



La Plainte

*" Aujourd'hui c'est l'automne et je pleure souvent.
Aujourd'hui c'est l'automne qu'il est loin le printemps. "*

Voici la longue sérénade mélancolique de la plainte qui n'en finit pas. La plainte qui est souvent si difficile à écouter et à entendre lorsqu'elle émane de l'autre. Celle que nous appréhendons parfois avant de rencontrer la personne que nous accompagnons.

Mais qu'est-ce que la plainte ?

En voici une définition découverte chez le philosophe et psychanalyste François Roustang dans son livre intitulé « la fin de la plainte » Ed. Odile Jacob

"Manifestation d'une peine ou d'une souffrance, elle se caractérise par un excès à leur égard..."

A travers ses dires la plainte s'écarte de ce qui est ressenti, elle y est infidèle, elle y ajoute quelque chose de son cru...

Elle ne respecte pas la juste douleur et la juste peine, elle les entoure d'un surcroît. Sans doute a-t-elle d'abord pour but de les manifester pour les diffuser et les répandre, et ainsi les exténuer et les apaiser. Mais l'écart vise bientôt à les protéger pour que rien n'en soit changé. Je me plains pour laisser intact mon chagrin, pour n'avoir pas à y toucher, à l'aborder ou à l'affronter. Plainte qui s'adresse à l'entourage pour qu'il ne m'invite pas à me glisser à nouveau dans le cours des choses, plainte qui se campe sur des positions imprenables. Plus rien ni personne ne saura me consoler. »

La plainte exprime bien une souffrance.

Il y a donc à écouter, à entendre, à respecter. L'autre me dit, me montre qu'il ressent de la douleur. Cela nous sommes prêts à l'accueillir.

Mais la plainte nous met parfois en difficulté parce qu'elle devient une posture.

Une posture qui crée de l'ennui

La plainte dit, re-dit, répète. Elle est récurrente.

Qu'elle se fixe sur un objet ou en change elle suscite toujours la même impression. Elle ennueie parce que d'une certaine manière il n'y a plus personne au bout de la ligne.

L'autre s'est mis en retrait, le discours est partiellement détaché du sujet et nous sommes en peine de relation à l'autre. C'est alors à nous de reconnaître, de ressentir qu'il y a bien quelqu'un et ainsi au prix d'une certaine qualité de présence, l'ennui disparaît.

Une posture de refus

La plainte exprime une souffrance mais ne va pas au bout, à la racine du mal.

Elle va parler d'autre chose ou elle s'arrête à mi chemin.

Ou bien elle dévoile la blessure, la véritable douleur mais elle va m'installer dans une posture de refus de la réalité.

La plainte devient alors un enfermement, un cercle vicieux, une paralysie.

Finalement la plainte fait barrière à l'expression de la véritable tristesse ou du véritable désespoir mais aussi de toute joie présente et à venir. Elle tend à annuler tout mouvement, tout changement.

Or la Vie est mouvement, la plainte, elle, est mortifère.

En cette période proche de Noël, je vous, je nous adresse ce passage d'une lettre que Rilke adresse à un jeune poète :

" Ne voyez vous pas que tout ce qui arrive est toujours un commencement..."

...Il est tant de beauté dans tout ce qui commence."