



## De l'isolement à la solitude

*Philippe La Sagna*

"Revue de la Cause freudienne n°66"

Publié le 3 septembre 2020

[isolement](#), [solitude](#)

« La solitude est un affect qui touche l'analyste. C'est une question qui se pose aussi bien à quiconque s'adresse à un psychanalyste. Mais comment distinguer la solitude de l'isolement ? Philippe La Sagna dessine dans cet article une éthique de la solitude, qui est « séparation de l'Autre » dit-il, quand l'isolement est « exclusion de l'Autre ». Tout est affaire de frontière et la cure analytique peut se révéler un pas vers « une solitude moins précaire »... - Véronique Pannetier »

### De l'isolement à la solitude

Philippe La Sagna\*

«Ce qui parle n'a affaire qu'avec la solitude. [1] » J. Lacan.

La solitude « moderne », comme problème humain, date à peu près du XVII<sup>ème</sup> siècle. Elle est apparue dans la civilisation comme une trouvaille : l'homme pouvait être seul avec lui-même. Auparavant il n'était jamais seul car Dieu existait : quand l'homme était seul, c'est qu'il était sans Dieu, ce n'était pas la même solitude. À l'époque on s'intéressait beaucoup à Robinson Crusoé et on s'intéressait tellement à la solitude qu'un certain nombre de nobles, de riches britanniques, ont payé des gens pour vivre seuls pendant des années dans leurs parcs, dans des « solitudes » — c'était le nom donné à ces lieux et leur demandaient ensuite de raconter leur expérience. C'était considéré comme une exploration de l'humain. Cet accent va de pair avec la trouvaille du sujet. Le sujet, dans son émergence, est seul : le sujet, le sujet moderne, est une invention de Jean-Jacques Rousseau. Pour Rousseau, l'homme naît solitaire et ne rentre en société que dans un temps second et, dans la perspective de Rousseau, il ne s'y habitue jamais et considère toujours que la société est une oppression, sauf à la transformer en contrat consenti, c'est le contrat social.

#### Fin de contrat

Mais nous sommes à l'époque de la fin de cette hypothèse du contrat social. Tout le monde s'accorde à dire que ce contrat est devenu parfaitement précaire. Quand nous parlons de précarité, à propos des patients que nous rencontrons, nous parlons de quelque chose qui va, dans un avenir proche, concerner tout le monde, puisque la précarité, chacun le sait, concernera universellement l'être humain. Cette précarité n'est pas à concevoir uniquement sur le plan économique. Nous

sommes à l'époque, comme l'a dit Jacques-Alain Miller, de l'Autre qui n'existe pas, époque où la solitude elle-même devient problématique. En effet, la psychanalyse a repéré très vite qu'être seul s'apprenait : on apprend, dans la perspective de la pédagogie, à devenir seul et on apprend à supporter le sentiment de solitude et à l'explorer. Les psychanalystes anglo-saxons ont souvent examiné quelque chose de l'isolement et de la solitude. C'est peut-être dû au fait que la Grande-Bretagne est une île ! Les psychanalystes anglo-saxons ont donc exploré ce qui permet d'être seul : c'est la capacité pour un sujet à se séparer de ce qui le sollicite.

### **Se séparer de la sollicitation**

En termes lacaniens, c'est la capacité à se séparer de ce qui fait jouir ou de ce qui excite : les activités, les parents pour les petits, les autres pour les plus grands, mais aussi les fantasmes et toutes les sources de stimulation, même toxique. On peut donc s'isoler grâce à la stimulation. Ma thèse est que la solitude n'est pas l'isolement. S'isoler c'est éviter la solitude. S'isoler peut très bien se faire avec un objet qui stimule le sujet, un toxique, un fantasme ou un délire, sans qu'il y ait la moindre réalisation de la solitude. La solitude n'est pas, en effet, exclusion de l'Autre, ce qu'est l'isolement, mais séparation de l'Autre. Pour être séparé, il faut avoir une frontière commune. Nous avons une frontière commune avec l'Autre quand nous sommes dans la solitude, alors que l'isolement est refus de la frontière. L'isolement est un mur. Et nous sommes à l'époque de la construction d'isolats, puisque chacun ne sait plus trop où commencent et où finissent les frontières.

### **Silence et solitude**

La solitude a aussi pu être décrite, toujours par certains psychanalystes anglo-saxons comme Mélanie Klein, comme une aspiration. Le sentiment de solitude fait découvrir une aspiration secrète de l'être humain, l'aspiration à être compris sans avoir besoin de recourir à la parole. Il est assez curieux que les psychanalystes soulignent ce point, mais il est évident que si l'on rencontre des gens pour rentrer en conversation, c'est parce qu'il y a un souhait secret que quelque chose qui ne peut se dire soit appréhendé par l'autre, un souhait secret d'être compris sans avoir recours à la parole. Être seul c'est aussi pouvoir se dégager de la parole. Cela va bien au-delà de se séparer simplement de la présence des autres, puisque cela peut vouloir dire : se séparer de sa parole à soi, de sa propre parole et rentrer tout d'un coup en compagnie de ce qui ne parle pas. Karl Kraus, qui était un ennemi de la psychanalyse, disait qu'il y a deux ennemis de l'humanité qui menacent notre intégrité : ceux qui veulent nous tuer et ceux qui veulent nous parler. Et il ajoutait : « La loi ne vous protège que contre les premiers, donc les seconds sont plus dangereux. » Certes, l'homme était assez singulier, mais l'idée que la parole permet de rencontrer l'autre est peut-être une idée saugrenue. On peut s'isoler des autres pour protéger sa solitude, mais comme on est souvent en conversation avec soi-même, être seul suppose de savoir se détacher de sa pensée, savoir trouver une absence à soi-même. C'est particulièrement vrai dans la solitude féminine décrite par certains auteurs comme Marguerite Duras. Cette solitude particulière est celle que procure un amour accompli, car son idée, qui était aussi celle de Lacan, c'est que l'amour accompli mène à la solitude.

### **La solitude inévaluable**

Cet éloge de la solitude, là où on aurait pu penser qu'avec la psychanalyse il s'agissait de promouvoir la relation, l'échange, la communication, peut paraître scandaleux ! La solitude, au contraire, donne un accès à ce qui est impossible à échanger, voire à communiquer, ce sur quoi il n'existe pas encore de marché, ce qui ne parle pas, qu'on ne peut pas dire et qui advient quand on est confronté non seulement au manque de l'Autre, à son absence, mais au manque que nous sommes nous-mêmes par rapport à nous-mêmes. Nous manque notre compagnon permanent qui nous empêche d'être seul et qui s'appelle le moi.

L'éthique anglo-saxonne contemporaine, américaine cette fois et non pas seulement anglaise, oppose deux sortes d'éthiques : l'éthique des valeurs, des idéaux et des devoirs et puis un idéal nouveau, plus féminin, qui est celui du *care*, c'est-à-dire l'idéal de la compassion, du devoir d'assistance, l'idéal qui exalte la vertu de se rapporter avec empathie aux autres, d'échanger avec eux, d'entrer en relation, de saisir leur misère, leur malheur, leurs affects. Cette exaltation de l'empathie est souvent posée comme ce qui va, par le biais de la compassion, tamponner les effets ravageants des idéaux du

libre-échange.

### **Élaborer sa solitude et rompre l'isolement**

La psychanalyse ne se situe pas du côté de cette empathie. Elle pense, tout d'abord, que cet accès à la douleur ou à la solitude de l'autre est une illusion, mais surtout que ce n'est pas cela dont il s'agit dans la psychanalyse : il ne s'agit pas de rentrer en relation avec l'autre, mais de rentrer en relation avec son inconscient, avec ce qu'il a de plus propre. Pour y accéder il faut savoir accéder à des choses dont on est séparé, des choses cachées. On ne peut acquérir ces choses cachées que dans une certaine solitude. Être analysant n'est pas forcément se rapporter à l'analyste comme à un Autre avec qui on va partager des sentiments, mais aller au plus profond de soi-même dans une certaine solitude, pour fabriquer une nouvelle solitude qui va permettre de constituer une base d'opération solide pour rencontrer les autres. Il ne s'agit donc pas, pour l'analyste, de pénétrer les sentiments de solitude du sujet qui vient le rencontrer, ni de rompre son isolement, mais de prendre place auprès de son isolement pour voir s'il est possible, avec lui, de construire une nouvelle solitude, moins précaire, à partir de laquelle il pourra rompre son isolement. Ce à quoi il faut arriver, c'est à une solitude moins précaire. Être isolé socialement est souvent le signe qu'une certaine solitude n'a pas été construite, parce que certains sujets vivent absolument seuls mais ne sont pas isolés et d'autres vivent dans une adaptation apparente à un groupe, ont des amis, des collègues, mais sont absolument isolés, en ce qu'ils n'ont pas de vraie relation, de vrai contact avec qui que ce soit. Quelqu'un me disait récemment que s'il évitait les autres, ceux qu'il aurait pu aimer, c'était pour fuir la douleur d'être laissé en plan. La peur du laisser en plan évite de voir que, si ce sujet sort de la conversation, voire du discours, c'est pour éviter le trou qu'il creuse autour de lui.

### **Adapté/inadapté**

Prenons par exemple, le cas d'une jeune fille rencontrée au CPCT, le Centre psychanalytique de consultations et de traitement de la rue de Chabrol à Paris, qui accueille de nombreux sujets isolés dans son Unité Précarité<sup>[2]</sup>. Cette jeune femme présentifiait bien une sorte d'adaptation à la précarité, mais cette apparente adaptation couvrait un isolement radical. Car il y a deux façons d'être isolé, la façon adaptée et la façon inadaptée.

Certains sociologues américains des années soixante considéraient que ce qui fait qu'un individu en est un, est un sujet, par exemple, dans la « foule solitaire », c'est qu'il peut décider de son adaptation ou de son inadaptation. Parmi ces auteurs, David Riesman<sup>[3]</sup>, disait que, dans la modernité, celui qui est adapté et celui qui est inadapté se ressemblent beaucoup. D'où le fait que la personne qui est adaptée parce qu'elle a un travail, devient lentement inadaptée lorsqu'elle le perd et que, lorsque cette même personne retrouve du travail, elle redevient adaptée. Ce sont des personnes qui, par nécessité sociale et urgence, ne savent pas ce qui a fait leur adaptation. Elles n'ont pas eu le temps de choisir, elles ont eu juste le temps de participer à une urgence où elles se sont retrouvées adaptées ou inadaptées, sans avoir le choix. Et, on pourrait penser que le sujet ait une certaine distance par rapport à son rôle social, à son adaptation, qui lui laisse un certain choix par rapport à cette nécessité de l'adaptation/inadaptation. Il ne faut donc pas confondre l'adaptation apparente et la place du sujet face à l'inadaptation.

### **Ne pas être professionnel**

La psychanalyse ne vise pas la saisie empathique de la solitude du patient ou de son isolement. D'ailleurs, au CPCT, le procédé prendrait beaucoup trop de temps. Quand le traitement ne comporte que seize séances, on ne demande pas au patient ce qu'il supporte de la solitude. Pour travailler avec des personnes isolées, par contre, le fait d'avoir rencontré soi-même sa propre solitude est une force. Parce que, les personnes le sentent, elles sentent la qualité de la solitude de leur interlocuteur, elles la perçoivent. Quand un sujet est dans une situation dramatique, dans une situation d'isolement et de précarité absolue, il va avoir des difficultés à rentrer en relation avec celui qui accueille son être douloureux de façon professionnelle ou technique. Transformer la misère de quelqu'un en un problème technique est lui faire perdre le dernier bien qui lui reste, sa dernière valise. Cette misère, qui est sans comparaison (et tout ce qui est sans comparaison n'est pas sans valeur) va être le plus souvent transformée en problème social. Ce n'est pas ce qui se passe au CPCT, puisqu'aucune

technique relationnelle de l'abord de la précarité n'est utilisée. N'importe quel sujet est sensible à ce que l'autre qu'il rencontre ne se situe pas dans une relation professionnelle, au bon sens du terme.

Nous dénonçons là ce qui, dans la professionnalisation de la relation, fait de toute relation une relation professionnelle. Nous connaissons tous la différence qu'il y a entre avoir des relations professionnelles et des relations amicales. Or, l'extension de la professionnalisation fait que toutes les relations deviennent professionnelles, si bien qu'à l'heure actuelle beaucoup de gens n'ont que des relations professionnelles. Du coup, lorsqu'ils sont au chômage, ils n'ont plus de relations du tout. On peut déjà faire apparaître que ces relations professionnelles sont des relations qui, pour une part, sont fausses et qu'elles font partie de cette sollicitation, de cette excitation qu'apporte une fausse compagnie, qui fait barrage à la rencontre de la solitude au bon sens du terme, c'est-à-dire de ce qu'on peut être soi-même lorsqu'on n'est pas occupé par une fausse occupation.

### **Le réel de la solitude**

Lorsqu'on rencontre une solitude réelle, on vérifie l'inexistence de l'Autre. Qu'il n'y ait pas d'Autre peut ouvrir la porte à un ennui profond, à une douleur ou à un enthousiasme. Ce n'est pas joué d'avance et les gens que nous rencontrons en général ont surtout eu l'expérience de l'ennui profond, et non de l'enthousiasme que cela suscite. Mais on sent, cela se voit dans certains cas, qu'en très peu de séances les sujets repartent avec le sentiment que, dans leur expérience à eux, quelque chose vaut. Nous avons fait valoir qu'il y a des personnes qui ont des relations sociales et qui pourtant sont terriblement isolés : ce sont ceux qui ne fréquentent que des semblables. Cela produit une forme d'isolement : on est entre soi, c'est-à-dire en compagnie de soi-même et, comme le disait Paul Valéry, « Un homme seul est toujours en mauvaise compagnie. »

Dans la psychanalyse, le refus de l'Autre est quelque chose qui, au maximum, donne une forme de folie qui s'appelle la paranoïa, et c'est le point de départ de Lacan. Il nous en donne un excellent exemple dans *le Misanthrope* de Molière, dont il nous dit que c'est un cas où le sujet trouve une satisfaction amèrement jubilatoire dans sa position de victime isolée. L'exemple même de l'isolement subjectif, c'est la position de la victime isolée et incomprise et cette position est commode pour avoir l'impression que l'on a une unité, une unité réelle. C'est pour cette raison que la victime est toujours en train de revendiquer, parce qu'elle veut que soit reconnue, certes sa misère, mais surtout l'unité de cette misère. C'est certainement une chose à ne pas oublier. Chez certains patients, ce statut de victime qui donne au sujet une unité réelle, leur permet parfois de maintenir un *Ego*, un moi assez solide pour affronter la société. C'est alors quelque chose à respecter, auquel on ne touche pas et qu'on ne met pas en question parce que c'est un appui incommode certes, mais un appui du sujet.

### **Solitude de l'Un ou de l'Autre**

Pourquoi est-ce qu'on tient tant à être Un ? C'est justement pour éviter de rencontrer l'Autre puisque l'Un et l'Autre s'opposent absolument. Ce qu'on ne veut pas rencontrer c'est un Autre qui pourrait disparaître et souvent les sujets disent : « Je ne veux pas aller vers les gens parce que j'ai peur qu'ensuite ils s'en aillent et ce serait terrible » ou, par exemple au féminin : « Je ne veux pas avoir de partenaire parce qu'après, ils sont toujours partis et ils m'ont laissée seule ». En effet, ce qui fait que l'Autre fait peur c'est qu'il pourrait s'en aller, voire qu'il pourrait disparaître. Mais quel est cet Autre qui peut disparaître ? On pourrait penser que c'est d'abord la mère, le père, les parents, l'Autre de l'amour mais pour certains, ce qui pourrait disparaître c'est le langage en tant que tel. Je me réfère ici au cas d'une patiente qui travaille — elle ne travaille pas depuis des années — mais elle travaille à essayer de reconstituer un langage, c'est-à-dire de faire que les mots restent ensemble et que l'Autre du langage ne disparaisse pas complètement. On peut dire que c'est une activité de réinsertion dans l'Autre du langage.

En général, dans la psychanalyse, le fait d'éviter l'Autre est rangé dans la rubrique du narcissisme et il se dit que ceux qui sont en grande précarité ou en grand isolement refusent le transfert. Ils refuseraient le transfert parce que c'est la répétition : le transfert les amènerait à répéter des expériences douloureuses. Comme ils savent que tout amour finit très mal, ils éviteraient aussi l'amour de transfert. Ce qu'il y a de formidable au CPCT c'est qu'ils n'ont pas le temps de tomber amoureux et c'est rassurant pour eux puisqu'on ne s'engage pas pour longtemps. C'est à peine une plaisanterie : il y a beaucoup de

personnes pour qui une relation sans limites est une relation qui va répéter des relations précédentes dont les limites ont été très rapides et très traumatiques. Là, il y a quelque chose d'encadré. Alors, est-ce que le fait que l'Autre n'existe pas veut dire qu'on va appuyer l'hypothèse souvent faite par certains psychanalystes que ceux que nous rencontrons ont une faille narcissique, une fragilité narcissique et qu'il faudrait renforcer leur narcissisme ? Nous ne le pensons pas. Par contre, il est évident que lorsqu'on évite de se confronter à l'absence d'autrui parce qu'elle est douloureuse, on se retrouve souvent dans une séquence que Lacan a décrite comme la parade : de la séduction à l'agression. Dans la clinique, lors des premières séances, il s'agit de décourager ce mode qui tourne autour de la parade, séduction, agression. Une fois cet écueil évité, commence un vrai dialogue.

### **Quand le monde s'efface des silences se mettent à parler**

Ce qu'il faut viser, c'est que la découverte que l'Autre n'existe pas n'enlève pas au sujet le goût du désir de l'Autre. Ce qui est sensible dans de nombreux cas cliniques c'est que ce désir de l'Autre est là. Le désir de l'Autre est tout autre chose que la recherche de l'unité. À la place de l'Autre qui n'existe pas, l'homme a inventé l'unité et Lacan pense que cette unité, ce culte de l'unité, a donné le chiffage et avec le chiffage, la science et, l'homme s'est ainsi trouvé avec un nouveau partenaire. Ce nouveau partenaire ce n'est pas l'Autre, autrui ou Dieu, qui n'est pas autrui, c'est le monde. Le partenaire de l'homme moderne c'est le monde, le monde entier, mais un monde où l'Autre disparaît un peu plus tous les jours, c'est patent et où tout est victime de la mesure, c'est-à-dire de l'effet de l'Un. À l'intérieur de ce monde de l'unité du chiffage et de la science, il reste ce qui parle. Ce qui parle n'est pas obligatoirement un sujet et ce qui parle n'est pas obligatoirement ce qui parle : ce qui parle se sent chez quelqu'un quand il s'arrête de parler. C'est dans les silences que s'entend ce qui parle le plus. Ce qui parle, dit Lacan dans le *Séminaire livre xx*, n'a affaire qu'avec la solitude [\[4\]](#).

### **Valeur refuge ?**

Cela signifie qu'on parle tous seuls, mais surtout que, dès que l'on se met à parler, on ne rencontre pas seulement le fait que l'Autre est absent, qu'il ne répond pas, mais on découvre aussi quelque chose qui est l'effet de cette absence. Cet effet est que le savoir, ce qu'il est possible de savoir de soi, du monde, de l'inconscient, est rompu, n'a plus d'unité et qu'il y a dans ce savoir quelque chose qu'on ne peut pas savoir et qui est le savoir inconscient. Cela signifie qu'il n'y a pas d'accès à l'Autre : il n'y a accès qu'à des effets du langage ou de l'inconscient, ce qui donne une idée de la vraie solitude. C'est dans un lapsus, dans une parole, dans une énonciation, que l'on rencontre le mieux l'Autre. On rencontre cet Autre comme un autre discours — le discours de l'Autre — qui surprend le sujet même s'il sort de sa bouche et qui, à peine proféré, disparaît. Et dès qu'il a disparu, apparaît le sentiment de solitude. C'est avec beaucoup de petites solitudes de cette sorte que peut se construire une solide solitude, une solitude à soi. À partir de ce moment-là, il est possible de ne plus avoir peur d'aller vers un Autre qui risque de disparaître parce qu'il est toujours possible de se « réfugier » dans cette solitude.

Pour conclure, la psychanalyse d'orientation lacanienne ne vise pas la communication, elle vise la transmission, ce qui n'est pas la même chose. Ce qu'il s'agit de transmettre, pour celui qui parle, c'est la place, pour lui, de ce qui ne parle pas et ce qu'il s'agit d'accueillir, pour celui qui reçoit ce qui est transmis c'est, en effet, ce qui ne parle pas et, par excellence, celui qui ne parle pas.

### **Bibliographie**

France P., *Éloge de la solitude*, Paris, Arléa, 1997.

Freud S., " Pour introduire le narcissisme ", *La vie sexuelle*, Paris, PUF, 1969, p. 94.

Fry Colette., " Solitude et isolement : approches pluridisciplinaires ", Département de sociologie, Université de Genève,

2000.

Lacan J., *Le Séminaire L'Angoisse*, Paris, Le Seuil, 2004.

Lacan J., " L'étourdit ", *Scilicet 4*, Paris, Le Seuil, p. 23.

Lacan J., " Propos directifs pour un congrès sur la sexualité féminine ", *Écrits*, Paris, Le Seuil, 1966, p. 733.

Lacan J., *Le Séminaire*, livre XX, *Encore*, Paris, Le Seuil, 1975, p. 78 et 119.

La Sagna P., " Les semblants de la solitude ", *La Cause freudienne n° 24*, Paris, Navarin, Le Seuil, 1993.

Miller J.-A., " Une lecture du séminaire *D'un Autre à l'autre* ", *La Cause freudienne n° 64*, Paris, Navarin, 2007.

Polin R., *La politique de la solitude*, essai sur J.-J. Rousseau, Paris, Sirey, 1971.

Ramirez Camilo., " La solitude : une question éthique. " *La Cause du Désir n°85*

Riesman D., *La foule solitaire*, Anatomie de la société moderne, Paris, Arthaud, 1964.

Philippe La Sagna est psychanalyste, membre de l'École de la Cause freudienne.

[1] Lacan J., *Le Séminaire*, Livre xx, *Encore*, Paris, Le Seuil, 1975, p. 109.

[2] Ce texte reprend, sur certains points, un travail à plusieurs du CPCT-Précarité.

[3] Cf, Riesman D., *La foule solitaire*, Anatomie de la société moderne, Paris, Arthaud, 1964.

[4] Lacan J., op. cit.



© 2018-2020 ECF Paris 1, rue Huysmans - 75006 Paris, France | T:+33 01 45 49 02 68 | F:+33 01 42 84 29 76

[tupeuxsavoir.net](http://tupeuxsavoir.net)

Conception [Kiyoi websites](#)