



PHIL'INFO

Le bulletin d'information du Café Philo de Narbonne

N° 68 - Avril 2013

Agenda

- **Atelier de philosophie pour enfants** mercredi 17 avril de 14h45 à 16h, Médiathèque de Narbonne sur le thème « **Avoir de l'assurance** », animé par **Marcelle et Michel Tozzi** ; inscriptions auprès de l'Espace jeunesse de la Médiathèque de Narbonne.
- **Café Philo à la Médiathèque de Béziers**, mercredi 17 avril à 18h30, animé par **Michel Tozzi** : « **Le débat sociétal actuel sur la fin de vie** ».
- **Café Philo à Gruissan (MJC)**, vendredi 19 avril à 18h, animé par **Nadine Lorente** : « **biodiversité et société humaine** ».
- **Prochain rendez-vous pour le Café Philo de Narbonne**, lundi 13 mai à 18h, dans le cadre du mois de la diversité : « **La multiculturalité : un problème ou une richesse ?** ».

Qu'est-ce qui est le plus important : la question ou la réponse ?

Prochain rendez-vous au Café de la Poste lundi 15 avril à 18h...

La question révèle en effet notre ignorance ; mais à partir de là elle ouvre la recherche, est susceptible souvent de plusieurs réponses possibles, suscite le débat. La réponse répond au contraire à notre curiosité, et apporte un savoir, une certitude ; mais elle clôt le débat et éteint la recherche : c'est la « mort de la question » (Blanchot). Que faut-il alors préférer ?

Le prochain café philo aura lieu le **lundi 13 mai**, dans le cadre du mois de la diversité : « **La multiculturalité : un problème ou une richesse ?** ».

On peut trouver toutes les informations et les anciens bulletins avec

Le débat sociétal actuel sur la fin de vie...

Ce mercredi 17 avril, à partir de 18h30 à l'auditorium de la Médiathèque de Béziers, Michel Tozzi animera un café philo sur un sujet particulièrement sensible et actuel...

Le rapport Sicard sur la fin de vie vient d'être rendu public. Le gouvernement et le parlement vont bientôt trancher entre 4 positions possibles :

1. Le devoir d'un médecin est de soigner et de guérir. Il doit donc tout faire pour cette mission.
2. Mais quand le malade est incurable? La loi Léonetti (2005) propose de cesser l'acharnement thérapeutique et de pratiquer des soins palliatifs.
3. Mais si le patient demande en toute conscience et de façon réitérée d'en finir avec la vie ? Certains soutiennent qu'il faut l'aider à mourir, comme acte de compassion.
4. Ou bien on légalise l'euthanasie active, dans un cadre réglementé pour éviter tout abus.

Mais alors, que penser en tant qu'Homme et citoyens de ces différentes positions ?

Synthèse : « La santé mentale »

Il serait plus facile de définir la santé mentale négativement comme absence de maladie, mais nous nous sommes attachés à en donner une définition positive.

- un état d'équilibre dynamique, ayant la capacité de traverser des moments de déséquilibre pour revenir à une certaine stabilité ;
- une force issue de la cohérence interne de trois dimensions essentielles de la personnalité : corps, psychisme, spiritualité, aurait pour effet d'éviter les conflits intérieurs.
- l'intégration sociale et le lien social semblent être un bon baromètre de la santé mentale.
- la sensation du bien-être, d'avoir de l'énergie, d'avoir envie d'entreprendre, de faire des projets. C'est être animé de désirs, de cette force de vie que Spinoza nomme *conatus*.
- avoir la capacité de refuser, comme le dit encore Spinoza les passions tristes : ressentiment, méfiance, culpabilité, regret, colère, etc. ;
- avoir la capacité d'affronter le réel, avec ses inévitables difficultés.
- savoir gérer son anxiété ;
- avoir, comme disaient les stoïciens, la paix de l'âme ; et ne pas sombrer dans les excès selon Aristote, modérer ses désirs. Cela correspond à la conception antique de la sagesse ;
- être capable de « résilience », selon le concept forgé par le psychiatre Boris Cyrulnik, c'est-à-dire parvenir à trouver un équilibre, malgré des circonstances ou des données de départ très défavorables. Dans ce cas, il se peut même que les épreuves aient aidé à « grandir ».

L'évaluation de l'état de santé ou de maladie mentale peut être très différente d'une société à l'autre, et à l'intérieur d'une même société d'une époque à l'autre. Cela rend encore plus tâtonnante une définition fermée, aussi la concevons nous comme ouverte. Mais, en fait, peut-on véritablement parler « d'état de santé mentale », n'est-ce pas plutôt quelque chose vers quoi tendre ?

N'y a-t-il pas des secteurs de personnalité sains au cœur de la maladie mentale, et des aspects un peu ou très « fous » chez des personnes réputées saines d'esprit ? N'arrive-t-il pas parfois que le vécu subjectif de bonne santé mentale ne soit perçu tout autrement par l'entourage (et inversement) ?

Inventaire de quelques-unes des difficultés pour accéder, persévérer et retrouver la santé mentale.

Nous avons surtout inventorié les faits de notre société, en invoquant :

- la crise économique actuelle et les situations de cercle vicieux qui se surajoutent à une difficulté initiale (chômage, précarité, divorce, perte de logement, etc.) ;
- l'individualisme qui rend problématique le lien social et nous force à trouver notre voie seuls, sans l'aide du groupe ou de la tradition ;
- l'anxiété générée par des idéaux à la fois dérisoires et inatteignables (jeunisme, minceur, performance, etc.) ;
- une société de consommation qui a rompu avec la sagesse et la modération ;
- la mise en avant de la volonté pour sortir des difficultés, qui culpabilise lorsqu'on se sent en difficulté psychologique ; la stigmatisation qui pèse sur la maladie mentale ;
- la difficulté d'accès aux soins et les budgets de plus en plus res-

treints alloués à la prévention.

Mais des difficultés plus individuelles peuvent aussi se présenter : maladies, hérédité, déficiences familiales, accidents de la vie, etc.

La notion de santé mentale aurait l'inconvénient de reposer sur une conception dualiste de l'être humain (corps / esprit), qui devrait être réinterrogée, car tout montre qu'il y a, de fait, intégration des deux sphères qui ne sont distinguées qu'artificiallement.

Alors quelles préconisations ?

Celles que l'on attend des **politiques publiques** :

- fournir un contexte environnemental qui favorise le lien social, n'exclut pas les plus faibles, développe le sentiment de sécurité sans nuire à la liberté ;
- développer la prévention à différents niveaux : éducation à la santé, travail pour impulser l'implication de chacun dans la réflexion (Cette semaine de sensibilisation du public autour du thème de la santé mentale en est une des modalités) ; et spécifiquement par rapport aux drogues et aux autres dépendances, avec des politiques publiques prenant en compte la complexité des problèmes ;
- développer l'offre de soins des états des pathologies mentales avérées, et la prise en compte d'état de souffrance psychique. Le travail pluridisciplinaire et en réseau semble être une des voies à privilégier. Un témoignage est venu illustrer la difficulté actuelle d'accès aux soins.
- accorder de l'attention à l'éducation et à la protection des enfants dès la prime enfance.
- développer la recherche dans différents domaines parmi lesquels le rapport au travail, qui actuellement entraîne beaucoup de souffrance que l'on soit chômeur, ou que les conditions d'emploi soient loin d'être épanouissantes.

Mais chacun à son niveau peut prendre soin de sa propre santé mentale et de celle de ses proches.

- La notion de « care », qui nous vient des pays anglo-saxons, peut se traduire par « porter de l'attention à autrui », en ce qu'il est en situation de vulnérabilité actuelle pour certains et potentielle pour tous ;
- il en va de même à son propre égard. On devrait avoir de l'attention pour ses maux physiques et psychiques, car ils sont peut-être des signaux à entendre et à décoder. On peut aussi s'accorder le droit de s'écrouler pour mieux remonter ;
- le rôle de l'environnement en cas de difficulté est primordial, et la notion de « tuteur de résilience » est tout à fait parlante. Il y a des moments où un étayage est indispensable, qu'il vienne d'un proche, d'un professionnel de santé mentale, d'une institution de soin ou de toute personne qui redonne sens à la vie.

En conclusion, il nous a été proposé la métaphore de la santé mentale comme une barque qui parfois prend l'eau, subit les aléas des tempêtes, est obligée d'abattre les voiles, parvient à les hisser à nouveau, navigue et tôt ou tard parvient à rentrer au port.

Synthèse de la dernière séance du Café Philo de Narbonne (lundi 18 mars 2013).

Animation : Michel Tozzi / Présidence : A.M. de Backer
Synthèse écrite : Marcelle Tozzi
Bulletin Phil'info : Romain Jalabert