

# L'IRRESISTIBLE TENTATION DE DISPARAITRE DE SOI \*



**David Le Breton (né en 1953) est professeur d'anthropologie et de sociologie à l'Université de Strasbourg, membre de l'Institut universitaire de France et chercheur au laboratoire Cultures et Sociétés en Europe. Il est spécialiste des représentations et des mises en jeu du corps humain qu'il a notamment étudiées en analysant les conduites à risque.**

Le sentiment d'identité est un mouvement de la conscience. Il oriente les faits, les gestes et les pensées. Il ne cesse de se redéfinir selon les contextes et les moments de la vie. Ce mouvement est possible et flexible si, et seulement si, un fil conducteur garantit la continuité, et permet de se reconnaître comme la même personne tout au long de sa vie intégrant les changements et les évolutions dans la représentation de soi.

Le rapport au monde construit aussi l'identité individuelle. Nous ne pourrions exister tout seul et c'est dans l'expérience du regard de l'autre que chacun va fonder son image de soi. C'est un processus actif, affectif et cognitif de sa propre perception. Qu'on le veuille ou non, les autres sont inhérents à cette construction.

L'identité individuelle est ainsi intrinsèquement liée à l'identité sociale. Cette existence sociale implique de prendre connaissance des multiples facettes du soi et de les assumer. Elle n'est possible qu'à travers la capacité pour l'individu d'endosser une succession de rôles différents selon les publics et les moments en préservant une unité (Le Breton, 2003). L'influence des autres en soi et l'influence des autres hors de soi, s'entrelacent, se confrontent ou fusionnent. L'individu est constitué des labyrinthes innombrables qui s'enchevêtrent en lui, tramés dans ses origines sociales et culturelles et de ce qu'il en fait aujourd'hui, la dynamique affective dans laquelle il a grandi et s'agit encore, les influences extérieures qui jouent sur lui, son expérience passée et notamment les drames ou les félicités qu'il a connus. (Le Breton, 2007; 2013)

L'enchevêtrement de ces éléments ainsi que leur interdépendance participent au processus de construction de soi. L'être est le lieu de confrontations de différentes logiques internes de pensée et d'action. S'ajoutent à cela l'évolution et les transformations, qui, à travers les âges modifient continuellement le rapport à son propre corps et la représentation de soi, mais aussi, son rapport au monde. Et ceci met à mal ou encourage cette construction d'identité. Les adolescents et les personnes âgées sont d'ailleurs particulièrement concernés ou encore ceux et celles, vivants des

changements brutaux, profonds ou des métamorphoses existentielles. Il est toutefois nécessaire de préciser que même si l'adolescence est une période de vie où la vulnérabilité est accrue, les conduites à risques concernent seulement 15% des adolescents. La majorité des jeunes est épanouie et sans réelles difficultés existentielles.

Or, cette individuation, nécessaire pour articuler le fait d'exister en soi et avec les autres, exige un effort, l'effort d'être soi. L'environnement social peut faire support ou au contraire, venir encombrer, faire intrusion.

Et quand exister devient insurmontable, trop difficile à assumer, émerge une nécessité de s'absenter, une volonté d'impuissance, une irrésistible tentation de disparaître de soi. David Le Breton nomme cette expérience la *blancheur* où l'espace et le temps perdent leur dimension matérielle pour devenir vide, absence, dépersonnalisation. Donald Woods Winnicott, dans *Jeu et réalité* (1975), l'évoquait déjà comme une aire intermédiaire d'expérience, telle une médiation vivante, poreuse, fluide entre la réalité intérieure et les impératifs du lien social. Cette aire n'est pas contestée car on n'exige rien ; il suffit qu'elle existe comme lieu de repos pour l'individu engagé dans cette tâche humaine incessante qui consiste à maintenir la réalité extérieure et la réalité intérieure distinctes et néanmoins reliées l'une à l'autre. (Winnicott, 1975)

L'être est alors dans les limbes, ni dans la vie, ni dans la volonté de mourir, ni dans le lien, ni tout à fait reclus. Transformer les choses, devenir soi est une mission trop difficile. L'individu se laisse tomber, épuisé, découragé, à bout de souffle...

Il y a différentes formes, nuancées ou au contraire extrêmes. Certaines sont discrètes, d'autres irrémédiables. Le sommeil est une forme de disparition tout en nuancant la vision dichotomique de la vie et la mort. Si cela est difficile de choisir de vivre, cela ne signifie pas pour autant que l'on choisit la mort. Le sommeil apparaît ainsi comme un contre-monde où la mort est abolie. Il permet ainsi d'être dans une forme indifférenciée, où il est possible de se laisser porter et être témoin à distance de la vie à travers un filtre protecteur.

Face à l'obligation de s'individualiser, la volonté de disparaître émerge comme une voie de survie. Certaines formes sont

même reconnues, comme celle de se lancer corps et âme dans le travail jusqu'à épuisement, la dépression, ou encore, plus extrême, le burn out.

La volonté de s'effacer aussi peut se retrouver dans le phénomène de la *second life* avec une disparition sans laisser d'adresse, ou un changement d'identité ou encore dans le principe de glisser dans le virtuel. Puis il y a des catégories de démissions de soi dont il est difficile, voire même quasi impossible de revenir. On y trouve ainsi l'anorexie, toutes les sortes de défonce comme la quête du coma avec alcools, drogues ou psychotropes, les tentatives de suicide, et, le suicide lui-même, dans sa forme de dissolution définitive.

L'individu, dans cette expérience de blancheur, ne sent donc plus sa place, traversant un exil intérieur, désertant ses proches. Le monde lui échappe et, face à cela, son indifférence. Il ne veut plus être quelqu'un pour l'autre et même pour lui-même. Sans effort de vivre, il est là sans plus y être. Malgré les vains appels de la famille, des autres tout autour...

Mais enfin, cette disparition de soi, même si elle peut emprunter parfois des chemins dramatiques, correspond majoritairement à une période transitoire, à un sas. La blancheur est vue alors comme un *ermitage postmoderne*. Elle n'est pas que fuite ou évitement de vivre. Le retrait est une étape de vie où il est impératif de se construire, sans être soumis obligatoirement au regard d'autrui, où il est indispensable de mettre en action un processus de la subjectivation afin de soutenir la naissance de soi. C'est une période qui exprime la nécessité d'appriivoiser un lien social loin d'être évident. Dans son livre, *Disparaître de soi, une tentation contemporaine*, David Le Breton propose ainsi une belle réflexion sur la construction du moi.

\* A partir du livre de David Le Breton, *Disparaître de soi, une tentation contemporaine*, Métailié, 2015, p.208.