



sonne que l'on console. Parfois, les gens vivent la consolation comme une intrusion. Quand quelqu'un est dans son bloc de chagrin, il n'a pas forcément envie d'être dérangé par quelqu'un qui veut lui apporter un peu de gentillesse, de douceur.

Face à la perte d'un enfant, certaines personnes demeurent inconsolables. Que faire pour les accompagner ?

Il y a en effet des personnes qui sont inconsolables et qui sont même en combat contre toute forme de consolation. Dans ce cas de figure, l'inconsolabilité relève d'une lutte acharnée pour rester dans une souffrance que l'on perçoit comme une fidélité (pour les endeuillés) ou une lucidité (pour certains esprits sombres et romantiques). Ce fut le cas de l'écrivain suédois Stig Dagerman, qui nous laissa sur ce thème un livre célèbre, joyau aussi bref que sombre et désespéré, voire vénénéux : "Notre besoin de consolation est impossible à rassasier". Dagerman semblait percevoir toute consolation comme une compromission, presque une bassesse : "En ce qui me concerne, je traque la consolation comme un chasseur traque le gibier. Partout où je crois l'apercevoir dans la forêt, je tire", écrivait-il. Il a fini par se suicider. En fait nous sommes contraints d'accepter l'inconsolabilité, d'abord parce que le choix ne nous est pas laissé. C'est ce qui est arrivé avec le patient dont je parle dans mon livre. Il était inguérissable, il avait mis tous les thérapeutes de la ville en échec. Cela faisait trois ans que je m'échinai à le soigner et je n'avais pas réussi à le sortir de ses sautes d'humeur ni de la toxicomanie. Mais il revenait toujours

me voir. Parfois, on doit renoncer à guérir, on doit admettre que nos consolations ne produisent pas de résultat mais on ne doit pas renoncer à accompagner. Au mieux, lorsque cela est possible, on peut essayer de faire en sorte que l'inconsolabilité ne soit pas intégrale chez une personne, que des parts de cette dernière se réconcilient avec la vie. Certaines personnes peuvent alors accepter d'être heureuses par moments.

Peut-on vivre sans jamais accepté d'être consolé ?

Oui, on peut continuer à vivre. Mais une adversité dont on n'a pas été consolé risque de laisser des séquelles, de laisser la personne amère.

Outre les gens et les liens, qu'est-ce qui peut nous consoler ? La foi ?

La religion est la plus incroyable structure de consolation qui existe, et ce, depuis la nuit des temps. La religion est née pour consoler les humains du deuil. Croire qu'il y a quelque part un Dieu qui sait pourquoi ça a lieu et qui, peut-être, envoie des épreuves pour nous dire que tout cela a du sens, que c'est un chemin dans lequel il a décidé de nous faire marcher et qu'à la fin on comprendra, cela console. C'est en tout cas vrai pour certaines personnes. Beaucoup d'historiens pensent que la religion prend naissance face à la mort.

À titre personnel, la certitude que j'ai par rapport à

la religion, c'est que la foi me fait du bien. Quand je me mets à croire en l'existence de Dieu, mes épreuves me paraissent moins dénuées de sens ou menaçantes et la mort me fait moins peur. Après, cela ne prouve pas l'existence de Dieu. Cela prouve seulement que croire en Dieu est un bon anxiolytique.

La consolation, c'est finalement très frustrant.

C'est que la vie humaine est frustrante. Il n'y a pas grand-monde qui, au fond, peut dire que sa vie est exactement comme il l'a voulue. La consolation nous rappelle que nos vies ne sont jamais parfaites, que la souffrance n'est jamais très loin. Il n'est pas possible d'avoir une vie sans chagrin, sans peine, sans souffrance et sans échec. C'est une vision tragique de la vie humaine : on souffre, on vieillit, on meurt. En cela, la consolation est décisive car la vie nous frappe régulièrement.

La religion est la plus incroyable structure de consolation qui existe, et ce, depuis la nuit des temps.

"La consolation, au fond, c'est la même chose que le bonheur, mais sous la lumière noire du malheur", écrivez-vous. Comment cela ?

Le bonheur n'est pas là pour faire écran au malheur. Il est là pour donner la force d'affronter le malheur. Le bonheur, c'est le carburant pour affronter l'existence. Et dans la consolation, il y a quelqu'un qui est présent pour nous rappeler que le bonheur existe, et qu'il faut y rester perméable.