

# Penser la mort et la manière de mourir

Luc Ciompi\*

\* Prof Dr méd. emerit., ancien directeur de la Clinique sociopsychiatrique universitaire de Berne



Luc Ciompi

De multiples raisons m'incitent à me préoccuper du problème de la mort et de la manière de l'affronter. Rien qu'en raison de mon âge – 77 ans – la question de la mort est ouvertement ou sournoisement omniprésente. En tant que médecin et psychiatre également, j'y étais bien souvent confronté. Toutes les histoires de vie et de mort, vécues sur le plan professionnel ou privé tout au long d'une vie de médecin, finissent par composer un tableau aux facettes multiples. Que répondre aux jeunes qui nous demandent «comment c'est» dans la vieillesse? Comme jeune chercheur également, je me suis déjà intéressé aux problèmes de l'âge avancé – p.ex. dans le cadre d'une étude sur la vie intérieure des patients souffrant de la maladie d'Alzheimer. Il y a quelque temps, j'ai, par ailleurs, écrit une lettre de lecteur au sujet du suicide médicalement assisté [1] qui m'a valu un courrier abondant, des discussions successives et, surtout, des réflexions propres qu'il me paraît utile de soumettre aux lecteurs de ce journal, malgré – ou à cause – de certains aspects peut-être inhabituels ou contradictoires.

Avant d'entrer en matière, il convient de souligner que des pensées concernant la mort et la façon de mourir seront forcément empreintes d'une grande part de subjectivité. Cependant, je voudrais commencer par un aspect qui me paraît assez objectif, soit le phénomène de la mort dans la perspective évolutionniste.

## Dieu merci, nous pouvons mourir!

Du point de vue évolutionnaire, la mort est considérée comme une invention pleine de sens, voire géniale. Ce n'est que grâce à l'incessante disparition des vieux qu'une vie toujours nou-

velle et jeune parvient à s'adapter à un environnement en changement permanent, tout en préservant la continuité génétique de ce qui s'est avéré utile. Il suffit d'imaginer la situation terrible qui résulterait de l'immortalité: tous ces vieux et toutes ces vieilleries qui nous encombreraient éternellement de leur présence – pas seulement Hitler, Socrate, Néron, Goethe, mais également toute la masse des gens ordinaires, toujours plus nombreux et étouffants – une vision effrayante! Quel que soit l'angle sous lequel on aborde la question: c'est très bien fait que nous puissions tous mourir – et par conséquent, il est également tout à fait normal que je m'en aille bientôt moi-même!

## Heureusement nous ne vivons pas deux cents ans!

C'est ici, toutefois, que commencent les contradictions, il est vrai que j'aimerais vivre aussi longtemps et bien que possible. Cette volonté de vivre à tout prix également est sans doute sensée et génétiquement enracinée. Tout autant sensées sont, toutefois, les limites imposées par la nature à la volonté individuelle de vivre. En d'autres termes: l'éternel rêve de l'humanité d'une longévité au-delà de toute «mesure biblique» n'est, à mon avis, qu'une dangereuse illusion de plus. La durée de vie accrue à 70–80 ans en moyenne nous pose déjà, comme on le sait, de grands problèmes démographiques, psychologiques et économiques. Qu'arriverait-il, si de surcroît la vie pouvait être prolongée à 120, 150, voire 200 ans? – Certainement des difficultés et problèmes sans fin, malgré les mirages auxquels une science-fiction tétanisée par l'idée du progrès tente de nous faire croire.

## Le «scandale de la mort» et la prétendue peur du néant

Mais laissons de côté l'avenir incertain et tournons-nous vers la réalité. Même l'athée et l'existentialiste invétéré Jean-Paul Sartre aurait affirmé que la «disparition dans le néant» signifiée par la mort équivaut à un scandale insupportable. Mais qu'y a-t-il, au fond, de tellement terrible dans cette disparition? N'est-ce pas justement le fait de la mort qui rend la vie infiniment précieuse? Pourquoi ne pas se satisfaire de ce cadeau, mais vouloir le garder à tout jamais – au-delà des

Correspondance:  
Prof Dr méd. emerit. Luc Ciompi  
Route de la Cita 6  
CH-1092 Belmont-sur-Lausanne  
cioluci@freesurf.ch

traces que même le dernier d'entre nous laisse obligatoirement? Car d'un point de vue spirituel, rien, vraiment rien n'est jamais tout à fait perdu. Quoique j'aie été ou quoique j'aie fait, en bien comme en mal, suscitera pendant quelque temps quelques vagues ou vaguelettes qui finiront toutes par se confondre, tôt ou tard, dans l'anonyme vague de fond constituée par la totalité des événements. – Est-ce que cela ne suffit pas? A mon avis, c'est tout à fait assez; je ne désire ni présence ni jeunesse (pour l'amour de Dieu!) éternelles, et devant la perspective de rentrer, le moment venu, dans ce «néant» général, je ne ressens aucune peur.

### Louange de la vieillesse

«Celui qui loue la vieillesse ne l'a pas regardée en face», a relevé mon estimé collègue Paul Parin, dans une récente interview de la *Neue Zürcher Zeitung* [2], citant en cela un mot du philosophe italien Norberto Bobbio. Il est bien entendu exact que la vieillesse entraîne inévitablement des difficultés et pertes multiples, y compris l'anéantissement définitif. La maladie, la souffrance physique et la solitude sont probablement les maux les plus difficiles à supporter. Je connais pourtant de nombreuses personnes, y compris moi-même, qui vivent largement leur vieillesse comme une étape de vie fascinante et pleine de surprises. Ne songeons qu'à toutes les possibilités insoupçonnées de vivre et d'aimer que peut offrir le rôle de grands-parents que beaucoup de vieilles personnes ont le bonheur d'assumer! Il ressemble à la fonction de confident officiel ou officieux, de coach ou de superviseur qu'on peut remplir. Ceux qui jouissent encore d'une santé suffisante profitent de la formidable liberté de faire ou ne pas faire ce qu'ils veulent ou ne veulent pas. Lors de ré-unions avec des camarades d'école, des contemporains, des membres du club alpin ou d'autres amis et connaissances, il n'est pas rare de rencontrer des personnes âgées qui contredisent tout cliché unilatéralement négatif de la vieillesse: ainsi ce Roger du CAS qui, à 87 ans, surpasse encore bien des jeunes clubistes lors de nos excursions de ski à peaux de phoque. Ou Annie T., l'artiste-peintre de 85 ans qui parcourt le monde plus créative que jamais depuis la mort de son mari, malgré des maux et douleurs multiples. Sans oublier Christian M., mon ami et ancien chef, qui écrit au même âge livre après livre.

Toutes ces histoires de vie et de mort, accumulées grâce au poste d'observation privilégié que représente l'âge avancé, constituent en fait un trésor unique. En marge de leurs aspects tragiques, elles comportent souvent aussi des élé-

ments consolateurs. Ainsi l'histoire de mon ancien patient et collègue, le Dr Z., qui dépérit d'une affection nerveuse chronique, accompagnée de violentes douleurs. Profondément croyant et serein jusqu'à la fin, il refusait obstinément de prendre des analgésiques, «afin de porter sa part des incommensurables souffrances de ce monde». La sœur de notre filleule, à 37 ans par un cancer foudroyant arrachée à son mari et ses deux enfants en bas âge, consolait efficacement, quant à elle, non seulement les membres de sa famille, mais également les autres patients de l'institution pour affections terminales où elle devait mourir. Ma cousine L., elle aussi décédée à l'âge de 56 ans d'un cancer, réduisait jusqu'à la fin ses doses de morphine malgré des douleurs insoutenables, pour garder sa perception devenue ultrasensible pour les gens, les couleurs et les sons.

### L'épouvantail Alzheimer

Selon l'opinion générale, la pire de toutes les perspectives de vieillesse est celle d'être atteint de la maladie d'Alzheimer. Surtout ne pas tomber à la charge d'autrui! Surtout ne pas devenir physiquement dépendant de façon indigne, tout en perdant nos biens les plus précieux qui sont la raison et la mémoire! – Mais l'involution physique et psychique ne fait-elle pas partie intégrante de la vie au même titre que l'évolution? Et ne sommes nous pas, du berceau jusqu'à la tombe, beaucoup plus dépendants les uns des autres – de leurs services, de leur travail, de leur estime et de leur amour – que nous ne voulons généralement l'admettre? L'homme est un animal grégaire; les enfants, les malades et les vieux ont besoin du soutien de la communauté.

Comme mentionné ci-dessus, j'ai une fois étudié – notamment par la méthode psychanalytique de la libre association – la vie intérieure de patients atteints de la maladie d'Alzheimer. Dans ce domaine également, mes conclusions étaient assez surprenantes: ces personnes ne sont en général pas profondément malheureuses. A l'exception d'irritations passagères, elles vivent la plupart du temps assez sereinement soit exclusivement dans le présent – ce qui, au fond, correspond exactement à ce que de nombreux ésotériques recherchent assidûment! –, soit dans une espèce de brouillard onirique, éclairé ou obscurci par des fragments de souvenirs pleins de sens. Une «vie sans valeur»? Qui oserait porter un jugement, alors que le sens et la valeur d'une vie dépendent avant tout des circonstances et, notamment, de la situation relationnelle? A mon avis du moins, la vie d'un patient souffrant de la maladie d'Alzheimer, tout comme celle de tout

autre malade ou infirme mental, vaut au moins autant que – pour m'exprimer de façon provocatrice – celle d'un caniche-toutou ou d'un canari souvent entouré d'une affection comparative-ment choquante!

### **Mort naturelle versus mort manipulée...**

Une autre histoire qui m'a beaucoup impressionné est celle du vieux Louis, valet de ferme dans notre village de vacances au Valais. Bien qu'en bonne santé, il déclara, un certain automne, qu'il allait maintenant à vivre son dernier hiver. Et en effet, il faiblissait de plus en plus jusqu'au printemps. Le dimanche des Palmes, il se coucha sur son lit habillé de ses plus beaux atours, fit venir sa famille et les gens du village, donna la main à chacun, et décéda paisiblement la nuit suivante. On dit qu'autrefois, une telle «mort naturelle» n'avait rien d'exceptionnel dans cette vallée de montagne.

Ce que serait actuellement une mort naturelle n'est, cependant, pas facile à dire, au vu des possibilités manipulatoires presque illimitées de la médecine moderne, entre les pôles de la prolongation artificielle d'une vie végétale pendant des mois ou des années d'une part (comme p.ex. celle d'Ariel Sharon), et l'extension rampante de «l'aide médicale au suicide» d'autre part. Ces perspectives nouvelles plongent beaucoup de gens, y compris moi-même, dans des conflits presque insolubles entre une profonde réticence à transgresser une ligne de démarcation des plus dangereuses, et une compassion tout aussi profonde avec des souffrances extrêmes. Déjà, le CHUV à Lausanne vient-il de créer, en première suisse, un espace spécial pour le suicide médicalement assisté. Déjà il existe aussi des «cours pour

personnes âgées» à ce sujet. Et rien que dans mon proche entourage, je viens de vivre en peu de temps deux décès arrangés par l'organisation «Exit» qui, tout en étant entièrement compréhensibles sur le plan rationnel, continuent de laisser, au niveau émotionnel, un arrière-goût singulièrement amer. Quelle différence avec l'histoire de mon vieil ami montagnard M., tragique et profondément enrichissante à la fois pour tous ceux – femme et ex-femme, enfants et petits-enfants, amis et connaissances – qui l'ont aidé pendant cinq ans à supporter son Parkinson progressif avec grand courage! Finalement en chaise roulante et presque incapable de parler ni manger, il envisageait sérieusement un suicide avec «Exit». En fin de compte, il se décida cependant de «laisser venir», et parvint peu après à mourir calmement d'une mort naturelle.

### **...et la métaphore de la paroi nord de l'Eiger**

«Personne ne sait ce que c'est que la paroi nord de l'Eiger, s'il ne l'a pas soi-même escaladée», m'a une fois dit un guide de montagne. C'est sans doute pareil avec la mort et la manière de mourir. Nous pouvons et probablement devons y réfléchir. Mais personne ne sait comment il/elle «grimpera» sur cette paroi raide, une fois le moment de vérité venu.

### **Littérature**

- 1 Ciompi L. Ärztliche Suizidbeihilfe und Ehrfurcht vor dem Leben. [Le suicide médicalement assisté et le respect de la vie]. Bull Méd Suisses. 2004; 85(3):81-2.
- 2 Neue Zürcher Zeitung Folio 4/2006: 20-4.