

JULIA KRISTEVA

SOLEIL NOIR

DÉPRESSION
ET MÉLANCOLIE

nrf

GALLIMARD

*« Pourquoi, ô mon âme, es-tu si triste ?
et pourquoi me troubles-tu ? »*

Psaume de David,
XLII, 6-12.

*« La grandeur de l'homme est grande en
ce qu'il se connaît misérable. »*

Pascal,
Pensées (165).

*« C'est peut-être ça qu'on cherche à tra-
vers la vie, rien que cela, le plus grand cha-
grin possible pour devenir soi-même avant
de mourir. »*

Céline,
Voyage au bout de la nuit.

I

*Un contre-dépresseur :
la psychanalyse*

Écrire sur la mélancolie n'aurait de sens, pour ceux que la mélancolie ravage, que si l'écrit venait de la mélancolie. J'essaie de vous parler d'un gouffre de tristesse, douleur incommunicable qui nous absorbe parfois, et souvent durablement, jusqu'à nous faire perdre le goût de toute parole, de tout acte, le goût même de la vie. Ce désespoir n'est pas un dégoût qui supposerait que je sois capable de désir et de création, négatifs certes, mais existants. Dans la dépression, si mon existence est prête à basculer, son non-sens n'est pas tragique : il m'apparaît évident, éclatant et inéluctable.

D'où vient ce soleil noir ? De quelle galaxie insensée ses rayons invisibles et pesants me clouent-ils au sol, au lit, au mutisme, au renoncement ?

La blessure que je viens de subir, tel échec sentimental ou professionnel, telle peine ou tel deuil qui affectent mes relations avec mes proches sont souvent le déclic, facilement repérable, de mon désespoir. Une trahison, une maladie fatale, tel accident ou handicap qui m'arrachent brusquement à cette catégorie qui me semblait normale des gens normaux ou qui s'abattent avec le même effet radical sur un être cher, ou encore... que sais-je... ? La liste est infinie des malheurs qui nous accablent tous les jours... Tout ceci me donne brusquement une autre vie. Une vie invivable, chargée de peines quotidiennes, de larmes avalées ou versées, de désespoir sans partage, parfois brûlant, parfois incolore et vide. Une existence dévitalisée, en somme, qui, quoique parfois exal-

tée par l'effort que je fais pour la continuer, est prête à basculer à chaque instant dans la mort. Mort vengeance ou mort délivrance, elle est désormais le seuil interne de mon accablement, le sens impossible de cette vie dont le fardeau me paraît à chaque instant intenable, hormis les moments où je me mobilise pour faire face au désastre. Je vis une mort vivante, chair coupée, saignante, cadavérisée, rythme ralenti ou suspendu, temps effacé ou boursoufflé, résorbé dans la peine... Absente du sens des autres, étrangère, accidentelle au bonheur naïf, je tiens de ma déprime une lucidité suprême, métaphysique. Aux frontières de la vie et de la mort, j'ai parfois le sentiment orgueilleux d'être le témoin du non-sens de l'Être, de révéler l'absurdité des liens et des êtres.

Ma douleur est la face cachée de ma philosophie, sa sœur muette. Parallèlement, le « philosophe c'est apprendre à mourir » ne saurait se concevoir sans le recueil mélancolique de la peine ou de la haine — qui culminera dans le *souci* de Heidegger et le dévoilement de notre « être-pour-la-mort ». Sans une disposition à la mélancolie, il n'y a pas de psychisme, mais du passage à l'acte ou au jeu.

Cependant, la puissance des événements qui suscitent ma dépression est souvent disproportionnée par rapport au désastre qui, brusquement, me submerge. Plus encore, le désenchantement, fût-il cruel, que je subis ici et maintenant semble entrer en résonance, à l'examen, avec des traumas anciens dont je m'aperçois que je n'ai jamais su faire le deuil. Je peux trouver ainsi des antécédents de mon effondrement actuel dans une perte, une mort ou un deuil, de quelqu'un ou de quelque chose, que j'ai jadis aimés. La disparition de cet être indispensable continue de me priver de la part la plus valable de moi-même : je la vis comme une blessure ou une privation, pour découvrir, toutefois, que ma peine n'est que l'ajournement de la haine ou du désir d'emprise que je nourris pour celui ou pour celle qui m'ont trahie ou abandonnée. Ma dépression me signale que je ne sais pas perdre : peut-être n'ai-je pas su trouver une contrepartie valable à

la perte ? Il s'ensuit que toute perte entraîne la perte de mon être — et de l'Être lui-même. Le déprimé est un athée radical et morose.

La mélancolie : doublure sombre de la passion amoureuse

Une triste volupté, une ivresse chagrine constituent le fond banal d'où se détachent souvent nos idéaux ou nos euphories, quand elles ne sont pas cette lucidité fugace qui déchire l'hypnose amoureuse accolant deux personnes l'une à l'autre. Conscients d'être voués à perdre nos amours, nous sommes endeuillés peut-être plus encore d'apercevoir chez l'amant l'ombre d'un objet aimé, anciennement perdu. La dépression est le visage caché de Narcisse, celui qui va l'emporter dans la mort, mais qu'il ignore alors qu'il s'admire dans un mirage. Parler de la dépression nous conduira à nouveau dans la contrée marécageuse du mythe narcissien¹. Cependant, nous n'y verrons pas cette fois l'éclatante et fragile idéalisation amoureuse, mais au contraire l'ombre jetée sur le moi fragile, à peine dissocié de l'autre, par la *perte* précisément de cet autre nécessaire. Ombre du désespoir.

Plutôt que de chercher le sens du désespoir (il est évident ou métaphysique), avouons qu'il n'y a de sens que du désespoir. L'enfant roi devient irrémédiablement triste avant de proférer ses premiers mots : c'est d'être séparé sans retour. désespérément de sa mère qui le décide à essayer de la retrouver, ainsi que les autres objets d'amour, dans son imagination d'abord, dans les mots ensuite. La sémiologie, qui s'intéresse au degré zéro du symbolisme, est immanquablement amenée à s'interroger non seulement sur l'état amoureux, mais aussi sur son terne corollaire, la mélancolie, pour constater du même coup que s'il n'est d'écriture qui ne soit amoureuse, il n'est d'imagination qui ne soit, ouvertement ou secrètement, mélancolique.

1. Cf. notre *Histoires d'amour*, Denoël, Paris, 1983.

Cependant, la mélancolie n'est pas française. La rigueur du protestantisme ou le poids matriarcal de l'orthodoxie chrétienne s'avouent plus facilement complices de l'individu endeillé quand ils ne l'invitent pas à une délectation morose. S'il est vrai que le Moyen Age français nous présente la tristesse sous des figures délicates, le ton gaulois, renaissant et éclairé est à la plaisanterie, à l'érotique et à la rhétorique plus qu'au nihilisme. Pascal, Rousseau et Nerval font triste figure et... exception.

Pour l'être parlant, la vie est une vie qui a du sens : la vie constitue même l'apogée du sens. Aussi perd-il le sens de la vie, la vie se perd sans mal : à sens brisé, vie en danger. Dans ses moments dubitatifs, le dépressif est philosophe et l'on doit à Héraclite, à Socrate, et plus près de nous à Kierkegaard, les pages les plus troublantes sur le sens ou le non-sens de l'Être. Il faut remonter toutefois à Aristote pour trouver une réflexion complète sur les rapports entretenus par les philosophes avec la mélancolie. Dans les *Problemata* (30, I), attribués à Aristote, la bile noire (*melaina kole*) détermine les grands hommes. La réflexion (pseudo-)aristotélicienne porte sur l'*éthos-péritton*, la personnalité d'exception, à laquelle serait propre la mélancolie. Tout en empruntant aux notions hippocratiques (les quatre humeurs et les quatre tempéraments), Aristote innove, en extrayant la mélancolie de la pathologie et en la situant dans la nature, mais aussi, et surtout, en la faisant découler de la *chaleur*, tenue pour le principe régulateur de l'organisme, et de la *mesotes*, interaction contrôlée d'énergies opposées. Cette notion grecque de mélancolie nous reste aujourd'hui étrangère : elle suppose une « diversité bien dosée » (*eukratos anomalia*) se traduisant métaphoriquement par l'écume (*aphros*), contrepoint euphorique de la bile noire. Ce mélange blanc d'air (*pneuma*) et de liquide fait mousser aussi bien la mer, le vin

que le sperme de l'homme. Aristote associe en effet exposé scientifique et références mythiques en liant la mélancolie à l'écume spermatique et à l'érotisme et en se référant explicitement à Dionysos et à Aphrodite (953b31-32). La mélancolie qu'il évoque n'est pas une maladie du philosophe, mais sa nature même, son *éthos*. Elle n'est pas celle qui frappe le premier mélancolique grec, Bellérophon, que nous présente *l'Illiade* (VI, 200-203) : « Objet de haine pour les dieux, il errait tout seul sur la plaine d'Aléion, le cœur dévoré de chagrin, évitant les traces des hommes. » Autophage parce qu'abandonné des dieux, exilé par le décret divin, ce désespéré était condamné non pas à la manie, mais à l'éloignement, à l'absence, au vide... Avec Aristote, la mélancolie, équilibrée par le génie, est coextensive à l'inquiétude de l'homme dans l'Être. On a pu y voir l'annonce de l'angoisse heideggerienne comme *Stimmung* de la pensée. Schelling y découvrait, de manière similaire, l'« essence de la liberté humaine », l'indice de la « sympathie de l'homme avec la nature ». Ainsi le philosophe serait-il « mélancolique par surabondance d'humanité² ».

Cette vision de la mélancolie, comme état limite et comme exceptionnalité révélatrice de la véritable nature de l'Être, subit une profonde mutation au Moyen Age. D'une part, la pensée médiévale revient aux cosmologies de l'Antiquité tardive et lie la mélancolie à Saturne, planète de l'esprit et de la pensée³. La *Mélancolie* (1514) de Dürer saura magistralement transposer dans l'art plastique ces spéculations théoriques qui trouvaient leur apogée chez Marsile Ficin. La théologie chrétienne, d'autre part, fait de la tristesse un péché. Dante place les « foules douloureuses qui ont perdu le bien d'entendement » dans la « cité dolente » (*l'Enfer*, chant III). Avoir un « cœur morne » signifie avoir perdu Dieu, et les mélancoliques forment « une secte des chétifs fâcheux à Dieu et à ses ennemis » : leur punition est de n'avoir « point d'espé-

2. Cf. *La Melanconia dell' uomo di genio*, Ed. II Melangolo, a cura di Carlo Angelino, ed. Enrica Salvaneschi, Genova, 1981.

3. Sur la mélancolie dans l'histoire des idées et des arts, cf. l'ouvrage fondamental de K. Klibanski, E. Panofski, Fr. Saxl, *Saturn and Melancholy*, T. Nelson ed., 1964.

rance de mort ». Ceux que le désespoir rend violents à l'égard d'eux-mêmes, les suicidés et les dissipateurs, ne sont pas davantage épargnés : ils sont condamnés à se transformer en arbres (chant XIII). Les moines du Moyen Age cultiveront toutefois la tristesse : ascèse mystique (*acedia*), elle s'imposera comme moyen de connaissance paradoxale de la vérité divine et constituera l'épreuve majeure de la foi.

Variable selon les climats religieux, la mélancolie s'affirme, si l'on peut dire, dans le doute religieux. Rien de plus triste qu'un Dieu mort, et Dostoïevski lui-même sera troublé par l'image navrante du Christ mort dans le tableau d'Holbein, apposée à la « vérité de la résurrection ». Les époques qui voient s'écrouler idoles religieuses et politiques, les époques de crise sont particulièrement propices à l'humeur noire. Il est vrai qu'un chômeur est moins suicidaire qu'une amoureuse délaissée mais, en temps de crise, la mélancolie s'impose, se dit, fait son archéologie, produit ses représentations et son savoir. Une mélancolie écrite n'a sûrement plus grand-chose à voir avec la stupeur asilaire qui porte le même nom. Au-delà de la confusion terminologique que nous avons jusqu'à présent entretenue (qu'est-ce qu'une mélancolie ? qu'est-ce qu'une dépression ?), nous sommes ici devant un paradoxe énigmatique qui ne cessera de nous interroger : si la perte, le deuil, l'absence déclenchent l'acte imaginaire et le nourrissent en permanence autant qu'ils le menacent et l'abîment, il est remarquable aussi que c'est de désavouer ce chagrin mobilisateur que s'érige le fétiche de l'œuvre. L'artiste qui se consume de mélancolie est en même temps le plus acharné à combattre la démission symbolique qui l'enrobe... Jusqu'à ce que la mort le frappe ou que le suicide s'impose pour certains comme triomphe final sur le néant de l'objet perdu...

Mélancolie/dépression

On appellera *mélancolie* la symptomatologie asilaire d'inhibition et d'asymbolie qui s'installe par moments ou

chroniquement chez un individu, en alternance, le plus souvent, avec la phase dite maniaque de l'exaltation. Lorsque les deux phénomènes de l'abattement et de l'excitation sont de moindres intensité et fréquence, alors on peut parler de dépression névrotique. Tout en reconnaissant la différence entre mélancolie et dépression, la théorie freudienne décèle partout le même *deuil impossible de l'objet maternel*. Question : impossible en raison de quelle défaillance paternelle ? Ou de quelle fragilité biologique ? La mélancolie — retrouvons encore le terme générique après avoir distingué les symptomatologies psychotique et névrotique — a le redoutable privilège de situer l'interrogation de l'analyste au carrefour du biologique et du symbolique. Séries parallèles ? Séquences consécutives ? Croisement hasardeux à préciser, autre relation à inventer ?

Les deux termes de mélancolie et de dépression désignent un ensemble qu'on pourrait nommer mélancolico-dépressif dont les confins sont en réalité flous et dans lequel la psychiatrie réserve le concept de « mélancolie » à la maladie spontanément irréversible (qui ne cède qu'à l'administration d'antidépresseurs). Sans entrer dans les détails des divers types de dépression (« psychotique » ou « névrotique » ou, selon une autre classification, « anxieuse », « agitée », « ralentie », « hostile »), ni dans le domaine prometteur mais encore peu précis des effets exacts des antidépresseurs (IMAO, tricycliques, hétérocycliques) ou des stabilisateurs thymiques (sels de lithium), nous nous situerons dans une *perspective freudienne*. A partir de là, nous essaierons de dégager ce qui, au sein de l'ensemble mélancolico-dépressif, quelque floues qu'en soient les limites, relève d'une commune expérience de la *perte de l'objet* ainsi que d'une *modification des liens signifians*. Ces derniers, et en particulier le langage, s'avèrent dans l'ensemble mélancolico-dépressif incapables d'assurer l'autostimulation nécessaire à initier certaines réponses. Au lieu d'opérer comme un « système de récompenses », le langage hyperactive au contraire le couple anxiété-punition, s'insérant ainsi dans le ralentissement

comportemental et idéique caractéristique de la dépression. Si la tristesse passagère ou le deuil, d'une part, et la stupeur mélancolique, d'autre part, diffèrent cliniquement et nosologiquement, ils s'étaient cependant d'une *intolérance à la perte de l'objet* et de la *faillite du signifiant* à assurer une issue compensatoire aux états de retrait dans lesquels le sujet se réfugie jusqu'à l'inaction, jusqu'à faire le mort ou jusqu'à la mort elle-même. Ainsi, on parlera de dépression et de mélancolie sans distinguer toujours les particularités des deux affections, mais en ayant en vue leur structure commune.

*Le dépressif : haineux ou blessé.
L'« objet » et la « chose » du deuil*

Selon la théorie psychanalytique classique (Abraham⁴, Freud⁵, M. Klein⁶), la dépression, comme le deuil, cache une agressivité contre l'objet perdu, et révèle ainsi l'ambivalence du déprimé vis-à-vis de l'objet de son deuil. « Je l'aime (semble dire le dépressif à propos d'un être ou d'un objet perdu), mais plus encore je le hais ; parce que je l'aime, pour ne pas le perdre, je l'installe en moi ; mais parce que je le hais, cet autre en moi est un mauvais moi, je suis mauvais, je suis nul, je me tue. » La plainte contre soi serait donc une plainte contre un autre et la mise à mort de soi, un déguisement tragique du massacre d'un autre. Une telle logique suppose, on le conçoit, un surmoi sévère et toute une dialectique complexe de l'idéalisation et de la dévalorisation de soi et de l'autre, l'ensemble de ces mouvements reposant sur le mécanisme de l'*identification*. Car c'est de m'identifier avec

4. Cf. K. Abraham, « Préliminaires à l'investigation et au traitement psychanalytique de la folie maniaco-dépressive et des états voisins » (1912), in *Œuvres complètes*, Payot, Paris, 1965, t. I, pp. 99-113.

5. Cf. S. Freud, « Deuil et mélancolie » (1917), in *Métapsychologie*, Gallimard, Paris, 1968, pp. 147-174 ; *S.E.*, t. XIV, pp. 237-258 ; *G.W.*, t. X, pp. 428-446.

6. Cf. M. Klein, « Contribution à l'étude de la psychogenèse des états maniaco-dépressifs » (1934) et « Le deuil et ses rapports avec les états maniaco-dépressifs », in *Essais de psychanalyse*, Payot, Paris, 1967, pp. 311-340 et 341-369.

l'autre aimé-haï, par incorporation-introjection-projection, que j'installe en moi sa part sublime qui devient mon juge tyrannique et nécessaire, ainsi que sa part abjecte qui me rabaisse et que je désire liquider. L'analyse de la dépression passe, par conséquent, par la mise en évidence du fait que la plainte de soi est une haine de l'autre et que celle-ci est, sans doute, l'onde porteuse d'un désir sexuel insoupçonné. On comprend qu'un tel avènement de la haine dans le transfert comporte ses risques pour l'analysant comme pour l'analyste, et que la thérapie de la dépression (même de celle qu'on appelle névrotique) côtoie le morcellement schizoïde.

La cannibalisme mélancolique, qui a été souligné par Freud et Abraham et qui apparaît dans nombre de rêves et fantasmes⁷ de déprimés, traduit cette passion de tenir au-dedans de la bouche (mais le vagin et l'anus peuvent aussi se prêter à ce contrôle) l'autre intolérable que j'ai envie de détruire pour mieux le posséder vivant. Plutôt morcelé, déchiqueté, coupé, avalé, digéré... que perdu. L'imaginaire cannibalique mélancolique⁸ est un désaveu de la réalité de la perte ainsi que de la mort. Il manifeste l'angoisse de perdre l'autre en faisant survivre le moi, certes abandonné, mais non séparé de ce qui le nourrit encore et toujours et se métamorphose en lui — qui ressuscite aussi — par cette dévoration.

Cependant, le traitement des personnalités narcissiques a fait comprendre aux analystes modernes une autre modalité de la dépression⁹. Loin d'être une attaque cachée contre un autre imaginé hostile parce que frustrant, la tristesse serait le signal d'un moi primitif blessé, incomplet, vide. Un tel individu ne se considère pas lésé, mais atteint d'un défaut

7. Cf. *infra*, chap. III, p. 86.

8. Comme le souligne Pierre Fédida, « Le cannibalisme mélancolique », in *L'Absence*, Gallimard, Paris, 1978, p. 65.

9. Cf. E. Jacobson, *Depression, Comparative studies of normal, neurotic and psychotic condition*, N.Y., Int. Univ. Press, 1977; trad. franç. Payot, 1984; B. Grunberger, « Étude sur la dépression » ainsi que « Le suicide du mélancolique », in *Le Narcissisme*, Payot, Paris, 1975; G. Rosolato, « L'axe narcissique des dépressions », in *Essais sur le symbolique*, Gallimard, Paris, 1979.

fondamental, d'une carence congénitale. Son chagrin ne cache pas la culpabilité ou la faute d'une vengeance ourdie en secret contre l'objet ambivalent. Sa tristesse serait plutôt l'expression la plus archaïque d'une blessure narcissique non symbolisable, innommable, si précoce qu'aucun agent extérieur (sujet ou objet) ne peut lui être référé. Pour ce type de déprimé narcissique, la tristesse est en réalité le seul objet : elle est plus exactement un ersatz d'objet auquel il s'attache, qu'il apprivoise et chérit, faute d'un autre. Dans ce cas, le suicide n'est pas un acte de guerre camouflé, mais une réunion avec la tristesse et, au-delà d'elle, avec cet impossible amour, jamais touché, toujours ailleurs, telles les promesses du néant, de la mort.

Chose et Objet

Le dépressif narcissique est en deuil non pas d'un Objet mais de la Chose¹⁰. Appelons ainsi le réel rebelle à la signification, le pôle d'attrait et de répulsion, demeure de la sexualité de laquelle se détachera l'objet du désir.

Nerval en donne une métaphore éblouissante, suggérant une insistance sans présence, une lumière sans représentation : la Chose est un soleil rêvé, clair et noir à la fois.

10. Ayant constaté que, dès l'aube de la philosophie grecque, la saisie de la chose est solidaire de l'énoncé d'une proposition et de sa vérité, Heidegger ouvre cependant la question du caractère « historial » de la chose : « la question en direction de la chose se remet en mouvement du fond de son début » (*Qu'est-ce qu'une chose ?*, trad. franç. Gallimard, Paris, 1965, p. 57). Sans faire l'histoire du commencement de cette pensée de la chose mais en l'ouvrant dans l'entre-deux qui se joue entre l'homme et la chose, Heidegger note, en traversant Kant : « Cet intervalle/homme-chose/en tant que présaisie étend sa prise par-delà la chose en même temps que dans un mouvement de rebours il a prise derrière nous. »

Dans la brèche ouverte par la question de Heidegger mais à la suite de l'ébranlement freudien des certitudes rationnelles, nous parlerons de *Chose* en y entendant le « quelque chose » qui, vu à rebours par le sujet déjà constitué, apparaît comme l'indéterminé, l'inséparable, l'insaisissable, jusque dans sa détermination de chose sexuelle même. Nous réservons ce terme d'*Objet* à la constance spatio-temporelle que vérifie une proposition énoncée par un sujet maître de son dire.

JULIA KRISTEVA

Soleil noir
Dépression et mélancolie

La dépression est, une fois de plus, le mal du siècle. Vous n'êtes pas désespéré ? Vous n'avez jamais songé à vous donner la mort ? Allons donc.

Il y a, bien sûr, les antidépresseurs, merveilleuse chimie qui vous enlève le chagrin ou la lenteur... et vous neutralise. La psychanalyse, elle, est plutôt un contre-dépresseur. Elle vous confronte aux causes secrètes de votre douleur, fait jaillir la haine sous les larmes ou dans l'abîme, essaie de vous donner le goût d'un nouveau désir, d'un jeu neuf.

Ce livre traite des dépressions que nourrit un deuil impossible de l'objet aimé et perdu. En déniaut le lien universel qu'est le langage, le déprimé nie le sens qui, pour l'être parlant, est le sens de la vie. Athée radical, le dépressif reste cependant un mystique : rivé à l'affect, la douleur et les larmes sont pour lui le pays secret d'une beauté aussi inaccessible qu'entière.

Le sublime naît dans la mélancolie. La preuve ? Holbein, minimaliste macabre. Nerval, le Prince noir. Dostoïevski, persuadé que la souffrance est le but suprême de l'humanité, appelant le pardon. Et Duras, la femme-tristesse, qui rend contagieuses les figures de la dépression féminine dévoilées ici à partir de quelques histoires dites sur le divan du psychanalyste.

En sortir ? Impossible de se dérober. Il faut regarder d'abord en face le soleil noir de la mélancolie.



9 782070 709199



87-III A 70919 ISBN 2-07-070919-1

Extrait de la publication