des sociétés traditionnelles ont mieux compris la nécessité du temps pour l'accomplissement optimal du deuil. Dans son échantillon de 68 sociétés, Rosenblatt (1976) a trouvé, entre la date du décès et la date de la cérémonie finale du deuil, une moyenne de 193 jours dans le cas d'adultes ayant perdu un de leurs parents, une moyenne de 215 jours dans le cas des veufs ayant perdu leur conjointe et une moyenne de 305 jours dans le cas des veuves. Rappelons que pour la société québécoise et plusieurs autres sociétés occidentales, au temps où elles étaient fortement encadrées par la religion catholique, le «service anniversaire» servait d'équivalent à une cérémonie finale de deuil.

En plus de ne pas accorder une durée de temps assez longue pour le travail de deuil, la plupart des sociétés humaines ont structuré de façon précise le déroulement temporel de ce travail par l'institution d'une série progressive de cérémonies et de coutumes, et d'un échancier connu de tous à l'avance [voir Mandelbaum (1959), Gorer (1965) et Saucier (1967)]. Enfin, les trois quarts d'entre elles ont aussi institué une importante cérémonie qui a pour fonction spécifique de clore le deuil, après quoi tous les endeuillés retournent à la vie normale. Dans la plupart des cas, cette cérémonie

de clôture semble favoriser la mobilisation des énergies psychologiques chez les endeuillés et les aide à accomplir jusqu'à son terme le travail de deuil.

Or, dans notre société occidentale, cette cérémonie de clôture, en l'occurrence notre service anniversaire traditionnel, a presque disparu de sorte qu'il n'y a plus de signal non équivoque de fin du deuil. Pour beaucoup d'endeuillés, on assiste maintenant, dans un certain nombre de cas, au phénomène du deuil interminable qui se manifeste sous forme de symptômes dépressifs chroniques ou de leurs équivalents psychosomatiques.

Il serait illusoire de souhaiter, vu l'évolution actuelle de notre société, une réémergence de cérémonies de clôture publiques. Il me semblerait plutôt préférable de penser à une solution adaptée à la situation contemporaine qui consisterait en ce qu'un conseiller proche de l'endeuillé (médecin de famille, prêtre, psychologue, etc.) le suive de près et l'aide à fixer une date de clôture de deuil; une fois cette date arrivée, une cérémonie *privée* serait tenue pour marquer de façon tangible la fin du deuil et le début d'une nouvelle période de vie.

CONCLUSION

La comparaison de notre société occidentale contemporaine et des sociétés traditionnelles en ce qui concerne l'aménagement du travail de deuil porte à une réflexion critique importante de notre propre société. On a eu jusqu'ici trop souvent tendance à célébrer les progrès et les conquêtes de la société «moderne». Les deux points traités plus haut aident à mieux faire mesurer le coût émotionnel important qu'ont exigé tous ces «progrès» et surtout le simplisme psychologique qu'a imposé l'approche rationaliste.

Il est grandement temps qu'on fasse la part des choses et qu'on essaie de retrouver, dans les coutu-

mes traditionnelles, la part de vérité permanente pour l'insérer dans notre vie moderne, afin de la rendre aussi riche en sagesse qu'en connaissances scientifiques.

RÉFÉRENCES

- BOWLBY, J., 1969, *Attachment and Loss : 1 - Attachment*, London, Hogarth Press.
- GORER, G., 1965, *Death, Grief and Mourning*, New York, Doubleday.
- GORER, G., 1967, *Himalayan village*, New York, Doubleday.
- GORER, G., 1973, Death and Mourning in Britain, in E.J. Anthony and C. Koupernik eds., *The child in his family : the Impact of Disease and Death*, New York, Wiley, 423-38.
- KUTSCHER, A.H., 1970, Practical Aspects of Bereavement, in B. Schoenberg, A.C. Carr, D. Peretz and A.H. Kutscher, eds., *Loss and Grief : Psychological Management in Medical Practice*, New York, Columbia University Press, 280-97.
- LINDEMANN, E., 1944, Symptomatology and Management of Acute Grief, *American Journal of Psychiatry*, 101, 141-48.
- MANDELBAUM, D.G., 1959, Social Uses of Funeral Rites, in H. Feifel, eds., *The Meaning of Death*, New York, McGraw-Hill, 189-217.
- PARKES, C.M., 1970, The first Year of Bereavement : a Longitudinal Study of the Reactions of London Widows to the Death of their Husbands, *Psychiatry*, 33, 444-67.
- PARKES, C.M., 1972, *Bereavement : Studies of Grief in Adult Life*, New York, International Universities Press.
- ROSENBLATT, P.C., WALSH, R.P., JACKSON, D.A., 1976, *Grief and Mourning in Cross-cultural Perspective*, HRAF Press.
- SAUCIER, J.F., 1967, Anthropologie et psychodynamique du deuil, *Canadian Psychiatric Association Journal*, vol. 12, p. 477-496.

SUMMARY

Two beliefs of our modern western society concerning the abnormality of the apparitions of the dead and the quick evolution of the grief work, are compared to the beliefs of other societies; it is concluded that our society forces the repression, wrongly of legitimate phenomena and feelings.