

David Le Breton — Disparaître de soi. Une tentation contemporaine

Samuel Bédard

Émulations - Revue de sciences sociales
2018, « Comptes rendus critiques, En ligne »

Article disponible à l'adresse suivante

<https://ojs.uclouvain.be/index.php/emulations/article/view/7443>

Pour citer cet article

Samuel Bédard, « David Le Breton — *Disparaître de soi. Une tentation contemporaine* », *Émulations*, en ligne. Mise en ligne le 9 juillet 2018.
DOI : 10.14428/emulations.cr.044

Distribution électronique : Université catholique de Louvain (Belgique) : ojs.uclouvain.be

© Cet article est mis à disposition selon les termes de la Licence *Creative Commons Attribution, Pas d'Utilisation Commerciale 4.0 International*. <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

Éditeur : Émulations – Revue de sciences sociales / Presses universitaires de Louvain
<https://ojs.uclouvain.be/index.php/emulations>

ISSN électronique : 1784-5734

David Le Breton — *Disparaître de soi. Une tentation contemporaine*

Samuel Bédard¹

Recensé : David Le Breton, *Disparaître de soi. Une tentation contemporaine*, Paris, Métailié (« Traversées »), 2015, 208 p.

Dans cet ouvrage phare portant sur les contraintes engendrées par l'individualité contemporaine, David Le Breton évoque le malaise qu'éprouvent les Occidentaux à tenir les rôles qui leur sont socialement assignés. S'intéressant au phénomène de la « disparition de soi », le sociologue retrace habilement le parcours d'individus cherchant délibérément à atténuer la rigidité du lien social, marqué par la compétition et la performance. Avec l'extension des libertés, l'acteur, pour espérer connaître le succès, doit se prévaloir d'une identité conforme à la cadence insoutenable du développement technologique qui s'avère finalement tout aussi restreinte que contraignante. Le sentiment d'insuffisance devient alors omniprésent. Conçu à partir d'une série d'observations sur les conduites à risques, les usages du corps et les pathologies sociales, ce livre prend la forme d'une minutieuse autopsie des formes d'échappatoires dont se prémunissent les contemporains qui refusent momentanément de se soumettre aux contraintes sociales du quotidien. L'exercice auquel se livre l'auteur s'étale sur cinq chapitres consacrés aux différents degrés d'abstention, d'effacement et de retrait, permettant de saisir l'état d'esprit ayant conduit ces individus à se replier sur eux-mêmes. La dernière section de l'ouvrage se veut un commentaire sur les fondements sociologiques de l'identité, suivi d'une réflexion sur la primauté du sentiment de cohérence de soi.

Pour Le Breton, si l'avènement des démocraties libérales a permis l'émancipation individuelle, elle a corollairement entraîné le morcellement du lien social. Formellement dégagé de toute emprise de l'État, du religieux ou de la famille, le contemporain doit désormais assumer par lui seul l'autonomie — plus ou moins désirée — qu'on lui reconnaît, sans pour autant être adéquatement outillé symboliquement. L'effritement de ces grands régimes de vérités n'a pas fait émerger simultanément un individu capable de produire l'intégralité des significations à donner à son existence. Devant la multiplication des choix qui s'offrent à lui, l'individu se retrouve donc paralysé dans une perpétuelle ambivalence. Cette « crise du sens » s'aggrave à mesure que le néolibéralisme gagne du terrain, anéantissant sur son passage toute forme de régulation. Au cours des dernières décennies, s'est substitué à l'idéal d'individualisme, entendu comme vecteur

¹ Étudiant en sociologie à l'Université Laval.

inéluçtable de réalisation de soi, le précepte selon lequel l'individu est « autonome » : il est l'unique responsable de ses succès, mais également de ses déboires. Ce glissement vers un culte de la réussite individuelle, consacré par l'« American dream » et par une société de consommation accordant une importance démesurée à l'agentivité ainsi qu'aux choix individuels, est célébré par les ténors du libre marché, qui sont d'ailleurs sur toutes les tribunes depuis que s'est amorcé le déclin de l'État-nation.

Convaincu qu'il doit ainsi créer sa propre histoire, plutôt que de la subir, l'individu est aujourd'hui obsédé par la quête de soi, au point où toutes les sphères de l'existence deviennent des lieux propices à faire voir et reconnaître avec véhémence une identité pourtant chancelante. D'après l'auteur, cette entreprise est vouée à l'échec, dans la mesure où l'existence est davantage le fait d'une somme d'événements imprévisibles et aléatoires ayant pris le pas sur tout autant d'occasions manquées, que la conséquence de décisions dûment prises en adéquation avec certains traits identitaires. Le Breton soutient que si le sentiment de cohérence avec soi ne pose généralement pas problème, même lorsque le récit de l'individu ne concorde pas avec les événements contingents du réel, c'est parce que son entourage lui confirme constamment qu'il est bien ce qu'il prétend être. Or certaines ruptures surviennent lorsque des circonstances externes contraignent l'individu à se redéfinir ; le décalage entre les représentations de soi et l'expérience quotidienne de soi ne pouvant plus être surmonté par le simple discours. Il s'agit d'expériences bouleversantes telles que le chômage, la migration ou la séparation. L'exercice est complexe et demande un certain recul, ce qui est pratiquement impensable dans une société qui, comme le dit si bien Harmut Rosa (2012), accélère constamment, et où l'optimisation du temps de travail et l'atteinte d'exigences de production sont devenues de véritables dictatures. Les technologies de communication, plus nombreuses et accaparantes que jamais, placent l'individu sur un « qui-vive permanent » (p. 61), puisque le moindre flux d'informations nécessite une réaction immédiate. La figure du cadre incarne parfaitement cette pression et cette sollicitation continue : ce cadre, qui pourtant libéré de la subordination du contrat de travail classique, doit néanmoins fournir une disponibilité accrue et une maîtrise de soi sans faille pour répondre aux exigences d'un modèle productif axé sur la livraison de résultats, où les incertitudes identitaires n'ont pas leur place.

Jamais en mesure de répondre pleinement aux attentes inhérentes au fait de prendre part à la société, certaines personnes ressentent ce qu'Alain Ehrenberg appelle « la fatigue d'être soi » (1998). Aux prises avec ce sentiment d'incapacité existentielle, elles en viennent à considérer comme perdu d'avance le combat permettant de demeurer sujet de leur propre vie. C'est alors dans ces moments, lorsque le simple fait d'exister est devenu intolérable, que ces personnes s'abandonnent à la « blancheur » (p. 17), cette dimension de la conscience qui soustrait l'individu aux tensions du monde social. Ce concept-clé présent dans l'ouvrage de Le Breton, qui avait d'ailleurs déjà été sommairement évoqué dans un précédent livre intitulé *Passion du risque* (1991), caractérise les

comportements permettant d'échapper à la société ainsi qu'à soi-même en se réfugiant dans un univers caractérisé par la lenteur, l'abstention et l'anonymat.

Les techniques évoquées par l'auteur pour atteindre ce non-lieu qui, contrairement au suicide, offre la possibilité de revenir en arrière, varient selon un large spectre. Par exemple, l'adoption d'une attitude passive, insensible et impersonnelle, permet à l'individu, aussi sociable puisse-t-il être, de se refermer soudainement sur lui-même. Il participe de moins en moins aux interactions, allant jusqu'à mettre en veilleuse toute forme d'ambition, de réflexion et même de subjectivité. Le Breton montre qu'il est tout autant possible d'atteindre la blancheur de manière plus discrète, entre autres par la lecture ou la médiation. La blancheur est donc accessible à tous, à différents degrés de désinvestissement social. Si ces formes répandues de retrait sont plutôt inoffensives, le sociologue s'attarde davantage sur les cas où les activités de relâche ou de détachement sont poussées à leur paroxysme : accroissement délibéré du sommeil par la prise de somnifères ; souleries répétées ; cyberdépendance, mais également dépression, anorexie et trouble de la personnalité multiple. Le Breton recadre ces diverses formes de pathologie sous l'angle de la décharge, de l'abandon de soi et du désistement face aux injonctions épuisantes d'une existence en perte de sens.

Ces conduites sont particulièrement répandues à l'adolescence, cette période où les échecs amoureux et scolaires semblent parfois insurmontables en raison d'un manque d'expérience empêchant la relativisation des difficultés rencontrées. En Occident, nombreux sont les jeunes adultes qui ont laissé tomber subitement leurs études ainsi que toute forme de perspectives de travail, en dépit d'un bilan académique honorable. Barricadés chez leurs parents, ils délaissent temporairement leurs assignations sociales de fils, d'ami ou d'étudiant, devenues trop lourdes à porter. Ils tentent de fuir leur existence, que ce soit en s'immergeant totalement dans l'univers virtuel — là où la personification d'un avatar permet une métamorphose identitaire sans limites — ou tout simplement par une recherche du coma, que ce soit en avalant une série de médicaments ou encore en participant à des jeux d'asphyxie. Sans avoir pour autant perdu l'envie de vivre, les jeunes contemporains sont, selon Le Breton, moins en quête de sensations fortes qu'en recherche de disparition et d'oubli de soi. Le fléau de l'anorexie chez les jeunes filles, et plus récemment chez les garçons, symbolise parfaitement cette forme d'altération délibérée de la conscience conjuguant à une déniégation des conditions de l'existence, permettant de vivre pleinement l'engourdissement qui émane de ce flirt avec la mort.

Cette volonté d'effacement de soi se manifeste également à l'autre extrémité de la pyramide des âges. La tentation de lâcher prise sur le social est forte chez le vieillard qui assiste de façon impuissante au pénible déclin de ses capacités physiques, au décès de ses proches ainsi qu'à liquidation de ses biens matériels. L'entrée dans cet univers étranger qu'est l'hôpital ou le foyer de personnes âgées, accentue la perte définitive du sens dont revêt l'existence. Pris en charge par l'institution, plusieurs sont séduits par l'idée de s'abandonner complètement aux soins du personnel de l'établissement, même

si cela implique de récuser ce qui reste de leur autonomie. Ces personnes atteignent la blancheur lorsqu'elles s'extirpent du monde extérieur en limitant les mouvements et les interactions, préférant errer quelque part dans les limbes de la conscience. C'est d'ailleurs dans une perspective interactionniste qui diverge des approches biomédicales — et c'est là où se trouve toute l'originalité de sa thèse — que Le Breton appréhende l'Alzheimer et d'autres formes de démences. Prenant en considération la normativité du diagnostic médical, et s'appuyant sur le fait que les individus atteints par ces troubles préservent une activité cérébrale et éprouvent toujours des émotions, le sociologue suggère que l'Alzheimer peut constituer une forme de renonciation de la mémoire. Cette autodestruction radicale des repères de l'identité constituerait la forme définitive de disparation de soi pour l'individu en fin de vie qui choisit de se soustraire plus rapidement d'un monde où sa participation est devenue pénible.

À ces modes d'accession intrinsèques à la blancheur, s'ajoute un ensemble de recours externes, permettant de disparaître de l'espace de façon beaucoup plus tangible. De toutes les époques, le fugitif qui part sans laisser d'adresse, aspirant clandestinement à une nouvelle vie dépourvue d'obligations, fascine n'importe quel individu dont l'existence est circonscrite à un lieu et un contexte, comme en témoigne l'omniprésence de cette figure symbolique dans le cinéma ou la littérature. Le Breton soutient que cela n'est pas anodin, particulièrement dans le cas des contemporains qui, évoluant dans une société où le regard des autres colonise l'existence, apprécient dans la fiction le fait de pouvoir vivre par procuration une forme d'allègement de soi. Les individus qui ne parviennent plus à supporter leur position sociale tentent parfois la fugue, bien que les frontières, les banques et autres institutions contraignent de plus en plus le désir de s'auto-rayer complètement du système. D'autres vont plutôt se désengager seulement de certaines des affiliations alors constitutives de leur situation sociale, par exemple via le divorce, le déménagement, la démission du travail ou, dans des cas extrêmes, l'errance ou l'engagement dans une secte. Ainsi, pour Le Breton, le squat ou le sanctuaire peuvent faire office de blancheur, tant que ces lieux prescrivent des mœurs permettant à l'individu ne plus investir personnellement son identité.

Le Breton conclut son ouvrage en rappelant que ces modes de disparition de soi doivent être compris comme des formes de répit. La blancheur est un état temporaire. Or ces individus ont la possibilité de remonter à la surface une fois le goût de l'existence retrouvé. L'auteur souligne que la configuration identitaire devenue trop lourde à supporter est socialement située et que, puisque l'identité évolue constamment, la simple réécriture d'un récit de vie qui serait cohérent pourrait suffire à ranimer ces êtres en quête de sens. Il faut retenir de cet ouvrage que la croyance en la continuité de soi est une condition préalable à une existence qui soit relativement harmonieuse dans ces sociétés où prime l'individu, et que les identités assumées librement par les contemporains sont certes plus nombreuses, mais surtout, plus fragiles que jamais.

En exposant ces cas de figure où la participation à la vie sociale induit des logiques de pensée et d'action — ou plutôt d'inaction — subjectivement néfastes, Disparaître de

soi s'intéresse à la signification des parcours individuels ainsi qu'à la représentation de soi. Reliant des considérations sociales à des données affectives, alors que ces dernières sont communément le propre de la psychologie, l'approche audacieuse de Le Breton fait de lui l'un des auteurs les plus pertinents dans l'analyse des sociétés qui se sont largement complexifiées, et que les grands antagonismes doctrinaux ne parviennent plus à démystifier. Tout en reconnaissant le caractère émancipateur des démocraties libérales, le sociologue révèle les malaises, les angoisses et autres marasmes existentiels que suscite l'individualisme contemporain. Cette thèse d'une grande lucidité, qui met en exergue les fondements sociétaux de certaines pathologies, arrive à point en cet âge d'or de la pharmacutique et de la médicalisation à outrance. Bien que les remarques sur le rythme de la société actuelle permettent de bien saisir en quoi la blancheur est « une tentation contemporaine », un propos qui se serait voulu davantage rétroactif aurait permis de saisir plus exactement ce qui distingue les formes de disparition d'aujourd'hui de celles d'hier ; pensons notamment à la fuite ou à l'ivresse qui surviennent depuis des siècles.

Bibliographie

- EHRENBURG A. (1998), *La fatigue d'être soi. Dépression et société*, Paris, Odile Jacob.
- ROSA H. (2012), *Aliénation et accélération. Vers une théorie critique de la modernité tardive*, Paris, La Découverte (« Théorie critique »).
- LE BRETON D. (1991), *Passions du risque*, Paris, Métailié (« Traversées »).