

Faut-il avoir peur de la mort ?

Posted on 24 novembre 2025 by Patrick Rouillier

Aussi étonnant qu'il y paraisse personne n'a réellement peur de la mort, mais nous avons tous peur de l'idée que nous nous en faisons. La mort est un mystère, dont personne n'a jamais fait le récit ... et comme tout mystère celui-ci fait l'objet de représentations toutes plus angoissantes les unes que les autres.

C'est quoi être mort ?

Une des questions les plus saugrenues qui soient. Le concept d'être implique la notion d'existence alors que la mort suggère son contraire. De ce paradoxe est née la grande mythologie de la vie après la mort, du « mort vivant » que nous entretenons tous, et qui génère cette angoisse qui nous habite tous.

Sautons donc « à pieds joints » par-dessus ces fantasmes et abordons le problème de façon factuelle.

Quand avons-nous fréquenté, côtoyé la mort ?

C'est bien sûr à l'occasion d'un deuil, le décès d'un proche, ou d'un familier. Également à la lecture de faits divers, attentats, accidents, guerres ... et nous en avons souffert dans notre chair ou dans notre esprit. Mais, alors, nous étions vivants, nous vivions la mort d'un autre, et ce n'est pas tant la mort en soi qui nous a fait souffrir mais la perte d'un attachement qui constitue une partie de nous-même. Le deuil n'est pas tant la mort de l'autre mais sa perte et la perte de cette partie de nous-même mise en commun avec lui. Le deuil n'est pas la mort de l'autre, mais notre petite mort !

On peut dire que la mort de l'autre on ne la vit pas, on vit notre propre amputation.

C'est quoi la mort ?

La réponse est simple, on n'en sait rien et on n'en saura jamais rien, puisque par principe c'est une situation irréversible. On peut dire qu'être mort c'est se retrouver dans l'état où on était avant notre naissance ... et personnellement je n'en ai pas de trop mauvais souvenirs. Notre problème n'est donc pas d'être mort, mais plutôt de ne plus être vivant. Malraux faisait dire à un de ses personnages (Persen : la voie royale) : « le difficile dans la mort c'est d'arrêter d'écrire sa biographie ». Nous vivons dans une perpétuelle « fuite en avant » pensant plus à ce que nous ferons demain qu'à ce qui nous arrive aujourd'hui. C'est demain qui nous motive, qui nous

tient en haleine. Ce qui nous arrive aujourd'hui n'est plus évitable, donc on y fait face, mais on n'en a plus l'anxiété, on ne lutte plus pour l'éviter. Arrêter de penser à demain, ce qui est le fait du passage de la vie à la mort, est une angoisse ... c'est comme renoncer à se défendre !

C'est quoi cette mort ?

C'est le passage d'exister à ne pas exister. Il est très difficile pour nous d'imaginer le fait de ne pas exister. Comment nous représenter, nous être vivant, avec une conscience de nous-même, ce que sera notre non existence. Nous ne sommes pas armés intellectuellement pour cela. Descartes disait « je pense, donc je suis » alors comment penser que je ne suis pas ... puisque dès que je pense, automatiquement je suis !

Philosophiquement la notion de néant n'est pas définie. On peut imaginer le vide comme l'absence de matière ... mais qui implique un contenant. Donc le néant nous pose un problème insurmontable. C'est un des grands débats de la physique théorique. Comment imaginer le néant alors que nous sommes là ... et le néant ne peut exister si nous sommes là pour le voir

C'est comment la mort ?

la seule façon de résoudre le dilemme mort/vivant c'est de faire appel à « la vie éternelle » après la mort. Argument massue utilisé par toutes les religions depuis les temps les plus reculés. C'est super car ça plait à tout le monde, c'est totalement invérifiable et comme c'est magique pas besoin d'en donner de description précise. Enfin une proposition qui fait l'unanimité ! On ne sait pas ce que c'est, mais on sait que ça doit être super puisque c'est notre rêve et ça nous suffit. A noter que même les pires athées croient à la vie éternelle. Les hordes de personnes qui « visitent leurs morts », envahissent les cimetières les bras chargés de chrysanthèmes, qui viennent parler à leurs défunts, qui leur font dire des messes, qui fêtent leur anniversaires ... inconsciemment sans doute, agissent comme-ci les absents étaient encore vivants parmi nous. Ils assimilent le souvenir, qui est une simple construction mémorielle, avec une réalité plus que souhaitée. Au fond ils croient ou voudraient se forcer à croire qu'il y a une vie après la mort. Le néant de la mort ne les atteint pas.

C'est pour qui la mort ?

C'est pour les vivants, car eux seuls peuvent penser à la mort. Si vous voulez penser à la mort, faites-le maintenant que vous êtes encore vivants après ce sera trop tard. Dans la mort ce sont les vivants qui souffrent ... les morts, eux, sont paisibles



N'avoir pas peur de la mort

C'est simplement l'accepter comme la chose la plus naturelle qui soit. Tous les jours, rien qu'en France 1700 personnes décèdent (50.000 par mois, 600.000 par ans) qui sont remplacés par 1700 bébés. C'est le renouvellement naturel des populations. Sans la mort des plus vieux il n'y aurait pas de place pour les plus jeunes ... la nature est ainsi faite. Place aux jeunes chantait Brassens.

Oublions vite toutes ces notions de vie après la mort, de vie éternelle, de devoir envers nos défunts, qui nous génèrent des angoisses métaphysiques trop difficiles à supporter pour notre petite conscience humaine. Évitions de plonger dans ce qui nous dépasse pour mieux voir ce que nous vivons. Ce n'est pas de croire à une lubie qui la rendra réelle. Nous sommes mortels, c'est comme cela. Réjouissons-nous d'avoir connu cette expérience extraordinaire qu'est la vie, réjouissons-nous de nos souvenirs, de tout ce que nous avons eut et ne pleurons pas sur ce que nous n'aurons pas. C'est évidemment plus facile à dire qu'à vivre. Il paraît compliqué de se débarrasser de ses fantasmes pour se contenter du réel, et pourtant ces utopies sont infiniment plus dures à vivre qu'on ne le croit !

La culpabilité

Ce qu'il reste sans doute de notre vieille tradition chrétienne. Vous avez sans doute remarqué comment dans les oraisons funèbres le défunt est paré de toutes les vertus, les qualités. Il y a là une part évidente de posture, mais derrière tout cela un arrière fond bien réel. C'est quand on perd une chose, ou une personne qu'on s'aperçoit combien elle nous était précieuse. La disparition au Louvre des bijoux de l'impératrice, dont chacun ignorait l'existence, nous paraît maintenant une perte insupportable. On apprécie les choses quand elles nous manquent ... toujours trop tard. Ceux qui ont perdu leur parents savent bien combien ils regrettent de ne pas les avoir plus choyés, de ne pas leur avoir montré plus d'affection du temps de leur vivant ... trop tard. Nous avons tous vécu, ou nous vivons tous ce relent de culpabilité. Pour les mourants c'est un poids supplémentaire. Comprendre que l'on va mourir n'est, malgré mes beaux discours, jamais très facile, mais savoir qu'en l'un on va faire porter le poids de notre mort à nos proches n'arrange rien. Pour un peu on renoncerait à mourir pour ne pas les culpabiliser ... il y a un peu de cela chez certains qui refusent l'euthanasie. Nous sommes vraiment des drôles d'animaux ! La nature nous a donné ce don de rendre compliquées les choses les plus simples (et j'ai peur d'être pas mal doué en ce domaine)

Conclusion

Le problème de la mort est donc le problème des vivants. Dans les débats sur l'euthanasie les mourants soulèvent peu de polémiques. Eux se confrontent à la



réalité. Il y a ceux qui demandent l'euthanasie et qui se moquent bien de ce qu'en pensent les autres, et ceux qui la refusent et qui ne voient pas l'intérêt de la refuser aux autres. Le problème vient toujours des vivants, des biens portants, ceux qui ne sont pas au pied du mur, qui peuvent se permettre de vivre dans leur imaginaire ... ils seront moins farauds quand leur tour viendra.

Nous sommes une drôle de civilisation où les hommes décident pour le droit à l'avortement des femmes, où les biens portants décident à la place des mourants, où les retraités décident de l'âge de la retraite pour les jeunes, où les religieux veulent décider pour les athées ... et réciproquement! Nous avons une curieuse vision de la démocratie.

P.S. Il n'en reste pas moins qu'il est très rare de mourir en pleine santé et malheureusement la maladie nous guette sur nos derniers jours. C'est une période pénible qui s'ajoute à la difficulté de passer de vie à trépas. C'est un danger réel que nous sommes tous assujettis à assumer. Mourir est déjà une épreuve et souffrir pour cela n'est pas une sinécure ... le créateur a bien mal fait son boulot. Heureusement que nos médecins sont là pour y pallier.