

La souffrance: expérience à relativiser

Une équipe interdisciplinaire de chercheurs en explore les contours

Sous la houlette d'une philosophe, 28 chercheurs décryptent l'expérience de la souffrance et de la douleur.

JÉRÔME QUIQUERET

La douleur et la souffrance ne se comprennent pas de la même manière selon que l'on vit en Europe ou en Asie, mais aussi selon son domaine de compétences, que l'on soit philosophe ou neuroscientifique. La philosophe, le Dr Smadar Bustan, de l'université du Luxembourg, est à l'origine de la création d'un groupe pluridisciplinaire de chercheurs internationaux d'horizons et compétences variés, qui doivent construire des

ponts entre des approches différentes de ces expériences communes à tous les Hommes.

«Chaque domaine est très riche à l'intérieur de ses propres frontières, mais personne ne les pousse à voir si la rencontre est possible d'un point de vue scientifique et où l'éventuel conflit demeure», explique la philosophe, qui pousse elle aussi sa matière vers des chemins nouveaux. Smadar Bustan appartient à l'école de la phénoménologie, qui s'intéresse au sens de l'expérience vécue. Elle postule à ce titre une limite à la connaissance de la souffrance: «Il y a toujours un moment où la narration, la compréhension de ces expériences vraiment fortes trouvent des limites», explique-t-elle. La théorie de la préreflexivité, selon laquelle «il y a un certain

niveau de vie qui ne se traduit pas forcément en concepts, qui crée une activité cérébrale même poussée, vécue de manière très intense, mais qui ne produit pas nécessairement des idées ou représentations très claires», en apporte les fondements.

Soutenu au début par l'European Science Foundation puis désormais par l'université du Luxembourg sous la direction de Fernand Anton, directeur du laboratoire de la douleur, le projet permettra de tester l'hypothèse de la philosophe et de mesurer comment une école philosophique à prétention scientifique est capable de se représenter des mécanismes psychophysiques et neuroscientifiques. Surtout, l'ouvrage à paraître, réunissant des spécialistes du monde entier, intitulé *Questions fondamentales sur la*

souffrance et la douleur, fournira un cadre très vaste de réflexion, incluant toutes les questionnements possibles, de telle sorte qu'il pourra servir de référence aux professionnels, dans leur manière de penser la douleur et la souffrance.

Certes, la médecine se rapproche de la psychologie, la philosophie de la littérature. Mais pour confronter des domaines peu habitués à dialoguer ensemble, chaque chapitre de l'ouvrage est écrit par plusieurs chercheurs d'horizons divers (lire ci-dessous).

DUALISTE?

Smadar Bustan remet tout sa part en cause la séparation entre les deux concepts de douleur et souffrance. «Il est trop simple de dire que la douleur est physique et la souffrance est psychique. On ne peut pas dire que l'une appartient au corps, l'autre à l'esprit.» C'est bien plus la frontière entre expérience personnelle et expérience sociale qui paraît importante.

«Le cadre de réflexion doit pouvoir dire où s'arrête l'expérience personnelle de la douleur et où commence l'expérience sociale et intersubjective de la douleur», poursuit Smadar Bustan. [...] On dit que souffrir est très personnel, qu'on y est enfermé, que personne ne peut nous comprendre. Mais on peut dire aussi que la souffrance est une traduction de ce qui nous a été enseigné. On peut refouler une forme de douleur physique car on nous a demandé d'être fort mais, en même temps, le corps l'exprime pour nous.»

Ce travail de référence pourrait mener à terme à une autre pratique dans le soulagement de la douleur. Fernand

Anton, professeur de psychologie biologique, voit une première adaptation possible dans l'évaluation de la douleur: «Jusqu'ici, nous avons utilisé des méthodes standardisées, adaptées au pays, pour mesurer la douleur par voie expérimentale, pour avoir des méthodes de mesure. [...] Là, il y a beaucoup d'éléments inclus. La douleur dépend de différences culturelles, de religion, du background social. C'est intéressant pour nous de le reprendre.»

«Pour les Japonais, la douleur appartient à la vie. Pour nous, gens de l'Ouest, c'est quelque chose de négatif dont nous voulons nous débarrasser le plus vite possible», poursuit-il. Dans l'ouvrage, une historienne rappelle que la souffrance était vécue autrement dans l'Europe médiévale chrétienne. Et est donc relative.



Photo: Pierre Matgé

Le rapport à la souffrance dépend aussi du contexte socio-culturel

Définitions et solutions

La souffrance sous tous ses angles

En 11 chapitres, les chercheurs confrontent leurs connaissances et approches.

JÉRÔME QUIQUERET

«En quoi consiste l'expérience vécue de la souffrance et de la douleur?» Ainsi, Smadar Bustan résume la problématique de l'ouvrage à paraître durant l'année universitaire en cours. Toutefois, c'est un vaste panel de questions auxquelles 28 chercheurs doivent réfléchir. Ils couvrent des domaines aussi variés que la sociologie, la psychologie et les neurosciences, et viennent à la fois d'Europe, du monde anglo-saxon et d'Asie.

Parmi les contributeurs de l'ouvrage, on retrouve Catherine Kerr, neuroscientifique de l'université de Brown. Elle écrit avec Camila Valenzuela-Moguillansky, spécialiste en psychologie de la perception à Paris, et Yoshio Namakura, de l'école de médecine de l'université d'Utah, un chapitre consacré à l'émergence de la

souffrance liée à la douleur. Avec Yoshi Nakamura, un spécialiste de la douleur, ils s'intéressent aux mécanismes neuraux qui sous-tendent la perte d'attention constatée chez les patients atteints de douleur chronique. Kerr piste ainsi dans le cerveau l'action de la thérapie comportementale et cognitive et de la méditation de pleine conscience, qui augmentent l'attention sans réduire l'intensité de la douleur.

Valenzuela explore le lien entre les modifications de la conscience du corps - et de la partie affectée par la douleur - et la perturbation des fonctions motrices.

L'EXEMPLE ASIATIQUE

Nakamura avance que la douleur est une réduction du potentiel d'action et que la souffrance peut être vue comme «une structure relationnelle reflétant le degré auquel la douleur affecte directement d'autres domaines de la vie» que l'action.

Sik Hin Hung, moine bouddhiste de l'université de

Hongkong, discute avec la phénoménologue Smadar Bustan du rôle éventuel de la compréhension de la souffrance pour supprimer la souffrance. Pour le bouddhiste, la souffrance psychique vient de «l'incapacité de la personne à voir la nature impermanente et insatisfaisante du moi». Il propose son soulagement en acceptant la douleur pour ce qu'elle est.

Bustan insiste sur le point commun à la souffrance et la douleur, à savoir leur qualité d'état incontrôlable dominant la personne. Elle constate les limites de la compréhension intellectuelle en raison d'une surcharge émotionnelle et physique. L'accepter permet de minimiser les attentes et d'éviter les frustrations mais pas nécessairement de comprendre ce qui nous arrive.

Abordant le chapitre du langage et de la culture, le médecin japonais Sumio Hoka, de l'université de Kyushu, énumère les différences de perception entre Japonais et Européens. Les Japonais utilisent des onomatopées pour décrire

l'intensité de la douleur, voient corps et esprit comme un. Ils voient la douleur «comme une indentation dans le mouvement circulaire de la vie et de la mort». La mentalité occidentale, elle, sépare le corps et l'esprit, et voit la douleur comme une punition.

Professeur de linguistique à l'université d'Athènes, Chrysoula Lascaratou constate que le langage métaphorique, spontané et inventif observé dans l'explication de la douleur par les patients facilite la communication entre le médecin et le patient, et partant, le traitement de la douleur. À noter la participation des fameux professeurs Jean Decety (neurosciences) et Rita Charon (médecine narrative) ou encore celle d'une écrivaine iranienne, Marina Nemat, victime de torture, qui travaille sur la manière dont une personne qui regarde un autre souffrir devient non pas empathique mais cruel.

* On peut suivre ces travaux sur www.suffering-pain.net. Un film sera bientôt mis en ligne.

RECHERCHE

La problématique de Smadar Bustan n'a pas laissé insensible le Fonds national de la recherche (FNR) et son équivalent en Allemagne (DFG). Ces organismes viennent de décider de financer un projet de trois ans intitulé «Douleur et souffrance: des concepts philosophiques aux mécanismes psychobiologiques et neuroscientifiques».

Réalisé sous la conduite du Pr Fernand Anton, (université du Luxembourg), et du Pr Herta Flor, (Institut central de santé mentale de Mannheim), avec les Dr. Bustan et Dr. Sandra Kamping, ce travail reprend l'hypothèse de départ de sa recherche sur les deux axes de réflexion possibles, en le confrontant à des données expérimentales. «On peut concevoir deux axes qui se croisent, l'axe de soi, privé, de confrontation à la souffrance, et un axe social. Il s'agit de voir quand ils divergent et quand, au contraire, il y a une projection de l'expérience sociale et culturelle et donc les axes convergent», explique-t-elle.

La première phase consiste à déterminer les méthodes standardisées de stimulation de la douleur et de modification de son intensité. «Nous allons voir s'il est possible de découpler l'intensité de la douleur et celle de la souffrance», explique Fernand Anton. Luxembourg fera les expériences sur le corps. Mannheim s'occupera de l'activité cérébrale. Il s'agira de pister d'éventuelles altérations au niveau physiologique et biologique entre différents groupes de cobayes, se différenciant par une appartenance à une ethnie ou une religion, par exemple. Dans une seconde phase, dans trois ans, «nous pourrions voir à quel point l'interaction agit sur la souffrance, à quel point elle ne peut pas y accéder.»