

# Origines des Dépressions

(Réflexion sur les états dépressifs et leurs origines)

Gilbert Sescousse – 25 Décembre 2009 -

## Sommaire

Introduction.....	1
LES ETATS DEPRESSIFS CHEZ LES ANCIENS.....	2
L'acédie.....	2
La nuit des sens et la nuit de l'esprit .....	3
Le problème de la santé mentale dans la quête mystique .....	4
LES ETATS DEPRESSIFS AUJOURD'HUI .....	7
La mélancolie .....	7
La dépression et leurs causes.....	9
Le gros problème d'aujourd'hui.....	10
SORTIR DE LA DEPRESSION.....	12

---

## Introduction

Vous le savez, nous sommes actuellement confrontés à toutes sortes de dépressions : psychologique, sociale, idéologique, philosophique, religieuse, économique et écologique ...

Mais, le terme « *dépression* » est relativement récent puisqu'il n'apparaît dans le langage médical qu'au 18<sup>ème</sup> siècle. Affection de la modernité de par son essor, elle est, cependant, une souffrance très ancienne. *Hippocrate mentionnait déjà ces états mentaux pathologiques*<sup>1</sup> ».

La classification des états dépressifs est, aujourd'hui, toujours sujette à discussions et à inventarisation. Autrefois, on parlait de « *mélancolie* », de « *d'acédie* », de « *nuit de l'esprit* », de « *nuit des sens* ». Aujourd'hui, on parle de « *blues* », de « *baby blues* », de « *dépressions mineures* », de « *dépressions majeures* », de « *névroses narcissiques*<sup>2</sup> », de « *dépressions narcissiques endogène* » ou « *exogène* », ou encore « *névrotiques* », de « *troubles ou de psychoses maniacodépressifs* » ou de « *troubles bipolaires* », des « *dépressions des états limites narcissiques des psychopathes* » ....etc.

---

1 <http://www.etat-depressif.com>

2 Freud, « *Névroses et psychoses* », article de 1924,

Pourquoi les états dépressifs et la dépression ? Comment s'en sortir ?

## **LES ETATS DEPRESSIFS CHEZ LES ANCIENS**

Les états dépressifs et les dépressions ont toujours un facteur déclanchant, si ce n'est une origine traumatique parfois difficile à déceler parce que les symptômes peuvent surgir des années après l'incident. Ils ont tous pour fondement la « perte » d'un objet fortement investi, d'un être cher, d'un travail, d'un projet de vie...

### **L'acédie**

Dès le III<sup>e</sup> siècle, on parle de ce mal étrange qui frappe les ermites en Egypte et en Palestine. Certains étaient accablés par des angoisses oppressantes qui les conduisaient à l'apathie, l'oisiveté, l'instabilité, la somnolence, le dégoût, l'ennui<sup>3</sup>, qui allait d'une simple défaillance à la dépression et au renoncement monastique. On parle alors « d'*acédie* » qui vient du grec « *akèdia* » qui signifie : négligence, indifférence, découragement.<sup>4</sup> L'acédie est lié à une ascèse.

Or, le contexte de l'époque est bien différent du nôtre. Un développement sans précédent se diffuse en occident. Le christianisme continue son expansion et modifie de façon radicale la pensée, la vision du monde, et le sens même de l'existence de l'individu. A cette période, une forte croyance « *apocalyptique* » pèse sur les esprits avec l'imminence, et « *l'espérance* », de la venue de la « *Jérusalem céleste* ».

Il s'ensuit un phénomène social sans précédent. L'état de vie érémitique devient, comme on dirait aujourd'hui, un phénomène de mode, et c'est par masse que les gens se précipitent dans les déserts et dans les couvents. On accorde, alors, une grande importance à la « *vie religieuse*<sup>5</sup> », au « *célibat* », à « *l'abstinence sexuelle* », et à la « *virginité* », ce qui interdit aux plus jeunes toute vie sociale.

Dés lors, ce qui est étonnant pour la religion de l'Incarnation du « Logos », les besoins fondamentaux corporels et psychologiques sont négligés. Cela perdure aujourd'hui encore chez les religieux avec la méconnaissance du pulsionnel, ce qui induit souvent des troubles et des comportements pathologiques chez certains types de tempéraments.

Dans une telle atmosphère, (rappelez-vous l'imminence apocalyptique) ce qui prime, n'est pas la vie de famille, ni d'avoir des enfants, mais le dévouement total à la vie « *religieuse* » pour le salut de son âme; d'où l'émergence de ce mal étrange qu'est l'acédie.

**Comme remède à un tel phénomène, comme souvent, on infligea le volontarisme de la « *condamnation* » et de la « *culpabilisation* ». Pour tenter de résoudre le problème, le Pontife Evagre, entre autre créateur de la liste des péchés capitaux, y adjoindra l'acédie.**

Là commence à pointer l'ennui, le dégoût même des pratiques spirituelles, qui jusque là, était pour le reclus une source d'expériences sensorielles gratifiantes. Ces goûts spirituels appelés,

---

3 Catherine Halpern, « L'acédie, ancêtre de la paresse »

[http://www.scienceshumaines.com/index.php?lg=fr&id\\_article=22455](http://www.scienceshumaines.com/index.php?lg=fr&id_article=22455)

4 Roland Barthes, professeur de sémiologie littéraire Collège de France cours de 1977

5 Claude-Gilbert Dubois, « Mythologies de l'Occident » édit. Ellipses, 2007, p 365

bien plus tard par Louis Marie Grignon de Montfort, des « *confitures spirituelles* », sont les gratifications des commençants. *Après, vient le sevrage avec ses refontes du moi et de l'ego.*

Nous voyons pointer, ici, l'autre grande cause qui est à l'origine des états dépressifs chez les spirituels.

### **La nuit des sens et la nuit de l'esprit**

Par exemple, la nuit des sens qui est une expression de l'acédie. Nous pouvons dire, à la suite de François Cheng, qu'il s'agit ici : « *d'un sentiment de manque et d'inadéquation par rapport à l'être [...] c'est, à la fois, la nostalgie d'un moment vécu et l'aspiration d'un moment à venir*<sup>6</sup> ».

Ce n'est que beaucoup plus tard que ces phénomènes seront mieux décrits et détaillés par Ignace de Loyola et Jean de la Croix en termes de nuits. Dans d'autres cultures, dans d'autres traditions le phénomène est également connu.

Parallèlement au plan des expériences spirituelles se déploie le plan psychologique et c'est là que les difficultés commencent.

*Quand, pour le mystique, les plans de Dieu ne sont plus ce qu'il croyait qu'ils fussent, à cause d'une plus grande conscience de cette Inadéquation avec l'être, ou un trop grand décalage entre son idéal et la réalité, il entre plus encore dans le désespoir.*

Le spirituel voit, ici, qu'il ne peut plus avancer par ses propres forces, ou celle de l'ascèse, car, devant lui, il n'y a que le « *néant de lui-même* ». De même, il ne peut, guère plus, revenir en arrière tellement les objets de ce monde lui paraissent insipides. Ici, vous l'aurez deviné, c'est pour certains la nuit de la « *traversée proche de la psychose* », ou carrément « *psychotique* », et ceux qui s'y aventurent seuls ou mal accompagnés sont en réel danger.

Cette traversée (prépsychotique ou psychotique) est le pendant de la dépression majeure. Elle est décrite par Jean de la Croix et terme de nuit de l'esprit. Ici également, il décrit divers plans avec les terminologies de son époque. Il l'a traversé, lors de son emprisonnement dans la geôle du couvent de Tolède, ou bien peu auraient survécus à de tels traitements.

Il y a évidemment corrélation entre nuits spirituelles et les épreuves extérieures communes de notre nature. Innombrable est la liste où l'on trouve le récit d'une telle traversée : frère Laurent de la Résurrection<sup>7</sup>, la petite Thérèse, Bernadette Soubirous à Nevers, Monsieur Olier, qui, pendant cette période était nourri à la petite cuillère<sup>8</sup>. Dans d'autres traditions nous trouvons, pour ne citer qu'eux, le cas de Vevekananda, de Ramakrishna, Ramana Maharshi...

---

6 Nicolas Tabuteau, « Entretien avec François Cheng » <http://www.lenouveaurecueil.fr/Cheng.htm>

7 Conrad De Meeser, « Frère Laurent de la Résurrection » édit. Du Cerf, P 12.

8 Site Internet : Séminaire de Saint-Sulpice à Issy-les-Moulineaux [http://www.sulpissy.info/article.php3?id\\_article=54](http://www.sulpissy.info/article.php3?id_article=54): A partir de 1639, Olier s'enfonce dans la dépression et dans l'obscurité spirituelle. Il va rester pendant deux ans dans un état de prostration et de profond dégoût de lui-même. Le décès de son directeur spirituel, le père de Condren, en 1641, va le laisser désemparé. C'est au coeur de cette épreuve qu'il va s'en remettre complètement à Dieu, renonçant à s'en sortir par ses propres forces. Ce mouvement d'abandon va être pour lui une véritable libération et il va sortir complètement guéri de cette épreuve à Pâques 1641.

## Le problème de la santé mentale dans la quête mystique

Nous l'avons vu, l'acédie, les nuits spirituelles, la mélancolie et nous le verrons plus loin, tous les états dépressifs, sont liées à la problématique de la perte de l'objet aimé<sup>9</sup> avec ses effets sur le moi et le surmoi. Sont mis à l'épreuve « *le moi avec son idéal* », et par voie de conséquence le sens de la vie et sa place dans le monde. La quête de l'absolu n'est plus ce que le mystique avait projeté, et « *ces questions existentielles, habitent souvent le malade somatique grave confronté à un réel danger de mort*<sup>10</sup> ». C'est là que la foi « *foire* », car, comme dit Lacan : « *la foi c'est la foire tellement il y a de sortes de fois*<sup>11</sup> ».

Nous avons, aussi, comme lointain exemple, la traversée psychotique d'Empédocle. *Sous l'action du manque et de la frustration, son amour désespéré le poussa à se précipiter dans l'Etna*<sup>12</sup>. Il fut séduit et fasciné, tel les pyromanes ou les suicidés collectifs des mouvements sectaires qui s'immolent par le « feu », ou se passent par les armes (à feu). C'est pour cette raison que notre monde d'aujourd'hui à tant de mal à comprendre ces phénomènes, hélas récurrents, liés aussi aux croyances apocalyptiques, « profanes ». Celles-ci couvent toujours dans les fantasmes collectifs.

Au lieu de parvenir à « *l'Union transformante*<sup>13</sup> », le pulsionnel, l'archaïsme et les imagos parentaux non symbolisés, non élaborés, peuvent pousser certains sujets à la *totalité fusionnelle régressive*. Ici aussi, il règne toujours une navrante méprise entre « *Union transformante* » et « *Fusion* », l'une est issue d'un mouvement progressif, l'autre est un signe de repli régressif mortifère.

La véritable « *Union* » est bien différente. Jean de la Croix l'a décrit remarquablement lorsqu'il dit : « *qu'une vitre conserve toujours sa nature sous l'effet puissant des rayons du soleil*<sup>14</sup> ». Ici, il ne s'agit plus de fusion, mais de participation à la lumière de l'Être. L'individualité ne disparaît pas, seuls l'égo et le moi se transforment. L'union fusionnelle n'est que le désastreux tableau d'un mauvais faussaire. Il ne peut y avoir aucune méprise possible entre ces deux sortes d'unions.

Actuellement, et pour un temps certain, peut-être, **notre monde de « l'Avoir » se moque de la problématique de « l'Être »**<sup>15</sup> avec sa réalisation et les diverses ascèses qui en découlent. Heureusement que Freud n'a pas définitivement clos le débat et qu'il reconnaît, dans sa réponse à Romain Roland<sup>16</sup>, que pour lui, le sentiment et la sensation de l'éternité et de l'illimité lui sont étrangères, mais, et c'est encore heureux, « *qu'il ne s'autorise pourtant pas à*

---

9 Edith Jacobson, les dépressions, édit. Payot, 2007, p 148

10 Marc-Alain Descamps, « Les Psychothérapies Transpersonnelles » édit. Trismégiste, 1990, p 6

11 Jacques Lacan, « le triomphe de la religion, le discours aux catholiques », édit. Seuil, 2005, p 95

12 Gaston Bachelard, La psychanalyse du feu, Paris, Gallimard, 1949

13 C'est le sommet de l'Union de « *volonté* » différente de l'union « *naturelles* » de tout les être vivants avec l'Être. C'est le sommet de la vie spirituelle, un état du « mariage spirituel ». P. Marie Eugène de l'E. J. « je veux voir Dieu » édit du Carmel p 989.

14 Jean de la Croix, « la montée du Carmel » Œuvres complètes, livre II, chapitre IV édit. du Seuil p. 111

15 Marc-Alain Descamps, « Les Psychothérapies Transpersonnelles » édit. Trismégiste, 1990, p 12

16 S. Freud « Malaise dans la civilisation »

*en nier la réalité chez autrui*<sup>17</sup> ». Cependant, pour palier à ce manque et surtout combler sa carence rhétorique, il avancera le concept de « *sentiment océanique* », ce qui, à mon sens, même si c'est une réalité clinique, rétrécit considérablement le débat.

On sait, de par la clinique et les régressions dans les cures analytiques de type Rêve Eveillé, par exemple, que le fœtus ne vit pas dans le paradis de Milton ; qu'il est sujet au mouvement physique et psychique de la mère, elle-même sujette à ses contraintes ataviques et existentielles.

**Nous avons parlé d'ascèse. Elle pose, d'ailleurs, toujours question chez le spirituel. Les négligences et les privations des besoins fondamentaux<sup>18</sup> corporels, affectifs et psychologiques font surgir, et les états dépressifs, et les problématiques somatiques, avec les infinies variations possibles liés aux multiples personnalités.**

Ici, je pense à une expression de B. Cyrulnik<sup>19</sup>, qui dit que chacun a, au départ, un psychisme plus ou moins bien « *tricoté*<sup>20</sup> », et que la vulnérabilité à la frustration est d'autant plus grande, qu'il y a des trous dans le tricot. On peut penser, aussi, bien sûr, à Lacan, et à ce minimum de structurations essentielles entre « *signifiant* » et « *signifié*<sup>21</sup> », que nous avons abordé dans une autre réflexion. Car c'est bien de cela dont il s'agit et qui fait obstacle à la préhension de la réalité.

*D'autre part, aujourd'hui, il règne toujours une confusion partisane entre le psychotique, autrefois le fou, et le mystique.* Dans ce domaine, comme dans d'autres, hélas, je suis obligé, malgré une joviale bonne volonté, de reconnaître que ces confusions, amoureusement entretenues, sont loin d'être innocentes. Certes, nous l'avons déjà dit, il est vrai que les projections parentales archaïques sont incontournable dans le cheminement spirituel, c'est pour cette raison qu'il faut que le sujet les « *élabore* ».

Mais il n'y a aucune comparaison entre la loque qu'est un aliéné encamisolé chimiquement dans un hôpital psychiatrique, et entre Thérèse d'Avila, Augustin, Thomas d'Aquin et autres mystiques. L'un est dans un mouvement régressif pathologie, tandis que les autres sont dans le mouvement progrédient de la sublimation avec les changements de la valeur des objets aimés<sup>22</sup> que nous connaissons (abstraction de l'objet vers des valeurs sociales de cohésion...). Rien à voir non plus avec la psychologie des redoutables dépressifs narcissiques psychopathes<sup>23</sup> de l'inquisition. Ici, nous quittons les mystiques avec leur quête d'absolu et nous glissons vers les extrémismes de tout poil aussi bien politique que religieux.

Sans entrer dans ce oh combien douloureux et long débat, je dirais simplement, en citant Lacan, que tout ce foisonnement de symptômes est dû à l'impossibilité d'imaginer le Réel, de l'épingler, de le mettre en équation<sup>24</sup>. Nous aimons tous les loupiotes, parce que la lumière est

---

17 Marc-Alain Descamps, « Les Psychothérapies Transpersonnelles » édit. Trismégiste, 1990, p 100

18 Marc-Alain Descamps, « Les Psychothérapies Transpersonnelles » édit. Trismégiste, 1990 p 5

19 Document télévisuel.

20 Gilbert Sescousse, « de l'imaginaire à la réalité », article sur site Internet

21 Ibidem.

22 Sophie de Mijolla-Mellor, « La sublimation » édit. Puf, Que sais-je, 2006, p 11-14

23 Qui ont la particularité de n'avoir aucun interdit et de ne ressentir aucune culpabilité.

24 Jacques Lacan, « le triomphe de la religion, le discours aux catholiques », édit. Seuil, 2005, p 94

insupportable. Or, chaque fois qu'un mystique s'est confronté à l'insupportable lumière, il en a ramené des loupiottes. Puis, c'est le travail des théologiens que de faire du sens, car faire du signifié c'est le « *truc* » de la religion. « *Ils sont capables de donner du sens à n'importe quoi* », même à l'apocalypse de Jean<sup>25</sup>, poursuit Lacan.

D'ailleurs, si on gratte un peu, on voit que nombre d'entre eux se moquent de la lumière. Ce qu'ils veulent c'est « *l'épingler* », ce qui est bien différent que d'essayer de vivre avec, ce qu'est la véritable quête mystique.

Il faut se rappeler, également, les propos de Charles Baudouin lorsqu'il disait qu'il « *n'y a pas de frontière entre la « réparation » de l'homme malade ou perturbé et la « réalisation » de l'homme « sain », bien dans sa peau*<sup>26</sup> ». Et Nasio d'ajouter, que nous sommes tous, quoique très différemment, des névrosés<sup>27</sup>.

**De même, les personnes qui s'engagent dans des pratiques spirituelles, même si elles sont bien dans leur peau, de par ces pratiques mêmes, se voient rapidement confrontées à leur structure « archaïque » névrosée. Elles doivent « symboliser », « élaborer », afin de régler, d'intégrer l'angoisse fondamentale de la mort et de la castration<sup>28</sup> oedipienne.**

Elles doivent ainsi passer de la dualité corps/esprit, qui n'est pas forcément un clivage, à une plus heureuse homogénéité. Soit dit en passant, que ceci n'est pas nouveau et que cet idéal n'est pas le seul apanage des mystiques, ni des idéologies modernes du mieux être. Elles étaient déjà la quête des philosophes de l'antiquité.

S'ouvre ici, le long sujet (que je n'approfondirais pas) sur les différences dogmatiques et sur les variantes des délires mystiques qui ne devraient être, pour certains d'entre eux du moins, qu'une traversée psychotique dont *il faudrait effectivement sortir par la porte de devant, et non par la voie d'Empédocle ou par les coulisses du renoncement et de l'internement.*

Déjà, Thérèse d'Avila, et Jean de la Croix mentionnaient les effets physiques et psychologiques du cheminement spirituel. Ils connaissaient très bien le mélancolique, les divers troubles physiologiques comme les troubles des facultés, de la mémoire, de la volonté, les acouphènes<sup>29</sup>, des visions et les troubles plus sévères de la stigmatisation, des extases, des jeûnes perpétuels, dont ils disaient que ces manifestations étaient probablement des faiblesses psychologiques, en terme de faiblesses de l'âme<sup>30</sup>.

A ce propos, ***Thérèse critique « vivement » ceux qui pensent que Dieu pourvoira à la méconnaissance de soi.*** Ces personnes risquent l'échec complet de leur quête spirituelle, ou du moins « *elles, iront vers de grandes souffrances* » produites par des états dépressifs<sup>31</sup>. Nous l'avons dit, ***on ne tourne pas ses facultés vers le Réel sans effet sur le moi.***

---

25 Jacques Lacan, « le triomphe de la religion, le discours aux catholiques », édit. Seuil, 2005, p 80

26 Dr. Bernard Auriol, « La santé entre le psycho et le social » site : <http://auriol.free.fr/groupe/santgrep.htm>

27 Nous sommes tous névrosés, J.-D. Nasio, « l'hystérie », édit. Payot (petite bibliothèque), 2008, p 181

28 Nous sommes tous névrosés, J.-D. Nasio, « l'hystérie », édit. Payot (petite bibliothèque), 2008, p 181

29 P. Marie Eugène de l'E. J. « je veux voir Dieu » édit du Carmel p 775

30 P. Marie Eugène de l'E. J. « je veux voir Dieu » édit du Carmel p 756-820

31 P. Marie Eugène de l'E. J. « je veux voir Dieu » édit du Carmel p 39-52

Ici, comment ne pas citer Lacan lorsqu'il dit que s'aimer soi-même c'est aimer un autre, lorsque l'on sait, après Freud, que le moi est une superposition d'identifications qui donnent à l'homme « *l'illusion* » de se reconnaître en tant qu'unité<sup>32</sup>.

Si j'entrebâille le voile d'un sujet si tabou, c'est parce que, dans le monde d'aujourd'hui, on ne peut pas dire que les personnes en recherche spirituelle soient comprises et aidées dans le sens de leurs intuitions premières, car, elles ne seraient considérées, par la psychiatrie, comme tiré d'affaire que lorsqu'elles auraient renoncé à leur quête. La quête de « *l'Etre* » c'est justement de passer du moi au Soi, ou au Moi.

Ici, je pense à la volumineuse clinique de Magdeleine par Pierre Janet, au demeurant formidable par tant de découvertes qu'il fit sur l'hystérie et les délires mystiques. Il était conscient de l'ampleur du sujet, et d'être, surtout, l'un des premiers à ouvrir le chapitre. Il faut lui en faire l'hommage, mais reconnaître aussi son erreur lorsqu'il compare Madeleine<sup>33</sup> à Thérèse d'Avila.

Ce n'est prendre aucun risque que de dire que « *le château intérieur* » ou « *le livre des demeures* » de Thérèse est un sommet inégalé de la spiritualité occidentale. Il faut se rappeler, aussi, qu'elle était surveillée par l'inquisition et devait rester, sous peine de plus que sévères représailles, dans le canon de l'institution.

Mais depuis, où en sommes nous ? Que ferions-nous de Madeleine aujourd'hui ?

## **LES ETATS DEPRESSIFS AUJOURD'HUI**

Après Evagre, a lieu le glissement entre l'acédie des mystiques, face à leurs ambitions spirituelles, et la mélancolie. **Alors, l'acédie devient un péché, non plus envers Dieu, mais envers la « société » à travers le « profit » et le lien social.**

### **La mélancolie**

C'est sous Grégoire que « *l'acédie, désormais perçue comme maladie de l'âme, devient mélancolie et n'est plus, en tant que telle, un péché*<sup>34</sup> ». Alors, l'acédie sortira de la liste des péchés capitaux et sera remplacé par la «  *paresse* », bien différente de la sainte oisiveté vantée par Jean de la Croix.

D'ailleurs, ne trouverait-on pas ici, la source de la croyance populaire, toujours relativement tenace, que les dépressifs ne seraient que des paresseux ?

Après l'acédie et les nuits de ceux qui sont dans la quête de l'absolu, vient donc, la mélancolie. *Elle n'est pas forcément liée à une ascèse comme « l'acédie »*. Elle est chantée et exorcisée par les romantiques, les révolutionnaires, les déconstructivistes, les poètes et écrivains comme Chateaubriand, Alfred de Vigny, Baudelaire, Rimbaud, avec les musiciens, aussi, Chopin, Liszt, Schubert, sans parler des peintres et autres artistes ; alors l'acédie disparaît du langage courant puisqu'elle est liée à une ascèse.

---

32 Jacques Lacan, « le triomphe de la religion, le discours aux catholiques », édit. Seuil, 2005, p 47-48

33 Pierre Janet « de l'angoisse à l'extase », Volume II, publié par la société Pierre Janet et le laboratoire de Psychologie Pathologique de la Sorbonne, 1975, p 364

34 Carla Casagrande, Silvana Vecchio, « Histoire des péchés capitaux au Moyen Âge », Aubier, 2003.

Ici, les valeurs changent. Les objectifs de vie ne sont plus les mêmes, mais, comme nous l'avons déjà dit, c'est toujours la « *foire*<sup>35</sup> » car les croyances de toutes sortes demeurent.

La vie n'est plus mue par une espérance dans « *l'au-delà*<sup>36</sup> », mais par des croyances et des espérances autres, comme dans le progrès de la science, de la politique, la quête amoureuse ou sexuelle...

Ici aussi, la croyance « *apocalyptique* » dans sa version « *profane*<sup>37</sup> » tient une bonne place avec son cortège des tentations du désespoir :

- de la fin de son monde (celui du moi tout-puissant infantile),
- de se précipiter de l'autre côté du miroir, ou dans le feu comme Empédocle,
- de faire table rase avec les guerres, les révolutions et les massacres, avec pour fondement la croyance que de la terre brûlée il naîtra un monde meilleur,
- des suicidés collectifs des sectes, qui croient que la vie renaît de la cendre tel le mythe du phénix.

Dans ces croyances, il n'y a que le néant de la mort, c'est la perversion de l'espérance du texte de Saint Jean, qui tente de dire, certes pour une autre époque : *n'ayez pas peur, ne désespérez pas*<sup>38</sup> !

C'est l'absurde réaction à l'angoisse de mort du suicidaire, qui met fin à ses jours, paradoxalement pour échapper fantasmatiquement, de façon magique, à l'inéluctable, pour préserver en lui le peu de bien qu'il lui reste (le bon objet).

Il va s'en dire que de tels fantasmes, de telles croyances ne comblent pas de plus les besoins fondamentaux de notre humanité.

De l'angle analytique, on peut dire **que l'objet idéal n'est plus forcément le même, mais comme dans l'acédie, la mélancolie est aussi une perte de l'objet idéalisé, de l'objet d'amour, c'est la « clinique » du deuil. C'est, soit la perte de l'objet d'amour introjecté, ou soit que cet objet d'amour soit devenu écrasant<sup>39</sup>. Dans ce cas, le surmoi exigeant devenu cruel accable la personne jusqu'à l'extrême.**

---

35 Jacques Lacan, « le triomphe de la religion, le discours aux catholiques », édit. Seuil, 2005, p 95

36 Mais par le vin d'ici, comme dit métaphoriquement Pierre Dac

37 Claude-Gilbert Dubois, « Mythologies de l'Occident » édit. Ellipses, 2007, p 467

38 Claude-Gilbert Dubois, « Mythologies de l'Occident » édit. Ellipses, 2007, p 466

39 France culture, « Les chemins de la connaissance », par Jacques Munier, du vendredi 15 juin 2007, consacrée à l'« Anatomie de la mélancolie / Une névrose narcissique », avec Marie-Claude Lambotte, professeur à l'université Paris XIII et directrice de programme au Collège International de Philosophie. Transcriptions : Taos Aït Si Slimane, Site Internet :

<http://www.fabriquedesens.net/L-anatomie-de-la-melancolie-Une>



C'est relativement récemment que la mélancolie est classée dans les psychoses comme « *folie maniaco-dépressive* ». C'est sa phase « *dépressive* », qui fit disparaître, à son tour, le terme mélancolie<sup>40</sup>.

### **La dépression et leurs causes**

Vous le savez, la dépression est aujourd'hui reconnue et considérée comme une maladie. Elle est diagnostiquée par un certain nombre de symptômes différents de la déprime, de la tristesse, des troubles anxieux, des phobies, des obsessions, des attaques de panique, de l'anxiété généralisée, etc. Cependant, la dépression peut, plus ou moins, à des degrés divers, cumuler ces symptômes<sup>41</sup>. Comme les états dépressifs, la dépression se manifeste par un dégoût de vivre, une indifférence affective, de l'inhibition, de la torpeur.

Dans la même veine on pourrait continuer à la décrire sous l'angle des perturbations et dérèglement du fonctionnement cérébral, des neurotransmetteurs, de nos usines chimiques avec les maladies thyroïdiennes, etc.

Mais, si on semble toujours confondre les effets avec la cause, c'est qu'à l'origine, bien avant Freud, deux systèmes de pensée s'affrontent : les psychiatres psychologues allemands, et les psychiatres français d'inspiration médicale<sup>42</sup>. Ceci semble encore perdurer aujourd'hui.

Certes, et c'est louable, on peut essayer d'agir sur la chimie du cerveau pour soulager les souffrances, mais c'est une autre approche thérapeutique. Ce ne sont pas, même si cela arrive, nos modifications internes, nos usines chimiques, ni nos neurotransmetteurs qui nous font sombrer dans la dépression ; ils ne sont, bien souvent hélas, que la conséquence de notre expérimentation de la réalité, avec ses « *traumas* » et « *micros traumas* ».

« *L'évènement traumatique* » peut être apparemment insignifiant comme dans les conditions de travail avec ses pressions et ses discriminations sournoises. Il peut être aussi spectaculaire, comme pour les victimes d'attentat, d'enlèvement et autres victimes d'injustice et d'erreurs judiciaires.

*La dépression et les symptômes dépressifs guettent l'homme à toutes les périodes de sa vie, de la mort subite du nourrisson dont parle Jean Marie Delassus<sup>43</sup>, à la perte du goût de vivre chez l'enfant, l'adolescent, l'adulte, du retraité, jusqu'à l'agonie des plus âgés, sans parler des états dépressifs chez les malades et les prisonniers.*

**Les autres causes, outre les divers évènements traumatiques dont tout un chacun peut être victime, sont liées à la capacité de notre structure psychique, aux idéaux investis par le moi, et parfois à la tyrannie du surmoi.** Ce champ d'investigation est conséquent et ré-

---

40 Dr JP Rassinier <http://www.anti-depresseurs.com/histoire.htm>. Cet événement a lieu dans la huitième édition (1908/1915) du traité de l'allemand Emil Kraepelin, "Compendium de Psychiatrie", dont la première édition date de 1883.

41 L'INPES (l'institut national de prévention et d'éducation pour la santé).

42 Dr JP Rassinier <http://www.anti-depresseurs.com/histoire.htm>.

43 Jean Marie Delassus, « la psychanalyse de la naissance » édit Dunod. Le nouveau-né qui est confronté à la perte de la Totalité est en détresse psychique. Il doit s'orienter vers la réalité sous penne de mort psychique et parfois physique. Ce serait, selon lui, une des causes des morts prématurés des nourrissons.

sulte de « *l'incapacité du moi à obtenir une gratification narcissique, d'où une perte de l'estime de soi due à un autodénigrement*<sup>44</sup> »

Il n'y a rien de plus naturel et de plus exaltant que d'essayer de se conformer à l'idéal du moi, et la dépression est un effondrement mythique personnel, familial ou collectif de cet idéal avec son cortège de valeurs.

De même dans l'histoire, tous les grands empires : romain, égyptien, mésopotamien, perse, ottoman, maya, aztèque, inca... tous ont été anéantis où ont disparu. Pourtant, tous croyaient en leur capacité à se maintenir dans leurs croyances, si ce n'est dans leur immortalité.

J'aime à le répéter, même si aujourd'hui nous ne croyons en rien, ce rien, est quand même quelque chose. Avec l'effondrement des utopies et de nos systèmes mythiques, se délitent le désir et le goût de vivre.

### **Le gros problème d'aujourd'hui**

Après le déconstructivisme et le désenchantement du monde, où il n'y a plus de mystère ni de sacré, où la science prétend tout expliquer et tout résoudre, vient Heidegger, et son « monde de la technique ». **Les moyens ne sont plus justifiés par la fin**, c'est-à-dire, que la compétitivité mondialisée en tant que technicité ne promet plus, ni plus de « liberté », ni plus de « bonheur<sup>45</sup> ». La vie devient une « *absurdité*<sup>46</sup> », *d'ailleurs prônée par les existentialistes*, avec leur cortège de contres valeurs<sup>47</sup>, celles du désespoir que nous avons déjà abordées.

**Dans un tel contexte, on voit que la majorité des problèmes dépressifs sont liés non, comme dit la langue de bois, aux problèmes économiques, mais à son idéologie.**

A l'instant où j'écris, chaque jour, dans le monde, 100 000 personnes meurent de faim<sup>48</sup>, alors qu'en occident on meurt de trop manger (obésité, cholestérol, maladies cardio-vasculaire etc...). Un enfant meurt de faim toutes les six secondes pendant que d'autres ironisent en disant que, dans le même temps, il en naît près de 22. On sait que la pauvreté est la source de la corruption et de la guerre.

Alors que l'occident est dans l'opulence, on constate une augmentation alarmante des comportements autolytiques<sup>49</sup> dû aux conditions de travail. La surcharge de travail et le harcèlement provoqué par des petits chefs zélés qui sont les promoteurs de philosophies prédatrices comme :

---

44 Edith Jacobson, les dépressions, édit. Payot, 2007, p 146

45 Luc Ferry, Apprendre à vivre, édit Plon, 2006, p244

46 Voir Camus, Sartre, Vian, etc.

47 Marc-Alain Descamps, « Les Psychothérapies Transpersonnelles » édit. Trismégiste, 1990

48 Jean Ziegler rapporteur spécial pour le droit à l'alimentation à la tribune des Nations Unis

<http://www.agoravox.fr/actualites/politique/article/un-enfant-meurt-de-faim-toute-les-64841>

[http://www.dailymotion.com/video/xanesx\\_onu-1-enfant-meurt-de-faim-tte-les\\_news](http://www.dailymotion.com/video/xanesx_onu-1-enfant-meurt-de-faim-tte-les_news)

49 La France, après le Japon est un des pays où on se suicide le plus, ce qui constitue un véritable problème de santé publique... <http://www.definitions-de-psychologie.com/fr/definition/autolyse.html>

- Il faut embaucher des chômeurs qui n'ont pas d'autres choix que de se « *soumettre* », et cerise sur le gâteau, capables de descendre d'autres chômeurs (ce qui entraîne la mort de la « *solidarité* », jusque là, force de l'humanité).
- Il faut avoir du « *pouvoir* » sur les gens,
- Il faut exercer plus de « *pression* » pour produire plus, car ils croient que le « *stress* » est source de « *productivité* » et, ce qui est un comble, de « *qualité* ».
- Il faut « *capturer* » les clients,
- il faut devenir un « *choix naturel* » auprès des consommateurs (leitmotiv de Coca-Cola),
- Il faut budgétiser les licenciements pour faire face aux procès des prud'hommes, qui, en vingt ans se sont multipliés par trois<sup>50</sup>.

Voilà, à peu près, du côté du « *marché* » du travail, comme on dit, alors que de l'autre côté, les plus âgés, qui ne sont plus embauchés, se trouvent au chômage longue durée, et ne peuvent plus subvenir aux besoins élémentaires de leur famille à cause de l'idéologie du seul profit pour le profit, pour une petite minorité.

On voit, après un tel constat, que le mythe de « *la corne d'abondance* » s'est essoufflé, et qu'Amalthée est bien morte.

*Si la perte d'un idéal spirituel peut être à la base de la dépression, il en est de même des croyances modernes laïques basées sur l'aptitude, la compétitivité et les dons naturels. C'est la quête de la « *performance* » qui sévit dans le monde du travail comme dans les milieux artistiques et le domaine sportif.*

**Le problème de notre temps est que : « *la dignité morale de l'individu se confond avec ses talents naturels*<sup>51</sup> » son « *aptitude* » et sa « *valeur marchande* ». Ces valeurs de la perfection et de l'excellence trahissent des valeurs aristocratiques et un retour aux valeurs de l'antiquité grecque, qui sont bien loin des valeurs démocratiques à laquelle nous nous référons.**

*Il s'agit également d'idéaux qui ne peuvent satisfaire les besoins fondamentaux de notre humanité. Les valeurs qui veulent et qui vante que la vie se résume à transformer tout en dollar ne peuvent conduire qu'aux désillusions, à la frustration, à l'aigreur, à l'effondrement et à la guerre.*

Beaucoup de personnes après avoir lutté pour réussir leurs études, puis lutter encore pour trouver et conserver un travail, sous l'effet du stress et d'un trauma de trop, sombrent dans la dépression voir dans le suicide parce qu'*elles* « *croient* » avoir tout perdu.

Sans objectif de vie qui tienne en compte tous les aspects de notre nature, demain devient un blanc. Notre « *melting-pot* » fantasmagique se démantibule et ne peut plus se projeter. Il

---

50 Jean-Robert Viallet, « La mise à mort du travail », Documentaire FR3, 26 Octobre 2009,

51 Luc Ferry, « La tentation du christianisme », édit. Grasset, p 95-98

s'ensuit un effondrement de sa « réalité », comme d'un crack boursier<sup>52</sup>, **le moi qui devient incapable d'obtenir une gratification se fragilise, se dilue face à la réalité.** Ce que l'on croyait stable et ferme, n'est plus.

Ici aussi, comme dans la quête spirituelle, les changements provoqués par la chute d'un centre d'intérêt ou d'un objectif de vie *fortement investi* plongent les personnes dans le désarroi. Nous l'avons déjà dit, *est mis à l'épreuve, par voie de conséquence, le sens de sa vie avec sa place dans le monde.*

Gilbert Sescousse

---

52 Rappelez-vous, récemment, les bousiers croyaient dur comme fer en l'auto régulation des marchés, ce qui est vraie au regard des sommes considérables que les états ont du réinjecter dans les banques afin que l'économie ne sombre pas.