

DEUIL ET MELANCOLIE

Sigmund Freud

Deuil et mélancolie constitue un article que Freud qualifie de « direct », en effet il a souhaité, afin de donner un caractère plus scientifique à son texte, ne faire aucun détour historique, anthropologique, mythologique ou ethnologique sur la mort en général et sur la mélancolie plus particulièrement. Ecrit entre le 23 avril et le 4 mai 1915, ce texte nous plonge directement dans la problématique de la perte d'objet. Il nous invite à apprécier les similitudes et les différences entre un deuil normal et un deuil pathologique dans leurs aspects structurels et cliniques.

La préoccupation de Freud pour ce sujet ne semble pas être le fruit du hasard ; l'article fut rédigé dans un contexte particulier. En effet, ses deux fils, Ernest et Martin, sont partis pour la guerre et la perspective de leur mort plane au dessus de Freud. Mais il s'agit aussi d'une période où sa propre mort vient lui faire face ; il sait depuis un an que la maladie qui s'est déclarée est d'origine funeste, un carcinome.

Ce texte n'est pas issu de sa seule réflexion, il fut construit grâce aux nombreux échanges que le maître eut avec ses disciples notamment Abraham et Ferenczi.

Dès le début de l'article, l'auteur nous met en garde sur la teneur de ses propos. En effet, il précise dès les premières lignes, puis à plusieurs reprises dans le texte, que les mécanismes du deuil normal et de la mélancolie ne sont pas aisés à disséquer et que cette dernière peut être facilement confondue avec des affections plus somatiques. Enfin, toujours soucieux de la vérité, il nous informe que cette étude est un premier constat, constituée d'un regroupement d'hypothèses théoriques qui ne peuvent pas être complètement confirmées par l'expérience clinique encore insuffisante. De nombreuses ombres obscurcissent la compréhension de cette affection tant du point de vue structurel, qu'économique ; certainement parce que pour notre inconscient la mort n'est pas représentable. Il invite donc le lecteur à une confirmation ultérieure de ses résultats.

Le texte s'articule entre les concepts du narcissisme, de la relation d'objet, de l'indentification et de l'ambivalence tout en gardant comme schéma conceptuel le rapport entre le Moi, la Libido et l'objet. Freud développe l'idée d'une identification à l'objet perdu qui s'inscrit dans une organisation narcissique prévalente.

L'auteur tente de comprendre le processus mélancolique en le comparant à celui du deuil, car ces deux états sont très proches, si ce n'est que le premier constitue une affection morbide qui se caractérise par une humeur profondément douloureuse, un désintéret pour le monde extérieur, la perte de la faculté d'amour, l'inhibition de toute activité, l'autodépréciation, la mésestime de soi ainsi que des accusations et des injures envers soi-même. Pour notre expert seuls les trois derniers critères sont spécifiques au mélancolique, il parlera de « délire de petitesse », qui s'accompagnent d'insomnie, du refus de s'alimenter, d'une défaite complète de la pulsion de vie.

Lorsqu'on perd une personne chère, l'épreuve de réalité montre à l'endeuillé que l'objet n'existe plus et qu'il doit y retirer petit à petit sa libido afin de l'investir ailleurs. Mais, quitter une position libidinale satisfaisante, même en ayant un substitut, n'est pas facilement réalisable pour tous. Certains iront jusqu'à se détourner de cette réalité de perte afin de conserver l'image vivante de l'objet dans une psychose hallucinatoire de désir. Ceci se retrouve dans beaucoup de deuils difficiles comme la mort d'un enfant par exemple. Il s'agit d'une étape transitoire du travail de deuil mais

qui ne doit évidemment pas durer au-delà d'un temps raisonnable ni créer une rupture complète au réel. On se retrouve dans un flou entre imaginaire et réalité, le sujet ressent et voit l'objet comme s'il était toujours présent. Il y a une tentative désespérée du mélancolique à retenir l'image du disparu (mort ou séparation) ; « *garder l'image du mort par le portrait du vivant* ».

Dans cette psychose hallucinatoire de désir, l'épreuve de réalité est abolie au profit de l'ancien mode de satisfaction grâce à l'hallucination. Ainsi, par exemple, une mère tenant une poupée dans les bras, la berce et la nourrit comme s'il s'agissait réellement de son enfant, alors que ce dernier est mort et enterré.

Mais même dans les cas où l'individu s'accroche avec force à l'objet d'amour l'épreuve de réalité doit triompher au fur et à mesure que le temps passe et que s'inscrive de manière pérenne la perte de l'objet. La personne le conservera alors uniquement comme un souvenir. L'objet ne sera plus investi de libido car cette dernière se sera détachée de lui pour s'orienter sur d'autres objets. Freud dira qu'à la fin d'un deuil le Moi demeure libre.

L'auteur insiste sur le fait qu'il ne s'agit pas d'un détachement soudain, mais qu'il y a d'abord un rapprochement intime entre le sujet et le mort, une sorte de dernière union, de dernier investissement qui permet par une élaboration psychique d'opérer le détachement de la libido.

Précisons que le terme d'objet perdu peut renvoyer à un décès, une séparation, ou bien à une déception qui entraîne une perte de l'Idéal que représentait l'objet.

Dans *deuil et mélancolie*, Freud distingue deux types de deuil : le deuil normal qui se situe au niveau conscient, où l'individu parvient grâce au travail de deuil, à modifier son rapport à l'objet en intégrant sa perte et en lui retirant sa libido. Le deuil pathologique lui se situe dans les sphères de l'inconscient, « *le sujet sait, à vrai dire, qu'il a perdu, mais pas ce qu'il a perdu dans cette personne (p.49)*. Le sujet ne parvient pas à intégrer la perte de l'objet et ne peut y retirer sa libido. Il élabore ainsi un processus, non plus de souvenir de l'objet, mais d'incorporation et d'identification à l'objet perdu. Le travail de deuil ne s'est pas mis en place et une partie du Moi devient l'objet. La mélancolie correspond à un deuil pathologique sévère, dans lequel le sujet ne peut saisir consciemment ce qu'il a perdu.

Freud écrira que l'inhibition d'un tel individu est si forte qu'il en est absorbé de manière énigmatique. Il classera la mélancolie parmi les névroses narcissiques.

Comme nous l'avons vu plus haut, Contrairement à l'endeuillé, le mélancolique est dans une autodépréciation extrême et un fort appauvrissement du Moi. L'article précise que dans le deuil le monde est pauvre et vide alors que dans la mélancolie c'est le Moi qui est devenu vide.

Pour le malade, son Moi est devenu infâme, bon à rien et moralement répréhensible, il se fait des reproches et s'attend à être rejeté. Il vit dans le passé, il ne peut investir le présent et il n'a aucun futur.

Par ses quelques expériences cliniques Freud constate que l'autodénigrement n'a aucun rapport avec la situation réelle, et un élément ressort dans ses entretiens ; l'autocritique du mélancolique n'est pas marquée par la honte, le sujet cherche à se couvrir de honte mais il ne la ressent pas. De plus, il ne cache pas sa mésestime, il l'exprime même à toutes les personnes de son entourage et parfois dans une litanie incessante.

Ses autocritiques sont en fait destinées à autrui c'est à dire à l'objet perdu, mais par un mécanisme d'identification les plaintes tombent sur le Moi du sujet.

Voilà pourquoi lorsque le sujet cherche à se rebeller contre l'objet, lui criant sa colère lorsqu'il l'insulte, il s'insulte et se dévalorise lui-même. « *L'ombre de l'objet est ainsi tombé sur le Moi* » (p.56).

Ces personnes sont en rébellion et c'est pour cela qu'elles cassent les pieds à leur entourage. Inconsciemment elles revendiquent de manière pathologique la possession de l'objet d'amour qui s'est dérobé. Ferenczi écrira dans une lettre adressée à Freud que « *le deuil de la perte de l'objet d'amour se transforme en deuil du Moi narcissique* ».

Freud affirme que dans un intérêt thérapeutique il est inutile de contredire le malade qui s'accuse

ainsi, car celui-ci souhaite se plaindre et se dévaloriser. Le travail psychothérapeutique est donc délicat, il s'articule autour d'une récupération et d'un renforcement du Moi ainsi que de la pulsion de vie, par une remise en route des liens sociaux et professionnels afin d'inscrire le patient dans un présent pour lui souhaite un avenir.

Mais, pour qu'une personne sombre ainsi dans un état mélancolique, c'est qu'elle possède un profil particulier. En effet, comme le constate Otto Rank, ses choix d'objets se font sur une base fortement narcissique et la régression se fera à ce stade. Le sujet présente souvent des difficultés affectives. L'investissement d'objet devient un investissement érotique du Moi-objet de désir permis par l'identification à l'objet d'amour, il est donc indispensable pour le sujet de conserver l'objet malgré les difficultés dans la relation avec ce dernier.

Freud précise que la régression du mélancolique serait orale, tout comme l'hystérique qui utilise les mécanismes de défense de ce stade, mais, il marque une grande différence entre ces deux affections car, dit-il, dans la mélancolie, l'investissement d'objet est complètement suspendu alors que chez l'hystérique, mais aussi chez l'obsessionnel, l'investissement objectal demeure et il s'exerce de façon isolée par des expressions somatiques (l'hystérique), ou, de manière déplacée par, des préoccupations intellectuelles et rituelles (obsessionnel).

C'est donc cette fixation narcissique qui distingue le deuil normal du deuil pathologique.

L'identification narcissique du mélancolique annule l'investissement d'objet au profit d'un investissement exclusif du Moi.

En plus de la régression orale narcissique, le mélancolique est soumis au conflit d'ambivalence qui complique le rapport à l'objet et qui ramène le sujet au stade sadique anal de son développement. Les tendances haineuses et sadiques envers l'objet autrefois aimé se retournent contre le sujet lui-même. Freud dira « *que ce sadisme vient résoudre l'énigme de la tendance suicidaire...* » (p.62).

Le suicide est donc possible lorsque l'identification à l'objet est totale et que le sujet se traite comme l'objet qui est dès lors haï. Le Moi se trouve écrasé par l'objet.

C'est Abraham qui, dans une de ces lettres adressées à Freud, souligne l'importance du sadisme qui empêche toute capacité à aimer ainsi que la dépression qui en découle. Le Surmoi du sujet devient plus oppressif et écrase complètement l'instance moïque.

Mais pourquoi, se demandait-il, certains individus se dirigent vers la mélancolie tandis que d'autres deviennent obsessionnels ? Certainement parce que, chez le mélancolique, on trouve une prépondérance aux choix d'objets narcissiques, une fixation orale, une grande sensibilité affective due à un Moi faible et aussi, peut être, une difficulté dans l'investissement d'objets. Pour Freud, il ne fait aucun doute que le conflit psychique du mélancolique se joue entre le Moi et le Surmoi.

On rencontre une particularité chez certains mélancoliques à retourner leur tendance en manie, et l'on retrouve chez ces individus une alternance entre ces deux états, qui peut être très variable d'une personne à l'autre.

La manie est caractérisée par une hyperactivité, l'euphorie et des discours volubiles (logorrhées), une tendance à donner (prodigalité), l'optimisme et la mégalomanie.

La manie est donc le contraire de la mélancolie, mais toutes deux sont une réponse au même complexe, à la différence que le Moi succombe dans la mélancolie à la douleur de l'objet perdu, alors que, dans la manie, le Moi réussit à maîtriser la perte de l'objet ou à la dénier. Mais cet état maniaque, peu stable et très coûteux en énergie, ne saura satisfaire l'individu qu'un certain temps, avant que celui-ci ne retombe dans un état mélancolique qui devient parfois encore plus sévère.

Pour résumer l'état mélancolique, nous dirons que, lorsque le retrait de la libido envers un objet a lieu, cette libido qui ne peut investir, par déplacement, un autre objet, semble préférer se retirer dans le Moi du sujet. De ce fait, le mélancolique incorpore l'objet pour ne faire plus qu'un avec lui et procède ainsi à une identification et une régression narcissique, ce qui entraîne une déliaison pulsionnelle et une

libération des pulsions de mort qui se dirigent vers l'objet de désir. Il s'agit donc d'une régression au stade oral-tardif (oral II), caractérisé par l'incorporation sadique de l'objet, ce qui explique l'agressivité de l'individu envers lui et son entourage.

Cette incorporation entraîne chez le sujet une transformation du Moi où l'objet se retrouve intégré. Le Moi ainsi identifié à l'objet entre en conflit avec une autre instance, qui impose sa conscience morale, le Surmoi. De ce fait, la haine de l'objet du monde extérieur devient haine du Moi (à cause de l'identification narcissique). Cette haine, cette critique imposée par le Surmoi exercera un sadisme excessif envers le Moi. C'est donc ce changement de direction de la libido d'objet vers le Moi qui explique le désintéret du mélancolique pour les personnes de son entourage.

Dans un texte complémentaire écrit en 1924 et qui fait suite aux théories de Freud sur la mélancolie, Karl Abraham insiste sur le caractère sadique-anal précoce (anal I) du mélancolique que l'on constate dans sa tendance à détruire l'objet.

Il note aussi que la perte réelle d'un objet entraîne une introjection de la personne aimée, qu'il nommera introjection oral-cannibalique.

On retrouve ce type d'introjection aussi bien dans le deuil normal que le pathologique, à la différence que, pour l'endeuillé, l'introjection fait suite à une perte réelle, consciente. Celle du mélancolique survient sur une base narcissique, couplée d'une perturbation dans la relation d'objet et renforcée par le conflit d'ambivalence qui transforme les sentiments d'amour en haine.

Dans le deuil, les sentiments hostiles sont écartés en faveur de la tendresse, de ce fait, l'introjection de l'objet permet de conserver l'amour pour ce dernier. Le sujet conscient de sa perte saura, par le travail de deuil, conserver l'être aimé en le portant en lui et en le retrouvant grâce aux souvenirs.

L'introjection du mélancolique a pour espoir de réanimer l'objet perdu en ayant l'illusion de redonner vie à la mort.