

I. Clinique de la compassion

Ari Gounongbé

DANS **FATIGUE DE LA COMPASSION 2014**, PAGES 9 À 42
ÉDITIONS **PRESSES UNIVERSITAIRES DE FRANCE**

ISSN 2103-4893

ISBN 9782130619499

Date de mise en ligne : 09/04/2018

Article disponible en ligne à l'adresse

<https://shs.cairn.info/fatigue-de-la-compassion--9782130619499-page-9?lang=fr>



Découvrir le sommaire de ce numéro, suivre la revue par email, s'abonner...
Scannez ce QR Code pour accéder à la page de ce numéro sur Cairn.info.



Distribution électronique Cairn.info pour Presses Universitaires de France.

Vous avez l'autorisation de reproduire cet article dans les limites des conditions d'utilisation de Cairn.info ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Détails et conditions sur cairn.info/copyright.

Sauf dispositions légales contraires, les usages numériques à des fins pédagogiques des présentes ressources sont soumises à l'autorisation de l'Éditeur ou, le cas échéant, de l'organisme de gestion collective habilité à cet effet. Il en est ainsi notamment en France avec le CFC qui est l'organisme agréé en la matière.

I

Clinique de la compassion

La compassion est la principale et peut-être la seule loi de l'existence humaine.

F. Dostoïevski (1869)

Une idée obsédante et enfin des éléments de réponse à une question que, encore jeune garçon, je me posais souvent : pourquoi, alors, ma grand-mère soupirait-elle sans cesse ? Je sentais bien qu'une préoccupation lui prenait la tête. Quand elle répondait à ma question sur l'origine de ses soupirs, sa réponse se référait à des personnes en souffrance, des parents en détresse, que je ne connaissais pas. Plus tard, beaucoup plus tard, alors qu'elle me voyait passer de longs moments à écrire à ma table de travail, elle s'enquit à son tour des raisons de mon retranchement dans un local, à passer tant de temps enfermé, à

griffonner sur une feuille blanche. Pourquoi donc m'isoler plutôt que de me retrouver dans la cour en compagnie de tout le monde, à participer à la vie du groupe familial, à prendre du temps avec les amis et les parents en visite ? Je lui répondais que j'écrivais pour avoir mon diplôme. Et tu écris sur quoi ? Qu'y a-t-il de si important, de si préoccupant pour expliquer un tel isolement ? Je lui répondais que j'essayais de comprendre l'idée que des gens comme elle et moi se faisaient de la folie... Pof ! me répondit-elle en s'éloignant du seuil du bureau, ne t'imagines pas que je suis si saine d'esprit ! Parfois, je m'imagine aussi folle, mon garçon. Ce sont les soucis qui rendent fou, mon petit. Mais quels types de soucis causent la folie, lui demandai-je en m'élançant après elle ? Quand on est démunie comme je le suis, me dit-elle, face à un être en détresse de vie, seule la pensée qui exprime une préoccupation excessive et désespérée sert de lien et de soutien au souffrant. Et elle ajoutait : je ne peux l'aider qu'en pensant à lui. Je ne sais pas prier, compléta-t-elle ; la prière passe par des intermédiaires en qui je n'ai nullement confiance. Alors, je pense. Je ressentais ses propos comme un aveu d'impuissance, comme une pensée tournant désespérément à vide, sans construction possible de solutions efficaces pour assister le malade, une désespérance aiguë ; « un souhait déçu » dirait Schopenhauer¹.

Le souci comme moyen de garder le lien et de partager la douleur d'un être cher qu'on ne peut soutenir autrement que par la pensée. Le souci donc comme moyen de prendre soin de... Je me demande si elle ne

1. Schopenhauer, 1818-1819/1912, p. 394.

faisait pas, à sa manière, allusion à la compassion, dans notre langue maternelle, le *fon*, qu'elle manipulait avec précision. Voilà qui me renvoie aux origines de ce mot pour découvrir effectivement, non sans étonnement, le lien étroit entre *souci* et *soin*. Le *Dictionnaire historique de la langue française*¹ explique qu'en ancien français *soin* apparaissait alors sous deux formes : *soign*, qui, par exemple dans la locution *aveir soign* signifiait « se soucier de, s'intéresser à ». Emprunté au francique *sun(n)i* qui donna en latin tardif *sonium*, il prend le sens de « souci », de « chagrin ». La seconde forme, *soigne*, prend en 1200 le sens de « pensée qui occupe l'esprit ». Progressivement, il signifiera « être en peine de, se préoccuper de ». Répondre à une sollicitation, fût-elle silencieuse, d'un être nécessitant soin et, par là, créant soucis, évoque pour le latiniste *sollicitare*, racine latine des verbes *soucier* et *solliciter*².

La fréquentation des Wolofs du Sénégal me permit de mieux saisir ce que recouvraient les propos de ma grand-mère. Ce qu'elle appelait « soucis susceptibles de provoquer la folie », que j'interprétais comme un surmenage de préoccupations³ que cause un être cher en souffrance, pouvait être, pour cette ethnie du Sénégal, le *tooy*, traduit de manière plaisante et admirablement imagée par « fatigument général ». L'anthropologue Victoria Ebin⁴, dans une étude faite auprès des migrants sénégalais de New York, comparait ce syndrome au *burn-out*, cet état

1. Rey (dir.), 1992, p. 1961-1962.

2. Bouffartigue et Delrieu, 1996, p. 233.

3. Gounongbé, Pireaux et Pelc, 1985, p. 74-79.

4. Ebin, 1990-1991, p. 365-385.

d'épuisement nerveux, accablant, entraînant une grande vulnérabilité. Cet état occasionné par les charges sociales lourdes du travailleur africain aux moyens limités pour soutenir toute la grande famille, le plaçant dans une situation entraînant les *soucis*, le conduisant à une sorte d'*over thinking* pesant, à l'origine de surmenage et même souvent d'hospitalisation, seul moment alors où il bénéficie quelque peu d'un retour de compassion.

La compassion, cette « impression malade produite par la vue des misères d'autrui¹ » est en effet un investissement dans le genre humain qui ne s'évalue pas et qui ne relève pas du calcul relationnel. Son exercice procède du don de soi ; elle se délivre naturellement, spontanément et certainement plus souvent qu'on en a conscience. Parce que c'est une activité désintéressée, certains, comme Nietzsche, se lavent la main qui a aidé celui qui souffre et même s'essuient l'âme². Compatir c'est souffrir avec, endurer avec, c'est être affligé avec. C'est la définition proposée par le dictionnaire. C'est une réaction affective spontanée, et donc naturelle, qui émerge quand on est mis en contact avec la souffrance. Elle n'apparaît que lorsque le malheur est là.

À la différence du monde anglophone, en parlant de compassion, il est rarement question, dans le monde francophone de « sympathie » qui en est pourtant un synonyme. On dit rarement qu'on a de la sympathie pour

1. Sénèque, *De Clementia*, II, V, 4, cité par Audi, 2011, p. 63.

2. Nietzsche, 1885/1983, p. 110.

un être en détresse et pourtant on le pourrait. Ce mot vient du grec *sumpatheia* signifiant participation à la souffrance d'autrui. La « sympathie » est plutôt utilisée dans le sens commun pour indiquer l'effet plaisant, voire séduisant, qu'une personne nous inspire, une bonne concordance de sensations qui donne envie d'être en sa compagnie, parce qu'on l'aime bien et que sa compagnie est plutôt sans effet désagréable sur soi. Vous voyez-vous en train de dire à inconnu en détresse : « J'ai de la sympathie pour vous » ? Dans l'esprit francophone, une personne souffrante ne suscite pas de la sympathie, mais de la compassion, et ce souffrant peut susciter de la compassion, de l'empathie sans nécessairement qu'on éprouve à son égard de la sympathie. Si elle suscite de la sympathie, c'est dans la douleur comme le précise Schopenhauer, se référant certainement à son sens grec : « Notre sympathie ne s'adresse d'une façon directe qu'aux seules douleurs des autres¹. » Cette phrase est déconcertante dans la logique francophone où l'on serait tenté de remplacer sympathie par compassion ou empathie. Il est vrai que, comme le rappelle le professeur Jacques Hochmann, pour sympathiser, l'empathie est nécessaire, « car comment pourrais-je sympathiser avec les émotions d'autrui, si je ne les connaissais pas ou ne les comprenais pas² » ?

La compassion serait donc, comme le suggère Michel Delbrouck³, ce « sentiment de sympathie *et* de douleur profondes pour une autre personne qui est frappée par la

1. Schopenhauer, 1840/1879 p. 120.

2. Hochmann, 2012, p. 173.

3. Delbrouck, 2003, p. 75.

souffrance ou le malheur, accompagné d'un désir fort d'alléger la douleur ou d'enlever sa cause». La contribution de cet auteur est intéressante : pitié et compassion ont en commun d'être appropriées « pour désigner notre affinité avec le chagrin d'autrui », comme le précise Adam Smith. Ce sont des émotions « que nous sentons pour la misère des autres¹ ». Mais la compassion a en plus, dans la logique clinique qui nous intéresse ici, la spécificité d'induire chez l'aidant ce « désir fort d'alléger la douleur ou d'enlever sa cause ». Elle ne s'exécute pas sans embarras, sans un questionnement s'imposant à soi-même de savoir jusqu'où aider sans gêner, sans embarrasser, sans faire honte. Nietzsche n'apprécie guère les compatissants, « il leur manque par trop la honte » parce que, quand on aide, on attende gravement à la fierté². Ce philosophe reproche aux « compatissants d'oublier trop facilement la pudeur, le respect, le tact et les distances³ »... Le respect du secret, précise le philosophe français Paul Audi pour qui elle requerrait aussi « de la considération, car il lui appartient de pouvoir couvrir de honte tous ceux à qui la vulnérabilité essentielle de la vie pourrait faire honte⁴ ».

N'y a-t-il pas lieu de s'inquiéter sérieusement, quand, dans une action supposée de compassion, ne sont ressentis ni gêne, ni honte, ni embarras, ni crainte d'empiéter sur un domaine intime, privé ? Si de tels éprouvés n'affleurent à la conscience alors, de manière silen-

1. Smith, 1759/1999, p. 27, 23.

2. Nietzsche, 1885/1983, p. 110.

3. Nietzsche, 1908/2011, p. 16.

4. Audi, 2011, p. 29.

cieuse, se met en place ce que le romancier autrichien Stephan Zweig nommait «la sympathie *pour* la souffrance d'autrui», état qui procure la sensation d'une force qui excite de façon presque voluptueuse, comme un «chaud jaillissement de l'intérieur», avec le bénéfice illusoire d'une action bénéfique¹.

Une vertu, la compassion? Oui sans aucun doute; son essence dirait Claude Lévi-Strauss, «réside dans une conception de l'homme qui met l'autre avant le moi, et dans une conception de l'humanité qui, avant les hommes, pose la vie²». Ce n'est peut-être rien d'autre qu'une expression de l'amour de l'autre, qui, comme soi, est un être humain, un proche, un prochain, voire un «plus lointain³». Pour Cicéron, nous oublions que «les hommes sont confiés par la nature les uns aux autres. Par cela même qu'il est un homme, un homme ne doit pas être étranger pour un homme [...] Le monde est comme la cité universelle des hommes et des dieux; chacun de nous est une partie de ce monde; c'est par conséquent la nature qui fait que nous plaçons l'intérêt général avant le nôtre⁴».

Un sentiment, la compassion? Assurément. C'est ainsi que la présente le philosophe André Comte-Sponville qui

1. Zweig, 1939/2011, p. 60, 68, 77.

2. Lévi-Strauss, 1973, p. 49.

3. Nietzsche, 1885/1983, p. 81.

4. Cicéron, *Des fins des biens et des maux*, cité par Audi (2011), p. 51.

laisserait donc croire, parce qu'elle est vertu, qu'elle n'est pas si naturelle que cela. Comme nous l'apprend le dictionnaire, la compassion est cette disposition habituelle à faire le bien, avec vaillance, courage physique ou moral ; une force d'âme qui pousse à accomplir des actes moraux avec le concours de la volonté, comme un devoir, cela en dépit des obstacles rencontrés. Elle excite à aider, précise Schopenhauer, par la part prise « immédiatement au mal d'autrui avec plus ou moins de vivacité et d'émotion ». Elle pousse à sacrifier une part de force physique ou morale, une « participation immédiate, qui n'est pas longuement raisonnée et qui n'en a pas besoin¹ ». Ainsi, elle s'apprendrait, par vicariance, serait le fruit d'une éducation et, en conséquence, un produit de civilisation, de culture. Elle serait La grande vertu de l'Orient bouddhiste comme la charité est celle de l'Occident.

Mais il y a de la charité dans la compassion, une charité réactive selon Vladimir Jankélévitch². La compassion est aussi le produit d'une construction inconsciente, psychologique, à l'instar de ses contraires que sont la sécheresse de cœur, la cruauté, la dureté, l'indifférence, l'insensibilité, voire l'égoïsme. Compatir c'est donc partager. Mais partager la souffrance d'une personne calme-t-il sa douleur ? Certainement pas. Ce qui fait du bien c'est l'espoir d'un soutien par l'abaissement du seuil de solitude qu'induit toute souffrance. Certains pensent qu'ils peuvent s'en prémunir en se blindant, en fermant les portes à toute émotion concomitante à la souffrance

1. Schopenhauer, 1840/1879, p. 140.

2. Cité par André Comte-Sponville (1995), p. 146.

de l'autre. D'autres même s'en vantent et brandissent leur supposée insensibilité en étendard, comme une force, parfois comme un trophée, reflétant ainsi, mais mal, l'exhortation du philosophe à être pour l'ami qui souffre « un lit dur, un lit de camp¹ ». Parce que la frontière entre la compassion et la pitié est ténue, certains préfèrent fermer la porte aux deux éprouvés. Il est vrai que la pitié se conjugue sur un mode ambigu. Comme le rappelle Rousseau, c'est « un sentiment naturel, qui, modérant dans chaque individu l'activité de l'amour de soi-même, concourt à la conservation mutuelle de toute l'espèce² ». Mais cet élan naturel est entaché par extension et désigne « un sentiment de commisération mêlé de mépris³ ». Souvent, d'ailleurs, les deux termes sont pris pour synonymes, ce qui rend parfois délicate la compréhension de certains textes philosophiques. Ainsi, quand Schopenhauer⁴, contredisant Kant, affirme que « toute douceur sincère et pure est pitié, et toute douceur qui n'est pas pitié n'est qu'amour de soi », ou quand il annonce que « la pitié se montre... par les sacrifices désintéressés » que nous faisons à l'ami souffrant, il me plaît de considérer qu'il parle là de la compassion au sens développé dans ce texte, c'est-à-dire de la pitié agissant d'une façon positive⁵ et non de celle qui œuvre par apitoiement et charité.

1. Nietzsche, 1885/1983, p. 111.

2. Rousseau, 1754/2008, p. 215.

3. Rey (dir.), 1992, p. 1532.

4. Schopenhauer, 1819/1912, p. 394.

5. Schopenhauer, 1840/1879, p. 122.

Ne le nions pas, si certains se vantent de s'en prémunir, d'autres ne manqueront pas d'y chercher de la reconnaissance, des raisons d'exister, de vivre. Mais est-ce encore de la compassion ? Ceux qui, inutiles, futiles, inintéressants, voudront donner sens à leur existence ; leur compassion passe alors par un besoin de compensation narcissique comblant certainement les petites failles intimes de la vie et de la relation à l'autre, camouflant ainsi « ce sourire inconvenant par lequel les gens mal élevés expriment quelquefois leur satisfaction à la vue des misères du prochain¹ ». Une façon pour eux de s'élever en donnant, d'enrichir l'ego en compatissant aux maux d'autrui². Une manière aussi peut-être de soulager sa conscience, parce qu'un plaisir hypocrite s'y cache, en tout cas pour eux, une stratégie pour améliorer leur score moral de quelques points et se faire admirer par leurs concitoyens³. Nietzsche le dit mieux en ces termes : « Vous vous empressez auprès du prochain et vous exprimez cela par de belles paroles. Mais je vous le dis : votre amour du prochain, c'est votre mauvais amour de vous-mêmes... L'un va chez le prochain parce qu'il se cherche, l'autre parce qu'il voudrait s'oublier. Votre mauvais amour de vous-mêmes fait de votre solitude une prison⁴. » Il y a donc bien des raisons de s'investir intensément auprès de personnes démunies, traumatisées, en détresse.

1. Dostoïevski, *L'Idiot*, p. 7.

2. Zweig, 1939/2011, p. 62.

3. Rifkin, 2011, p. 125.

4. Nietzsche, 1885/1983, p. 79.

Il est connu que l'on entre presque toujours en empathie avec des tragédies individuelles ou collectives. La mondialisation facilite les manifestations de la compassion par son outil d'intervention qu'est l'altruisme, défini comme cette disposition bienveillante à l'égard des autres, fondée sur la sympathie et la générosité. Les réseaux sociaux, la presse, les émissions de télévision, Internet, informent presque instantanément d'un drame nécessitant dans l'urgence des manifestations de solidarité. Des invites aux soutiens financiers sont sollicitées avec empressement, par courriers postaux, par messageries électroniques, par les télévisions et les radios. Des organismes humanitaires sont spécialisés dans le domaine. Ce sont des formes d'expression de la compassion, à distance. Parce que, d'une façon ou d'une autre, on se sent concerné par identification, on fait une donation, «un geste» comme on dit, pour contribuer à l'apaisement de la souffrance, mais aussi certainement pour apaiser sa propre conscience. Cette forme d'assistance ne fatigue pas, mais ouvre un autre piège bien signalé par l'essayiste américain Jérémy Rifkin¹ : «L'exposition continue aux malheurs des autres par procuration peut aussi dégénérer en une sorte de divertissement voyeuriste. La surexposition peut désensibiliser et même blaser – le syndrome du “j'ai été ici, j'ai vu cela”.»

1. Rifkin, 2011, p. 401.

La pitié n'est pas opérante. Pour Nietzsche, dans *L'Antéchrist*, elle est en « opposition avec les affections toniques qui élèvent l'énergie du sens vital : elle agit d'une façon dépressive ». Elle n'offre que l'illusion de soutien, suggère le mépris, la supériorité, la force face à la faiblesse, l'offrande, le délaissement, la prétention, l'arrogance, là où sont attendues humilité et humanité. C'est elle qui suscite l'exclamation : Oh, le pauvre ! Elle s'éprouve de haut en bas¹, du nanti au démuné, et elle ne fait du bien qu'à celui qui l'éprouve². Un empoisonnement dirait Stefan Zweig³. C'est « le sentiment le plus agréable chez ceux qui sont peu fiers et n'ont point l'espérance d'une grande conquête : pour eux, la proie facile – tel est celui qui souffre – est quelque chose de ravissant⁴ ». Il y a deux sortes de pitié, nous apprend Zweig. L'une, molle et sentimentale, qui n'est en réalité que l'impatience du cœur à se débarrasser au plus vite de la pénible émotion qui vous étreint devant la souffrance d'autrui, qui n'est pas du tout la compassion mais un mouvement instinctif de défense de l'âme contre la souffrance étrangère. Et l'autre, la seule qui compte, la pitié non sentimentale, mais créatrice, qui sait ce qu'elle veut et est décidée à persévérer jusqu'à l'extrême limite des forces humaines⁵. Cette pitié-là, je l'appelle « pitié agissante », la

1. Comte-Sponville, 1995, p. 154.

2. Tisseron, 2013.

3. Zweig, 1939/2011, p. 48.

4. Nietzsche, 1882/1901, p. 55.

5. Zweig, 1939/2011, p. 200-201.

«pitié d'intervention»... qui n'est rien d'autre que la compassion. Elle ne se manifeste qu'entre égaux parce qu'elle inspire un sentiment horizontal, différemment de la pitié qui œuvre dans la logique verticale. Pas de compassion sans respect, rappelle André Comte-Sponville¹. La pitié ôte la perception de l'humanité, la réduit à la souffrance, à son infirmité, à sa douleur, à son mal. Elle blesse quand le sort a déjà frappé ; c'est une injure. « C'est un sentiment à deux tranchants... Celui qui ne sait pas s'en servir doit y renoncer. Ce n'est qu'au début que la pitié – comme la morphine – est un bienfait pour le malade, un remède, un calmant, mais elle devient un poison mortel quand on ne sait pas la doser ou y mettre un frein. [...] Le moment vient inévitablement où il faut dire “non” et ne pas se soucier si celui à qui on le dit vous hait plus pour ce “non” que si vous aviez toujours refusé de l'assister. Oui, ... il faut savoir dominer sa pitié, sinon elle cause plus de dégât que la pire indifférence. [...] C'est une chose dangereuse que la pitié, terriblement dangereuse². »

La compassion, parce qu'elle procède d'un cosentir, est une force dévouée³ ; elle a la particularité de mettre en mouvement ; elle « porte à porter secours à la victime, même à voler à son secours⁴ ». Elle reconnaît la personne et sa condition n'est pas un handicap à la considérer

1. Comte-Sponville, 1995, p. 154.

2. Zweig, 1939/2011, p. 199-200.

3. *Ibid.*, p. 382.

4. Audi, 2011, p. 41.

comme telle. Elle autorise la vérité, l'opposition, le refus, les limites ; la pitié s'oppose à ces attitudes ou alors cherche à les contourner et souvent maladroitement. La compassion est franchise et égalité. La pitié est maladresse et invitation pernicieuse à la soumission. La première oblige à s'oublier un temps ; la seconde est perverse « parce qu'en se mettant à la place de celui qui souffre, on sent pourtant le plaisir de ne pas souffrir comme lui¹ ». N'y a-t-il d'ailleurs pas quelque chose d'inconsciemment jubilatoire dans le ressenti que suggère la pitié ? Ne serait-ce que ce sentiment de supériorité offensante qu'elle procure ! Ce qu'exprime justement Stefan Zweig dans *La Pitié dangereuse* : « Une étrange transformation commença en moi dès que je découvris que cette sympathie pour la souffrance d'autrui était une force qui non seulement m'excitait d'une façon presque voluptueuse, mais avait sur d'autres une action bienfaisante². »

La pitié ne perçoit qu'une part de la personne là où la compassion oblige à la perception de la totalité de l'être. La lecture de ce livre en révèle de manière poignante les pièges. À propos d'un des contes des *Mille et une nuits*, Stefan Zweig relate l'histoire d'un vieillard qui interpelle un jeune homme d'une voix désespérée, le supplie de le prendre sur ses épaules. Le jeune homme a pitié... il se penche sur le vieillard, le soulève et le met sur son dos. Mais ce soi-disant paralysé est en réalité un djinn, un

1. Rousseau, *Émile* (OCIV, p. 504). Cité par Audi, (2011), p. 62.

2. Zweig, 1939/2011, p. 60.

mauvais esprit, un fourbe enchanteur. Et à peine est-il assis sur les épaules du jeune homme qu'il serre brusquement ses cuisses velues autour de la gorge de son bienfaiteur qui ne peut plus s'en délivrer. Impitoyable, il en fait sa bête de somme, le fouette, sans lui accorder aucun répit. Et le malheureux doit le porter là où l'autre l'exige, désormais il n'a plus de volonté propre. Il est devenu l'esclave du misérable et, quoique ses genoux vacillent de fatigue et que ses lèvres se dessèchent, il est contraint, victime malheureuse de sa pitié, de continuer à porter sur ses épaules, comme son destin, le perfide vieillard¹.

Cette fiction, *La Pitié dangereuse* de Stefan Zweig met en relation un jeune officier de l'armée avec une jeune femme handicapée moteur ; elle montre que derrière un être désespéré et infirme il y a une femme. On s'en mord terriblement les doigts quand par pitié, on l'oublie. « Où sont tes plus grands dangers ? – dans la pitié². »

Comme il est aisé de s'en rendre compte, le philosophe, de par sa compétence à clarifier les concepts régissant les actions humaines, aide sérieusement à saisir les ressorts de la compassion. Il la décortique dans ses relations avec la commisération, la miséricorde, la pitié. Il trouve par exemple que cette dernière et la tendresse pure ont, en italien, le même nom, la *pietà*. Y-aurait-il de la tendresse dans le ressenti de la pitié ? De la condescendance, certes.

1. Zweig, 1939/2011, p. 206-207.

2. Nietzsche, 1882/1901, p. 229.

Pour le psychiatre et psychanalyste Jacques Hochmann, dans ses essais « de philosophe amateur » comme il s’amuse à se définir, « la compassion est un extrême de la sympathie... Elle frôle la fusion ou la contagion affective. Ce que l’autre éprouve, je l’éprouve aussi dans un cosentir qui me déborde » Il s’agit « d’un “souffrir avec” fusionnel où le sujet se laisse emporter par ses propres inquiétudes (et si ça m’arrivait à moi ?¹) ». Cette définition de Hochmann résume très bien les situations décrites dans cet ouvrage, génératrices de la fatigue de compassion, des situations qui débordent l’intervenant, qui provoquent la fusion ou la contagion affective. Comprendons-la aussi comme l’expression de la compassion non maîtrisée (parce que la situation qui la provoque est en elle-même effroyable) qui omet d’inclure dans la logique clinique le déploiement d’actions destinées malgré tout, à soulager le souffrant ou à supprimer la cause de son mal.

Le psychanalyste se penche peu sur la compassion comme concept à traiter. Il donne l’impression de s’en méfier et s’inquiète même de voir un clinicien de la psyché s’y intéresser. Comme la charité, sa connotation religieuse embarrasse. Il y perçoit des aspects de l’identification projective et, s’il y est confronté, la soumettra sans tarder à l’analyse contre-transférentielle. Le psychologue la met en œuvre à travers l’empathie. Il la soumet

1. Hochmann, 2012, p. 174, 183.

à l'expérimentation pour découvrir qu'elle est en œuvre très tôt chez l'enfant et même chez les animaux (Decety, 2014). Le psychologue social démontre qu'elle est un facteur favorable aux comportements prosociaux qui permettent des interactions positives avec autrui (aller à son contact, chercher à communiquer avec lui, à échanger, à lui proposer de l'aide). Le neuropsychologue mettra en évidence des neurones spécifiques, les neurones miroirs (dont l'importance est maintenant relativisée), pour expliquer l'empathie comme une tendance naturelle chez l'être humain. Schopenhauer en avait eu l'intuition quand il écrivait, à propos de la compassion, que c'est « un fait indéniable de la conscience humaine, elle lui est propre et essentielle ; elle ne dépend pas de certaines conditions, telles que notions, religions, dogmes, mythes éducation, instruction ; c'est un produit primitif et immédiat de la nature, elle fait partie de la constitution même de l'homme, elle peut résister à toute épreuve, elle apparaît dans tous les pays, en tous les temps ; [...] si elle manque à quelqu'un, celui-là on le nomme un inhumain ; et de même, "humanité" bien souvent est pris pour synonyme de pitié¹ ».

Mais cette tendance supposée naturelle qui nous fait agir ne suffira pas pour expliquer le déclenchement de la compassion. Il faudra en plus la compétence cognitive à se représenter, à imaginer la souffrance de son congénère tout en se sentant distinct et donc en ne ressentant pas

1. Schopenhauer, 1840/1879, p. 123.

l'identique souffrance de la personne en détresse. « Nous ne cessons pas de voir clairement, que le patient, c'est lui, non pas nous, précise Schopenhauer : aussi c'est dans sa personne, non dans la nôtre, que nous ressentons la souffrance, de façon à en être émus. Nous pâtissons avec lui, donc en lui : nous sentons sa douleur comme si elle était nôtre, et nous n'allons pas nous figurer qu'elle soit nôtre¹. »

C'est parce que nous ne confondons pas les souffrances du malade avec les nôtres que nous pouvons aussi mettre en œuvre une compétence métacognitive qui permet de réfléchir sur notre propre action dans l'exercice de la compassion.

D'une certaine façon, Schopenhauer décrit l'empathie que je considère comme un instrument de mise en œuvre de la compassion. La lecture de travaux scientifiques sur l'empathie donne, si l'on n'y prend garde, le sentiment d'une certaine confusion entre les deux concepts. Aussi nous faut-il préciser la nuance que nous faisons entre eux.

Le *Dictionnaire historique de la langue française* nous apprend que *empathie* est une expression récente, du début du XX^e siècle, dont la composition s'inspire de *sympathie*. Exprimé pour la première fois en 1872 par le philosophe allemand Robert Vischer, professeur à Tübingen puis à Zurich, *Einfühlung* signifiait « le ressenti de l'intérieur » qu'évoque une œuvre d'art ; le psychologue américain

1. *Ibid.*, p. 121-122.

E.B. Titchener l'a traduit en anglais par le néologisme *empathy*. Pour lui, c'est «le nom donné au processus d'humanisation des objets qui consiste à nous lire ou à sentir nous-mêmes à l'intérieur d'eux¹». Son sens exact, selon ce dictionnaire qui l'a décomposé en *em-* (*en*) – *dedans* – et *pathie* du grec *pathos* – *ce qu'on éprouve* –, est la capacité de s'identifier à autrui, de ressentir ce qu'il ressent. Cette définition est simple, précise, et différente de la compassion qui, elle, exprime le fait de souffrir avec, de partager les maux de l'autre. L'empathie, dans son sens strict, ne fait nullement référence à la souffrance comme pourrait le laisser penser sa racine *pathos*. Quelqu'un qui ressent de la souffrance, de la douleur, de la détresse, peut susciter de l'empathie, tout autant que celui qui éprouve la joie. Ce n'est rien d'autre qu'être en phase émotionnelle avec lui, prendre part à son expérience, partager son vécu, entrer un temps dans son univers. C'est un concept polysémique comme le rappelle le neurobiologiste Jean Decety, professeur de psychologie et de psychiatrie à l'université de Chicago. Il renvoie aussi bien au fait consistant à partager les émotions d'autrui, qu'à la compétence à se mettre à sa place pour comprendre ses intentions et ses émotions. Pour lui, c'est aussi se soucier de son bien-être². C'est une petite opération de démenagement psychologique, se quitter soi-même un temps pour éprouver l'émotion d'un point de vue de l'autre, tout en n'étant pas dupe de cette opération. Elle appartient au domaine de

1. Cité par Hochmann, 2012, p. 51.

2. Extrait de diapositives remis par Jean Decety lors d'un entretien personnel à l'université de Chicago le 23 octobre 2013.

l'ipséité, dirait Hochmann¹. Mais pour que cette opération soit efficace comme outil d'intervention de la compassion, il convient de savoir mettre une distance par rapport à ses propres émotions, savoir les réguler pour ne pas se laisser submerger par l'état émotionnel de l'autre, garder conscience qu'autrui n'est pas soi. « Il est ce que moi, je ne suis pas », dirait Emmanuel Levinas². C'est une position de distance qui requiert un travail psychologique véritable. La mémoire autobiographique aide à garder ou non cette distance, cette distinction entre soi et l'autre souffrant³. Elle peut être aussi dans certaines circonstances d'aide une position de décentration de soi pour offrir à l'aidé une parole de vérité qui peut alors bousculer, mais contribuant à sa croissance. Être empathique ce n'est pas être gentil, ce n'est pas être avenant, ce n'est pas être complaisant, ce n'est pas être bienveillant. C'est tout cela avec en prime la capacité à offrir, au moment opportun, la vérité que personne n'ose donner au souffrant.

L'empathie apparaît donc comme cette opération cognitive qui demande d'éprouver en dedans de soi ce que ressent l'autre. C'est la capacité de se mettre intuitivement à la place de son prochain, de ressentir la même chose que lui, de s'identifier à lui « au moins jusqu'à un certain point »,

1. Hochmann, 2012, p. 167.

2. Levinas, 1983, p. 75.

3. Lire dans *Le Monde Science & Techno* du samedi 28 janvier 2012, le compte rendu intéressant que fait Florence Rosier de la journée du 20 janvier 2012 consacrée à la « Psychopathologie de l'encéphale » lors du dixième Congrès de l'encéphale à Paris.

comme le précise Schopenhauer¹, pour trouver les mots et attitudes adéquats, parce qu'on ne peut se glisser totalement dans la peau d'autrui. Le seul moyen, c'est « donc d'utiliser la connaissance que j'ai de cet autre, la représentation que je me fais de lui dans ma tête, afin de m'identifier à lui, assez pour traiter, dans ma conduite, cette différence comme si elle n'existait pas² ». Elle est une composante première et fondamentale de la compassion parce qu'elle relève « de cette participation tout immédiate, sans aucune arrière-pensée, d'abord aux douleurs d'autrui, puis par suite à la cessation, ou à la suppression de ces maux, car c'est là le dernier fond de tout bien-être et de tout bonheur³ ».

Comme la compassion, le psychanalyste s'est longtemps méfié du concept d'empathie, ignoré ou méprisé comme le rappelle Jacques Hochmann par nombre de psychanalystes anglais ou français en quête de respectabilité scientifique. On a longtemps, écrit-il, méconnu la place de l'empathie dans la trajectoire freudienne. « Le terme *Einfühlung*, utilisé par Freud, a souvent été traduit en anglais aussi bien qu'en français par une série de périphrases qui dissimulaient la référence au concept dans son sens spécifique. » En s'appuyant sur un article qu'il qualifie de révolutionnaire de George W. Pigman⁴, Hochmann réévalue l'importance

1. Schopenhauer, 1840/1879, p. 118.

2. *Ibid.*, p. 118.

3. *Ibid.*

4. G.W. Pigman, Freud and the history of empathy, *International Journal of Psycho-Analysis*, 1995, 76, 2, 237-256.

que le concept d'empathie a eue pour Freud dans le développement de sa pensée. Pigman souligne que Freud «dépouille l'empathie de son mystère en soulignant son caractère préconscient et même rationnel». En distinguant l'empathie de la sympathie, il considère cette dernière plus propice à la fusion affective que la première. Naturellement, sa relation à l'identification n'a pas manqué d'être abordée. Cette dernière «n'est pas un moyen de connaissance, comme l'empathie, mais un mécanisme inconscient d'«appropriation» d'autrui...» Mécanisme inconscient et permanent, différemment de l'empathie qui est un phénomène transitoire, conscient ou préconscient¹.

Pour le psychanalyste américain Heinz Kohut, père de la *self-psychology*, l'empathie est un mode d'observation approprié à la vie intérieure de l'homme, indépendant de tout choix de valeurs ; c'est un lien émotionnel puissant entre deux personnes, dont la présence en soi est bénéfique, thérapeutique au sens large – tant dans un contexte clinique que dans la vie humaine en général².

L'anthropologue et psychanalyste Jeanne Favret-Saada³, de formation philosophique, apporte une nuance non dépourvue d'intérêt à la définition de l'empathie. Elle concerne ce qui se ressent dans le travail avec des

1. Hochmann, 2012, p. 53-65.
2. Kohut, 1985, p. 1267-1288.
3. Favret-Saada, 2009, p. 155-157.

personnes en détresse profonde et qui, de ce fait, transmettent des affects difficilement représentables. Sa première définition correspond à ce qui a été dit jusqu'à maintenant sur ce concept avec la notion de distance... Une deuxième acception de l'empathie qu'elle trouve dans le terme allemand *Einfühlung* pourrait être traduite par *communion affective*. Expression qui insiste « sur l'immédiateté de la communion, sur la fusion avec l'autre qu'on atteindrait par identification avec lui ». Cette conception est intéressante dans la mesure où « elle est muette sur le mécanisme de l'identification, mais elle insiste sur son résultat, le fait qu'elle permette de connaître les affects d'autrui ». Ce qui se communique dans cette logique de communion affective, « c'est seulement l'intensité dont l'autre est affecté ». Nous verrons plus loin combien cette intensité est en œuvre dans les situations traitées ici.

Les intuitions conceptuelles des philosophes sont désormais confirmées par l'expérimentation. Dans un dossier¹ consacré à l'empathie, les chercheurs ne manquent pas de mettre l'accent sur le fait que l'empathie est certainement innée en grande partie, mais qu'elle se travaille. Jean Decety, cité précédemment, mentionne que l'empathie, « comme les autres processus affectifs, met en jeu un large ensemble de systèmes neuronaux qui incluent le système nerveux central, le système nerveux autonome, l'axe hypothalamo-hypophyso-surrénalien et

1. Voir dans *Cerveau & Psycho*, avril 2010, n° 38, p. 42-57.

les systèmes endocrines qui régulent l'état homéostatique, les émotions et la réactivité de l'organisme ».

De leur côté, dans ce même dossier, Frédérique de Vignemont, chargée de recherche au CNRS et à l'université de New York, et Pierre Jacob, directeur de recherches à l'institut Jean Nicod, un centre de recherche du CNRS, proposent un modèle tripartite inspiré des travaux du philosophe allemand Theodor Lipps en 1903. Ce modèle s'appuie sur les trois propositions suivantes. La première : voir autrui exprimer ouvertement une émotion par des gestes (notamment des expressions du visage) conduit automatiquement l'observateur à imiter ses gestes : c'est l'imitation motrice. Deuxième idée : en vertu d'un mécanisme de rétroaction, l'imitation motrice conduit automatiquement l'observateur à éprouver l'émotion qui a engendré le comportement d'autrui : c'est ce qu'on nomme la ressemblance psychologique interpersonnelle. Et enfin, partager l'émotion d'autrui en facilite la compréhension empathique par l'observateur. Ces auteurs précisent qu'il ne faut pas confondre l'empathie avec deux phénomènes voisins, à savoir la sympathie qui suppose une proximité affective avec l'interlocuteur dont on va rechercher le bien-être, et la contagion émotionnelle selon laquelle l'observateur est gagné par le même état affectif que la personne observée, mais sans le comprendre. En outre, ils dégagent quatre conditions à l'empathie : la condition d'affectivité (être dans un état affectif donné) ; la condition de similitude interpersonnelle (l'état affectif de l'observateur doit ressembler à certains égards à celui de son vis-à-vis) ; la condition de transmission causale (l'état affectif de la personne obser-

vée est la cause de l'état affectif de l'observateur) ; et, enfin, la condition d'attribution (l'observateur doit être conscient de la relation causale entre l'état affectif de l'autre et le sien propre). Ces chercheurs estiment ces quatre conditions nécessaires pour parler d'empathie. Ils complètent en ajoutant que, pour être véritablement en empathie avec un souffrant, il faut aussi s'inquiéter de sa souffrance, s'en représenter la dimension subjective, sans la ressentir soi-même physiquement.

Ces contributions expérimentales mettent en évidence le fait que l'entrée dans un processus empathique est un véritable investissement psychique qui pourrait être aussi une des causes de la fatigue de compassion. D'autant que son utilisation comme outil de mise en œuvre de la compassion dans des situations de détresse nécessitant urgence n'attend pas de réciprocité, au sens où Serge Tisseron la définit dans *Fragments d'une psychanalyse empathique*.

Les cliniciens de la psyché rencontrent l'homme dans sa souffrance physique et psychique. Certains, pour travailler, convoquent le contre-transfert, ce « reflet du patient dans l'âme du psychanalyste » comme dirait Paul Denis (2010), cette réaction émotionnelle suscitée chez le thérapeute par un patient ou un groupe ou ses membres. En intervention clinique auprès de personnes frappées par le malheur de masse, comment agit le contre-transfert dont l'analyse est nécessaire à la détection des ressorts de mise en œuvre de la compassion ? Est-il opérant comme outil actif de travail ou se complait-il à n'être

ressenti et traité que dans l'intimité d'une relation clinique au socle psychanalytique ? S'il est vrai que le contre-transfert constitue pour des cliniciens de la psyché un outil pratique de travail, qu'en advient-il lorsque le clinicien est sommé par un drame humain dans un contexte de catastrophe de masse à intervenir instamment et intensément hors de ce cocon douillet aux lumières tamisées que constitue le cabinet de consultation psychologique ? Au transfert puissant et désespéré d'appel à l'aide, comment répond l'âme du clinicien, son contre-transfert ?

C'est l'exercice qui est livré ici : lors des soins au cours d'interventions psycho-cliniques en contexte de catastrophe de masse où l'usure de compassion guette, comment être à l'écoute des aspects de transfert et de contre-transfert qui se jouent et se développent chez des intervenants confrontés à l'extrême souffrance humaine ? Naturellement, dans ces circonstances, la compassion est l'affect contre-transférentiel premier qui surgit. Mais comment se conjugue-t-elle avec son analyse lors de la relation d'aide dans le feu dramatique de l'action ? Dans un contexte où l'assistance à un individu ou à un petit groupe renvoie à des centaines voire des milliers d'autres personnes silencieusement confrontées à l'extrême violence d'un événement de vie ?

Il y aurait comme une gêne à s'y référer ou à avouer son ressenti chez certains cliniciens de la psyché œuvrant dans le champ de l'extrême détresse humaine, non seulement parce qu'elle est peu compatible avec la supposée neutralité attendue du « psy » – beaucoup en reviennent d'ailleurs –, mais parce que son éprouvé peut être, si l'on n'y prend garde, confondu avec de la pitié. Les psycho-

logues, les travailleurs du champ social ou médical qui ont choisi de s'investir dans le social, l'événementiel, n'ont pas manqué d'attirer l'attention sur le rôle ô combien important de la compassion et de son authentique expression au travers de l'empathie ; ce qui n'est rien d'autre qu'un acte de solidarité. Les « psys » œuvrant dans le champ de l'espace psychique ne ressentent-ils donc pas cette émotion quand leur est relatée par un patient la souffrance ou la détresse du deuil infligé par le décès d'un proche, qui plus est d'un enfant ? Si oui, qu'en fait-on ? On garde le silence ? On compatit en silence ? Peut-on soigner sans « souffrir avec » ? Peut-on soigner sans ressentir ? Sans être réceptif à la souffrance psychique que les mots aident à dire dans le champ clinique ?

Étant donné « l'intimité relationnelle », la proximité psychique qui se crée entre le « psy » et son patient, il ne serait pas exagéré d'avancer que son premier outil de travail est d'abord et avant tout sa personne. Quand la détresse d'un patient ne vous touche pas émotionnellement dans cet exercice clinique, il convient d'interroger sérieusement cette fermeture à la souffrance humaine. Mais être « touché » ne veut pas dire s'épancher, se confondre à la détresse du souffrant comme on peut l'être d'un membre de notre sphère privée. Ce n'est pas non plus être naïf au point de ne pas sentir ou percevoir l'éventuel piège que recouvre une invite à la compassion.

Il est arrivé au psychothérapeute que je suis d'avoir été soustrait, parfois violemment, au confort de la rencontre intimiste dans un cabinet pour me retrouver sur le terrain

de drames humains, des événements tellement exceptionnels qu'ils agissent comme par un effet de loupe, amplifiant considérablement les petites gouttes de compassion ressenties et souvent imperceptibles dans la clinique psychologique classique. Ce sont ces interventions en contexte de catastrophe où l'espèce humaine est en détresse active ou silencieuse, où la logique de survie prend le pas sur celle de la vie ; ce contexte de catastrophe rappelle que, de toute façon, c'est elle, la compassion, qui est opérante à divers degrés de manifestation dans la relation d'aide... « Puisque tout ce qui souffre, dès lors, est mon semblable en quelque chose¹ »... Je pense, en écrivant ces lignes, au tsunami du 11 mars 2011 survenu au Japon, au tremblement de terre à Haïti le 12 janvier 2010... au naufrage du bateau *Le Joola* au Sénégal le 26 septembre 2002. Je pense aux catastrophes humaines moins spectaculaires que sont l'enfance en errance dans la rue ou les malades du sida. Ce texte se consacre à la prise en compte de la compassion dans ces trois derniers cas, à ses manifestations et à la fatigue qui en découle.

Dans le contexte psychanalytique, Paul Denis² comprend la fonction soignante, celle de l'analyste, comme devant gérer la double position d'objet de pulsion et d'anti-objet qui assure l'interprétation. C'est une double position qui, me semble-t-il, s'impose aussi à l'intervenant dans des situations de crises et de détresse comme

1. Comte-Sponville, 1995, p. 150.

2. Denis, 2010, p. 36-41.

celles traitées ici. L'intervenant soumis à une forte charge émotionnelle, compassionnelle, doit aussi poser des actes techniques d'aide, de soutien, de soin. Pour ce faire, il a besoin de se positionner comme anti-objet pour réfléchir (quand c'est possible), comprendre et poser un acte technique même si ce sont des actes de paroles.

Il est courant de faire du *traitement* (dans la logique médicale) un synonyme de *soin* ; dans la perspective de cette réflexion sur le *soin-souci*, le traitement apparaît comme l'expression sublimée de l'acte de compassion. Sa conversion en distance psychologique et affective (distance que certains prennent pour de la froideur) est nécessaire pour penser d'abord et panser ensuite. Parce que, même dans le cas des catastrophes de masse où le ressenti de la compassion est très envahissant, soutenir le souffrant ne doit pas ôter la conscience des attitudes et gestes posés dans le travail d'assistance. Le soin s'occupe de la personne, le traitement se focalise sur l'affection, la douleur, la partie malade de la personne pour en extraire le mal. Le traitement pose l'acte technique d'aide au souffrant, il sublime la compassion. Le traitement est l'expression sublimée de la compassion.

Est-ce parce qu'on craint de voir la compassion inhiber les gestes ou les attitudes techniques que peu de cas lui est fait comme outil de travail dans le champ psychologique ? Il n'y a pas de formation spécifique pour « agir » la compassion, pour la mettre à l'œuvre. Toute prétendue formation dans ce domaine ne sera qu'illusion. Les éprouvés nombreux, inattendus, insoupçonnés, et leurs voies de surgissement, rendent délicate sa mise en œuvre. Elle ne

peut être polluée par la pitié au risque de la rendre inopérante. Elle ne peut être contaminée par des agitations fébriles au risque de n'entraîner que confusion. L'expérience du terrain, la confrontation directe avec la détresse et la compétence à se percevoir en action, à réguler celle-ci en fonction des situations, auxquelles s'ajoutent les séances de supervisions, d'intervisions ou de débriefing, constituent les meilleurs socles de formation.

*

Quelques questions fondamentales se posent à la fin de cette introduction.

1/ Pourquoi compatit-on ? Indépendamment de l'aspect réflexe de la compassion porté par les neurones miroirs, qui fait que l'humain est naturellement empathique – des travaux scientifiques nombreux le démontrent –, Jeremy Rifkin¹ nous dit aussi que c'est parce que les gens « ont appris, par l'expérience et le conditionnement, qu'aider l'autre apaise leur détresse empathique et leur procure le soulagement, parfois même le plaisir d'avoir eu un comportement moral et responsable ». Mais c'est aussi, complète-t-il plus loin, « par des actes de compassion que nous nous sentons le plus vivants² ».

1. Rifkin, 2011, p. 127.

2. *Ibid.*, p. 193.

2/ Qu'est-ce qui suscite la compassion et par elle l'expression de l'empathie? Pour Jeremy Rifkin « la grande raison qui nous inspire de l'empathie pour le malheur des autres, c'est le sentiment qu'ils sont mortels et veulent continuer à vivre. C'est parce que nous reconnaissons notre propre existence fragile – notre seule et unique vie – dans la vie d'un autre que nous lui venons en aide¹ ». On éprouve de la compassion aussi parce qu'on a compris « que chaque vie est unique et par là même précieuse, que tous les vivants sont vulnérables, exposés à la douleur, à la souffrance, et aspirent à être et à s'épanouir (*chapitre V*). L'empathie (comme la compassion) a le sens de la moralité, elle s'oriente à l'odeur de la mort et vise à célébrer la vie d'un autre. C'est l'acceptation même de la mort qui permet d'entrer en empathie avec la lutte d'un autre pour la vie² ». Pour y répondre encore, faisons appel à Paul Audi, qui lui-même, interpelle Aristote : « Ce n'est pas tout ce qui est douloureux et destructeur, ce sont les maux dont “le sort” semble être la cause, c'est-à-dire les maux qui en plus d'être immérités, sont humainement injustifiables³ » (*chapitre IV*). Cette réponse qui renvoie à une dimension identificatoire – la probabilité que « la chose nous arrive aussi » – complétant la « peur » du sort, conduit à la question suivante.

1. *Ibid.*, p. 202.

2. *Ibid.*, p. 326.

3. Audi, 2011, p. 44.

3/ Répond-elle comme tant d'autres actes à une nécessité morale ? Une nécessité morale qui serait déterminée par la menace d'un châtement et la promesse d'une récompense, surtout dans une société soutenue par la conscience théologique ? Si c'est le cas, un tel geste serait moral en apparence plus qu'en réalité¹.

4/ Répond-elle comme tant d'autres actes à un devoir ? Tout devoir ne mérite-t-il pas salaire, récompense ? Ma compréhension de la compassion fait de cet élan un devoir sans contrepartie. Mais un devoir qui ne se délivre pas, contrairement à ce que pense Kant, fortement critiqué par Schopenhauer, « sans aucune sympathie dans le cœur, en restant froid, indifférent en face des souffrances d'autrui² ». Kant comprend l'idée de devoir comme « la nécessité d'une action, quand cette nécessité se tire du respect dû à la loi³ ». La compassion n'attend pas la loi pour s'exécuter. Elle ne se targue non plus d'aucun intérêt.

5/ Y a-t-il une limite à l'utilisation de la compassion en intervention ? Certainement. Les groupes Balint, les séances de debriefing, les groupes de parole mis au service des intervenants en milieux hospitaliers, notamment en soins palliatifs, en témoignent. Leur fonction est

1. Schopenhauer, 1840/1879, p. 7.

2. *Ibid.*, p. 31.

3. *Ibid.*, p. 32.

d'évacuer, d'analyser, d'ouvrir «un espace où les soignants osent dire les choses que normalement... on garde pour soi¹». Leur but est de se remobiliser dans le travail avant de se voir complètement consumer par la détresse humaine. Les souffrances des soignants dans leurs actions sont maintenant reconnues, comme celles qui, de manière générale, sont associées aux stress dans le travail. La plus connue et qui devient courante dans le vocabulaire quotidien est le *burn-out*.

Je considère la fatigue de compassion comme une maladie de la relation d'aide, une forme spécifique de *burn-out* à ne pas confondre avec celui du travailleur soumis au stress de la concurrence, de la rentabilité, de la responsabilité, etc.

Au terme de cette introduction une question s'impose : la compassion, qu'est-ce finalement ? Souci du soin ou soin du souci ?

1. Ruzsniowski, 2007, p. 2.

