

Le deuil et l'écriture autobiographique :

***Vivre vite* de Brigitte Giraud**

A Dissertation for

Course code and Course Title: FRE 651

Credits: 16

Submitted in partial fulfilment of Master's Degree

M.A. in French

by

DIVYA MARIE PINTO

Seat Number 22P0120007

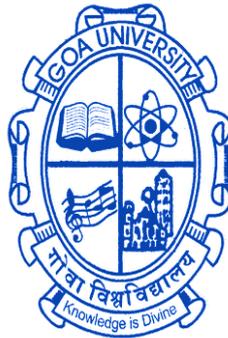
ABC ID 513718744513

PRN 200905608

Under the Supervision of

DR. IRENE SILVEIRA

Shenoi Goembab School of Languages and Literature
Discipline of French and Francophone Studies



GOA UNIVERSITY

APRIL 2024

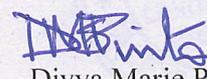
Examined by:

Seal of the School

DECLARATION BY STUDENT

I hereby declare that the data presented in this Dissertation report entitled, "**Le deuil et l'écriture autobiographique : *Vivre vite de Brigitte Giraud***" is based on the results of investigations carried out by me in the Discipline of French and Francophone Studies at the Shenoj Goembab School of Languages and Literature, Goa University under the Supervision of Dr. Irene Silveira and the same has not been submitted elsewhere for the award of a degree or diploma by me. Further, I understand that Goa University or its authorities will not be responsible for the correctness of observations / experimental or other findings given in the dissertation.

I hereby authorise the University authorities to upload this dissertation on the dissertation repository or anywhere else as the UGC regulations demand and make it available to any one as needed.


Divya Marie Pinto

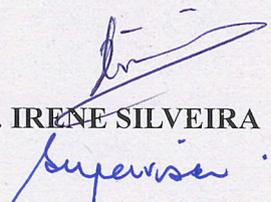
22P0120007

Date: April 2024

Place: Goa University

COMPLETION CERTIFICATE

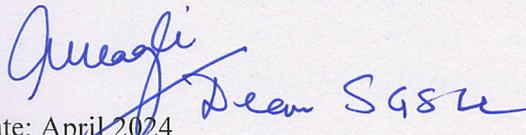
This is to certify that the dissertation report "**Le deuil et l'écriture autobiographique : Vivre vite de Brigitte Giraud**" is a bonafide work carried out by **Ms. Divya Marie Pinto** under my supervision in partial fulfillment of the requirements for the award of the degree of **M.A. in French** in the Discipline of French and Francophone Studies at the Shenoï Goembab School of Languages and Literature, Goa University.


DR. IRENE SILVEIRA

Date: 22/09/2024



School Stamp


Date: April 2024

Place: Goa University

DÉDICACE

*À ma mère, le roc de ma vie,
et à mon père, sur les épaules duquel nous restons toujours forts*

*To my mother, the rock of my life
and to my father,, on whose shoulders we always stand strong.*

TABLE DES MATIÈRES

Chapitre	Particularités	Numéros des Pages
	Avant-Propos	i-ii
	Remerciements	iii
	Liste Des Figures	iv
	Liste Des Abréviations	iv
	Résumé	v
1.	Introduction	1-17
	1.1 Autobiographie : Un Aperçu	
	1.1.1 Autobiographie : Définition	
	1.1.2 Origines de l'Écriture Autobiographique	
	1.1.3 Écriture Autobiographique Pendant l'Époque Moderne	
	1.1.4 Autobiographie et Traumatisme	
	1.1.5 Autobiographie et Deuil	
	1.1.6 Tendances Actuelles de l'Écriture Autobiographique et Deuil	
	1.2 Biographie de l'Autrice Brigitte Giraud	
	1.3 Présentation du Corpus	
	1.3.1 Claude Giraud : Mari de l'Autrice	
	1.3.2 Contexte du Roman <i>Vivre Vite</i>	
	1.4 Importance et Motifs de la Recherche	
	1.5 Pertinence et Nécessité de la Recherche	
	1.5.1 Nécessité dans le Domaine de la Littérature	
	1.5.2. Pertinence Pour la Société	
	1.6 Problématique de la Recherche	
	1.7 Objectifs de la Recherche	
	1.8 Portée et Limites de la Recherche	
	1.9 Chapitrage	
2.	Revue de la Littérature	18-40
	2.1 Deuil Et Perte	
	2.2 Théories Traditionnelles du Deuil	
	2.2.1 Le Modèle de Kübler-Ross :	
	a. Le Refus et l'Isolement ou le Dénier	
	b. L'irritation ou la Colère	
	c. Le Marchandage	
	d. La Dépression	
	e. L'Acceptation	
	2.2.2 Les Quatre Phases du Deuil Selon Bowlby et Parkes	
	a. La Phase du Choc et de l'Incrédulité	
	b. La Phase de la Recherche et de la Nostalgie	
	c. La Phase de la Désorganisation et du Désespoir	

d. La Phase de la Reconstruction et de la Guérison	
2.2.3 Les Quatre Tâches Fondamentales de Worden	
2.2.4 Le Modèle du Double Processus d'Ajustement au Deuil	
2.3 Perte et Conceptions Fondamentales du Sens	
2.4 La Théorie de la Reconstruction de Sens : Une Théorie Constructiviste du Deuil	
2.4.1 La Recherche de Sens	
2.4.2 La Considération des Bénéfices	
2.4.3 Le Changement Identitaire	
2.4.4 Perte et Schémas de Sens	
2.5 La Perspective des Liens Perpétuels	
2.5.1 Le Lien d'Attachement	
2.5.2 Le Lien Perpétuel	
2.5.3 Les Expressions des Liens Perpétuels	
2.6 Acceptation et Deuil	
2.6.1 Signification de l'Acceptation Pour l'Endeuillé	
2.6.2 Acceptation et Deuil : Pôles Opposés de Même Dimension	
2.6.3 Acceptation de la Mort et Mémoires de Deuil	
2.6.4 Rôle de l'Écriture sur Acceptation	
2.7 Recherche sur les Œuvres de Brigitte Giraud	
2.7.1 Les Recherches sur <i>Pas d'Inquiétude</i>	
2.7.2 Les Recherches sur <i>À Présent</i>	
2.7.3 Les Recherches sur <i>Vivre Vite</i>	
3. Méthodologie	41-45
3.1 Approche Méthodologique	
3.1.1 Les Étapes d'Analyse Thématique	
a. La Première Phase : Se Familiariser avec l'Ensemble des Données	
b. La Deuxième Phase : Générer des Codes.	
c. La Troisième Phase : Générer des Thèmes Initiaux.	
d. La Quatrième Phase : Examiner les Thèmes.	
e. La Cinquième Phase : Affiner et Nommer les Thèmes.	
f. La Sixième Phase : Repérer les Exemples et Rédiger le Rapport.	
3.1.2 Méthode d'Analyse du Corpus	
4. Analyse et Conclusions	46-92
4.1 Réattributions Causales dans <i>Vivre Vite</i>	
4.1.1 Réattribution Causale de la Famille de l'Autrice	
4.1.2 Réattribution Causale de Soi	
4.1.3 Réattribution Causale des Évènements ou des Facteurs Externes	
4.1.4 Réattribution Causale de Claude, Le Mari de l'Autrice	
4.2 Nouveau Sens Donné à la Perte	
4.3 Acceptation chez l'Autrice de la Mort par le Biais de l'Écriture dans <i>Vivre Vite</i>	

4.3.1 Acceptation chez l'Autrice à travers le Détachement de Soi-Même du Regret	
4.3.2 Acceptation chez l'Autrice à travers la Compréhension de Soi-Même	
4.3.3 Acceptation chez l'Autrice à travers l'Expression d'Un Lien Perpétuel	
4.3.4 Acceptation Totale chez l'Autrice de la Réalité de la Perte	
4.4 Conclusion	
Liste des Travaux Cités	93-104
Annexe I : L'Autrice Brigitte Giraud et son roman <i>Vivre vite</i>	105

AVANT-PROPOS

Au cours de la première année du programme de maîtrise en français à l'université de Goa, j'ai eu le privilège de faire partie du jury d'étudiants chargé de déterminer quel roman devrait recevoir le Prix Goncourt des étudiants - Le Choix Goncourt de l'Inde en 2022. Il y avait quatre livres, et tous étaient de très bons candidats. Mais *Vivre vite* s'est démarqué des autres. L'histoire passionnante et l'écriture talentueuse de Brigitte Giraud ont été un plaisir à lire. À l'université de Goa, notre décision a été unanime. *Vivre vite* méritait le prix Goncourt. Et nous n'étions pas les seuls, c'était le choix de la majorité des jurys d'étudiants du Choix Goncourt de l'Inde.

L'histoire de *Vivre vite* est centrée sur l'accident tragique qui a tué le mari de l'autrice alors qu'elle n'avait que 36 ans. On ne peut qu'imaginer sa douleur et son chagrin. La pandémie de COVID-19 a entraîné des vagues de décès et une augmentation massive de l'incidence des problèmes de santé liés au deuil. Cela m'a fait penser que l'étude d'un livre lié au deuil constituait une recherche contemporaine et nécessaire.

Ce qui, selon moi, rend également mes recherches pertinentes aujourd'hui, c'est le fait que la version la plus récente du *Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux et des troubles psychiatriques*, le *DSM-5-TR*, publié en 2022, inclut un nouveau diagnostic : « le trouble du deuil prolongé. » En termes simples, ce trouble peut résulter d'un deuil non résolu persistant sur une longue période. Il s'accompagne généralement de la perturbation de l'identité, d'une douleur émotionnelle intense, de la difficulté de réintégration, de la dépression et de la difficulté à accepter la perte.

Enfin, je voudrais dire que j'ai vraiment pris plaisir à travailler sur ce projet, et j'espère que ma recherche pourra contribuer au domaine de la connaissance des problèmes liés au deuil et à la thérapie du deuil.

REMERCIEMENTS

Avant tout, je voudrais remercier Dieu pour toutes ses bénédictions et son amour inconditionnel.

Un grand merci à mes parents - à ma mère, dont l'amour et les encouragements ont rendu ce travail possible, et à mon père, dont l'aide précieuse était toujours à ma disposition au cours de ce travail.

Je tiens à remercier ma directrice de thèse, Dr. Irene Silveira. Depuis les discussions éclairantes et passionnantes sur les débuts du projet jusqu'à sa traduction dans sa forme actuelle, en passant par le dépassement de tous les défis qui accompagnent tout projet de recherche, Dr. Irene a été une directrice de thèse merveilleuse et extrêmement patiente, ainsi qu'une source inébranlable de soutien et d'encouragement. Ce fut un réel plaisir de travailler avec elle et je lui serai toujours reconnaissante de m'avoir donné cette opportunité.

Je remercie particulièrement Dr. Natasha Gomes, ma mentore de programme, qui me tend toujours la main pour m'aider chaque fois que je le demande, et même lorsque je n'arrive pas à le demander.

Merci à mes amies Alria, Jemima, Joyce, Rachel et Risa pour leur patience, leur soutien précieux et leur aide immense dans les moments les plus difficiles.

LISTE DES FIGURES

Figure	Description	Numéro de Page
Figure 2.1	Le Modèle du Double Processus d'Ajustement au Deuil Développé par Stroebe et Schut en 1999	26
Figure 2.2	Modèle de Processus de Construction de Sens en Réponse à la Perte d'Un Être Cher	32
Figure 4.1	Interaction entre Processus de Recherche de Sens et d'Acceptation	95

LISTE DES ABRÉVIATIONS

Entité	Abréviation
<i>À Présent</i>	<i>AP</i>
<i>Pas d'Inquiétude</i>	<i>PD</i>
<i>Vivre vite</i>	<i>Viv.</i>

RÉSUMÉ

Le deuil est une expérience universelle. C'est devenu un sujet important dans la recherche contemporaine, en particulier dans la recherche dans le domaine de la psychologie constructiviste. Il existe un manque de connaissances dans la littérature concernant les études détaillées des processus psychologiques qui sous-tendent la création de sens pendant le deuil et le dépassement de la perte en lui donnant un sens et en l'acceptant. Cette recherche vise à réduire cet écart en analysant le rôle de l'écriture autobiographique dans la création de sens et l'acceptation de la perte. Les mémoires sur le deuil et les romans autobiographiques sur la gestion du deuil sont une bonne source à exploiter pour de telles recherches. Cette recherche a analysé le roman autobiographique *Vivre vite* de Brigitte Giraud. En utilisant la méthodologie de recherche qualitative de l'analyse thématique, nous avons fourni un rapport détaillé de nos résultats d'analyse. Les résultats affirment le rôle bénéfique de l'écriture dans le processus de recherche de sens de l'auteur autour de la perte ainsi que dans son processus d'acceptation de la perte. Nos recherches soutiennent l'utilisation de l'écriture guidée dans des contextes thérapeutiques pour aider les personnes endeuillées à surmonter leur perte.

Mots-clés : deuil, perte, écriture autobiographique, reconstruction de sens, acceptation,

Liens Perpétuels.

CHAPITRE 1 : INTRODUCTION

1.1 AUTOBIOGRAPHIE : UN APERÇU

1.1.1 Autobiographie : Définition

Écrire sur soi-même est probablement la meilleure façon pour une personne de se représenter et de se faire connaître au monde. Rien n'est plus simple que d'écrire sur sa vie, son histoire, ses expériences et tout ce qui définit une personne. Philippe Lejeune, un critique, théoricien et chercheur français, était très influent dans le domaine de l'écriture autobiographique (Popkin 425). Depuis les années 1970, ses écrits ont façonné le genre de l'autobiographie (425). Dans son oeuvre *Le Pacte autobiographique* publié en 1975 il définit l'autobiographie : « Récit rétrospectif en prose qu'une personne réelle le fait de sa propre existence, lorsqu'elle met l'accent sur sa vie individuelle, en particulier sur l'histoire de sa personnalité » (Lejeune 14).

La définition donnée par Lejeune met en valeur quatre catégories des éléments dans une autobiographie :

- 1) la forme du langage : (a) narrative ; (b) poétique ;
- 2) le sujet du récit : une vie individuelle ou une histoire personnelle ;
- 3) la situation de l'auteur : l'auteur et le narrateur sont identiques et ;
- 4) la position de l'auteur : (a) le narrateur est le personnage principal sont identiques et ; (b) la perspective du récit est rétrospective (ma trad. Lejeune 14).

1.1.2 Origines de l'Écriture Autobiographique

L'écriture autobiographique existe depuis des temps immémoriaux. Augustin d'Hippone a publié un ouvrage autobiographique intitulé *Confessions* entre 397 et 400 après J.-C. Il s'agit de 13 livres rédigés en latin décrivant son parcours de conversion au christianisme (Chadwick ii). Pierre Abélard, pionnier français médiéval de la philosophie

scolastique, a écrit plus tard un ouvrage autobiographique, également en latin, intitulé *Historia Calamitatum* vers 1132 (ii-iv). L'œuvre décrit la vie monastique, une histoire d'amour et la vie intellectuelle à Paris avant l'officialisation de l'Université (2-3). Thérèse d'Avila, religieuse carmélite et éminente réformatrice religieuse espagnole, a commencé son autobiographie, *Libro de la vida (Livre de la vie)*, en 1562 et l'a achevée en 1565 (Leena 8). Thérèse parle de sa vie passée, mais la majeure partie de l'autobiographie se concentre sur sa nouvelle vie en Dieu (8).

1.1.3 Écriture Autobiographique pendant l'Époque Moderne

Le genre de l'écriture autobiographique aux XVIIIe et XIXe siècles a été fortement influencé par le romantisme, un mouvement intellectuel et artistique qui mettait l'accent sur le rôle et la nature de l'individu (Kuhn 3). Jean-Jacques Rousseau était un philosophe, écrivain et compositeur genevois du XVIIIe siècle (Rousseau xvi). Sa philosophie politique a joué un rôle important dans la Révolution française et dans le développement de la pensée politique, économique et éducative moderne (xvi). Rousseau a écrit une autobiographie intitulée *Les Confessions de Jean-Jacques Rousseau*, achevée en 1769. Il s'agit d'un récit de sa propre vie, décrite principalement en termes d'expériences et de sentiments mondains. Alors que les deux principaux ouvrages autobiographiques publiés auparavant, à savoir, *Confessions* d'Augustin et *Livre de la vie* de Thérèse d'Avila, se concentrent sur les expériences spirituelles, sous l'influence du romantisme, *Confessions* de Rousseau est l'une des premières autobiographies à prendre une forme plus intime - une forme qui devenait populaire à l'époque (xxiv).

Le scientifique et inventeur américain Benjamin Franklin a écrit l'une des autobiographies les plus influentes de l'histoire du genre (Franklin v). *Mémoires de la vie privée de Benjamin Franklin* a été publié pour la première fois en français en 1791 et contient un compte rendu extrêmement détaillé et approfondi de sa vie (v). Il y évoque ses idées sur la perfection morale et les vertus, ses efforts pour s'améliorer et ses nombreuses inventions (v).

Le XIXe siècle a été marqué par une augmentation significative de publications autobiographiques (Baggerman et al. 6). L'écrivain français Stendhal entreprend la rédaction de *La vie d'Henry Brulard*, qui restera une autobiographie inachevée (Manzini 9). Elle a été très appréciée pour son autoréflexion ironique, dans laquelle il s'ouvre sur une enfance malheureuse, ainsi que sur sa vie de soldat (9). Avec le développement de l'imprimerie à bas prix, les possibilités d'écriture et de publication étaient désormais facilement accessibles à un plus grand nombre de personnes (Baggerman et al. 11). Ainsi, à côté des écrivains et des romanciers, d'autres personnalités du XIXe siècle se sont mises à écrire des œuvres autobiographiques (11). Le philosophe et économiste politique John Stuart Mill a écrit une autobiographie, intitulée *The Autobiography of John Stuart Mill* qui a été publiée à titre posthume (Mill ix-x). P.T. Barnum était un showman, un homme d'affaires et un homme politique américain. Il a publié son autobiographie, *The Autobiography of P.T. Barnum*, en 1855 (Barnum 3).

Au cours du XXe siècle, les autobiographies sont devenues une forme d'écriture populaire et largement accessible (Baggerman et al. 127). *À la recherche du temps perdu* de Marcel Proust a eu une grande influence sur la littérature du XXe siècle (517). Elle est connue pour sa mémoire involontaire - rappel automatique d'éléments passés de la vie d'une personne, déclenché par des éléments présents de la vie (517). Dans *Dream of Fair to Middling Women*, Samuel Beckett utilise le personnage principal, un écrivain et professeur qui ressemble beaucoup à Beckett lui-même, pour critiquer et rejeter le mouvement réaliste (520). Après les guerres mondiales du XXe siècle, l'écriture autobiographique a commencé à intégrer des aspects de la guerre, du traumatisme et de la destruction (522). Les récits personnels de la vie pendant le colonialisme sont également devenus populaires (522). Considéré comme l'un des plus grands romans du XXe siècle, *Voyage au bout de la nuit* de Louis-Ferdinand Céline s'inspire de son expérience dans la cavalerie française pendant la

Première Guerre mondiale ainsi que de sa vie en Afrique coloniale en tant qu'employé d'une société forestière française (523). Les œuvres similaires comprennent *A Fortunate Life* d'Albert Facey, *L'Amant* de Marguerite Duras et *Angela's Ashes: A Memoir* de Frank McCourt (523-526).

1.1.4 Autobiographie et Traumatisme

L'autobiographie reste un genre populaire au XXI^e siècle (Abid et Bonta 7; Gilmore xi; Smith et Watson 3). Ses thèmes ont toutefois évolué. Le colonialisme a été délaissé pour des thèmes tels que le contexte culturel, l'historique religieux, les enjeux environnementaux et le traumatisme (Abid et Bonta 7-9; Gilmore 2). Ces thèmes occupent désormais une place centrale dans l'écriture autobiographique (Gilmore 2). Le traumatisme se définit comme « une expérience soudaine, potentiellement mortelle, laissant souvent des souvenirs durables et troublants » (Figley iv). Il peut désigner :

[...] un traumatisme physique, tel qu'un viol, une blessure ou une agression ; traumatisme psychologique (par exemple, témoigner de la violence, avoir peur d'une mort imminente) ; et/ou un phénomène assez récent appelé traumatisme des réseaux sociaux (par exemple, le cyberharcèlement, la destruction en ligne de personnalité, les menaces ou autres blessures interpersonnelles par des méthodes électroniques) (ma trad. Figley, *Encyclopedia of Trauma* v).

Figley indique que la traumatologie est l'étude du traumatisme et ce domaine a énormément progressé au cours de la dernière décennie en termes de champ d'application pratique et de publications comme des autobiographies ou des mémoires (v). Gilmore explique que « des écrivains considérés comme des sujets inadaptés à l'autobiographie – pas assez « représentatifs » ou « exemplaires » – ont transformé ce que l'on peut penser et savoir de l'expérience traumatique et de sa représentation. » (sec. Préface). Par ailleurs, la valeur thérapeutique de la narrative personnelle a été confirmée par la recherche scientifique et les

études cliniques (sec. Préface). Les auteurs utilisent désormais les autobiographies et les mémoires comme un outil de développement personnel (sec. Préface).

1.1.5 Autobiographie et Le Deuil

Une grande partie de la littérature récente dans le domaine de la psychothérapie met en évidence le lien entre le traumatisme et le deuil (Harvey 2; Jacobs xvi; Pearlman et al. 6; Figley, *Traumatology of Grieving* xi; Figley et al. xv). Elle met l'accent sur l'influence des aspects potentiellement traumatisants des circonstances du décès sur l'endeuillé (Figley, *Traumatology of Grieving* xi). Même la simple perception de la mort comme traumatisante par l'individu peut conduire à un deuil compliqué (*Traumatology of Grieving* xi). Ainsi, les personnes endeuillées par une perte traumatique sont obligées de faire face non seulement au deuil de la perte, mais aussi au traumatisme qui accompagne le fait de savoir que les derniers moments d'un être cher auraient pu être gravement stressants et douloureux (Figley et al. xv).

1.1.6 Tendances Actuelles de l'Écriture Autobiographique et Deuil

L'autobiographie et le deuil sont devenus un genre courant au XXI^e siècle. Avec la pandémie de COVID-19, les mémoires de deuil ont gagné en importance, car de plus en plus de lecteurs s'identifient aux histoires et aux luttes racontées. Voici quelques œuvres contemporaines dans lesquelles l'écriture a aidé les auteurs à faire face au deuil.

Joan Didion était une autrice et journaliste américaine et une pionnière du nouveau journalisme dans les années 1960 et 1970 (« Joan Didion »). Ses mémoires de deuil, *The Year of Magical Thinking*, publié en 2005, est une exploration émouvante de la perte d'un enfant et d'un conjoint à travers une prose aussi lyrique et fascinante que la poésie (« Joan Didion »). Il parle des défis liés à la vie quotidienne et s'interroge également sur le rôle de la douleur et du chagrin dans la vie humaine (« Joan Didion »).

Saturday Night Widows de Becky Aikman, publié en 2013, est ses mémoires de deuil, dans lequel la narratrice, une jeune veuve, forme un groupe avec cinq autres jeunes veuves (Den Elzen, *My Decision* 281). Le groupe s'appelle « Saturday Night Widows » et elles tiennent des réunions hebdomadaires le samedi car pour eux, c'est la nuit la plus solitaire de toute la semaine (349). Le mémoire aborde également les « cinq étapes du deuil » et cherche à discréditer les mythes autour de cette théorie (281).

Crying in H Mart de Michelle Zauner, un livre à succès publié en 2021, parle de la perte de la mère de l'autrice à cause du cancer (Kennedy). L'histoire raconte comment la douleur et le chagrin ont amené quelqu'un à remettre en question son identité (Kennedy). Il explique également à quel point faire face au deuil implique une reconstruction de son identité (Kennedy).

Translating Myself and Others de Jhumpa Lahiri, une autrice et traductrice littéraire très connue, est un recueil de dix essais publié en 2022 (Thow). Dans le dernier chapitre « Translating Transformation, » Lahiri parle de la perte de sa mère pendant la pandémie et de la manière dont, en travaillant sur un projet de traduction, elle est capable de donner un sens et d'accepter sa perte (Thow).

1.2 BIOGRAPHIE DE L'AUTRICE BRIGITTE GIRAUD

Brigitte Giraud est née en 1960 à Sidi-Bel-Abbès en Algérie (Beaugé). Elle a grandi à Lyon en France (« VIDEO Goncourt 2022 »). Giraud a effectué ses études dans les langues, après lesquelles elle a travaillé comme traductrice dans l'industrie (Marchenoir). Puis elle est devenue libraire, journaliste et critique littéraire, avant de devenir célèbre en tant qu'autrice (Beaugé). Quand elle avait 36 ans et son fils Théo avait 7 ans, une tragédie est survenue (Beaugé; Marchenoir; « VIDEO Goncourt 2022 »). Son mari Claude a été tué alors qu'il roulait une moto le soir du 22 juin 1999 (Marchenoir). Dévastée par cette perte et hantée par des questions sans réponse, elle en a fait le sujet principal de deux romans qu'elle a publiés

par la suite (Marchenoir; « VIDEO Goncourt 2022 »). Avant l'accident, elle avait publié son premier roman *La chambre des parents* en 1997 qui lui a emporté le Prix Littéraire des Étudiants (« GDD »). Pour son roman *Nico* publié en 2000, elle a reçu le Prix Lettres frontière (« Nous serons des héros »). Ce roman écrit du point de vue du narrateur parle de la violence domestique contre les enfants et du traumatisme qui en découle et qui les hante (Giraud, *Nico*). Le premier roman dans lequel elle évoque la perte de son mari est *À Présent* (*AP*), publié en 2001 (Habib 222). Giraud y exprime un deuil autour de la perte de son mari tué dans un accident de moto (222). L'histoire du roman commence par l'accident et se termine le jour des obsèques (Giraud, *AP*; « VIDEO Goncourt 2022 »). Pour ce roman elle a reçu une mention spéciale du prix Wepler (« VIDEO Goncourt 2022 »). En 2007, Giraud a publié un recueil de nouvelles intitulé *L'amour est très surestimé* pour lequel elle a été primée le Prix Goncourt de la nouvelle (Sagi 83). Cet ouvrage traite de la transformation et de la fin de l'amour avec le temps, soulignant que l'être aimé devient un objet de jugement (83). Son œuvre *Une année étrangère*, qui lui a emporté le Prix du jury Jean Giono (« Les Livres »), a pour thèmes la tragédie, la perte de vie, et l'impact dans la vie des autres qui ont perdu un être cher (Young 614). D'autres romans qu'elle a publiés sont *Marée noire* - dont le récit tourne autour d'un drame écologique ; *J'apprends* - dont l'histoire suit le parcours d'une petite fille de son entrée à l'école jusqu'au collège ; et *Avoir un corps* qui est une histoire de la vie d'un enfant de l'enfance à l'âge adulte, racontée du point de vue du corps (Beaugé; Giraud, *Marée noire*; Giraud, *J'apprends*; Giraud, *Avoir un corps*; « BG »; « Brigitte Giraud »; « VIDEO Goncourt 2022 »). *Nous serons des héros* raconte l'histoire d'Olivier, un adolescent qui a fui la dictature portugaise de Salazar pour se réfugier en France dans les années 1960, et qui apprend plus tard que son père était un héros et qu'il est mort en prison sous la même dictature (« Nous serons des héros »). Les livres de Giraud sont traduits dans une quinzaine de langues (Beaugé). Son roman *Pas d'inquiétude* (*PD*), publié en 2011, a été adapté en

téléfilm réalisé par Thierry Binisti (Pivert). Elle décrit dans cette histoire de manière saisissante le faix des parents qui s'occupent d'un enfant qui lutte contre un cancer (Giraud, *PD* 32-34). Le 3 novembre 2022, Brigitte Giraud a remporté le Prix Goncourt 2022, pour son roman *Vivre vite* (*Viv.*) (Beaugé). Le Prix Goncourt est le prix littéraire le plus ancien et le plus prestigieux, considéré comme le Graal des prix littéraires (Beaugé ; « Brigitte Giraud »). Giraud est devenue la treizième femme à être accordée le prix Goncourt en cent vingt ans (Marchenoir). *Vivre vite* de Brigitte Giraud est un roman autobiographique écrit en hommage à son mari Claude, tué dans un accident le 22 juin 1999 (Beaugé). Dans un entretien avec Caïn Marchenoir de Lyon Capitale, un magazine mensuel lyonnais, Brigitte Giraud a dit :

À Présent est un récit que j'ai écrit un an après l'accident, un livre de la sidération, concret, factuel, qui dit la déflagration. *Vivre vite*, au contraire, est écrit vingt ans plus tard, après avoir considéré toutes les questions restées sans réponse (Marchenoir).

1.3 PRÉSENTATION DU CORPUS

L'œuvre choisie pour le présent mémoire est en effet *Vivre vite* de Brigitte Giraud. La recherche menée ici a exploré, examiné et analysé ce roman dans le cadre du deuil et de l'écriture autobiographique. Afin de faciliter une compréhension plus approfondie de la recherche menée dans cette thèse, un résumé détaillé de l'histoire du roman est nécessaire. Ce résumé décrit dans la partie suivante de ce travail donne le contexte du roman.

1.3.1 Claude Giraud : Mari de l'Autrice

Qui était Claude Giraud ? Claude Giraud est né en Algérie et il avait gardé un lien étroit avec la Méditerranée. Claude Giraud était journaliste - un journaliste de musique. Il était père. Il était marié à l'écrivaine Brigitte Giraud. Dire qu'il était passionné par la musique est une litote. « Il était un spécialiste des musiques novatrices [...] elle [la musique] était une grande partie de sa vie qu'il en avait fait sa profession. » Il aimait faire écouter à sa femme sa

musique préférée, comme les bandes-son Oasis et Blur. Il lisait « Lester Bangs, un critique de rock américain » (Giraud, *AP* 25). Il prenait soin de sa famille, il allait chercher son fils à l'école deux fois par semaine. Il veillait à passer du temps avec son fils Théo : « Le garage était l'endroit où le père et son fils parlaient une langue sans mots [...] C'était leur domaine secret, [...] » (Giraud, *Viv*. 100). Et il était motard.

1.3.2 Contexte du roman *Vivre vite*

L'histoire du roman est en fait une analyse des circonstances qui ont mené à la mort accidentelle de son mari Claude. Les premiers chapitres du roman parlent du parcours de Claude et Brigitte dès leur déménagement dans un appartement au centre de Lyon au début des années quatre-vingt. Malheureusement, pour cause de gentrification, ils ont été expulsés de leur appartement. C'est à ce moment qu'ils ont appris le suicide du grand-père de la romancière. Son grand-père a laissé à Brigitte et à son frère une somme d'argent assez large. Cette somme a permis à la narratrice et à son mari d'acheter un appartement dans le quartier de la Croix-Rousse. Leur fils, Théo, est né, et ils habitaient dans cet appartement depuis environ dix ans.

Après dix ans, l'écrivaine voulait changer la vie, en vendant leur appartement afin d'habiter une maison avec un jardin. Elle a trouvé une maison qui leur plaît, une maison avec un garage pour garer une voiture. À peu près en même temps qu'ils font l'achat, le frère de la narratrice, David, demande à garer sa moto dans leur garage pendant son séjour à Nice et Brigitte a accepté.

Avant de partir pour son séjour à Nice, David a proposé d'emmenner le fils de Brigitte avec lui à Nice pour deux semaines de vacances. Mais celle-ci a décliné l'offre.

La moto de David était la Honda 900 CBR Fireblade (Lame de feu), fabriquée au Japon qui exportait ce modèle aux pays de l'Union européenne malgré le fait qu'elle était jugée très dangereuse pour la commercialisation au Japon.

Brigitte était en train de publier son prochain roman. Elle devait se rendre à Paris pour rencontrer son attachée de presse le 22 juin. Claude était censé aller chercher leur fils Théo après l'école le même jour. Mais, Théo a été invité pour fêter l'anniversaire de son ami le 22 juin après l'école - ce que Brigitte était au courant. Et elle a complètement oublié de le dire à Claude.

Le mardi 22 juin 1999, Claude a décidé de prendre au travail la moto de son beau-frère - la fameuse Honda 900 CBR Fireblade - qui était garée dans le garage de la nouvelle maison. Après avoir quitté son bureau, il s'est dirigé vers l'école de son fils pour aller le chercher. En route pour l'école, il a dû s'arrêter à un feu rouge. Quand le feu s'est passé au vert, Claude a trop accéléré. Selon le rapport de police, « Claude a démarré en trombe » (Giraud, *Viv*. 181). Il a été éjecté sur la route au moment où arrivait au sens inverse une voiture. Il a été emmené à l'hôpital où il est décédé quelques heures plus tard.

1.4 IMPORTANCE ET MOTIFS DE LA RECHERCHE

« Le deuil est régulièrement la réaction à la perte d'un être cher » (Freud 243). Flesner (1) indique la notion que lorsqu'un lien d'attachement important ou significatif est brisé ou rompu, le deuil survient chez les gens qui ont perdu un être cher. Un sentiment de vide est laissé par la perte, Flesner ajoute, qui doit être comblé au fil du temps (1). Gillies et Neimeyer indiquent que la résolution de ce vide a été soulignée par quelques théories constructivistes, comme une étape importante du deuil (34). Ces théories ont désigné ce processus par le terme de « reconstruction de sens » qui, selon Gillies et Neimeyer, renvoie à la construction ou la création du sens autour du décès d'un être cher (36).

La recherche proposée ici est une analyse littéraire du roman autobiographique *Vivre vite* de Brigitte Giraud, qui est écrit en hommage à son mari tué dans un accident de la route (Giraud, *Viv*. 11). L'analyse littéraire sera effectuée en appliquant des perspectives et théories

psychologiques qui relèvent du domaine de la psychologie de deuil. Ainsi, cette recherche est multidisciplinaire réunissant les études littéraires ainsi que les études de psychologie.

Le domaine d'étude générale de la recherche proposée peut donc être perçu comme le point de rencontre entre les narratives littéraires et la psychologie du deuil. L'approche narrative du deuil a été conçue par Michael White, qui est le fondateur du domaine de "narrative counseling" ou « le conseil narratif » (Steffen et al., ch. 4). L'approche de White implique le processus de narrer et de renarrer une histoire ou une narrative qui examine l'événement du décès et qui continue l'attachement que l'endeuillé a eu avec la personne décédée (ch. 4). D'après Steffen et al., ce processus s'avère soignant et curatif en apaisant la douleur ressentie après la mort et cela permet à l'endeuillé d'entretenir le souvenir du proche (ch. 4). En utilisant la méthode de narrer l'histoire, Steffen et al. indiquent que l'écrivain tente délibérément de conserver les souvenirs de son être cher, dans lesquels cette connexion continue d'exister et d'avoir du sens pour le survivant ; telles narratives peuvent être une source de force et de résilience tandis que les personnes affectées avancent dans leurs vies (ch. 4).

Heeke et al. indiquent que le domaine de la psychologie du deuil se concentre actuellement sur l'étude du « Trouble du Deuil Persistant (TDP), » du « Syndrome de stress post-traumatique (SSPT), » des « Troubles dépressifs, » des problèmes de santé mentale des survivants de pertes violentes et non violentes ainsi que la relation entre TDP et SSPT (6). Selon Milman et Neimeyer, le monde de la recherche se concentre aujourd'hui sur la reconstruction de sens dans le contexte du deuil (69-78). En particulier, leur recherche montre que la nature sociale de la reconstruction de sens fait l'objet d'une attention croissante (74). L'intérêt porté à l'influence thérapeutique de la reconstruction de sens dans le rétablissement et le changement post-traumatique a entraîné de nombreux développements théoriques et de recherches empiriques dans ce domaine, indiqué par l'étude de Milman et Neimeyer (75). En

revanche, ces chercheurs disent que des recherches ont montré que si le processus de la reconstruction de sens est perturbé, cela peut être un indicateur de problèmes de santé mentale négatifs, tel que le TDP (76). Il existe également, d'après eux, un intérêt croissant pour le développement de techniques et de procédures thérapeutiques qui améliorent l'efficacité du processus de reconstruction de sens chez les personnes endeuillées (76). L'une de ces techniques thérapeutiques est l'expression par l'écriture (Gillies et Neimeyer 38). Les cadres constructivistes soulignent comment l'expression à travers la narrative met l'accent sur la construction de nouveau sens autour de soi et autour du monde (Flesner 2). L'une de ces théories est la théorie de la reconstruction de sens proposée par Gillies et Neimeyer (36).

1.5 PERTINENCE ET NÉCESSITÉ DE LA RECHERCHE

1.5.1 Nécessité dans le domaine de la littérature

Le genre autobiographique inclut des autobiographies, les mémoires, les autofictions, les confessions et les récits de témoignage (Camet et Sabri 5). Les autobiographies peuvent être à caractère religieux, philosophique, artistique et fictionnel et peuvent adopter différentes formes : poèmes, romans, lettres, journaux intimes et confessions (Abid et Bonta xiii). Ce domaine de la littérature se focalise sur la relation entre la société et l'histoire du « Moi » (Camet et Sabri 5). L'entité du Moi est la voix de l'auteur qui cherche ce qui est authentique et réel dans le monde moderne ; cette entité est très subjective et son récit donne l'accès à la personne et à l'histoire (5).

Afin de mieux comprendre le Moi, une compréhension plus profonde de ce qui le crée, forme et façonne mais également des processus qui interviennent dans sa construction est donc nécessaire. Sans cette compréhension, il pourrait être dit qu'une lacune existerait en termes des connaissances concernant le Moi.

La recherche de sens est un facteur important responsable dans la réformation et le rétablissement du Moi en réponse aux événements significatifs (Gillies et Neimeyer 37). Une

étude qui examine les processus de la recherche de sens dans le contexte d'un texte, examine également les processus qui entraînent la réformation et le rétablissement du Moi, dans le contexte du texte. Ainsi, la recherche proposée est pertinente pour le genre autobiographique. Puisque le Moi cherche ce qui est authentique et réel dans ce monde moderne (Camet et Sabri 5), une étude sur les processus effectués dans cet acte de recherche s'avérerait perspicace voire nécessaire dans la compréhension du Moi.

Les événements stressants dans la vie sont inéluctables. La mort et la perte font partie de la vie. Le présent mémoire, par le biais d'éclairer, dans le contexte du roman, les processus impliqués dans la recherche de sens en réponse à la perte et la manière dont ces processus aboutissent dans la formation et la reformation du Moi, s'avère pertinente et importante dans le domaine de la littérature.

1.5.2. Pertinence pour la société

La recherche vise à enrichir le corpus de connaissances dans les domaines de la psychologie et de la littérature particulièrement l'étude des narratives de deuil et la manière dont ces narratives sont utilisées par les survivants d'une perte pour donner du sens à cette perte. En utilisant la méthode de recherche qualitative de l'analyse thématique pour analyser les thèmes de la recherche de sens de l'acceptation de la réalité d'une perte dans *Vivre vite*, ce qui impliquerait une lecture attentive du roman, la recherche a montré comment les expériences de l'auteurice ont eu un impact sur son processus de reconstruction de sens et d'acceptation de la perte dans le contexte de son deuil. L'œuvre contient des significations inattendues qui éclairent les stratégies d'adaptation au deuil chez l'individu.

Le roman *Vivre vite* est un roman contemporain et célèbre dans le monde littéraire. L'auteurice Brigitte Giraud transmet un message important à ses lecteurs : celui de l'espoir - l'espoir de pouvoir surmonter la perte et les épreuves voire les événements stressants. L'acte de surmonter la perte est en fait un processus proactif et non passif. Cela ne se produit pas

automatiquement avec le passage du temps et sans aucun effort de la part de l'endeuillé. En se concentrant sur ces éléments du roman, ce travail porte l'attention sur des aspects narratifs qui servent d'exemple à d'autres personnes ayant des expériences de vie similaires. La recherche permet de mieux comprendre les stratégies d'adaptation de cette autrice, telles qu'elles apparaissent dans ses écrits, et pourraient donc être utilisées par les gens qui souffrent de la perte d'un être cher, en gardant à l'esprit le contexte de ce roman. Le domaine de la psychologie apporte à la littérature une compréhension plus profonde de l'écrivain et de son environnement, et elle peut également guider les écrivains dans le développement des personnages et de l'intrigue (Russell 551), tandis que les biographes ont également trouvé la psychologie utile pour étudier la relation entre la société et le sujet (Russell 552). De la même manière, la recherche pourrait aider les professionnels de la littérature à mieux comprendre l'autrice du roman étudié ici, ainsi que ses processus de recherche de sens et de l'acceptation de la réalité de la perte. À travers ce roman, l'autrice a montré au monde l'importance de la recherche de sens et de l'acceptation dans la résolution du deuil.

1.6 PROBLÉMATIQUE DE LA RECHERCHE

Le présent mémoire examine la question des processus impliqués dans la reconstruction de sens dans le contexte du deuil ainsi que dans l'acceptation de la réalité de la mort par le biais de l'écriture dans le roman *Vivre Vite* de Brigitte Giraud. L'étude de ces processus permettra également de comprendre le rôle de la réattribution causale effectuée à travers l'écriture du roman dans la construction d'un nouveau sens autour de la perte. Cette étude mettra également en lumière la manière dont la réflexion et l'expression d'un lien perpétuel peut aider au processus d'acceptation de la réalité de la perte.

1.7 OBJECTIFS DE LA RECHERCHE

Les objectifs de cette recherche sont :

(1) Analyser les processus impliqués dans la recherche de sens par le biais de l'écriture dans le roman *Vivre vite* de Brigitte Giraud.

(2) Énoncer le nouveau sens donné par l'autrice à la perte à travers *Vivre vite*.

(3) Examiner le rôle de l'écriture du roman dans le processus de l'acceptation par la narratrice de la réalité de la mort de son mari.

(4) Explorer le rôle du Lien Perpétuel exprimé par la narratrice avec son mari décédé, dans le processus de l'acceptation de la réalité de la perte, au moyen de son roman *Vivre vite*.

1.8 PORTÉE ET LIMITES DE LA RECHERCHE

Le présent mémoire détermine comment l'autrice Brigitte Giraud a employé l'écriture de son roman *Vivre vite* pour construire de sens autour de la perte de son mari Claude, tué dans un accident de moto (Giraud, *Viv.* 11). La recherche examine également comment le roman est un moyen d'entretenir un attachement avec lui au-delà de la mort. L'étude repose sur une analyse thématique qui consiste en une lecture attentive du texte, l'application des théories psychologiques au texte et l'interprétation de ce dernier dans le contexte de ces théories. Les résultats de l'étude devraient permettre de mieux comprendre, dans le contexte du roman, les processus psychologiques de la narratrice qui contribuent à donner un nouveau sens à la perte. Plus particulièrement les résultats montrent la manière dont la réattribution des causes autour du décès et la réflexion ainsi que l'expression des Liens Perpétuels contribuent à la résolution du deuil. La limite ici est que tous les résultats de l'étude sont basés sur le texte du roman et ne peuvent donc être interprétés que dans le contexte du texte. Étant donné que l'analyse fait appel à la méthode de l'analyse qualitative basée sur l'interprétation de la chercheuse, l'une des limites de cette étude est que l'analyse est largement subjective. Comme pour toute analyse thématique d'œuvres littéraires, la

généralisation des résultats de cette recherche à d'autres textes et récits doit être effectuée avec prudence et réserve. Une autre limite est que la recherche proposée se passe en dehors d'un cadre thérapeutique. Dans la thérapie du deuil, comme dans tout processus thérapeutique, il existe une interaction directe et en présentiel entre le thérapeute et le client. Dans les cas où l'écriture est intégrée dans le processus thérapeutique, le client peut être guidé même encouragé par le thérapeute, à explorer quelques thèmes et dispositions psychologiques présentes dans son écriture. L'analyse littéraire est dépourvue d'une telle exploration, et ainsi, il est vivement conseillé d'interpréter cette recherche à la lumière de cette limitation.

1.9 CHAPITRAGE

Le présent chapitre a fourni une description exhaustive sur le concept de l'écriture autobiographique, l'historique de l'autobiographie et les tendances du domaine à travers les âges, y compris les tendances contemporaines. En plus, nous avons parlé aussi de l'autrice dont un roman autobiographique est le sujet de cette recherche, Brigitte Giraud, et de toutes ses œuvres. Ensuite, nous avons vu le contexte de ce roman qui s'appelle *Vivre vite*.

De plus, nous avons précisé l'importance et les motifs du travail, sa pertinence pour la société et pour le domaine de la littérature, les objectifs et la problématique de la recherche menée ainsi que la portée et les limites de ce projet.

Chapitre 2 consiste à une revue de la littérature dans le domaine de la psychologie du deuil ainsi que le cadre théorique utilisé dans le présent mémoire. Également, les recherches conduites sur les œuvres de Brigitte Giraud ont été élaborées.

Chapitre 3 se focalise sur la méthodologie de la recherche menée afin de donner une idée claire sur les étapes essentielles de la méthode qualitative et la manière dont cette méthode est appliquée à ce mémoire.

Chapitre 4 concerne l'analyse et conclusion du mémoire. Notre analyse se compose de deux parties. Dans la première partie, l'analyse examine le processus psychologique de

l'écrivaine de la recherche de sens dans le contexte du deuil. Plus précisément, nous avons présenté l'évidence du thème de la causale réattribution. Il s'agit d'évaluer les parties du roman dans lesquelles la narratrice tente de comprendre comment le décès s'est passé, quels événements, personnes ou facteurs ont entraîné le décès, pourquoi cette perte lui est arrivée et pourquoi de tels événements se produisent.

Par ailleurs, ce chapitre illustre que le résultat du processus de la recherche de sens dans *Vivre vite* est un nouveau sens donné à la perte. En contemplant les thèmes et les modèles communs parmi les réattributions causales examinées dans la première partie de ce chapitre, cette partie de recherche examine finalement quel(s) élément(s) joue(nt) le rôle le plus important dans la détermination de ce nouveau sens.

La deuxième partie étudie le rôle de l'écriture autobiographique dans le processus de l'acceptation chez la romancière de la réalité de la mort de son mari. Nous observons comment la réflexion et les Liens Perpétuels influencent ce processus et comment ceux-ci aboutissent à l'acceptation totale chez la narratrice.

La conclusion de la recherche consiste à expliquer l'interaction de la recherche de sens, le nouveau sens donné à la perte, l'acceptation de la réalité de la mort de son mari et les Liens Perpétuels et le rôle de cette interaction dans la résolution du deuil. Le présent mémoire finit par décrire comment la recherche révèle la possibilité des applications cliniques potentielles de l'écriture autobiographique dans les domaines du counseling et de la thérapie de deuil.

CHAPITRE 2 : REVUE DE LA LITTÉRATURE

2.1 DEUIL ET PERTE

Le deuil est une réaction à la perte d'un être cher et à la rupture d'un attachement important ou significatif partagé avec une personne décédée (Flesner 1; Freud 134). Comme aucun être humain ne peut échapper à l'inévitabilité de la mort, le processus de deuil devient l'un des événements naturels de la vie, une expérience universellement partagée par les êtres humains et qui se produit en réaction à une telle perte (Bourgeois 279; Desjardins 11; Flesner 1). La perte pourrait aussi être liée à quelque chose qui définit l'individu comme sa propre culture, son identité, sa foi et ses idéaux (Freud 134). Une telle perte tend à laisser un « vide » chez l'individu, et pour qu'il s'adapte bien à la vie, cet espace doit être rempli au fil du temps (Flesner 1) - ce qui est un processus connu pour présenter des défis aux stratégies d'adaptation d'une personne et qui a été classé comme la première cause de stress psychologique (Bourgeois 279).

Comme dans toute étude scientifique, les théories dans le domaine de la psychologie sont également considérées comme profondément pratiques car elles améliorent notre compréhension et nous permettent de prédire le comportement humain, et par conséquent elles nous aident à anticiper et à contrôler notre environnement par des interventions stratégiques (Borsboom et al. 756). Ainsi, dans le domaine de la psychologie du deuil, il est important pour les conseillers de comprendre les différentes théories et modèles de deuil qui ont été proposés par d'éminents psychiatres et cliniciens travaillant depuis des décennies avec des personnes en deuil (Flesner 1). Comprendre la progression de ces théories au fil du temps aiderait les psychologues du deuil à mieux conceptualiser les modèles et à choisir l'approche la plus actuelle et la plus appropriée pour leurs clients (1). Nous verrons quelques-unes des principales théories du deuil proposées au dix-neuvième siècle.

2.2 THÉORIES TRADITIONNELLES DU DEUIL

2.2.1 Le Modèle de Kübler-Ross :

L'un des modèles conventionnels les plus connus pour comprendre le deuil est le modèle des cinq étapes du deuil. C'est en travaillant avec des patients en phase terminale d'une maladie que la psychiatre américano-suisse Elisabeth Kübler-Ross a eu l'idée d'introduire un modèle descriptif du deuil dans son livre *On Death and Dying* publié en 1969 et qui a été traduit en français comme *Les derniers instants de la vie* par Cosette Jubert, Etienne de Peyeren en 1975 (Kübler-Ross, *On Death and Dying* iii ; Kübler-Ross, *Les derniers instants de la vie* ii). Dans son livre, Kübler-Ross décrit d'abord les étapes d'un processus que ses propres patients en phase terminale semblaient expérimenter à mesure qu'ils acceptaient leur propre mort (Kübler-Ross, *On Death and Dying* 10). Elle a ensuite appliqué ces étapes aux amis et à la famille de ses patients, car elle a observé qu'ils semblaient vivre des étapes similaires pendant le deuil (10). Les étapes souvent connues sous l'acronyme DABDA, tiré de son nom anglais, sont le déni, la colère, le marchandage, la dépression et l'acceptation (11).

a. Le refus et l'isolement ou Le déni

À ce stade, les individus ont du mal à croire que la mort a eu lieu (14). Ils ont tendance à nier la réalité de la situation et à se choisir une fausse réalité plus agréable (14). Si leurs amis et leur famille semblent avoir accepté la véritable réalité de la perte, ces personnes peuvent même les éviter et s'isoler (14). Ce stade étant temporaire et considéré comme un mécanisme de défense, la personne passe aux autres stades (15).

b. L'irritation ou La colère

Lorsque l'individu se rend compte qu'il ne peut plus rester dans le déni, la frustration et la colère apparaissent (20). La personne peut commencer à se demander : « Pourquoi moi ?

C'est injuste ! » ; « Pourquoi cela m'arrive-t-il ? » Cette colère peut être projetée sur les autres (21).

c. Le marchandage

Au cours de cette phase, l'individu peut négocier des accords avec soi-même ou avec Dieu (49). Il peut croire qu'en se réformant ou en faisant des compromis sur son mode de vie, il se sentira mieux et pourra éviter le chagrin (54).

d. La dépression

Pendant cette phase, l'individu peut éprouver une tristesse aiguë car la perte commence à affecter sa vie plus profondément (70). La personne peut se retirer des gens et de la société, et passer une grande partie de son temps dans un état de morosité et de chagrin (73). L'individu peut commencer à se demander si la vie vaut la peine d'être vécue (80).

e. L'acceptation

Lors de cette phase, l'individu parvient généralement à accepter la perte (90). Cette étape est un signe de guérison (93). L'acceptation implique l'intégration de la perte dans la vie de la personne afin qu'elle puisse aller de l'avant avec une nouvelle réalité (94).

2.2.2 Les Quatre Phases du Deuil Selon Bowlby et Parkes

Les psychiatres britanniques John Bowlby et Colin Murray Parkes ont collaboré dans les années 1980 pour postuler une théorie du deuil qui décrit quatre phases de deuil (Bruce ES35). Leur théorie explique que le deuil ne progresse pas de manière linéaire, ce qui signifie que les étapes ne se déroulent pas nécessairement l'une après l'autre (Parkes et Prigerson 112; Bruce ES35; Ince et Balon 90). Au contraire, ces étapes peuvent se produire dans n'importe quel ordre, et une étape particulière peut même se répéter après un événement déclencheur tel que l'anniversaire d'un décès (Parkes et Prigerson 112).

a. La phase du choc et de l'incrédulité

Cette phase se différencie de la phase de déni dans le modèle de Kübler-Ross par le fait que l'individu est capable de faire ce qu'il faut pour faire face à la réalité (Parkes et Prigerson 114). Cela peut impliquer des changements radicaux dans le mode de vie et les habitudes quotidiennes afin de s'adapter à la situation de détresse - il peut y avoir une fermeture du corps, de l'esprit et de l'âme afin de protéger l'individu et de reconstruire sa vie (Parkes et Prigerson 114).

b. La phase de la recherche et de la nostalgie

Lors de cette phase, l'individu peut se retrouver en quête de réponses et aspirer à une réalité différente (Parkes et Prigerson 115). Elle peut avoir des pensées telles que : « Cela n'a pas pu arriver ! » « Pourquoi moi ? » « Pourquoi maintenant ? » (115).

c. La phase de la désorganisation et du désespoir

Cette phase représente une détresse grave, car la personne commence à faire face à la réalité de la perte (Parkes et Prigerson 115). On peut alors entendre des déclarations telles que : « Ma vie est finie, » « Plus rien ne m'importe, » « Je ne peux pas continuer » (115). La dépression, la désorganisation, l'étourderie et l'apathie caractérisent cette phase (115). Il s'agit de signes typiques de détresse pendant le deuil, qui ne sont donc pas diagnostiqués comme des symptômes pathologiques (115).

d. La phase de la reconstruction et de la guérison

Au cours de cette phase, l'endeuillé commence à apporter des changements à sa vie dans le but d'aller de l'avant (Parkes et Prigerson 115). Il s'efforce ainsi de restructurer et de réorganiser sa vie (116). Un nouveau sentiment d'identité peut être trouvé ou créé, qui intègre la perte et la signification qu'elle a pour sa vie à ce moment-là (116). La perte peut être considérée dans une perspective plus large (116). L'individu peut commencer à trouver des

activités et des événements sociaux agréables et peut commencer à nouer de nouvelles relations avec les gens (116).

2.2.3 Les Quatre Tâches Fondamentales de Worden

James William Worden est psychothérapeute et chercheur dans le domaine de la maladie en phase terminale et du suicide (Bruce ES35). Il a consacré trente ans à la recherche et au travail clinique avec des patients atteints d'une maladie terminale ou présentant un comportement qui met leur vie en danger (ES36). En 1982, il a publié son livre *Grief Counseling and Grief Therapy*, fruit de sa propre pratique clinique (ES36). Dans son livre, Worden décrit le deuil comme l'adaptation à la perte et postule qu'il consiste en quatre tâches fondamentales (57). Pour qu'une personne endeuillée puisse s'adapter à la perte et que le deuil soit pleinement résolu, chacune de ces tâches doit être accomplie (57). Elles peuvent suivre n'importe quel ordre, elles peuvent même se dérouler de manière simultanée ou cyclique (57).

Ces quatre tâches sont :

- i. accepter la réalité de la perte
- ii. éprouver la douleur du deuil
- iii. s'adapter à un environnement dans lequel la personne décédée est absente
- iv. retirer son énergie émotionnelle et l'investir dans une autre relation (ma trad., Worden 58-60).

Worden ajoute également que la quatrième tâche est connue pour être particulièrement difficile (Worden 61). Sa recherche révèle que c'est à ce stade que le deuil reste souvent irrésolu, car l'endeuillé peut être incapable de se détacher du lien avec l'être cher et de nouer de nouvelles relations (61). Selon Worden, la résolution complète du deuil est marquée par une diminution significative de l'intensité de la tristesse d'avoir aimé et perdu (61). Le temps nécessaire pour atteindre cet état est de 1 à 2 ans (61). Worden indique également que si l'individu n'est pas en mesure d'accomplir l'une de ces tâches, le processus de résolution du

deuil sera interrompu et l'expérience du deuil s'intensifiera, submergeant l'individu et menant au développement d'un trouble pathologique (62).

2.2.4 Le Modèle du Double Processus d'Ajustement au Deuil

Margaret Stroebe est une psychologue néerlandaise dont les recherches portent principalement sur l'étude des réactions à la perte interpersonnelle, en particulier le deuil, en se concentrant sur les approches théoriques du deuil et de l'affliction, les modèles intrapersonnels et interactifs d'ajustement et l'efficacité de l'intervention en cas de deuil (Stroebe et al. 472). Henk Schut est également un psychologue néerlandais dont les recherches portent sur les processus d'ajustement à la perte et sur l'efficacité de la thérapie du deuil (472-73). En 1999, Stroebe et Schut ont développé un modèle d'ajustement au deuil, connu sous le nom de *Le modèle du double processus d'ajustement au deuil* (198). Ce modèle définit deux catégories d'ajustement associées au deuil, à savoir celles qui sont orientées vers la perte et celles qui sont orientées vers la restauration (275). Les stratégies d'ajustement axées sur la perte se réfèrent à la concentration, à l'évaluation et au traitement par la personne endeuillée d'un aspect de l'expérience de la perte et, à ce titre, intègrent le travail de deuil (275). Cela implique de s'attarder douloureusement sur la personne perdue, voire de la rechercher, un phénomène qui est au cœur du deuil (275). Les stratégies d'ajustement axées sur la restauration se concentrent sur les conséquences du deuil et reflètent la lutte pour se réorienter dans un monde modifié sans la personne décédée (275). Repenser et réorganiser sa vie face à la perte peut également être considéré comme une composante essentielle du deuil (275).

Selon le modèle du double processus d'ajustement au deuil, le processus d'ajustement au deuil est dynamique et fluctuant, et il évolue au cours du temps (Margaret Stroebe et Schut 278). La personne endeuillée oscille entre les deux types d'ajustement (278). Parfois, l'individu affronte les aspects de la perte, parfois il les évite, et il en va de même pour les

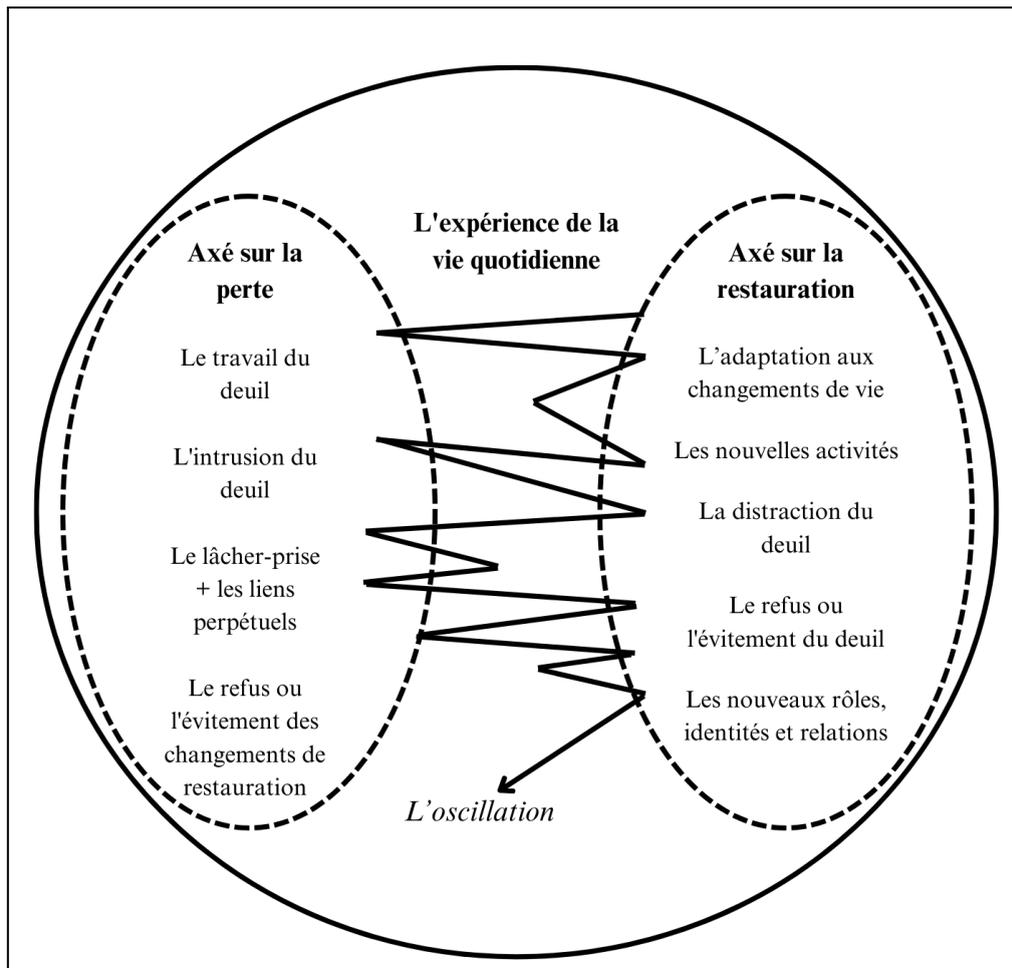


Figure 2.1 : Le Modèle du Double Processus d'Ajustement au Deuil Développé par Stroebe et Schut en 1999 (280)

aspects de la restauration (278). À certains moments également, il y aura des pauses, pendant lesquelles la personne n'est pas en deuil (278). Selon le modèle de Stroebe et Schut, l'ajustement au deuil est donc un processus complexe de confrontation et d'évitement (278). Un principe important du modèle est que l'oscillation entre les deux types d'ajustement est nécessaire pour que l'individu s'adapte bien après la perte (278).

Les théories que nous avons décrites jusqu'à présent sont les principales théories traditionnelles du deuil (Flesner 1). Malgré l'abondance d'informations qu'elles fournissent sur la manière de faire face au deuil, l'approche théorique actuelle du deuil est basée sur le modèle constructiviste (1). Cette orientation vers le deuil met l'accent sur la construction du

sens tout au long du processus de deuil (1). Une partie du cadre théorique de ce mémoire utilise la théorie constructiviste de Robert Neimeyer pour analyser *Vivre vite* de Brigitte Giraud. Afin de mieux comprendre le rôle de construction du sens dans le travail du deuil, nous devons d'abord comprendre les effets de la perte d'un être cher sur les conceptions fondamentales du sens des individus endeuillés.

2.3 PERTE ET CONCEPTIONS FONDAMENTALES DU SENS

L'œuvre de Viktor Frankl intitulé *Man's Search for Meaning* qui a montré que le besoin psychologique et émotionnel de l'être humain de trouver un sens à sa vie ou de créer un but dans sa vie est ce qui motive et oriente les gens dans leur vie quotidienne (123-25). Cet ouvrage indique que c'est ce même besoin psychologique qui permet aux êtres humains d'affronter et de vivre des expériences et des événements négatifs, même ceux qui sont tragiques, traumatisants ou tout simplement inimaginables (125).

Ce thème de trouver ou créer du sens dans la vie a trouvé son écho non seulement en psychologie, mais aussi dans d'autres contextes tels que ceux de la philosophie, de l'art et de la littérature (Flesner 1). Plus précisément, il est particulièrement utile et pertinent lorsqu'il est appliqué à des événements négatifs et pénibles et à des expériences de souffrance humaine, comme l'expérience du deuil (Gillies et Neimeyer 33). Ainsi, la recherche dans les domaines du deuil et de la perte se concentre sur l'examen des processus psychologiques par lesquels les personnes endeuillées cherchent à donner un sens à la perte d'un être cher (33). Les tendances récentes de la recherche montrent que ces domaines de recherche ont donc pris une importance considérable dans le monde de la recherche (Gillies et Neimeyer 33; Flesner 2; Park 257; Keser et Isikli 365; Den Elzen, « Rewriting the Bereaved Self » 1).

Janoff-Bulman explique comment la perte peut être une cause de traumatisme chez une personne en deuil (52). Elle dit que le traumatisme et la perte d'un proche peuvent ébranler les conceptions fondamentales d'une victime concernant le sens du monde, son

estime de soi et la bienveillance du monde ; ce qui implique que lorsque la mort d'un être cher survient, ces conceptions fondamentales peuvent être ébranlées et ainsi, elles doivent être reconstruites (56). Les théoriciens constructivistes soutiennent la notion que l'adaptation à la perte implique la construction d'une nouvelle réalité, dans laquelle la vision de monde des survivants du traumatisme et leur vision d'eux-mêmes sont à jamais modifiées (Gillies et Neimeyer 34). Par ailleurs, les endeuillés essaient de donner un nouveau sens à la perte (34).

2.4 LA THÉORIE DE LA RECONSTRUCTION DE SENS : UNE THÉORIE CONSTRUCTIVISTE DU DEUIL

Robert Neimeyer est psychologue et l'une des principales autorités en matière de deuil (Den Elzen et Neimeyer 135). James Gillies est psychologue clinicien et chercheur dans le domaine des études sur le deuil (Gillies et al. 207). Ils sont basés aux États-Unis et ensemble, ils ont travaillé sur un modèle constructiviste de reconstruction du sens pendant le deuil, qui est décrit ci-dessous (Gillies et Neimeyer 31).

La théorie de la reconstruction de sens proposée par Gillies et Neimeyer, explique qu'en réponse à une perte significative, les personnes qui la vivent tentent de reconstruire de sens au niveau existentiel et cognitif en utilisant trois activités principales : la recherche de sens, la considération des bénéfices et le changement identitaire (36).

2.4.1 La Recherche de Sens

Selon Gillies et Neimeyer, le processus de recherche implique une recherche principalement des causes de la perte, des événements qui ont entraîné le décès et le sens qui porte l'expérience de deuil en lien avec la vie de la personne endeuillée avant la perte (36-37). En désignant ce processus comme la recherche de causalité ou la recherche d'attributions, Park et Folkman expliquent que les attributions font partie des stratégies de coping (126-27). En plus, ces attributions causales sont essentiellement les « *réattributions causales* » car elles sont utilisées pour faire une réévaluation et une réinterprétation de

l'événement de temps en temps au cours de la vie de l'individu (126-27). Selon Neimeyer, c'est cette activité qui permet à la personne de se protéger des douleurs et de rétablir l'ordre et la sécurité qui ont existé autrefois (551). C'est cette étape qui aboutit à un nouveau sens donné à la perte et ainsi, elle occupe une place centrale dans le travail de deuil (551). La personne se met à se demander comment et pourquoi ce décès s'est-il passé, quels événements ont entraîné le décès, pourquoi est-il lui ou elle qui doit vivre la perte et souffre de tristesse et de douleur qui accompagnent le deuil, pourquoi est-ce son être cher qui est mort et quel sens porte cette expérience de deuil en lien avec sa vie avant la perte (551).

Selon Hartmann (292), le but de la recherche de sens est de maintenir « de la cohérence et de la consistance entre la vision personnelle du monde et les expériences vécues » (292). Le processus de la recherche de sens ne doit pas être considéré donc comme un accomplissement, mais plutôt comme une activité en cours (Neimeyer 550). En effet, au fil du temps, les personnes endeuillées ont tendance à repenser et à réinterpréter les sens qu'elles avaient attribuées à la perte qu'elles ont subie (550). Au fur et à mesure qu'ils avancent dans leur vie, les changements de circonstances ou les expériences futures peuvent remettre en question la compréhension autour de la perte qu'ils ont trouvée dans leur recherche de sens et peuvent susciter de nouvelles questions (550). Neimeyer (551) a également observé dans les résultats d'une étude menée par Davis, Nolen-Hoeksema et Larson que même si la recherche de sens peut être fructueuse, il n'est pas le contenu du sens donné - « que c'était la volonté de Dieu » (551), par exemple - qui a facilité le processus de deuil, mais plutôt le fait même qu'un sens a finalement été donné à la perte, même si le sens donné ne signifie rien pour d'autres personnes.

2.4.2 La Considération des Bénéfices

La considération des bénéfices renvoie au processus de trouver les aspects positifs d'une expérience négative et se focalisent sur ces bénéfices (Gillies et Neimeyer 36).

Le résultat de ce processus est la transformation de difficulté et de détresse en quelque chose de positif, à l'instar des nouvelles représentations mentales, des nouvelles croyances, des nouvelles visions du monde.

2.4.3 Le Changement Identitaire

La théorie cognitive qui explique les stratégies d'ajustement ou « les stratégies de *coping* » (Benmoyal-Bouzaglo et Guiot 47) « [...] postule qu'en reconstruisant du sens dans nos vies en réponse à une perte, nous nous reconstruisons forcément nous-mêmes » ("positivity that by reconstructing meaning in our lives in response to a loss, we necessarily reconstruct ourselves." ; ma trad. Gillies et Neimeyer 37). En résultent les changements positifs d'estime de soi, de l'indépendance, de la confiance ainsi que le développement d'une capacité d'adaptation face à l'adversité (37).

2.4.4 Perte et Schémas De Sens

Le modèle de processus de construction de sens en réponse à la perte d'un être cher est illustré dans la Figure 2.2 (Gillies et Neimeyer 42). Selon ce modèle, chaque individu possède un ensemble de schémas de sens qui informent sa compréhension et sa vision du monde et de soi-même (42). Dans la Figure 2.2, il s'agit des schémas de sens antérieurs à la perte, à savoir, les activités quotidiennes, la perception de soi, les relations interpersonnelles, la vision de l'avenir, la vision du monde et la spiritualité (42).

Le modèle propose que lorsque survient la mort d'un être cher, les schémas de sens de l'individu peuvent ou non être affectés par cette perte :

Les pertes qui ont un sens ou qui peuvent être expliquées à l'endeuillé peuvent être pénibles, mais [...] elles sont moins perturbantes parce qu'elles n'obligent pas l'endeuillé à réexaminer ses schémas de sens antérieurs à la perte. En fait, la cohérence d'un événement - même angoissant - avec les schémas de sens existants

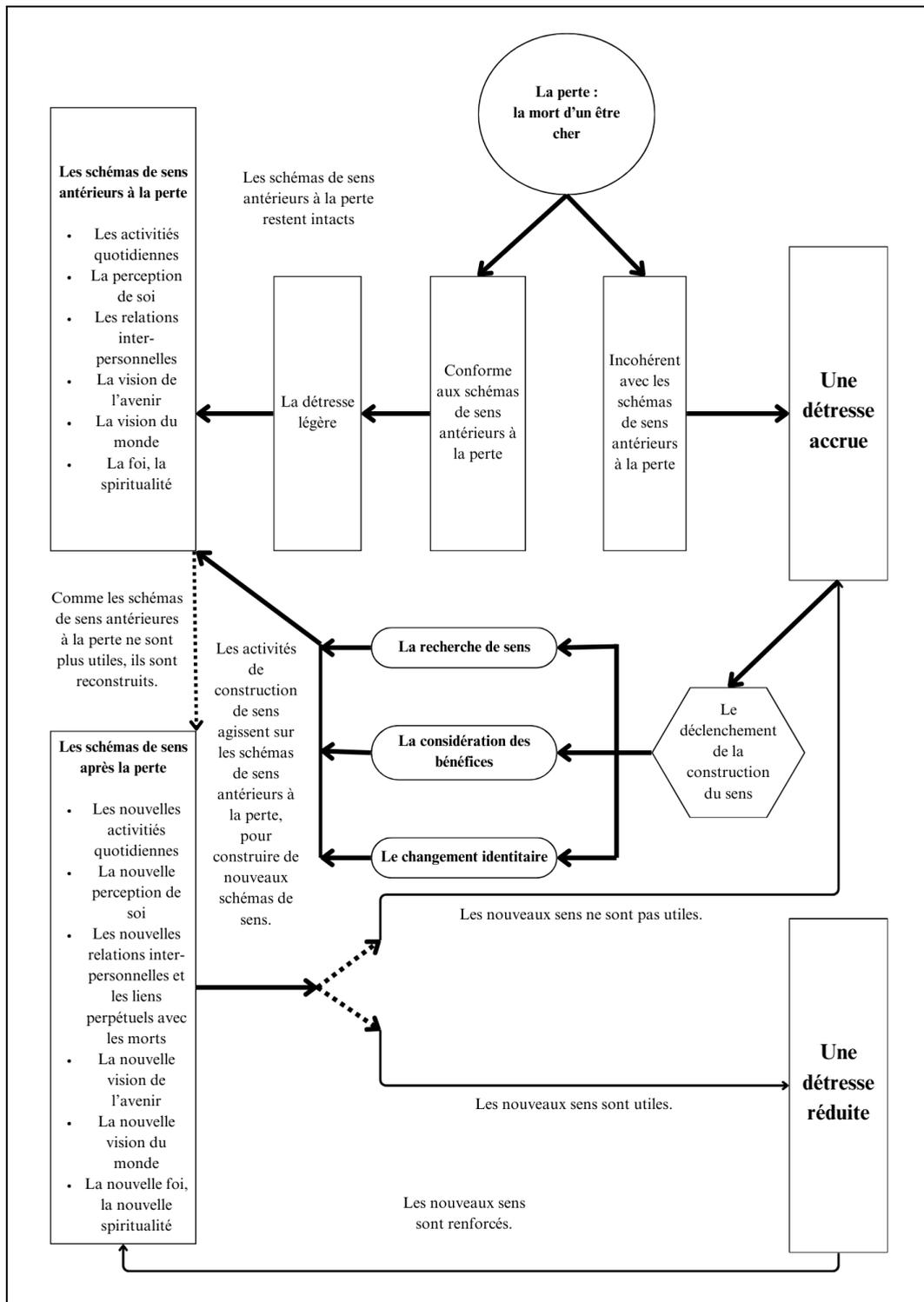


Figure 2.2 : Modèle de processus de construction de sens en réponse à la perte d'un être cher

(Gillies et Neimeyer 42).

renforcera ces schémas parce qu'ils aident à expliquer l'événement difficile et apportent généralement un certain degré de réconfort (ma trad., Gillies et Neimeyer 54).

D'autre part, les pertes qui n'ont pas de sens ou qui sont inexplicables pour l'endeuillé peuvent accroître la détresse de l'individu en raison des divergences entre la perte et les schémas de sens antérieurs à la perte. L'individu se rend alors compte que ces schémas de sens ne sont plus utiles. Le modèle postule que cette prise de conscience déclenche le processus de la construction de sens. Les schémas de sens antérieurs à la perte sont alors examinés, réévalués, renouvelés et reconstruits. De nouvelles schémas de sens après la perte sont construites par le biais du processus de construction du sens, et permettent à l'endeuillé de voir le monde d'une nouvelle manière. Si ces nouvelles schémas aident l'endeuillé à donner un sens à son expérience, la détresse de l'individu peut s'atténuer et les nouveaux schémas de sens s'intégrer dans la vision du monde de l'individu ; « mais si ces structures n'aident pas à trouver un sens et laissent l'endeuillé dans la détresse, elles sont sujettes à une nouvelle reconstruction » (ma trad., Gillies et Neimeyer 54).

Dans le but d'analyser la reconstruction du sens dans le roman *Vivre vite* de Brigitte Giraud, une partie de notre mémoire s'est focalisée sur l'activité de la recherche de sens et également sur l'influence de la perte sur les schémas de sens de la narratrice. Les autres parties de notre analyse se focalisent sur des aspects d'autres théories ou d'autres concepts.

2.5 LA PERSPECTIVE DES LIENS PERPÉTUELS

2.5.1 Le Lien d'Attachement

Chaque individu a un « *attachment behavioral system* » ou un système des comportements liés à l'attachement qui a une origine dans l'ensemble de comportements déterminés par la biologie de l'individu (ma trad., Field et al. 278). En cas de menace, soit psychologique soit physique, celui-ci est activé (278). Cette activation conduit l'individu à

maintenir, à rétablir ou tout simplement à privilégier la proximité psychologique et/ou physique avec une ou des personnes avec qui l'individu partage un attachement (278). Ces personnes représentent les figures d'attachement pour l'individu (278). Cette fonction de maintien de la proximité du système d'attachement est supposée avoir favorisé la survie et a donc évolué (278). Il convient toutefois de noter que la capacité d'évoquer une image de la figure d'attachement n'annule pas l'importance de se rapprocher physiquement d'elle de temps à autre afin de stabiliser un sentiment de sécurité (278). En d'autres termes, la croyance d'un individu dans la possibilité de retrouver sa figure d'attachement en cas de besoin est un aspect central du concept de liens d'attachement (279). En fait, comme nous l'expliquons ci-dessous, l'un des effets de la mort est la désorganisation de l'individu au niveau psychologique car elle élimine cette possibilité pour lui (279).

Les figures d'attachement sont des cibles de maintien du système des comportements lié à l'attachement et donc la stabilité psychologique de l'individu, de sorte que leur disponibilité perçue est plus susceptible de susciter des émotions positives, tandis que leur indisponibilité perçue suscite de la détresse (Field et al. 279). Dans le même ordre d'idées, les figures d'attachement remplissent également des fonctions de refuge et de base sécurisante (280). Le refuge fait référence à la motivation de rechercher le contact, le réconfort et la sécurité de la figure d'attachement en cas de stress ou de menace (280). La perception d'un stress ou d'une menace active le système d'attachement d'une personne et l'incite à établir une proximité physique ou psychologique avec la figure d'attachement afin de retrouver un sentiment de sécurité (280). On dit que l'individu dispose d'une base de sécurité dans la mesure où il se sent libre de rechercher la nouveauté et d'affronter l'inconnu en sachant que la figure d'attachement est disponible (280).

2.5.2 Le Lien Perpétuel

Les proches d'un individu occupent un certain statut et jouent un rôle particulier dans sa vie. Lorsqu'un proche décède, son rôle change, mais son statut et sa place peuvent avoir la même importance pour sa famille qu'avant son décès. En 1996, Klass et al. (350) ont élargi la connaissance et la compréhension du processus du deuil en énonçant leur modèle des liens perpétuels ; ils ont constaté que de nombreux des endeuillés continuent d'entretenir un attachement avec un être cher après la mort. Selon les chercheurs, cet attachement a été appelé un « continuing bond » (350) ou un « Lien Perpétuel » (Lievens 8). Klass et al. précisent qu'un Lien Perpétuel est un attachement qui représente la même connexion affective et le même attachement émotionnel que les endeuillés avaient avec la personne décédée, ce qui implique surtout toute l'histoire de la relation (350). Klass et Steffen énoncent les indications des Liens Perpétuels : (1) la perception continue de la présence du proche décédé dans leurs vies ; (2) la forte influence exercée par la personne aimée sur les pensées, les actions, la personnalité et les valeurs fondamentales de l'endeuillé ; (3) les aspects sensoriels de l'expérience des Liens Perpétuels telles que la visualisation des traits de son visage ou l'imagination d'une conversation avec lui ; et (4) des souvenirs ou des objets du proche liés à un aspect particulier de la vie de l'endeuillé (4). Gillies et Neimeyer expliquent que les Liens Perpétuels incluent également les émotions suscitées par ces souvenirs et ces perceptions et peuvent entraîner des changements identitaires ainsi que de nouveaux buts de vie qui reflètent le lien continu avec la personne décédée (52).

2.5.3 Les Expressions des Liens Perpétuels

Une composante importante de la détresse liée à la séparation est le besoin percutant de rechercher la personne décédée (Archer 99). Certaines expressions des Liens Perpétuels manifestées au début du deuil sont considérées comme indicatives de ces tentatives de recherche de la personne décédée (99). Par exemple, l'envie de se rendre dans des lieux

fréquentés par la personne décédée comme s'il était possible de la retrouver, ou la tendance à confondre les autres avec la figure d'attachement perdue, par exemple en voyant son visage « surgir » d'une foule ou en confondant des sons avec la voix ou les pas de la personne décédée, reflètent une tentative de rétablissement de la proximité physique (100). De tels phénomènes impliquent une incapacité à reconnaître le caractère irrévocable de la perte (100). D'autres expressions des liens perpétuels témoignent également d'une incrédulité à l'égard de la permanence de la séparation, comme le fait de conserver les biens du défunt tels qu'ils étaient avant le décès, ce qui peut être interprété comme l'expression de l'espoir que le défunt revienne (100).

Certes, nous pouvons affirmer que certaines expressions des Liens Perpétuels sont le signe d'une incapacité à renoncer à l'objectif de rétablir la proximité physique, néanmoins, l'un des points centraux de ceux qui prônent des Liens Perpétuels comme faisant partie intégrante d'une adaptation réussie au deuil est que ces liens existent bien après le décès et qu'ils existent dans le contexte d'une acceptation totale de la permanence de la séparation physique et donc, de la réalité de la mort (Field et al. 284). Cette annonce est mise en évidence par de nombre d'expressions des Liens Perpétuels identifiées dans la littérature sur les Liens Perpétuels (285). La représentation de la personne décédée comme un modèle important ou comme une partie importante de l'autobiographie de l'endeuillé sont des exemples des Lien Perpétuels. La représentation du décédée comme un héritage durable ayant laissé une empreinte permanente sur l'endeuillé qui demeure malgré la mort est un autre exemple. Celles-ci n'impliquent pas l'incapacité d'accepter la permanence de la séparation physique (285). En fait, il s'avère que ces expressions jouent un rôle central dans la résolution du deuil (Marwit et Klass 289; Neimeyer 547). Cela est fait principalement en permettant à l'endeuillé de préserver un sentiment d'identité et un lien significatif avec le passé (Neimeyer 547). Par ailleurs, en ayant intériorisé la personne décédée comme une présence intérieure

réconfortante, l'endeuillé peut être soutenu émotionnellement par la représentation mentale de la personne décédée et avoir moins besoin de la présence physique de l'autre (547). Plus précisément, dans la mesure où la représentation mentale de la personne décédée peut servir de base de sécurité et de refuge, l'endeuillé devrait être en mesure d'utiliser efficacement les Liens Perpétuels comme moyen d'adaptation dans la régulation des affects (547).

Par ailleurs, Parkes et ses collègues (Glick et al. 227; Parkes 193) ont rapporté qu'un nombre significatif de veuves et de veufs apparemment bien adaptés dans leurs études sur le deuil ont rapporté un sentiment continu de présence de leur conjoint décédé comme un compagnon constant à un moment bien avancé après le décès. En effet, de tels phénomènes de présence peuvent être considérés comme servant de base de sécurité pour permettre à l'endeuillé d'avancer vers une nouvelle vie et de faire face à l'inconnu dans le contexte de continuer à se sentir psychologiquement « tenu » par le défunt (Parkes 193).

2.6 ACCEPTATION ET DEUIL

2.6.1 Signification de l'Acceptation pour l'Endeuillé

David Kessler est un auteur, un conférencier et un spécialiste de la mort et du deuil. Il travaille également dans le domaine des soins palliatifs (Kübler-Ross et Kessler). Il a coécrit le livre *On Grief and Grieving : Finding the Meaning of Grief Through the Five Stages of Grief* avec Elisabeth Kübler-Ross, dont nous avons déjà évoqué la théorie des étapes du deuil dans ce chapitre (Kübler-Ross et Kessler). Dans leur livre, Kübler-Ross et Kessler écrivent que la guérison consiste à se souvenir, à se rappeler et à réorganiser (ch. Acceptance). Ils notent que les endeuillés revoient les événements et les faits passés dans leur esprit et tentent de donner un sens à la mort (ch. Acceptance). Les auteurs suggèrent que l'acceptation de la perte d'un être cher passe par la prise de conscience des raisons de la perte de la personne, même si l'on ne parvient jamais à comprendre pleinement ces raisons (ch. Acceptance). Ils affirment également que la personne endeuillée ne se sentira peut-être jamais à l'aise avec la

réalité de sa perte, mais le fait d'en être conscient et de l'exprimer d'une manière ou d'une autre conduira finalement à l'acceptation de cette perte (ch. Acceptance).

2.6.2 Acceptation et Deuil : Pôles Opposés de Même Dimension

Les psychiatres Holly G. Prigerson et Paul Maciejewski sont codirecteurs du Weill Cornell Medicine Center for Research on End-of-Life Care aux États-Unis (« Faculty and Staff | Center for Research on End-of-Life Care »). Leur programme de recherche se concentre sur la santé mentale et la qualité de vie des soignants endeuillés de patients atteints de cancer, ainsi que sur les processus psychologiques, sociaux et culturels qui influencent la prise de décision médicale et les soins en fin de vie (« End-of-Life Care »). Prigerson a également mené une série d'études psychothérapeutiques et pharmacologiques qui ont révélé que le trouble du deuil prolongé est un trouble psychiatrique distinct (« End-of-Life Care »).

Les chercheurs Prigerson et Maciejewski suggèrent dans leur article de recherche *Grief and acceptance as opposite sides of the same coin : setting a research agenda to study peaceful acceptance of loss* que le deuil et l'acceptation se situent sur le même continuum et sont en fait les pôles opposés de même dimension (435). Selon les auteurs, « à mesure que le deuil diminue, l'acceptation de la perte augmente, ce qui suggère que le deuil et l'acceptation peuvent être les deux faces d'une même médaille » (435). Ils expliquent que le deuil peut être considéré comme un état d'agitation émotionnelle dû à l'incapacité d'accepter la perte d'un être cher (435). L'acceptation, en revanche, peut être considérée comme un état de paix intérieure et de tranquillité atteint par le lâcher-prise de la lutte pour récupérer ce qui a été perdu (435).

Une autre observation de l'article de Prigerson et Maciejewski est que « la résolution du deuil coïncide avec une acceptation croissante de la perte » (ma trad., 435). Ils notent que chez les personnes souffrant d'un trouble de deuil prolongé, la non-résolution du deuil est associée à une détresse accrue, alors que l'acceptation, au contraire, est associée à une

détresse moindre (436). Ils concluent donc que la résolution du deuil favorise l'acceptation de la perte d'un être cher (436).

2.6.3 Acceptation de la Mort et Mémoires de Deuil

Katrin Den Elzen est psychologue australienne qui travaille dans le domaine du deuil (« Katrin DEN ELZEN »). Sa thèse de doctorat « My Decision: A Memoir » and « The Young Widow Memoir: Grief and the Rebuilding of Fractured Identity » analyse sa propre autobiographie du deuil (Den Elzen, *My Decision* 3). Ce travail porte sur les procédés narratifs et les stratégies utilisés par les autrices contemporains pour représenter l'expérience de la jeune veuve et du deuil. (*My Decision* 3).

Par ailleurs, dans un article de recherche, Den Elzen rapporte que :

L'écriture de mémoires m'a permis d'exprimer mon expérience par une description frappante et de faire face à mes sentiments de détresse et de perte. La description détaillée des scènes dans le style de la non-fiction créative a facilité mon acceptation du fait que ce qui était inconcevable m'était arrivé (ma trad., Den Elzen, « Rewriting the Bereaved Self » 12).

Den Elzen ajoute également que pour faciliter le processus de deuil, elle avait besoin de dépasser et de transformer son expérience afin d'accepter la réalité de la mort (Den Elzen « Rewriting the Bereaved Self » 3, 12 ; Den Elzen *My Decision* 367). Elle indique aussi que lorsqu'elle avait besoin d'exprimer et d'accepter la détresse et la tristesse qu'elle ressentait, c'était l'écriture, en particulier la métaphore, qui lui venait en aide et « jouait un rôle clé en me [lui] fournissant le langage nécessaire pour le faire » (ma trad; Elzen « Rewriting the Bereaved Self » 2-3, 12).

2.6.4 Rôle de l'Écriture sur Acceptation

Courtney Moses a publié une thèse de Master sur le sujet du rôle de l'écriture du journal intime sur l'acceptation (Moses 4). Elle explique que l'écriture est en mesure d'aider

l'auteur à se détacher émotionnellement de ce qu'il ressent (8). Elle crée une distance psychologique entre l'expérience émotionnelle et la personne (8). Ce processus commence par la transposition sur une page des mots qui symbolisent l'état émotionnel de l'auteur, ce qui offre une libération psychologique à la personne (8). Une fois cette libération effectuée, l'auteur est alors en position de se pencher sur les mots qu'il a écrits et d'y réfléchir (9). À ce stade, les pensées représentées par ces mots n'ont plus de pouvoir sur l'auteur, du fait de la distance psychologique créée par une telle écriture (9). Au contraire, ces mots deviennent un outil de compréhension et d'acceptation (9). Alors que la version de l'auteur sur la page peut être consumée par des pensées et des émotions négatives, la version de l'auteur hors page peut prendre du recul, observer ces pensées négatives et les comprendre avec compassion et raison (9). L'auteur peut alors accepter ces pensées et ces émotions comme une partie valable de son expérience et aller de l'avant dans sa vie (9).

Se confronter à des événements désordonnés et confus et faire face à l'expérience irrésolue fait appel à un degré élevé de réflexion (Moses 14). La réflexion est donc une méthode que l'individu peut utiliser pour tenter de donner du sens à ce qui s'est passé (14). La confrontation avec les pensées et les émotions qui accompagnent ce travail de réflexion facilite le processus de l'acceptation (14).

2.7 RECHERCHE SUR LES ŒUVRES DE BRIGITTE GIRAUD

2.7.1 Les Recherches sur *Pas d'inquiétude*

En 2011, Brigitte Giraud a publié *Pas d'inquiétude (PD)*, dans lequel elle décrit de manière frappante le fardeau constant qui pèse sur les parents qui travaillent et qui doivent s'occuper d'un enfant qui a reçu un diagnostic de cancer (*PD* 32-34). La femme du narrateur ne veut pas parler du cancer de leur fils au travail car elle a peur de perdre son emploi (*PD* 36). Un tout nouveau monde médical envahit leur vie, affectant irrévocablement les relations futures (*PD* 39).

Ce roman de Giraud a été évoqué dans la recherche menée par Berthod et al. (2). Selon les chercheurs, le diagnostic de cancer du fils des parents dans *Pas d'inquiétude* bouleverse leur univers (2). Elle affecte leurs activités quotidiennes et leur routine, et perturbe leur rythme de vie (2). Les parents commencent à se remettre en question et à faire le point sur leur vie (2). Ils indiquent aussi que les mères doivent parfois assumer une triple journée de travail, en plus de la gestion du foyer (2). Cette étude reprend un message important de *Pas d'inquiétude* et l'applique à des situations réelles rencontrées chez les membres des familles d'enfants atteints de cancer - la vie professionnelle des parents reste fortement influencée par l'environnement familial et hospitalier (8). Leur recherche montre que si le statut médical de l'enfant change, le statut professionnel du parent change aussi - les parents sont perçus très différemment par leur employeur et leurs collègues de travail dès que ces derniers apprennent la maladie de l'enfant (8). Dans le roman *Pas d'inquiétude* ces parents sont perçus comme « parents courageux » et « héros malgré eux » - ceux dont personne ne voudrait vivre la situation (Giraud, *PD* 62).

2.7.2 Les Recherches sur *À Présent*

La description par Giraud d'expériences de vie difficiles et éprouvantes semble perçue par Berthod et al. (8) comme une réflexion et une compréhension réaliste, terre-à-terre et proche de la vie et des expériences réelles auxquelles sont confrontées les personnes en situation difficile. On peut donc dire que son genre d'écriture peut être considéré comme empathique même accessible par ses lecteurs, qui peuvent s'identifier dans les personnages de ses histoires. En partant de ce principe, le roman étudié ici - *Vivre vite* - peut également être accessible à ses lecteurs et cette recherche vise à faire ressortir les éléments du roman qui peuvent faciliter et soutenir les personnes confrontées à des situations difficiles dans leurs parcours respectifs.

Par ailleurs, on trouve aussi un autre roman *À Présent* de Brigitte Giraud écrit en 1999 (Giraud, *AP* 1). Habib indique que dans ce roman, l'auteur y exprime un deuil autour de la perte de son mari tué dans un accident de moto (222). D'après Habib, le roman est court et serré, et il donne aux lecteurs une impression forte que la voix de la narratrice, du Moi dans l'histoire, n'est autre que celle de l'auteure elle-même (222). En outre, Camet et Sabri (10) indiquent que l'auteure fait en sorte que le Moi s'affirme en se servant d'un langage cru, en écartant les règles de la grammaire avec une langue unique disparate et en bousculant les cadres syntaxiques avec des marmonnements et des jurons (10). Ils expliquent que malgré son écriture contemporaine, cette autobiographie vise à la restauration de l'auteure par l'intermédiaire de son rôle thérapeutique ; ce rôle permet à la romancière de rechercher et retrouver le Moi qui semble perdu (10).

2.7.3 Les Recherches sur *Vivre vite*

Un article de recherche publié par Iskandarani sur le roman *Vivre vite* vise à mieux comprendre l'attitude de l'auteure Brigitte Giraud d'écrire au sujet du drame de la mort de son mari après une vingtaine d'années. L'article analyse aussi la mémoire traumatisée dans *Vivre vite*. Tout d'abord, Iskandarani indique que le titre sert plusieurs fonctions, à savoir, il désigne le thème du roman et donc c'est un titre thématique et en faisant référence au thème principal du roman et en suscitant la curiosité du lecteur, cela sert comme titre littéral. Afin de mettre en exergue la structure du récit, l'article examine les rôles que jouent des questions philosophiques sur le sens du destin et du hasard dans cette structure.

Puis, Iskandarani souligne un autre aspect de cette histoire :

La voix dominante est le « je » grammatical de la première personne, il renvoie à un double référent : le « je » de la narratrice raconte et analyse à posteriori les faits et les gestes du « je » correspondant au « moi » du passé, qui ploie sous la catastrophe (la mort de son compagnon) (Iskandarani).

Enfin, Iskandarani explique que la mémoire traumatisée est un élément au cœur du récit *Vivre vite* car la perte de son mari a provoqué un traumatisme chez la romancière et il en résulte une capacité fortement affectée à évoquer quelques parties de sa vie.

CHAPITRE 3 : MÉTHODOLOGIE

3.1 APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

La méthodologie utilisée dans cette thèse est la méthode de recherche qualitative connue comme l'analyse thématique. L'analyse thématique va au-delà de la quantification d'ensembles de données tels que le comptage de mots ou de phrases explicites (Braun et Clarke 4). Elle se concentre sur l'identification et la description d'idées implicites et explicites dans les données (4).

3.1.1 Les Étapes d'Analyse Thématique

Braun et Clarke expliquent avec éloquence et précision les approches qui constituent cette méthodologie (4).

a. La Première phase : Se familiariser avec l'ensemble des données.

Au cours de cette phase initiale, le chercheur s'immerge dans le contenu des données (4). Pour cela, il procède à plusieurs lectures attentives des données (4). Si le chercheur travaille avec des transcriptions de données audio, plusieurs écoutes attentives de l'enregistrement seront nécessaires (5). L'objectif de ce processus est de se familiariser intimement et profondément avec les idées représentées dans les données (5). Le chercheur doit noter toutes les pensées analytiques et les idées éclairantes qu'il peut avoir et qui sont liées à certains segments des données ou à l'ensemble du contenu des données (5).

Le processus de familiarisation est un engagement critique qui repose sur la sensibilité analytique du chercheur (10). Chaque ensemble de données a un contenu superficiel qui est évident pour presque tous les lecteurs (10). La sensibilité analytique se réfère à la capacité d'aller beaucoup plus loin que le contenu superficiel (10). Elle consiste à établir des liens entre le sujet de l'ensemble de données et la recherche existante, les connaissances théoriques et le contexte influençant les données (10).

b. La deuxième phase : Générer des codes.

Générer des codes ou le processus de codage en tant que processus est pratiqué dans de nombreuses formes d'analyse qualitative (32). Dans l'analyse thématique, la phase de codage implique une exploration systématique et détaillée du contenu de vos données (35). Les codes sont les plus petites unités de toute analyse thématique et ils capturent des idées, des concepts ou des significations intéressants d'un point de vue analytique dans diverses parties des données (35). Chaque code doit avoir une signification définitive et distincte qui le différencie des autres codes (35). Les codes constituent les éléments de base de l'analyse thématique (35). Toute recherche comporte une ou plusieurs questions de recherche, et chaque notion ou concept représenté par les codes doit être pertinent par rapport à la question de recherche (36). Ensuite, le chercheur applique à chaque code des descriptions analytiquement significatives sous la forme de phrases courtes et concises (36). Ces descriptions sont connues sous le nom de descripteurs de code et sont utilisées comme des marqueurs abrégés pour leurs codes respectifs (36). Ainsi, le codage peut être défini comme le processus d'exploration de la multiplicité et de la structuration du sens des données, la formation de codes et l'application de descripteurs de code à chaque code (36).

L'une des idées clés du processus de codage est que les codes développés doivent capturer une gamme de significations - explicites et implicites, descriptives et interprétatives - au sein du texte (39). En outre, le codage ne doit pas seulement résumer et réduire le contenu des données, il doit également refléter le point de vue analytique du chercheur sur ce qui est intéressant dans un texte (39).

c. La troisième phase : Générer des thèmes initiaux.

Un thème est essentiellement un modèle de signification partagé au sein des données (55). Les codes élaborés au cours de la phase de codage sont regroupés, pour générer les

thèmes distincts, en fonction de l'idée ou du concept central qu'ils ont en commun et de leur capacité à répondre de manière pertinente à la question de recherche (55).

Le développement des thèmes est un processus dans lequel le chercheur doit jouer un rôle proactif plutôt que passif, ce qui signifie que les thèmes ne sont pas « trouvés » dans les données, mais qu'ils sont censés être construits par le chercheur sur la base de ses connaissances et de ses idées (57). Alors que les codes saisissent des significations spécifiques, les thèmes décrivent des significations plus larges et partagées (57). Une fois que les thèmes potentiels ou candidats qui répondent de manière appropriée à la question de recherche ont été identifiés, toutes les données codées pertinentes doivent être rassemblées sous chaque thème candidat (58).

d. La quatrième phase : Examiner les thèmes.

Au cours de cette phase, les thèmes candidats doivent être examinés afin de déterminer si les données rassemblées sous chaque thème soutiennent suffisamment le thème respectif (66). Si les données ne justifient pas suffisamment le thème ou s'il y a une variation considérable entre les codes rassemblés sous un thème spécifique, il peut être nécessaire de renommer ce thème particulier ou de le diviser en sous-thèmes justifiés de manière satisfaisante par la variation des données (66).

e. La cinquième phase : Affiner et nommer les thèmes.

Ici, le chercheur doit s'assurer que les thèmes sont clairement définis et délimités, et que chaque thème s'articule autour d'un concept central bien défini (78). Le concept de chaque thème doit répondre à la question de recherche et être en harmonie avec les concepts fondamentaux des autres thèmes (78).

f. La sixième phase : Repérer les exemples et rédiger le rapport.

Les extraits de données qui illustrent chaque thème doivent être localisés et compilés sous chaque thème au cours de cette phase (84). Une fois cette étape franchie, le chercheur

doit rédiger un récit analytique cohérent sur les données, à l'aide des thèmes et de leurs exemples, qui raconte au lecteur une histoire convaincante et persuasive, tout en apportant une réponse finale à la question de recherche (84).

3.1.2 Méthode d'Analyse du Corpus

Le présent mémoire a examiné, par le biais de la méthode de recherche qualitative connue comme l'analyse thématique, la question des processus impliqués dans la reconstruction de sens dans le contexte du deuil ainsi que dans l'acceptation de la réalité de la mort par le biais de l'écriture dans le roman *Vivre Vite* de Brigitte Giraud. Dans un premier temps, nous nous sommes immergés à plusieurs lectures du roman *Vivre vite* en notant toutes les notions et les idées analytiques et éclairantes tout au long du roman. Cela était fait dans le but de nous familiariser profondément avec les idées représentées dans le roman. En utilisant un engagement critique, nous avons établi des liens entre la question de notre recherche et le roman, ainsi qu'entre les idées repérées du roman et la recherche existante dans le domaine de la psychologie du deuil et les connaissances théoriques du deuil. Dans un deuxième temps, nous avons créé les codes pour chaque notion correspondant au cadre théorique de cette recherche. Également, nous avons fait en sorte que chaque code soit lié à la question de recherche de cette mémoire. En plus, pour chaque code, nous avons rédigé des descripteurs de code. Dans un troisième temps, nous avons regroupé les codes en fonction de leur concept commun pour générer les thèmes distincts où chaque thème contient les codes avec une idée ou une signification partagée. Par ailleurs, les thèmes ont répondu à la question de recherche. Dans notre recherche, les thèmes étaient les plusieurs catégories de réattributions causales, le nouveau sens donné à la perte, et les différents moyens de l'acceptation chez l'autrice de la réalité de la perte. Dans l'étape suivante, nous avons repéré les extraits du roman illustrant chaque thème et nous les avons compilés sous ce thème. Enfin, nous avons rédigé notre

analyse sous la forme d'un narratif analytique, à l'aide des thèmes et de leurs exemples, qui a abouti à la réponse finale à notre question de recherche.

CHAPITRE 4 : ANALYSE ET CONCLUSIONS

4.1 RÉATTRIBUTIONS CAUSALES DANS *VIVRE VITE*

L'attribution causale se définit comme un processus permettant aux personnes d'utiliser des informations pour établir des inférences causales et des liens de cause à effet entre des événements, des situations ou d'autres aspects de la vie (Kelley 107). Ce processus implique la formulation de causes spécifiques pour expliquer les raisons qui ont conduit à la survenue d'un événement. Park et Folkman (126, 261) précisent que puisque le processus psychologique de l'attribution causale d'un événement subit les réévaluations et les réinterprétations au cours de la vie, une appellation plus appropriée serait les réattributions causales.

Il semble que dans le roman *Vivre vite* de Brigitte Giraud, il y a des catégories du thème de la réattribution causale : (1) la réattribution causale de sa famille, (2) la réattribution causale de soi, (3) la réattribution causale des événements ou des facteurs externes, et (4) la réattribution causale de son mari Claude.

Les titres de tous les chapitres commencent avec le mot « Si » et il paraît que chaque chapitre ou chaque « Si » appartient à une catégorie du thème de la réattribution causale. Le choix de la structure des chapitres par Giraud montre une recherche méthodologique de sens sous la forme d'une narration chronologique. Chaque chapitre s'ajoute à une frise chronologique clairement énoncée des événements qui ont lieu pendant les jours précédant la mort de son mari. Il faut mentionner que quelques chapitres remontent un peu plus loin dans le temps.

Le roman s'ouvre au moment où la narratrice a signé la vente de la maison - la maison qu'elle a achetée avec Claude il y a vingt ans, « et dans laquelle il n'a jamais vécu » (Giraud, *Viv.* 11) parce qu'il a été tué dans un accident quatre jours avant qu'ils aient pris les clés de la

maison du vendeur. La nuit qui a suivi la mort, Giraud commence à feuilleter le livre que son mari Claude lisait alors, dans lequel il est écrit « *Vivre vite, mourir jeune. [...] Jouer au méchant. Tout saloper* » (Giraud, *Viv.* 11). La romancière semble commencer à réfléchir sur ces mots et la possibilité qu'ils ont eu une grande influence sur son mari le jour de l'accident. Au fur et à mesure que les jours passent, Giraud écrit qu'elle commençait à se demander comment exactement s'est passé l'accident et qu'est-ce qui l'a provoqué, ces questions sont devenues des obsessions mentales et psychologiques :

Je n'étais obsédée que par une chose [...] vouloir comprendre comment était arrivé l'accident. Un accident dont on n'a jamais expliqué la cause, ce qui fait que mon cerveau n'en a jamais fini de galoper (Giraud, *Viv.* 18). (Giraud, *AP* 1)

Nous voyons que le déclenchement de la recherche de la causalité de la mort de son mari Claude commence réellement dans le récit quand la narratrice est obligée de quitter la maison : « Au moment où je suis obligée de quitter les lieux, [...] il me faut faire un dernier point, qui me permettra de clore l'enquête » (Giraud, *Viv.* 18).

C'est à ce moment-là qu'elle commence la litanie des si : « Je reviens sur la litanie des « si » qui m'a obsédée pendant toutes ces années. Et qui a fait de mon existence une réalité au conditionnel passé » (Giraud, *Viv.* 23). Nous pourrions comprendre que les mots « Conditionnel passé » (23) semblent très importants, très lourds, plein de signifiante. Ces mots pourraient être considérés comme une indication claire d'une tentative de remonter le temps et non seulement de revisiter l'histoire de la mort de son mari, mais aussi de la comprendre et de lui donner un sens par le biais de l'écriture.

Avant de « fermer définitivement la porte » (Giraud, *Viv.* 19) de la maison dans laquelle son mari et elle allaient commencer un nouveau chapitre de leur vie, l'autrice précise, qu'au cours de nombreux chapitres qui suivent, elle fera « une dernière fois le tour de la question » (19) - cela veut dire la question du « si ».

4.1.1 Réattribution Causale de la Famille de l'Autrice

Le chapitre intitulé « *Si mon grand-père ne s'était pas suicidé* » commence avec une description de la conception fondamentale de Giraud du monde et de la survenue des événements dans la vie :

Il n'y a pas d'ordre, ni chronologique ni méthodologique, à l'enchaînement des événements. Seulement des vagues qui se profilent depuis l'horizon, bien visibles sur leurs lignes de crête, le plus souvent inoffensives parce que prévisibles, vaguelettes ou rouleaux peu importe, et puis il y a ces lames de fond, qu'on n'a pas vues venir, qui enflent et viennent vous engloutir quand vous avez le dos tourné (Giraud, *Viv*. 34).

Dans cet extrait, une des croyances de la narratrice est clairement évidente dans le texte. C'est la croyance que dans la vie, il n'y a pas d'ordre d'événements connu par l'Homme. L'ordre est décrit comme « ni chronologique ni méthodologique » (Giraud, *Viv*. 34). Il semble que cette description signifie un ordre qui ne peut pas être connu d'avance par les Hommes ; un ordre qui n'est pas systématique et ne suit pas les règles de la chronologie. Pour la romancière, il n'y a pas de logique ou de structure à cette séquence d'événements. L'écrivaine met en parallèle les événements de la vie et les vagues qui approchent de l'horizon, continûment et sans relâche. La plupart des événements sont inoffensifs ; ils produisent des effets minimes sur la vie. Mais, il y a quelques événements qui sont comme des « lames de fond » (34). Une lame de fond est un phénomène dans l'océan ou la mer, qui consiste en une série de vagues capable de destruction répandue car elles prennent de la vitesse et montent en puissance devenant d'une taille considérablement plus grande que les autres (Cavaleri et Bertotti 10,508-10,509; Odériz et al. 1; Thomson et Rogers 3136, 3139; Mentaschi et al. 2422). Dans le contexte du roman, l'autrice explique que les événements analogues aux lames de fond sont complètement imprévisibles et insensibles, et ils « enflent » (Giraud 34) et aboutissent à un seul événement qui change notre vie pour toujours.

Une telle lame de fond dont Giraud parle est le suicide de son grand-père maternel :

Si mon grand-père n'avait pas mis fin à ses jours prématurément, nous n'aurions pas pu envisager cette première acquisition, puis revendre, puis racheter. Et jamais, au fil du temps, nous n'aurions mis les pieds dans cette vaste maison avec garage qui sera à l'origine de l'accident (Giraud 35).

On voit clairement dans le texte que Giraud forme un lien entre le décès délibéré de son grand-père maternel et le décès accidentel de son mari. Pour la narratrice, il semble qu'un décès a mené, à terme, à un autre décès, la perte d'un être cher a mené à la perte d'un autre être cher. Cette perte était vue comme un événement qui « n'a rien génère d'autre, en apparence, qu'une somme d'argent » (Giraud, *Viv.* 34) et apparaissait donc comme une bénédiction à l'époque. Cependant, plus tard, cette bénédiction s'est révélée être le contraire. On pourrait dire que ce fil de sa pensée est illogique – attribuer une causalité de la perte de son mari à la mort de son grand-père semble absurde - et la romancière l'admet : « La mort de mon grand-père n'a peut-être rien à voir avec tout cela » (34) ; « [...] mon grand-père n'est pas le seul responsable de cet argent [...] » (35).

En même temps, la romancière considère un autre agent important qui a contribué à la mort de son mari - la situation économique à l'époque :

L'autre grand ordonnateur, et sans doute le plus terrible, est la spéculation immobilière qui commençait à faire tourner les têtes à la fin des années quatre-vingt. Tu achètes 320 000 francs, dix ans plus tard tu revends le double. Banco. [...] La tentation était grande [...] nous finissions par nous laisser gagner par ces injonctions d'expansion, et d'argent facile (Giraud, *Viv.* 36).

Ici, la narratrice cite le rôle de l'influence de l'immobilier sur l'économie à l'époque comme « [...] sans doute la plus terrible [...] » (Giraud, *Viv.* 35-36) cause de « [...] l'enchaînement des événements » (34) qui ont mené au décès. Elle fait une référence causale

indirecte à la grande « tentation » (36) pour dissimuler leur motivation pour prendre le train en marche. L'usage du pronom nous renvoie ici à la fois à son mari et à elle : « [...] nous finissions par nous laisser gagner [...] » (36) et indique que la réattribution causale est faite à « nous » plutôt qu'à « moi, » comme dans les autres parties du roman. Il s'ensuit qu'il y a une prise de conscience ainsi qu'une acceptation de la part de l'écrivaine du fait que la série des événements menant à la perte de son mari n'était pas déclenchée par un seul facteur voire une seule personne ou événement, mais plutôt par une confluence de plusieurs facteurs.

Le frère de la romancière, David, semble avoir eu de nombreuses possibilités pour garer sa moto - il a demandé à « ses amis, ses collègues, les parents d'élèves de l'école, et bientôt le responsable du parc de véhicules de la police, autrement dit son chef » (Giraud, *Viv.* 73). Mais toutes ces possibilités semblent avoir été rejetées. Aucune d'entre elles n'a abouti et personne n'a pu l'aider à résoudre son problème. Il commençait à se désespérer.

Dans une tentative d'interprétation de cette cause spécifique, elle semble imaginer et créer dans son esprit un scénario possible dans lequel son frère aurait pu être sur le point d'appeler un ami du karting-club, ou peut-être était-il sur le point de demander encore une fois au frère de sa femme, ou peut-être avait-il prévu de soudoyer le concierge de son immeuble avec 200 francs afin d'obtenir l'accès aux caves, ou peut-être... ou peut-être... La répétition de « peut-être » pourrait être considérée comme une façon de remplir les trous dans l'histoire qu'elle est en train de créer, ce qui devrait l'aider dans sa compréhension et sa recherche de sens autour de cette cause spécifique derrière la mort de son mari.

C'est à ce moment-là que la mère de Brigitte Giraud a dit à David :

Brigitte a les clés à l'avance. Brigitte a les dès ce vendredi 18 dans l'après-midi, le notaire a fait une petite exception, si tu vois ce que je veux dire, enfin ça reste entre nous. N'est-ce pas une coïncidence inouïe. Parfois la vie vous fait de ces cadeaux (Giraud, *Viv.* 74).

Le sarcasme chargé de ces mots « Parfois la vie vous fait de ces cadeaux » (74) semble dénoter de l'amertume. L'amertume et la colère porte sur le fait qu'elle ait révélé à sa mère qu'elle avait les clés à l'avance. Giraud semble s'en prendre à elle-même, à sa mère et à son frère.

4.1.2 Réattribution Causale de Soi

La narratrice parle de ses rêves, ses aspirations, ses buts de vie - le lieu idéal de la maison, le nombre de chambres, un jardin, même l'orientation de la maison. Il semble qu'elle se sent responsable, qu'elle se critique elle-même, elle assume le blâme d'avoir eu ces aspirations. « [...] je scrutais les petites annonces, je téléphonais, je faisais des comptes, j'organisais des visites de notre trois-pièces » (Giraud, *Viv.* 37). Ici, nous remarquons aussi qu'une lame de fond commence à se développer. Ces actions suggèrent une pression pour se diriger d'un lieu à l'autre, peut-être à la recherche de quelque chose - quelque chose qui, croyait-elle, lui apporterait le contentement et la joie de vivre.

Alors que l'autre lame de fond à laquelle Giraud fait allusion est quelqu'un d'autre qu'elle-même (son grand-père), on peut affirmer qu'ici, elle indique qu'elle était elle-même l'incarnation d'une telle lame de fond - une lame de fond dont elle n'a jamais remarqué la présence, tout comme elle l'écrit au début du deuxième chapitre « [...] il y a ces lames de fond, qu'on n'a pas vues venir, qui enflent [...] » (Giraud, *Viv.* 34) et qui enflait en elle : « Ce que j'avais lancé comme une proposition, pour ne pas dire un amusement, devenait une évidence puis bientôt une urgence. L'adrénaline me tenait » (37, 38). Le mot « urgence » désigne, on pourrait dire, une transition rapide de l'état de l'esprit, d'une proposition à une urgence, cette rapidité est comme la rapidité d'une lame de fond – et les actions de l'écrivaine dont elle parle, à savoir, « scrutais, » « téléphonais, » « faisais des comptes, » « organisais des visites » sont comme une vague qui s'élève lentement jusqu'à une vague de fond dont elle a parlé avant

: « [...] il y a ces lames de fond, qu'on n'a pas vues venir, qui enflent et viennent vous engloutir [...] » (34).

« Je visais l'impossible. C'est peut-être ce qui me plaisait » (Giraud, *Viv.* 38) : On pourrait dire que cette déclaration désigne une croyance selon laquelle ses souhaits de « trois ou quatre chambres », « petit jardin ou terrasse », « un endroit pour garer la moto [de son mari] », « [...] prendre les petits déjeuners dehors, inviter des amis, permettre à notre fils de jouer au grand air » lui paraissent irréalistes, avec le recul (38). Mais si l'on y réfléchit, ces rêves sont relativement banals, plutôt normaux pour la plupart des gens, et ils ne paraissent pas irréalistes ou impossibles, comme elle le juge. Il paraît plutôt que Giraud cherche à se blâmer alors qu'en réalité, il n'y a peut-être pas de raison.

Cependant, dans le chapitre où la romancière achète la maison dans laquelle Claude et elle allaient commencer leur avenir, on découvre un autre tournant de l'intrigue où on pourrait peut-être mieux comprendre pourquoi elle se sent responsable des événements qui suivent. Quand l'écrivaine a répondu à une petite annonce de la vente d'une maison dans le même quartier, elle a appris que cette maison parfaite « éblouissement » (Giraud, *Viv.* 41) était très chère et qu'elle ne pouvait pas l'acheter. Mais, du jardin de cette maison, elle aperçoit une autre maison cachée derrière :

En parcourant l'immense jardin, [...] j'ai aperçu qu'il existait, dans l'angle caché derrière la haie, une autre maison, plus petite, plus modeste, dont les volets à la peinture écaillée clos, une maison à l'abandon qui disparaissait dans la végétation. [...] C'était plus fort que moi [...] (Giraud, *Viv.* 42).

Giraud avait trouvé la maison de ses rêves, celle qui lui offrirait l'avenir qu'elle souhaitait. Acheter cette maison lui tenait à cœur. Elle avoue qu'après avoir entendu les histoires épouvantables sur le lien entre la maison et la Seconde Guerre mondiale, la « présence d'ondes néfastes » (Giraud, *Viv.* 43) aurait fait fuir n'importe qui d'autre dans la

direction opposée. Mais pas elle : « J'ai fait tout le contraire, j'ai été comme aimantée par cette énigme qui s'offrait à moi [...] » (43). Il semble que l'écrivaine se reproche d'avoir eu un fort désir de posséder cette maison qui a piqué son intérêt et sa curiosité et qui lui semblait « inespéré », ce qui suggère une réattribution causale de soi.

Il avait été convenu que les clés de la nouvelle maison seraient remises à Claude et Brigitte le jour où ils étaient censés signer l'acte de vente, le lundi 21 juin, mais l'écrivaine et son mari voulaient avoir les clés trois jours à l'avance que la date prévue - le vendredi 18 juin. Giraud écrit :

C'était drôle et régressif, de bourrer la voiture de sacs et de cartons, comme lorsque nous étions étudiants, c'était une joie de trier, de faire des piles d'objets, et de commencer à nous mettre en mouvement. Nous avions besoin d'agir, après tous ces mois de tergiversation. Il nous était impossible de rester immobiles, nous avions tellement envie de commencer à occuper les lieux. Nous étions électriques, et chaque geste s'accomplissait dans une impatience qui peut se nommer euphorie. Cette fébrilité était la même que le jour où j'ai quitté la maison familiale pour m'installer avec Claude dans le centre-ville de Lyon. Ce sont des sensations uniques, qui s'inscrivent, qui marquent le corps tout entier dans ce qu'il charrie d'énergie. La maison nous permettrait de mettre en œuvre notre imagination, sans autre limite que celle de notre budget (Giraud, *Viv*. 58).

La narratrice admet dans le quatrième chapitre du roman qu'elle pense maintenant qu'ils étaient « trop impatients » (Giraud, *Viv*. 58) d'obtenir les clés. Ils voulaient les recevoir en avance afin de pouvoir procéder au déménagement pendant le week-end, avant le lundi 21 juin. Ici encore, nous voyons « l'urgence » (58) de débiter la vie future : « nous avons les suppliés de nous remettre ce trousseau quelques jours à l'avance, » « Nous avons besoin d'agir, » « Nous étions électriques, [...] se nommer euphorie » (58). Les mots « suppliés, »

« électriques, » « euphorie, » « fébrilité, » « des sensations uniques, » « énergie, » « avec empressement » dénotent une déclaration de la présence d'une certaine force psychologique irrépressible, qui les a peut-être poussés à la précipitation et à l'impulsivité (58). Nous voyons un rare cas de réattribution causale dans le roman où Giraud attribue ces forces à la fois à elle-même et à son mari, alors qu'ailleurs, lorsqu'elle fait partie d'un cas d'attribution causale, elle ne s'en prend qu'à elle-même. Elle rend responsable la précipitation de commencer leur rêve collectif de démarrer leur vie ensemble : « La maison nous permettrait de mettre en œuvre notre imagination » (58-59).

La romancière semble également utiliser l'écriture pour décrire sa focalisation excessive sur ses projets et sur les événements futurs pressentis, ce qui la pousse à faire les choses trop tôt. Elle imaginait déjà vivre son rêve : « Je me voyais déjà remuer la terre pour organiser des plantations, imaginer un petit jardin botanique [...] une serre miniature [...] une véranda, [...] » Nous voyons que l'écrivaine pense qu'ils se sont trop focalisés sur leurs rêveries et désirs :

Disons que ce n'était pas un problème de penser, c'était plutôt le contraire, il était impossible de ne pas extrapoler. C'est étonnant comme l'esprit prend tout l'espace, se projette, et n'en finit pas d'explorer chacun des mètres carrés nouvellement acquis (Giraud, *Viv*. 59).

Giraud rappelle avec précision le week-end où ils ont reçu les clés en cadeau - elle décrit la lumière de juin tournant sur les murs en terre, le grand portail en bois, la lourde clé - le souvenir vivace de cette journée semble être gravé profondément dans son esprit - et nous pouvons donc comprendre qu'il s'agissait d'un événement très marquant dans sa vie, qu'elle le considérait comme un accomplissement et comme une joie à ce moment-là. Avec le recul, cependant, la narratrice a des regrets et elle attribue en partie à leur choix de demander les

clés plus tôt que prévu la conséquence de ce qui est arrivé à son mari. Donc, nous pourrions dire que l'écrivaine fait une réattribution causale à son mari et à elle-même.

La narratrice se critique, d'ailleurs, de tomber dans les clichés des films et des magazines : « Ce salon de jardin [...] était l'exacte projection de notre vie future telle que je l'imaginai, cliché sans doute glané dans des films ou dans des revues de décoration [...] » (Giraud, *Viv.* 60). Elle voit une table en fer avec 4 chaises et même si elle sait qu'elles sont inconfortables, elle les achète parce qu'elles ressemblent exactement à ce qu'elle a vu dans les revues de décoration. Elle attribue la faute à trois raisons : (i) à la volonté qui l'a poussée de poursuivre une image qu'elle pense être le signe d'une maison idéale; (ii) à la volonté de poursuivre une vie qu'elle considère comme la preuve d'une ascension sociale ; et (iii) à la volonté de poursuivre « ce monde meilleur, » (60) qui se réfère à un monde où elle devient une parfaite citadine qui fait ses courses à vélo - ce qui était un désir qui existait à la fois chez Claude et chez elle. Ainsi, nous assistons à une réattribution causale supplémentaire à son mari et à elle-même.

La romancière se reproche aussi d'avoir dit à sa mère qu'ils avaient déjà les clés et de lui avoir révélé que cette maison avait un garage qu'ils voulaient transformer en salon. Elle a même révélé que cette maison disposait également d'une cour qu'ils envisageaient de transformer en garage. Si elle n'avait pas révélé ces faits à sa mère, son frère ne lui aurait pas demandé de garer sa moto dans son garage, moto que son mari conduisait lors de l'accident.

En tentant d'interpréter ce cas de réattribution causale, Giraud a d'abord considéré la possibilité qu'en téléphonant à sa mère pour lui dire qu'ils avaient les clés, elle serait tombée sur le répondeur sur lequel elle dit qu'elle n'aurait pas laissé de message. « Ce qui aurait évité tout ce qui va suivre » (Giraud. *Viv.* 63). Dans un premier temps, elle réinterprète cet acte apparemment anodin comme un acte qui a bouleversé sa vie - un acte qui a eu des répercussions fatales. Cependant, elle explique que ses parents étant toujours à la maison le

soir, « [...] il n'y avait donc aucun risque pour que je tombe sur le répondeur. Risque zéro » (64). Nous assistons donc à une autre réinterprétation de l'événement, où elle admet avoir appelé sa mère le soir parce qu'elle savait qu'ils ne sortaient pas. Elle rejette donc la réinterprétation selon laquelle si elle tombait sur le répondeur, il ne se passerait rien.

Finalement, Giraud réinterprète ce cas de réattribution causale comme l'une des causes de l'accident dont elle est elle-même responsable. Et elle explique qu'elle l'a fait parce qu'elle était heureuse et fière de révéler à sa mère qu'elle avait les clés plus tôt que prévu : « Maman j'ai les clés, moi aussi j'ai été capable d'acheter une maison. J'ai tout bien fait comme on me l'a appris [...] » (Giraud. *Viv.* 64). Elle explique que c'est parce que dans une relation mère-enfant, l'enfant ne semble jamais « passer du regard de sa mère » (64). L'enfant ressent le besoin de faire ses preuves auprès de ses parents tout au long de sa vie.

Nous voyons donc le processus psychologique impliqué ici : un va-et-vient entre des réinterprétations du même événement, l'examen d'alternatives possibles dans lesquelles cet événement aurait pu se produire (mais en réalité il ne s'est pas produit), puis une réinterprétation finale qui repose sur une explication détaillée du facteur ou des facteurs responsables de cette réinterprétation.

4.1.3 Réattribution Causale des Évènements ou des Facteurs Externes

Dans le chapitre intitulé « *Pourquoi Tadao Baba, l'ingénieur japonais qui a révolutionné l'histoire de la firme Honda, entre-t-il par effraction dans mon existence* », la moto du frère de Giraud était « la fameuse Honda 900 CBR Fireblade (Lame de feu), » dont le pays qui l'a fabriqué est le Japon et dont l'ingénieur qui l'a créé est Tadao Baba (Giraud, *Viv.* 101).

La narratrice paraît se demander comment se fait-il qu'un homme aussi téméraire que Tadao Baba soit entré par effraction dans sa vie. Jusqu'à ce point du roman, elle a décrit son mari comme un motocycliste prudent, sa propre moto était « une Suzuki

inoffensive, sur laquelle il roulait *plan-plan* comme il disait, » (Giraud, *Viv.* 121) qu'il ne cherchait pas le frisson contrairement aux vrais motards, comme le frère de l'écrivaine. Nous pouvons ressentir le désespoir et la frustration de Giraud à la découverte qu'un pays si lointain, c'est-à-dire le Japon, avec lequel elle n'avait absolument aucun lien, du moins aucun lien réel, avait pénétré dans sa vie depuis l'autre bout du monde et lui avait enlevé quelqu'un qu'elle aimait.

La recherche de sens de la romancière l'a amenée à trouver un sens à l'accident de son mari lors de ses recherches approfondies sur le créateur de la moto de son frère David :

Tadao Baba n'était pas un ingénieur comme les autres. Entré chez Honda à dix-huit ans, en 1962 (la marque n'avait alors que dix ans d'existence), il n'a pas suivi un parcours classique. [...] Il a appris son métier sur le tas, [...]. Jusqu'à développer les techniques les plus innovantes. On dit qu'il essayait lui-même ses modèles, qu'il était « un homme impétueux » (Giraud, *Viv.* 105).

On voit l'ampleur des recherches que Giraud a menées ici, elle a probablement contacté des personnes qui connaissaient Tadao Baba, à savoir ses collègues, ses collaborateurs, ses employés, des personnes qui le connaissaient sur son lieu de travail et en dehors, puisqu'elle révèle même que « Tadao Baba était aussi un poète » (Giraud, *Viv.* 105). Une telle ampleur révèle la profondeur de la quête de sens et sa signification dans la mesure où la découverte du créateur de la machine qui a tué son mari ne l'a pas seulement conduite à la racine possible du problème, mais aussi à la personne qui est, en réalité, responsable de cette cause. « Un homme impétueux » (105) - par ces mots, elle semble peut-être trouver un sens au fait qu'une machine dangereuse a été conçue par un homme imprudent.

[...] et qu'il chutait parfois en essai, sur ses CBR. Qui devaient l'envoyer au sol comme un cheval son chevauteur au cours d'un rodéo. Il s'était vraiment

construit une légende. J'en ai froid dans le dos. Sauf que Tadao effectuait ses essais sur des pistes protégées réservées à cet usage. Et non pas, comme ce fut le cas pour Claude le mardi 22 juin 1999, sur un boulevard du centre-ville très emprunté (Giraud, *Viv.* 105).

Apprendre de cet homme l'amène à se rendre compte que le créateur de la machine lui-même étaient éjecté de ses CBR pendant ses essais, notamment dans la sécurité des pistes protégées réservées à cet usage. Le moment où elle apprend que cet ingénieur fabriquait les motos que l'avaient envoyées voler au sol paraît être une véritable percée pour l'écrivaine : « J'en ai froid dans le dos » (Giraud. *Viv.* 105). Elle a trouvé une cause majeure de la mort de son mari - si son mari n'avait pas été éjecté de sa moto, tout comme Tadao Baba a été éjecté de ses CBR pendant ses essais, son mari serait encore vivant.

Giraud indique ailleurs qu'un des facteurs responsables pour la perte de son mari est celui de l'entreprise Honda. Honda fabriquait intentionnellement les motos destinées seulement pour le circuit ou pour la piste et les commercialisait. Elle écrit :

Avant que des modifications sans cesse opérées depuis augmentent considérablement le rapport puissance/poids [...], ce qui lui permettait d'atteindre la vitesse de pointe de 270 kilomètres/heure au compteur pour le modèle qui nous occupe, c'est-à-dire la version 1998, ou 4e génération (Giraud, *Viv.* 108).

En plus, Honda les exportait du Japon afin de les mettre sur le marché dans les pays de l'Union européenne. Alors qu'au Japon, les autorités n'autorisaient pas la commercialisation de ces motos (Giraud, *Viv.* 107-10).

La narratrice établit également un lien avec l'implication de Tadao Baba ici aussi, « Tadao Baba était ainsi encouragé par sa firme à ouvrir une course inédite à la puissance, » (Giraud, *Viv.* 108) ce qui montre peut-être qu'une interprétation est liée à une autre interprétation – l'interprétation de Tadao Baba comme étant une causalité responsable est liée

aux actes irresponsables voire criminels de Honda. Ces connexions paraissent donner du sens plus profond à la recherche dans l'ordre des choses. La romancière cherche à comprendre, par le biais de l'écriture, comment toutes ces interprétations et réinterprétations sont liées les unes aux autres. À ce point dans la recherche de sens, Giraud découvre que Honda et Tadao Baba partagent tous deux une part de responsabilité dans la mort de son mari.

« Que cette moto n'ait pas été commercialisée au Japon, parce que jugée trop dangereuse ne passe pas. C'est le détail de trop sur lequel je bute » (Giraud, *Viv*. 108). Nous constatons une fois de plus qu'au fur et à mesure que l'écrivaine progresse dans sa quête de sens et qu'elle explore plus avant ce cas de réattribution causale, elle découvre une autre vérité choquante qui s'avère cruciale pour sa quête de sens. Elle a découvert que beaucoup d'accidents se passaient sur des 900 CBR - et cela devenait un fait de notoriété publique. Elles étaient jugées « *inroulables* » par les motards qui les conduisaient (109). Ainsi, « pour certains modèles, il y avait un veto au Japon ». Le modèle 750 Kawasaki Ninja était appelé « la moto de la mort, ou le cercueil roulant » et la romancière explique que « c'était pareil pour la Honda 900 CBR, une machine pour initiés, une bombe pour kamikazes » (109). Par conséquent, nous pourrions supposer que ce que le narrateur semble avoir découvert, est que non seulement Honda a fabriqué des motos dangereuses, mais qu'ils ont également continué à les commercialiser jusqu'en 2004 (112), et ce malgré les nombreux rapports sur les taux de mortalité élevés parmi les pilotes de ces motos à risques particuliers.

4.1.4 Réattribution Causale de Claude, le Mari de l'Autrice

Claude avait toujours possédé des motos, depuis sa première Yamaha 125, quand il avait dix-huit ans et vivait chez ses parents [...], au moment où je l'ai rencontré, [...] puis une Kawasaki 650 des plus racées qu'il s'était fait voler en plein jour devant l'Opéra de Lyon, [...] juste avant la Yamaha 500 XT, [...] Et puis il y a toutes les motos que j'oublie [...] (Giraud, *Viv*. 166-67).

À ce moment-là dans le roman, il semble que Giraud est enfin prête à admettre que le goût pour les motos pouvait être une des causes de sa mort. Par l'intermédiaire de l'écriture, elle raconte et crée une image de Claude y compris ses caractéristiques et son goût pour le pilotage. On pourrait bien imaginer que c'était difficile à admettre que si son être cher n'était pas motard, il serait encore vivant. La preuve de cette difficulté est évidente par le fait qu'elle attend le pénultième chapitre du roman pour l'admettre à elle-même. La douleur est évidente aussi : « et puis je n'étais pas tout à fait prête à écrire » (Giraud, *Viv*. 163). Il est ainsi clair que l'écriture des tous les événements et toutes les causalités responsables l'a aidée à atteindre des progrès dans sa recherche du sens, et qu'après avoir analysé toutes autres causalités, elle peut parler de la causalité la plus douloureuse.

Il ne semble pas que Giraud ait du regret ou qu'elle soit en colère que son mari était passionné des motos, il semble en fait qu'elle adore cette caractéristique et que cet aspect soit une des raisons pour laquelle elle est tombée amoureuse de lui. Le goût pour les motos était une chose qui réunissait son mari et leur fils et ils bricolaient ensemble dans le garage (Giraud. *Viv*. 101). Le fait qu'il était passionné des choses dans la vie est une de ses caractéristiques qu'elle a trouvée séduisantes. Le sens donné par cette interprétation est clair : peut-être que son mari serait encore vivant s'il n'aimait pas les motos, mais s'il n'avait pas aimé les motos, il n'aurait pas été Claude, l'homme dont elle est tombée amoureuse. Les motos formaient l'essence de sa personnalité. Tout comme sa passion pour la musique.

Claude a roulé, normalement, pourrait-on dire, le long du boulevard, tout en se faufilant entre les véhicules, comme l'ont toujours fait les motards, [...] Il s'est comporté comme une abeille impatiente, qui bourdonne sur l'aile gauche, qui slalome doucement, qui s'octroie quelques passe-droits contestables. [...] Il s'est amusé, c'est ce que j'imagine, et sans doute ce que j'espère, il a mis à contribution la souplesse des reprises, le répondeur du carburateur conçu par Tadao Baba. [...]

[...] peut-être qu'il a traversé l'arrondissement comme une étoile filante, en faisant fi de la circulation [...] (Giraud, *Viv.* 168-69).

Non seulement sa passion pour les motos était peut-être la cause, mais aussi sa manière de « slalomer, » et de « se faufilet entre les véhicules » - des précisions qui mises en valeur que Giraud blâme d'une manière très subtile la façon dont son mari Claude roulait pour la mort (Giraud, *Viv.* 168-69). L'insinuation est évidente dans les mots : « une abeille impatiente, » « une étoile filante, » « faisant fi de la circulation » (168-69).

4.2 NOUVEAU SENS DONNÉ À LA PERTE

Nous procédons ici à explorer le nouveau sens auquel a abouti la recherche de sens par Giraud au moyen du processus des réattributions causales. Au fil de l'écriture du roman, chaque chapitre aide Giraud à se rapprocher un peu plus de la compréhension des raisons pour lesquelles l'accident qui a tué son mari Claude s'est produit et également de donner un sens à la perte qu'elle a subie. Il convient de préciser que la romancière attribue quelques causes au hasard et d'autres au destin. Aussi constatons-nous une oscillation par l'écrivaine entre la réattribution au hasard et la réattribution au destin pendant qu'elle recherche pour un sens autour de sa souffrance.

Les termes « hasard » et « chance » sont souvent utilisés de manière interchangeable (Raphals 549). La chance se définit comme la façon dont certaines choses se produisent sans qu'on puisse en voir ou en comprendre la cause, et la coïncidence se réfère à une occurrence frappante de deux événements ou plus à la fois, apparemment par simple hasard (« Oxford Learner's Dictionaries »). Tandis que certaines personnes pensent que tout dans la vie est le fruit du hasard, d'autres croient que la vie est contrôlée par une puissance ou une force extérieure qui ne peut être arrêtée (Raphals 549, 538-39). Cette puissance s'appelle le destin (539). Le mot destin implique, d'ailleurs, une croyance dans les événements prédéterminés et

peut renvoyer aussi à une croyance dans un pouvoir qui peut contrôler et déterminer les événements dans la vie, que certains appellent le sort (539).

La partie suivante de l'analyse met en valeur les passages du roman où la romancière attribue des cause(s) au hasard et ceux où elle attribue des cause(s) au destin. Il convient de remarquer qu'à l'occasion, l'oscillation entre les deux facteurs causaux se présente dans le même extrait.

Je n'étais obsédée que par une chose [...] vouloir comprendre comment était arrivé l'accident. Un accident dont on n'a jamais expliqué la cause, ce qui fait que mon cerveau n'en a jamais fini de galoper.

Il m'avait fallu tout ce temps pour savoir si ce mot, destin, que j'entendais prononcer ici ou là, avait un sens (Giraud, *Viv.* 18).

L'écrivaine révèle que bien qu'elle soit sur le point de dire au revoir à la maison que Claude et elle avaient achetée afin d'y passer leur avenir ensemble, cela n'était pas ce qui l'absorbait mentalement à ce moment-là. Giraud explique que ce qui la préoccupait était, plutôt, le besoin psychologique de comprendre « comment était arrivé l'accident » (Giraud, *Viv.* 18) - une préoccupation qui s'entêtait toutes ces années passées. Le manque d'une explication claire et directe de la cause de l'accident ne l'a pas laissé atteindre un sentiment de tranquillité autour du décès de son mari. Il semble que la romancière veuille savoir si le destin avait un lien avec le décès ; si sa détresse et sa souffrance étaient déterminées par le destin.

À d'autres moments du roman, la romancière semble attribuer à son mari et à elle-même la responsabilité de la perte de son mari :

[...] c'était une joies de trier, de faire des piles d'onjets, et de commencer a nous mettre en mouvement. Nous avons besoin d'agir, après tous ces mois de tergiversation. Il nous etait impossible de rester immobiles, [...] (Giraud, *Viv.* 58).

L'écrivaine explique que tout ce que son mari et elle ont fait, ainsi que l'enchaînement des événements qui se sont produits dans leur vie au cours des derniers mois qui ont précédé l'accident, est survenu dans une grande hâte, une grande précipitation. L'autrice semble se sentir en partie responsable de cette précipitation, de la folie de leur hâte de commencer une nouvelle vie et d'acheter une nouvelle maison d'une façon hâtive.

À d'autres moments, Giraud semble osciller entre le hasard et le destin comme facteurs de causalité de sa perte. Par exemple, lorsqu'elle trouve le livre que son mari lisait peu avant sa mort - *Psychotic Reactions et autres carburateurs flingués* - la narratrice évoque la possibilité qu'il ait été influencé par l'auteur de ce livre, Lou Reed, et que les mots « *Vivre vite, mourir jeune* » énoncés dans le livre l'aient encouragé à prendre la décision imprudente d'emprunter la moto dangereuse appartenant au frère de l'autrice. La narratrice se demande s'il s'agit d'une simple coïncidence ou si une puissance supérieure est à l'œuvre, à savoir le destin. S'il s'agissait d'une coïncidence, le sens de sa perte serait que la mort de son mari s'est produite par hasard et n'est pas le résultat du destin ou d'une action humaine. Si c'était le destin qui était responsable de la mort, alors le sens serait que son mari serait mort quelles que soient les décisions et les actions des personnes qui l'entouraient. Nous voyons donc deux significations possibles qui s'opposent l'une à l'autre. À ce stade du roman, il est indéniable que l'autrice ne parvient toujours pas à trouver de résolution dans sa recherche de sens.

Plus loin dans le roman, Giraud parle de son frère qui devait prendre ses vacances au mois d'août, mais comme il avait accumulé des congés que son entreprise n'allait pas lui payer, son patron lui a conseillé de prendre des vacances impromptues au mois de juin. Il a donc prévu de partir à Nice :

Mon frère s'était organisé, sa hiérarchie, ses collègues, sa femme, l'école maternelle de sa fille, il avait seulement un problème de garage, que bien malgré moi j'allais résoudre. Il devait prendre la route le samedi 19 juin au matin, et nous avions

tout juste les clés. Le hasard avait bien fait les choses. Par ici la 900 Honda Fireblade, tu la mets dans le coin, personne ne te la volera (Giraud, *Viv*. 68).

Évidemment que l'écrivaine a accepté que son frère garde sa moto dans son garage. Mais quand elle l'écrit, il semble qu'elle le regrette. Elle paraît blâmer le hasard, à ce point, pour le fait que son frère ait eu besoin d'un garage au même moment où elle et Claude venaient de recevoir les clés de leur nouvelle maison, qui disposait du garage dont son frère avait si désespérément besoin à ce moment-là. Ainsi, nous voyons la preuve qu'à un moment donné de son parcours de recherche de sens, le sens que la romancière donne à sa perte est que le hasard est responsable de la mort de son mari, et non le destin.

Brigitte a les clés à l'avance. Brigitte a les dès ce vendredi 18 dans l'après-midi, le notaire a fait une petite exception, si tu vois ce que je veux dire, enfin ça reste entre nous. N'est-ce pas une coïncidence inouïe. Parfois la vie vous fait de ces cadeaux (Giraud, *Viv*. 74).

Le passage ci-dessus montre que Giraud blâme sa mère, son frère et elle-même. Mais nous voyons aussi que le hasard et la coïncidence ont été critiqués, comme le montre le ton sarcastique des mots de l'autrice. La coïncidence est que, bien que son frère ait toujours trouvé un moyen de se sortir de situations difficiles, il n'a pas pu le faire cette fois-ci. Il avait besoin de sa sœur pour le sauver, ce qu'elle a fait. Une fois de plus, nous constatons que la narratrice attribue un sens à la responsabilité de l'action humaine et, presque dans le même souffle, un autre sens à la chance et à la coïncidence. Là encore, il s'agit de deux sens opposés. Ainsi, nous assistons à une indécision continue dans la recherche de sens de la romancière.

Le récit révèle que la nuit de l'accident, c'était le médecin urgentiste qui a informé Giraud de la mort de son mari. Plus tard, l'écrivaine apprend que ce médecin était connu de son ami très proche, Guy. Nous y voyons clairement que c'est le moment où l'auteur semble

atteindre un point de résolution et de clôture dans sa recherche du sens autour de la mort de son mari :

J'apprendrai plus tard que la médecin urgentiste du parking était par ailleurs l'épouse du notaire, l'ami de Guy si arrangeant. Là encore, il n'y a rien à comprendre, simple hasard. Simple mouvement chorégraphique.

Des rencontres, des amitiés, des interférences, des services rendus. Des week-ends à la campagne. Des coïncidences. La vie dans sa fluidité.

Il n'y a rien à comprendre, chacun joue son rôle. Chacun bien à sa place dans la ville, en toute légitimité : le médecin, le notaire, l'instituteur, le pompier, le policier, le bibliothécaire, le banquier, le curé. Ça s'appelle une société.

Tout est si bien huilé. Ça fonctionne, ça dysfonctionne, pour le meilleur et pour le pire.

Le journaliste, l'employé des pompes funèbres, l'écrivain.

Il n'y a pas de si (Giraud, *Viv*. 193, 194).

Giraud semble encore considérer que les choses arrivent par le hasard. Cependant, dans le même souffle, elle énonce les mots « mouvement chorégraphique, » ce qui indique la croyance dans une force extérieure. Encore une fois, on assiste à un tiraillement psychologique chez l'écrivaine. Mais cette fois-ci, on voit bien vite apparaître une résolution, et un sentiment de clarté dans l'esprit de l'autrice : « [...] il n'y a rien à comprendre, chacun joue son rôle. Chacun bien à sa place [...] Tout est si bien huilé » (194). Ce que nous pouvons comprendre de ces mots, c'est que le destin n'est pas le seul responsable de tout ce qui nous arrive. Nous sommes également en partie responsables du résultat final. Nous jouons un rôle d'influence dans nos chemins et dans nos histoires. Le destin peut sembler contrôler des choses hors de notre portée ou de notre pouvoir, mais les décisions que nous prenons et les chemins que nous choisissons d'emprunter semblent jouer main dans la main avec le destin,

parfois il semble qu'ils collaborent avec le destin, et il y a certains moments de notre parcours de vie où nos chemins et le chemin apparemment créé par le destin semblent se rencontrer même fusionner pour causer des événements très significatifs dans nos vies. Sans le savoir et sans le vouloir, nous travaillons avec le destin et celui-ci peut influencer les chemins que nous empruntons et les choses qui nous arrivent.

Pour expliquer davantage, il semble que la recherche de sens de Giraud lui montre finalement que le chemin de destin peut se rencontrer avec notre chemin à travers les êtres chers de notre vie - comme par exemple le frère, la mère, le grand-père, - ou même par le biais des personnes inconnues de nous - comme le médecin, le notaire, l'instituteur, le pompier, le policier, le bibliothécaire, le banquier, le curé - ou par l'intermédiaire des circonstances et des facteurs externes - à savoir l'argent, une maison, les accords commerciaux internationaux, le fabricant de motos à des kilomètres de là. Cette compréhension du fonctionnement du monde et de la façon dont la mort de son mari s'est produite semble être le sens donné à sa perte. Cela semble lui donner un sentiment de résolution et de clôture psychologique dans sa quête de sens, ce qui est démontré de toute évidence par les mots : « Il n'y a pas de si » (Giraud, *Viv*. 194).

4.3 ACCEPTATION CHEZ L'AUTRICE DE LA MORT PAR LE BIAIS DE L'ÉCRITURE DANS *VIVRE VITE*

Le processus de réflexion est au cœur de l'écriture autobiographique. Selon David Boud (10), la réflexion implique de prendre le temps de se connecter à nos propres expériences, en particulier celles que nous n'avons pas encore intégrées ou gérées. Elle implique de réfléchir profondément à ces expériences et d'analyser nos pensées, nos attitudes, nos comportements, nos intentions, nos motivations et nos désirs. Lorsque des événements négatifs surviennent dans la vie, nous devons nous engager dans les expériences que ces événements entraînent, afin de donner un sens à ce qui s'est passé. Commencer à intégrer de

telles expériences peut conduire à explorer « des événements désordonnés et confus et à nous concentrer sur les pensées et les émotions qui les accompagnent » (10). L'utilisation de l'écriture pour analyser les événements peut nous aider à considérer les conséquences de nos propres mots et actions, ainsi que des mots et des actions des autres. Cela peut nous aider « à reconnaître l'apprentissage qui en découle et à construire une base pour de nouvelles expériences qui provoqueront un nouveau type d'apprentissage » (10-11).

4.3.1 Acceptation chez l'Autrice à travers le Détachement de Soi-Même du Regret

Smith and Watson (4) expliquent que le journal intime est une forme d'écriture de la vie qui « prend une vie [...] comme sujet » (ma trad.), tout comme d'autres formes d'écriture de la vie, y compris les mémoires et l'autobiographie. Gray-Rosendale (74) note que l'autobiographie, le journal intime et les autres formes d'écriture de vie impliquent tous un processus d'examen et de réflexion.

Le journal intime nous permet de nous détacher d'une manière unique ; nous commençons en tant qu'écrivain et nous libérons ce que nous avons à dire sur la page. Mais une fois cette libération terminée, nous pouvons revenir sur les mots qui sont sortis et les utiliser comme un outil de compréhension et d'acceptation. La version de vous sur la page [ce que vous écrivez] peut avoir été consumée par des pensées négatives, mais hors de la page, vous pouvez observer ces pensées, accepter qu'elles constituent une partie valable de votre expérience, tirer la leçon inhérente à cette expérience et aller de l'avant (Moses 13).

D'après les déclarations de Smith et Watson, Gray-Rosendale et Moses, nous pourrions dire que l'écriture autobiographique nous permet de nous détacher et de nous libérer sur la page. L'autobiographie est donc un outil de compréhension et d'acceptation. En revenant sur nos mots et en observant nos pensées, nous pouvons les accepter comme une

partie valable de notre expérience, tirer la leçon inhérente à cette expérience et aller de l'avant.

Notre analyse va démontrer comment par le biais de l'écriture du roman autobiographique *Vivre vite*, Giraud exprime le regret d'une manière unique - une manière qui lui permet de se détacher de ses pensées négatives, de les accepter comme une partie valide de son expérience et d'aller de l'avant. Tout au long du roman, l'écrivaine semble avoir remonté le temps, comme si elle est physiquement présente là, à ce moment passé où l'événement a eu lieu ou la décision a été prise. Notre analyse va révéler aussi qu'en se replongeant dans le passé, la romancière semble s'être donnée la possibilité non seulement de revivre ces moments, mais aussi de reconnaître désormais ses erreurs, ses regrets, tout ce qu'elle pense au moment de l'écriture qu'elle aurait dû ou n'aurait pas dû faire - ce qui semble servir à l'autrice comme une stratégie importante dans son voyage vers l'acceptation de soi.

Giraud écrit que c'était elle qui voulait vendre l'appartement dans lequel habitait sa famille - son mari et son fils de sept ans. Elle avait « [...] envie de bouger, de tout recommencer » (Giraud, *Viv*. 33). La narratrice a passé le plus clair de son temps à visiter des maisons potentielles et a concentré son énergie sur la recherche de maison. Giraud écrit :

Je visitais, j'espérais, ma vie tournait autour de ce lieu que j'allais dénicher. [...]

J'ai fini par devenir une experte de la recherche d'appartement. Je décryptais les annonces comme personne. [...]

Une petite voix aurait dû me dire de rester là, de ne pas quitter notre *canut* rénové, un peu étroit, certes, un peu spartiate, mais parfaitement vivable. Une petite voix aurait dû m'attacher à ma chaise le samedi quand je partais en chasse pendant que Claude travaillait.

Reste là.

Je pouvais encore tout arrêter. Je n'étais engagée nulle part, avec aucune agence ni aucune banque. J'étais libre, et tout allait bien.

Mais je ne suis pas du genre à renoncer.

Quelle phrase hideuse, que j'accepte enfin d'écrire (Giraud, *Viv.* 38-39).

Nous pourrions dire, d'après le passage ci-dessus, que Giraud regrette sa décision de vendre leur résidence actuelle, même si elle était parfaitement habitable. Si elle n'avait pas pris cette décision, son mari n'aurait jamais eu l'occasion d'emprunter la moto du frère de l'écrivaine, et l'accident qui l'a tué n'aurait jamais eu lieu. Les mots « Une petite voix aurait dû me dire de rester là » (Giraud 39) et « Une petite voix aurait dû m'attacher à ma chaise » (39) peuvent être considérés comme une autre façon d'exprimer des sentiments de regret. Nous pourrions postuler que cette « petite voix » sert de voix du regret et de la culpabilité qu'elle ressent. Au lieu d'écrire simplement « je regrette de quitter notre résidence », la romancière écrit « Une petite voix aurait dû me dire de rester là, » et aussi « Reste là, » ce qui peut suggérer que l'autrice essaie de mettre son regret et sa culpabilité sur la page d'une manière indirecte. Cette façon d'écrire l'aide peut-être à évaluer ses regrets et à les accepter comme une partie valide de son expérience, et enfin à aller de l'avant.

Giraud écrit que Mme Mercier, la femme qui organisait la vente de la maison qu'elle voulait acheter, lui avait dit que son frère est propriétaire de la maison qu'elle voulait acheter et qu'il n'a pas l'intention de la vendre. Donc, l'écrivaine décide d'écrire une lettre à Mme Mercier pour lui faire part de son souhait d'acheter la maison à son frère et lui fait même une offre bien supérieure à la valeur de la maison. Sans réponse pendant un certain temps, son mari et elle décident de ne plus attendre de réponse et d'acheter un appartement. Au mois de novembre suite à la visite de Giraud à la maison Mercier, son mari et elle signent le

compromis de vente. Il ne leur reste plus qu'à vendre leur logement actuel. C'est à ce moment-là qu'ils reçoivent un appel téléphonique :

[...] Mme Mercier a téléphoné.

Au moment où j'écris ces lignes je me dis que c'était le diable. Pourtant dans Mercier il y a merci. Il aurait fallu répondre Non merci.

C'est ce que j'aurais dû dire quand elle a appelé un soir de pluie sur le téléphone fixe [...] pour nous annoncer que son frère avait changé d'avis (Giraud 48).

Les mots « c'était le diable » et « il aurait fallu répondre Non merci, » (Giraud 48) pourraient être considérés comme un profond regret exprimé par la narratrice. Ce regret ne concerne pas seulement son choix de répondre à l'appel téléphonique de Mme Mercier. Nous pourrions dire qu'à mesure que l'écriture entraîne Giraud dans un voyage d'acceptation de soi, elle semble découvrir à certains moments de ce voyage que ce sont même les actions des autres qui suscitent chez elle de fortes émotions négatives. À ce stade du récit du roman, l'écriture sert à faciliter le processus d'acceptation de ces émotions négatives associées aux actions des autres, des choses qu'elle souhaiterait qu'ils n'aient jamais faites. En le mettant en mots, l'écrivaine peut admettre l'existence et affronter les émotions négatives liées à l'événement, ce qui constitue une étape majeure dans le parcours d'acceptation. Nous observons de telles émotions lorsque Mme Mercier lui a appelé pour dire que son frère avait accepté de vendre la maison à Giraud. Elle semble souhaiter que cet appel téléphonique n'ait jamais eu lieu. Et les regrets de la narratrice ne s'arrêtent pas là. Ayant déjà acheté un appartement, casser le compromis de vente coûterait à Brigitte et Claude une fortune. C'est à ce moment que Giraud écrit :

N'importe qui aurait dit *C'est pas de bol, C'est la poisse, mais tant pis*, n'importe qui aurait pleurniché le premier soir et puis aurait oublié.

C'est ce que j'aurais dû faire. C'est ce que Claude proposait que nous fassions.

Mais je ne parvenais pas à renoncer, hélas, même au prix d'un impossible effort. J'allais m'alimenter à ce nouveau sac de noeuds. Et faire un pacte avec le diable.

Non, n'y va pas. Aurait dû crier la voix.

Laisse tomber, avait dit Claude. *Maintenant il faut que ça s'arrête* (Giraud, *Viv.* 49).

Nous voyons comment l'écriture donne à Giraud l'occasion de se retrouver face à ses actions et à ses décisions, ainsi qu'aux émotions négatives qui les accompagnent, afin de les affronter et puis, de les accepter. C'est le rôle de l'écriture dans l'acceptation. Ici, il semble que la romancière essaie de souligner à quel point elle pense maintenant qu'il était irrationnel d'essayer de vendre une maison qu'elle venait d'acheter, puis d'en acheter une autre immédiatement, uniquement parce qu'elle était obsédée par cette maison et qu'elle ne pouvait pas s'en détacher. Nous pourrions dire que le passage ci-dessus indique l'utilisation de l'écriture pour évaluer une action que la narratrice considère maintenant comme une erreur de sa part - l'erreur d'être têtue et peut-être obstinée à propos de l'achat de la maison Mercier, en dépit du fait que son mari lui a conseillé d'arrêter : « Laisse tomber, [...]. Maintenant il faut que ça s'arrête, » (Giraud, *Viv.* 49) - des paroles auxquelles elle a refusé de tenir compte, un profond regret est sous-entendu dans le passage.

Les mots « j'aurais dû faire, » témoignent évidemment un sentiment de regret chez l'autrice. Mais si l'on regarde le texte de plus près, on peut y trouver que Giraud parle d'une

voix qui aurait dû l'avertir : « Non, n'y va pas. Aurait dû crier la voix » (Giraud 49). Nous pourrions postuler que « la voix » semble être une entité qui existe réellement dans la réalité de l'écrivaine. L'écriture lui donne les moyens d'amener à la conscience cette entité, qui semble servir de voix du regret qu'elle ressent. Au lieu d'écrire simplement « je regrette », elle écrit « aurait dû crier la voix, » ce qui peut suggérer que l'entité s'est vue attribuer une forme d'existence distincte de la narratrice. Nous pourrions donc dire que Giraud s'est détaché de son regret et de la culpabilité qui en découle. La version d'elle-même qu'elle a mise sur la page, parce qu'elle a écrit, peut avoir été consumée par des pensées négatives, mais en personnifiant son regret dans son écriture, dans l'histoire du roman, l'autrice détachée, qui est hors de la page, peut maintenant peut-être regarder de près son regret, l'évaluer et l'accepter comme une partie valide de son expérience, et aussi avancer dans sa vie.

David, le frère de l'écrivaine, avait proposé à cette dernière d'accompagner son fils lors de ses vacances à Nice, pour profiter d'une semaine au soleil à la mi-juin. Elle écrit :

Il aurait suffi que je dise oui pour que l'accident n'arrive pas. Il aurait suffi que je saute de joie à l'idée que notre fils allait s'affranchir de sa dernière semaine de cours préparatoire, qu'il manque la fête de l'école et les réjouissances qui accompagnent ces dernières journées. Au lieu de cela j'ai dit que j'allais réfléchir, que j'en parlerais avec Claude, qu'on le rappellerait vite.

Ne réfléchis pas, dis oui (Giraud, *Viv*. 69).

Giraud a fini par refuser l'offre de son frère. L'accident qui a coûté la vie à son mari Claude s'est produit alors qu'il allait chercher son fils à l'école le 22 juin 1999. Si elle n'avait pas décidé d'envoyer leur fils à Nice, et avait simplement dit oui à son frère, son mari n'aurait pas eu besoin d'aller chercher leur fils à l'école ce jour-là, ce qui signifie que l'accident n'aurait pas eu lieu. Ici, une fois de plus, « la voix » est portée à la conscience par l'écriture et

sert de voix du regret que Giraud ressent. Au lieu d'écrire « je regrette de ne pas avoir dit oui à mon frère », elle écrit « Ne réfléchis pas, dis oui, » (Giraud 69) ce qui pourrait être considéré comme les mots de cette voix et peut être interprété comme une preuve supplémentaire que l'entité a été chargée d'une forme d'existence séparée de la narratrice. En personnifiant ses regrets et en leur donnant l'espace qu'ils ont besoin d'occuper eux-mêmes, la romancière semble s'être détachée de ses pensées autodestructrices et ses émotions douloureuses. La version antérieure d'elle-même qu'elle a mise sur la page, par le biais de son écriture, peut avoir été envahie par des sentiments néfastes, mais l'autrice, désormais détaché, peut regarder de près son regret, l'évaluer et l'accepter comme une partie valide de son expérience, et aussi avancer dans sa vie.

On peut imaginer que la douleur intense qui accompagne le regret et la culpabilité empêche une personne de continuer à réfléchir profondément à ses émotions et à ses comportements, de peur d'éprouver encore plus de douleur en continuant l'introspection et la réflexion. Une telle douleur pourrait alors faire dérailler le voyage d'une personne vers l'acceptation de soi. En se détachant de ses regrets par l'intermédiaire de l'entité de la voix, Giraud semble avoir créé une distance psychologique entre elle et sa douleur. Nous pourrions dire que cette distance semble servir de barrière protectrice la mettant à l'abri de sa douleur. Nous pourrions imaginer cette barrière comme un mur de verre, à travers lequel l'autrice peut désormais observer, réfléchir et évaluer ses expériences négatives et toutes les émotions et pensées douloureuses qui y sont associées, sans être consumée par elles. Cette distance de sécurité est un élément clé à l'acceptation de soi (Moses 13). Ainsi, nous pourrions dire que la voix joue un rôle crucial et vital dans le parcours de l'écrivaine vers l'acceptation.

Nous constatons dans l'extrait qui suit que la narratrice parle du jour de l'accident, le 22 juin 1999, lorsque son mari a décidé de ne pas prendre sa propre moto pour se rendre au

travail et d'emprunter celle de son frère qui se trouvait dans le garage de leur nouvelle maison :

[...] essayer une moto comme n'importe quel homme essaie une voiture de grosse cylindrée, fait ronfler le moteur, crisser les pneus. [...]

La logique des autres est un mystère, ce qui se passe dans leur cerveau fait penser, parler, écrire pendant des années. Comment change-t-on une attitude raisonnable, prévisible, qu'on peut nommer adulte, en une attitude transgressive et fantasque. Qu'est-ce qui fait de soi un petit-bourgeois à un moment, qui contracte un prêt immobilier à la banque, un bon père de famille, et un punk à un autre, prêt à en découdre, à *tout saloper*.

Il fait trop chaud, n'y va pas.

Ne monte pas la pente. Ne sens-tu rien qui te menace (Giraud, *Viv*. 128, 129).

Dans le passage ci-dessus, Giraud semble avoir du mal à comprendre pourquoi son mari, qui était par ailleurs un homme responsable et sensé, a décidé de conduire une moto dangereusement puissante. La romancière souhaite que son mari n'ait pas gravi à pied la pente menant à leur nouvelle maison où la moto de son frère était garée. Ce souhait est exprimé par une voix qui dit : « Il fait trop chaud, n'y va pas. [...] » (Giraud, *Viv*. 129). Nous pourrions dire que cette voix semble être la même que celle dont nous avons été témoins plus tôt, la voix du regret de l'autrice.

On pourrait considérer que lorsque la voix s'adresse au mari, elle semble l'avertir d'un danger imminent : « Ne monte pas la pente. Ne sens-tu rien qui te menace » (Giraud, *Viv*. 129). Ainsi, à première vue, il semble que Giraud exprime ici, à travers la voix, un souhait profond - celui d'avoir un moyen d'avertir son mari de ne pas monter sur la moto dangereuse. Mais en y réfléchissant plus profondément, on s'aperçoit que la romancière dit qu'elle croit

que si elle avait été là avec son mari, au lieu d'être à Paris, elle aurait pu empêcher son mari d'emprunter la Honda CBR Fireblade et donc empêcher l'accident de se produire. L'autrice dit également peu après ce passage : « Si j'avais téléphoné la veille au soir, depuis *mon* canapé parisien, quelque chose dans ma voix l'aurait-il empêché de prendre la moto ? » (*Viv.* 130). L'autrice semble donc également en proie au doute : peut-être qu'un appel téléphonique de sa part depuis Paris aurait pu empêcher l'accident.

En d'autres termes, la narratrice regrette de s'être rendue à Paris à ce moment-là. Elle semble également regretter de ne pas avoir téléphoné de Paris pour informer son mari qu'il n'avait pas besoin d'aller chercher leur fils à la sortie de l'école le lendemain. Au lieu de dire « Si j'avais été là, j'aurais pu le prévenir de ne pas prendre la Honda » ou « Si j'avais passé ce coup de fil, l'accident n'aurait pas eu lieu, » Giraud écrit « Ne monte pas [...], » (Giraud, *Viv.* 129) ce qui peut être considéré comme les mots de la voix et peut être interprété ici aussi comme une personnification de son regret.

Au fur et à mesure que le roman avance, nous constatons que Giraud parle davantage des raisons ou des facteurs de causalité de l'accident dans lesquels elle ne joue aucun rôle. Nous constatons une diminution de la focalisation de la narratrice sur elle-même et sur son rôle causal dans la perte de son mari, et une augmentation de la focalisation sur le rôle causal d'autres personnes et de circonstances. Nous pourrions donc énoncer qu'il y a un changement de focalisation dans l'écriture de la romancière. Nous constatons, en plus, que la voix semble avoir changé de focalisation - alors que précédemment elle s'adressait à Giraud, dans ce passage, elle semble s'adresser à son mari. Nous pourrions donc en déduire que le changement de focalisation dans son écriture s'accompagne d'un changement de focalisation de la voix. Nous pourrions dire que c'est parce que l'écrivaine, juge qu'elle ne joue pas un rôle causal direct et déterminant dans la décision de son mari d'emprunter la moto de son frère. La voix a donc plus d'une fonction. Alors que précédemment la fonction de la voix était

d'exprimer le regret du rôle qu'elle pense avoir joué dans l'accident, ici la fonction de la voix semble être d'exprimer le regret qu'elle n'était pas à Lyon avec son mari Claude au moment de l'accident. Ainsi, par l'écriture, Giraud semble travailler à l'acceptation d'événements et de réalités sur lesquels elle n'avait joué aucun rôle.

4.3.2 Acceptation chez l'Autrice à travers la Compréhension de Soi-Même

Courtney Moses explique dans *Self-Reflective Journaling: A Practice for Achieving Self-Understanding and Acceptance, Overcoming Creative Resistance, and Moving Toward Ideal Self* que lorsque nous comprenons l'ensemble des pensées, des comportements et des émotions chez nous qui accompagnent une expérience négative, même si elles produisent chez une sensation de mal-être, nous pourrions commencer à les dépasser (12). Le processus de lâcher-prise implique de faire face aux vérités privées, personnelles et brutales les plus difficiles à affronter (12). Le lâcher-prise commence par l'acceptation de soi (12). Moses indique : « Cela peut se faire par la tenue d'un journal intime, mais l'intention n'est pas de se débarrasser des émotions négatives ou difficiles - il s'agit plutôt d'accepter de les ressentir afin de se sentir en paix et d'aller de l'avant » (12).

C'était drôle et régressif, de bourrer la voiture de sacs et de cartons, comme lorsque nous étions étudiants, c'était une joie de trier, de faire des piles d'objets, et de commencer à nous mettre en mouvement. Nous avions besoin d'agir, après tous ces mois de tergiversation. Il nous était impossible de rester immobiles, nous avions tellement envie de commencer à occuper les lieux. Nous étions électriques, et chaque geste s'accomplissait dans une impatience qui peut se nommer euphorie. Cette fébrilité était la même que le jour où j'ai quitté la maison familiale pour m'installer avec Claude dans le centre-ville de Lyon. Ce sont des sensations uniques, qui s'inscrivent, qui marquent le corps tout entier dans ce qu'il charrie d'énergie. La

maison nous permettrait de mettre en œuvre notre imagination, sans autre limite que celle de notre budget (Giraud, *Viv*. 58).

Une fois que les clés ont été confiées à Brigitte et à son mari Claude, ils ont tout de suite commencé à entreprendre le processus de déménagement. Nous constatons que l'écrivaine témoigne de la joie et de la ferveur de débiter une toute nouvelle vie et de la volonté d'avancer dans la vie après beaucoup de mois de tergiversations. À l'impatience avec laquelle ils ont déménagé s'ajoute un sentiment d'euphorie et cette impatience de commencer le prochain chapitre de leur vie était la raison pour laquelle ils étaient impatients de quitter leur domicile. Nous pourrions dire de ce passage du roman que l'autrice tente de justifier leur hâte et leur précipitation. Giraud semble indiquer que son époux et elle-même se sont laissés emporter par leurs propres ambitions, leurs propres objectifs, leurs propres aspirations et qu'ils ont cédé à leur désir d' « agir » (Giraud, *Viv*. 58) au lieu de faire preuve de patience, de sagesse et de prudence lors de l'achat d'une maison, qui est véritablement une décision financière majeure pour toute personne. Ainsi, par l'écriture, l'autrice semble considérer les circonstances, leurs motivations, leurs comportements et leurs émotions impliqués dans cette situation particulière qui, comme nous l'avons vu dans le quatrième chapitre de ce mémoire, a été jugée par la narratrice comme un facteur contribuant à la perte de son mari. En essayant de comprendre cette partie de sa vie par l'écriture, nous pourrions dire que le processus de dépassement des émotions négatives a peut-être commencé. De plus, a posteriori, Giraud semble penser que la décision de déménager immédiatement a été une erreur de leur part. Le ton du passage semble être celui du regret. Ce que nous voyons donc, est une véritable tentative de justifier, par l'écriture, ce que l'écrivaine semble estimer être de la folie et un manque de maturité. Cette justification lui fournit une explication à sa sottise. L'explication semble l'aider à comprendre sa sottise et à l'accepter pour ce qu'elle est - ce qui ne signifie pas qu'elle approuve désormais ses actes. Cela signifie plutôt que l'autrice utilise l'écriture

pour faire face et accepter une de ses vérités personnelles, qui semble être que son immaturité et sa précipitation ont conduit à la perte de la vie de son mari. L'acceptation de soi implique d'accepter ses défauts et ses vérités personnelles, même si ces vérités nous mettent face au pire en nous-mêmes (Moses 13). Comme le lâcher-prise sur le passé commence par l'acceptation de soi (13), nous pourrions dire que ce passage montre que Giraud travaille sur le processus de lâcher-prise.

Aurais-je pu dire non ? Non, tu ne gares pas ta moto dans mon garage. Non, je ne le sens pas. Mais je n'avais aucune réticence, aucune réserve, rien ne m'a dérangée, vraiment rien. Au contraire, j'étais contente de rendre service, tellement heureuse d'avoir enfin pu acquérir cette maison, ce lieu inespéré que nous allions transformer pendant les mois d'été et toute l'année à venir. J'étais contente de rendre service à mon frère, qui lui n'avait pas les moyens de s'offrir une maison. En même temps, s'acheter des motos à 10 000 euros. Complexe peut-être, culpabilité de celle qui a eu les moyens de le faire, alors bien sûr, je me souviens que je disais à qui voulait l'entendre que la maison était à tous, un communisme d'un genre nouveau, incluant la propriété privée (Giraud, *Viv*. 119).

David, le frère de Giraud, se rendait à Nice pour une semaine de vacances. Il souhaitait laisser sa moto dans le garage de la nouvelle maison de sa sœur, l'autrice. La romancière explique que son frère et elle ont été élevés dans le partage de tout, et qu'ils ont continué à le faire en grandissant. Elle écrit également qu'elle était heureuse de rendre service à son frère qui n'avait pas les moyens de s'acheter une maison, même si elle semble lui reprocher de dépenser une grande partie de son argent en motos. Cependant, la narratrice ne pouvait pas dire non à son frère, et nous pouvons imaginer que c'est manifestement par amour pour lui. L'écrivaine déclare aussi qu'à l'époque, elle se sentait coupable d'avoir les moyens de

s'offrir des choses que son frère ne pouvait pas se permettre. Giraud admet que lorsqu'elle a acheté la maison pour la première fois, elle était impatiente d'accueillir sa famille et ses amis.

Par l'écriture, l'autrice semble réfléchir à son choix de rendre service à son frère et à son attitude à son égard. Le passage ci-dessus ressemble à une explication. Nous pourrions dire qu'elle semble se fournir cette explication à elle-même. L'explication proposée semble impliquer que la romancière pense qu'elle était très généreuse envers son frère à l'époque. Nous pourrions considérer que l'autrice estime au moment de l'écriture que sa générosité est en partie responsable de la perte de son mari. Bien qu'elle n'apparaît pas penser qu'il s'agit d'un défaut personnel, elle implique que cela représente une vérité personnelle qu'elle doit accepter. Par conséquent, nous pourrions dire que le passage ci-dessus révèle une utilisation de l'écriture pour travailler sur son processus d'acceptation.

Mais si je suis honnête, je ne voulais pas interrompre ce qu'elle me racontait de ces choses de l'amour, qu'elle vivait, et qui rendait la soirée palpitante. Nous étions en pleine complaisance, en pleine régression de copines qui se retrouvent. Et j'avais aussi simplement la flemme de me lever. Une bonne grosse flemme (Giraud, *Viv*. 86).

Ces mots traduisent clairement un aveu de culpabilité de la part de Giraud. Cette culpabilité semble provenir du fait qu'elle n'a pas voulu interrompre la conversation avec une amie parce qu'elle était tellement absorbée par les choses dont elles parlaient et aussi parce qu'elle se sentait tout simplement fatiguée et trop paresseuse, trop léthargique pour se lever et passer un appel téléphonique à son mari. Nous observons donc l'expression d'un profond regret que l'autrice semble avoir besoin de mettre en mots afin de l'accepter. Nous pourrions encore considérer que la romancière utilise l'écriture comme un outil pour accepter le fait que la simple paresse et la complaisance l'ont empêchée de passer au téléphone un appel qui aurait sauvé la vie de son mari. Giraud se sert également de l'écriture comme un moyen de reconnaître ses émotions de culpabilité et de honte, les rendant ainsi une partie valide de son

expérience. L'écriture est aussi un moyen d'apprendre la leçon inhérente à cette expérience, et finalement comme un moyen d'aller de l'avant.

Claude avait prévu d'aller chercher son fils et sans doute que cela lui faisait plaisir. C'est ce que je finis par découvrir. Oui, aller chercher son fils à l'école n'était pas une corvée mais une joie. Évidemment que c'était une joie. Comment n'y avais-je pas pensé plus tôt. Il verrait son fils avant l'anniversaire, peut-être même qu'ils s'y rendraient ensemble. Ils se raconteraient plein de choses qui m'échapperaient. Ils feraient les fous sur le chemin, ils s'amuseraient. Je décidais que cela ne me regardait pas. C'était leur vie, c'était demain. Claude était adulte, l'affaire était réglée (Giraud, *Viv.* 92).

Dans ce passage, Giraud dit qu'elle a pensé qu'il fallait appeler Claude, et qu'elle n'est pas tout à fait en paix avec le fait qu'elle n'a pas téléphoné à son mari pour l'informer qu'il n'était pas nécessaire d'aller chercher leur fils à l'école le lendemain. Mais elle admet aussi qu'elle n'avait pas vraiment envie de lui téléphoner. En fait, la narratrice révèle qu'elle savait que si elle n'a pas appelé, Claude irait chercher son fils à l'école. À ce moment-là, elle semble s'être demandé s'il y aurait du mal à ce que Claude aille chercher son fils alors qu'il n'en a pas vraiment besoin. Finalement, elle se dit qu'ils se rencontreront probablement avant la fête d'anniversaire, et qu'ils iront peut-être même ensemble à la fête. Ce pourrait être un moment de qualité passé entre un père et son fils, et il n'y a donc aucun mal à ne pas informer son mari que leur fils n'a pas besoin d'être cherché à la sortie de l'école. Nous pourrions dire que l'écrivaine veut indiquer qu'elle a réussi à résoudre le conflit psychologique auquel elle était confrontée ce jour-là à Paris en se disant que ce qui se passerait le lendemain n'aurait rien à voir avec elle - c'était entre son mari et son fils. Son mari était un adulte et il se débrouillerait pour s'occuper de leur fils comme le père adulte qu'il était censé être.

L'ensemble du narratif du chapitre *Si j'avais eu un téléphone portable* semble être un narratif justificatif (Giraud, *Viv.* 87-92). Par les mots « Tu leur fiches la paix. Tu n'es pas indispensable, » (*Viv.* 91) Giraud implique ici qu'une voix intérieure lui disait de laisser son mari et son fils à leur sort et qu'elle n'était pas indispensable dans leur vie. En effet, il s'agissait d'un sentiment particulier qu'elle cultivait en elle depuis de nombreuses années, conditionné par l'époque à laquelle elle a grandi. La romancière raconte que les mères étaient accusées de ne pas permettre aux pères de jouer le rôle que des pères responsables devraient jouer dans leur foyer. Les mères de l'époque étaient accusées d'être autoritaires et dominatrices. La société lui a appris qu'il n'est pas possible d'attendre d'un parent qu'il soit un parent et qu'il développe une relation avec son enfant lorsque l'autre parent intervient et interfère constamment. Ainsi, par l'écriture, l'autrice semble considérer la totalité de son passé, ses motivations, l'influence de la société sur ses perspectives et ses croyances, ainsi que ses émotions impliquées dans cette situation particulière. En essayant de comprendre par l'écriture la décision qu'elle a prise ce jour-là, nous pourrions dire que Giraud semble travailler à dépasser le regret qu'elle semble ressentir de ne pas avoir appelé son mari. Le ton de toute cette histoire reflète un profond regret. Nous pourrions donc affirmer qu'à travers l'écriture, la romancière s'efforce sincèrement de reconnaître, de comprendre et d'accepter ce qui a été une mauvaise décision de sa part. Comme indiqué dans l'analyse du passage précédent, cela ne signifie pas qu'elle approuve désormais ses actions. Cela signifie plutôt qu'elle reconnaît ses erreurs et qu'elle tente en même temps d'accepter une vérité personnelle qui semble être que sa décision a entraîné la perte de la vie de son mari. Nous pourrions dire alors que ce passage met en valeur que la narratrice utilise l'écriture pour travailler sur l'acceptation de soi et le processus de lâcher-prise.

4.3.3 Acceptation chez l'Autrice à travers l'Expression d'un Lien Perpétuel

La perspective des Liens Perpétuels, énoncée par Field et al. (284), font partie intégrante d'une adaptation réussie au deuil, et ils sont présents même des années après la mort d'un être cher. Field et al. notent que les Liens Perpétuels existent dans le contexte de l'acceptation complète de la réalité et de la permanence de la perte (284). Cette acceptation complète est atteinte quand la personne n'a plus besoin de la proximité physique de la personne décédée. La représentation mentale de la personne qui est morte suffit à assurer une présence intérieure réconfortante et à soutenir émotionnellement l'endeuillé (284). Cela peut être atteint par une expression claire et concrète des Liens Perpétuels (284). Field et al. précisent que des exemples des expressions de Liens Perpétuels trouvées dans la littérature de recherche sur les Liens Perpétuels incluent « la représentation de la personne décédée comme un modèle important, comme une partie importante de l'autobiographie de l'endeuillé, et comme un héritage durable en ayant laissé une empreinte permanente sur l'endeuillé qui reste malgré la mort » (284).

[...] malgré ces deux fonctions qu'il cumulait, la discothèque, le journal, il ne renonçait pas à son flegme apparent, à sa disponibilité, alors que rendre ses papiers à temps et diriger une équipe de quinze personnes lui occasionnaient de sévères montées de stress. Jamais je ne l'ai vu renvoyer à la figure de quiconque cette charge qui lui incombait, au travers de laquelle il aurait pu se valoriser, jamais je ne l'ai senti écraser quiconque, et surtout pas moi qui parfois pleurnichais de ne savoir à quoi, à qui, donner la priorité. Quand j'y repense, il faisait de sa vie ce qui lui plaisait, et aller chercher son fils à l'école, ça l'excitait sans doute davantage que de décréter des réunions sans fin avec les autres chefs, ça lui apportait sans doute cet équilibre qui le tenait debout, qui le rendait lunaire et tellement séduisant (Giraud, *Viv.* 95).

Jusqu'à présent, le roman s'est essentiellement concentré sur les événements, les circonstances et les décisions que Giraud semble avoir considérés comme ayant contribué à la mort de son mari. Nous constatons qu'il n'y a guère eu de description détaillée de Claude, le mari de l'écrivaine, ou de sa vie. Ce passage apparaît à peu près au milieu du roman. Il s'agit d'une longue description détaillée de l'éthique professionnelle du mari de la narratrice. Nous pourrions dire qu'elle semble admirer sa capacité à rester au travail même lors de situations de stress important. Elle semble apprécier le fait qu'il n'a pas évité ses propres responsabilités ni imposé ses responsabilités et les pressions qu'il subissait aux autres, et qu'il n'a pas non plus projeté sa frustration ou son stress sur elle, même pendant les moments difficiles de leur vie.

Nous voyons donc Giraud s'ouvrir à ce moment-là sur ce qu'elle aimait chez son mari, et le fait que cela apparaisse à la moitié du roman peut indiquer que parler de Claude a pu être difficile jusqu'à ce moment-là. Il est possible qu'il ait fallu d'abord dépasser les pensées et les émotions négatives liées au regret et à la culpabilité évoqués dans la première partie de ce chapitre. Le processus de lâcher-prise comporte plusieurs niveaux, le premier étant l'acceptation de soi (Moses 12). Comme la première moitié du livre semble se concentrer sur les luttes de l'écrivaine pour l'acceptation de soi, on peut dire que l'autrice est maintenant prête à commencer à parler de son mari et à décrire ses caractéristiques et sa personnalité par le biais des représentations écrites. Cela pourrait indiquer que la narratrice est maintenant disposée à accepter la proximité psychologique que crée l'évocation d'une image aussi détaillée de Claude. De plus, nous pourrions dire que toute représentation écrite du défunt mari de l'autrice dans le roman est en fait l'expression d'un lien perpétuel que Giraud semble avoir créé avec son être cher, étant donné que la proximité physique avec lui n'est plus possible. Ainsi, la proximité psychologique créée par ce lien perpétuel semble avoir pris la place d'une proximité physique inexistante.

Il [Claude] était là [à l'école] le mardi et le jeudi, [...] Il vivait simplement le plaisir qu'a un père à retrouver son fils et il n'en était que plus épanoui. [...]

[...] Le garage était l'endroit où le père et le fils parlaient une langue sans mots, [...] C'était leur domaine secret, leur union complice, leur vie sans moi.

[...] quand nous avions dix-huit ans, [...] Claude avait déjà une moto, c'est aussi ce qui m'avait séduite, je crois, je l'ai toujours vu un casque intégral à la main, avec cette grosse paire de gants de cuir. [...]

Quand Claude et son fils rentraient du garage, ils avaient le plus souvent les mains gelées et les joues rouges. Et du cambouis sur les genoux du pantalon. Ils avaient dans les yeux cet éclat que j'aimais (Giraud, *Viv*. 94, 101).

Giraud raconte que, quoi qu'il s'est arrivé, son mari Claude était présent à l'école tous les mardis et tous les jeudis pour aller chercher leur fils à la sortie de l'école. Elle raconte que même si cette responsabilité incombait principalement aux mères des écoliers, Claude n'a jamais perdu de son élégance et de sa virilité. Pour lui, c'était une joie.

Claude aimait aussi passer du temps avec son fils après l'école à bricoler dans le garage, à lui apprendre à changer l'ampoule d'un phare ou à retendre le câble d'un frein. C'était l'espace où le père et le fils se rapprochaient autour de quelque chose qu'ils avaient en commun, et Giraud ne semble pas s'inquiéter du fait qu'elle n'en faisait pas partie. Dans le paragraphe suivant, la narratrice rappelle que le garage était l'endroit où Claude et elle se retrouvaient lorsqu'ils avaient dix-huit ans, pour échapper aux regards indiscrets de leurs voisins ; Claude possédait également une moto à l'époque. Elle revient à la description du lien père-fils et à l'amour qu'elle porte à l'éclat de leurs yeux lorsqu'ils reviennent du garage.

Nous assistons dans ce passage qui apparaît quelques pages plus loin que le passage précédent de notre analyse, à une description plus chargée d'émotion de son mari, qui nous montre la figure paternelle aimante que Claude a été pour son fils. On peut dire que la

représentation écrite de Claude a pris ici une dimension affective, qui développe et enrichit davantage l'image de Claude. La proximité psychologique entre l'écrivain et sa représentation de Claude semble ainsi être devenue plus forte et plus profonde. En passant de Claude le père à Claude le petit ami à la moto, puis à Claude le père, on remarque une certaine aisance et peut-être une fluidité sans douleur avec laquelle Giraud exprime un Lien Perpétuel avec son défunt mari.

Claude avait toujours possédé des motos, depuis sa première Yamaha 125, quand il avait dix-huit ans [...] puis une Kawasaki 650 des plus racées [...] juste avant la Yamaha 500 XT, [...] la fameuse Suzuki 650 Savage dont il aimait le charme et la conduite cool, [...] Et puis il y a toutes les motos que j'oublie, [...] et où Claude affirmait son style d'homme réfractaire à l'automobile, soucieux de ne pas encombrer, rétif à toute forme de soumission, et surtout aux embouteillages. Sans compter la résistance aux péages d'autoroutes, qu'il a toujours franchis sans s'acquitter du montant qu'il jugeait insultant (Giraud, *Viv.* 166-68).

On assiste donc à une description de Claude que la narratrice semble considérer comme ayant un rapport avec l'accident qui l'a tué. Ainsi, la représentation de Claude évolue vers un lien qui l'associe à l'événement fatal. On peut imaginer qu'il s'agit évidemment pour Giraud de la partie la plus difficile de son parcours d'acceptation. L'image du mari de l'autrice dessinée ici semble qualifier la nature du Lien Perpétuel en ce sens que, par la reconnaissance du lien entre l'accident et la passion de Claude pour la moto et la conduite, elle rend au Lien Perpétuel une dimension véritable et réaliste, dépourvue d'illusions. En d'autres termes, le lien que l'autrice entretient maintenant avec son défunt mari semble reconnaître le fait que sa passion pour les motos a joué un rôle causal dans sa mort. Et cette reconnaissance est évidemment un signe d'acceptation de ce fait dans le contexte de la réalité de la mort. Ainsi,

nous voyons une évidence du recours à l'écriture pour accepter le rôle de son mari dans l'accident.

4.3.4 Acceptation Totale chez l'Autrice de la Réalité de la Perte

Le dénouement du roman se présente dans le passage ci-dessus extrait des dernières pages du roman. L'aboutissement de tous les processus psychologiques impliqués dans l'écriture de *Vivre vite* se révèle alors que Giraud s'adresse directement à son mari défunt :

Ça fait vingt ans et je dois me résoudre à rendre les armes. Quitter la maison c'est aussi te laisser filer.

La nature qui m'entoure se changera en béton et le paysage disparaîtra. Comme disparaît parfois le son de ta voix.

Après ce si long voyage.

Après cette folle traversée où ta chute a entraîné toutes les manières de tomber. Toutes les façons de se relever. Toutes les façons de te retrouver. [...] Il y a eu la sensation que tu te fondais en moi. Que je devenais homme et femme à la fois. [...]

[...] Ça fait vingt ans et ma mémoire est trouée. Il m'arrive de te perdre, je te laisse sortir de moi.

Il me faut parfois me concentrer pour reconstituer tes traits. Cela, je ne l'aurais jamais imaginé. Pour accéder à tous les détails. Je dois convoquer une scène très particulière pour capter ton regard. [...]

[...] Il y avait dans ton regard quelque chose de fragile et d'émouvant. Comme si tu surgissais d'ailleurs. [...] Cette esquisse de sourire complice. J'avais gardé ce regard, ce sous-entendu qui en disait long, [...]

[...] J'avais gardé aussi ton intonation quand tu avais demandé, in extremis : *Ça va ?* tu avais juste dit cela : *Ça va ?*, de cette voix grave et légèrement éraillée, comme si tu voulais être sûr qu'il n'y avait aucune ombre.

Je tournais le dos, quelque chose avait eu lieu.

J'étais rassurée (Giraud, *Viv.* 203-06).

Nous pourrions imaginer que s'adresser à quelqu'un que l'on a aimé et perdu serait très douloureux, et encore plus si nous éprouvons un profond et intense regret pour nos décisions et nos actions liées à sa mort, et que nous évitons donc de le faire. Nous pourrions donc considérer ce texte comme preuve que l'autrice a peut-être réussi à dépasser la douleur et les autres émotions négatives qu'elle ressentait auparavant.

La narratrice parle de « rendre les armes » (Giraud, *Viv.* 203). Nous pourrions interpréter cette métaphore comme un signe de l'acceptation totale par la romancière de la mort de son mari. Renoncer aux armes pourrait signifier mettre un terme définitif à un voyage de vingt ans de recherche de sens et de lutte pour l'acceptation de la perte. De plus, il semble que la maison qui lui a offert une connexion à son mari - c'est-à-dire la maison que l'écrivaine avait identifiée au début de sa recherche de sens et son parcours de l'acceptation comme « ce qui me [Giraud] relierait à Claude, » (Giraud, *Viv.* 17) - n'est plus nécessaire ou requis pour Giraud. Peut-être que le besoin de la maison s'est éteint car la reconnaissance totale et l'acceptation complète de la réalité de la permanence de la perte ont été acquises. Ainsi, le fait de quitter la maison pourrait être considéré comme une preuve de l'acceptation de la perte, et Giraud l'énonce avec ses propres mots : « [...] te [Claude] laisser filer » (Giraud 203).

L'autrice dit qu'avec le temps elle semble avoir oublié certains aspects de son mari comme le son de sa voix. Elle parle de le laisser s'échapper de sa mémoire. Oublier au fil du

temps certains aspects d'une personne que l'on a aimée peut indiquer une acceptation de la réalité de la perte et du lâcher-prise de son être cher.

Giraud parle également de la façon dont ce parcours l'a changée - « manières de tomber » (Giraud 203) pourrait indiquer la douleur du deuil immédiatement après la perte ; « façons de se relever » pourrait faire référence à la force mentale et émotionnelle qu'elle a acquise au cours de ce parcours et « façons de te retrouver » pourrait renvoyer à l'image mentale qu'elle a maintenant de son mari, créée par l'expression du Lien Perpétuel que nous avons vu précédemment dans ce chapitre (203). Elle dit également qu'elle a l'impression d'avoir acquis certaines qualités de son mari et que son identité a désormais pris certains aspects de l'identité de son mari.

Brigitte évoque également un moment où Claude et elle se trouvaient dans l'appartement avant d'y emménager, un moment qu'elle semble avoir gravé dans sa mémoire. Et ce dont elle se souvient le plus en ce moment, c'est de sa voix. La voix qui semble lui avoir donné un sentiment de confort, de sécurité et d'assurance. Nous pourrions dire que chaque fois qu'elle se souvient de son mari, ce sont ces sentiments qui sont évoqués en elle. Ainsi, par l'expression d'un Lien Perpétuel (ce qui est évident par le fait qu'elle s'adresse à lui), elle semble avoir intégré et internalisé les émotions positives que l'attachement à son mari lui a fait éprouver. Nous pourrions considérer cette internalisation comme une preuve de l'achèvement de la transition de la narratrice Brigitte Giraud d'un deuil débilisant et dévorant vers l'acceptation de la réalité et de la permanence de la perte de son mari Claude.

4.4 CONCLUSION

Le présent mémoire a mis en lumière les processus impliqués dans la reconstruction de sens dans le contexte du deuil ainsi que dans l'acceptation de la réalité de la mort par le biais de l'écriture dans le roman *Vivre Vite* de Brigitte Giraud. La recherche a été conçue comme une contribution à l'étude du rôle de l'écriture autobiographique dans la facilitation de

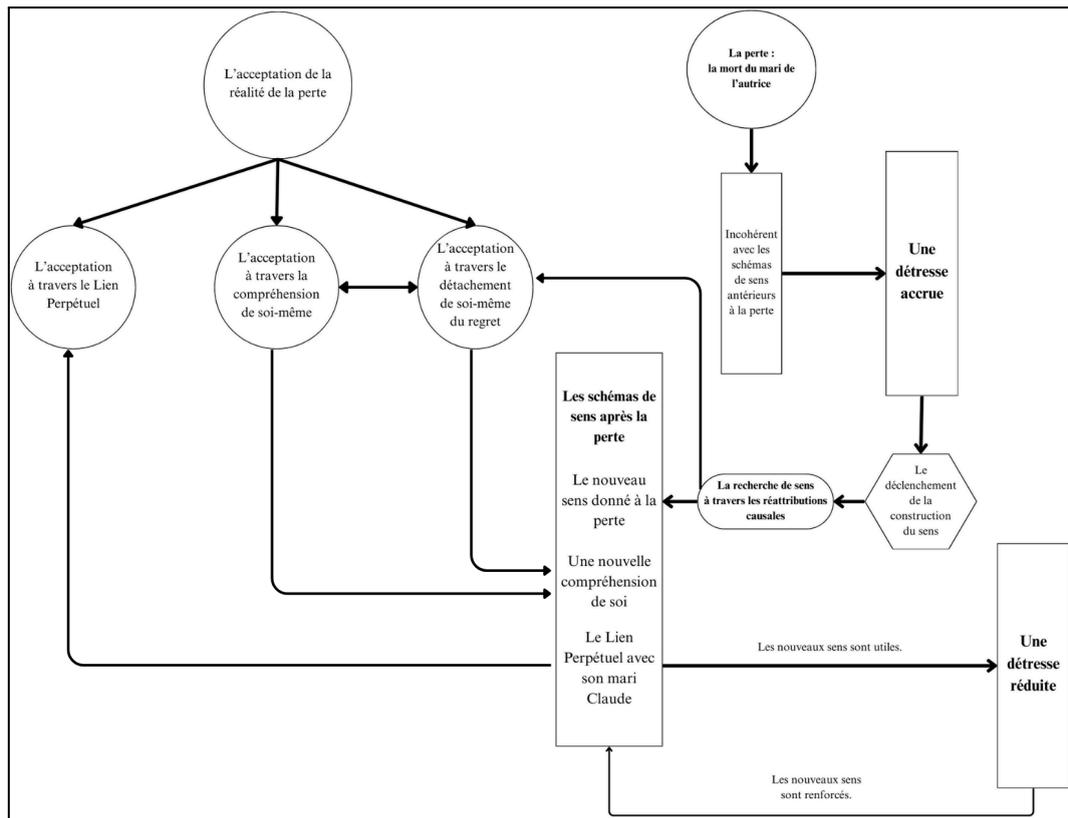


Figure 4.1 : Interaction entre Processus de Recherche de Sens et d'Acceptation

la résolution du deuil. Cette recherche peut être une étape vers la recherche du potentiel thérapeutique de l'écriture au-delà du cadre de l'écriture autobiographique, ce qui nécessitera des recherches plus approfondies au sein du domaine de la psychologie à l'aide des études quantitatives et qualitatives avec des participants.

Notre analyse du roman autobiographique a été réalisée sous la forme d'une étude de cas, en utilisant la méthodologie de recherche qualitative de l'analyse thématique pour rechercher et identifier comment l'écriture peut servir les processus d'adaptation au deuil. Cela a permis de mieux comprendre les mécanismes qui sous-tendent l'écriture autobiographique. La Figure 4.1 au-dessus est une adaptation de la figure de Gillies et Neimeyer décrite dans leur théorie de la reconstruction de sens. Alors que la narratrice a décrit son parcours de recherche de sens, la présente analyse a permis de dégager plusieurs idées qui sont expliquées ci-dessous.

Tout d'abord, la recherche de sens de la mort de son mari a révélé à l'écrivaine qu'il n'y a pas qu'une seule cause à l'origine de l'accident. Elle a découvert des causes multiples que l'analyse a réparties dans les catégories des causales réattributions de soi, des causales réattributions de famille, des causales réattributions des événements externes, des causales réattributions de son mari Claude. Chaque catégorie s'est articulée autour d'un personnage ou d'un événement central, qui reflète la direction du processus d'attribution faite par la romancière. Au fur et à mesure que l'intrigue du roman progresse, notre analyse a révélé que la narratrice a complété son interprétation des causes classées dans une seule catégorie, comme la catégorie des réattributions causales de soi, et puis elle a passé à un autre ensemble de causes, classées dans une autre catégorie. La compréhension de la confluence et de l'interaction des événements, des circonstances, des décisions et des actions qui ont conduit à l'accident a aidé l'écrivaine à donner un sens à sa perte.

Ensuite, ce qui a aidé la romancière à donner un sens à la mort de son mari, c'était l'organisation des réattributions de causes de manière à ce qu'ensemble elles racontent une histoire. Comme toute histoire, celle-ci s'est déroulée à une époque et dans un lieu précis, les événements de l'histoire ont suivi un ordre chronologique, les personnages principaux ont eu une histoire et les rôles qu'ils ont joués avaient une influence significative sur le développement de l'intrigue de l'histoire. L'écriture d'une histoire a donné à l'autrice la possibilité de former un récit cohérent de sa quête de sens. Cette cohérence narrative a validé, à son tour, chacune des réattributions causales qu'elle a décrites, ce qui l'a aidée à donner un sens plus grand et plus profond à la perte de son mari Claude.

De plus, une partie assez grande des réattributions causales décrites dans le roman sont des réattributions causales de soi. Cela signifie que la narratrice s'est blâmée pour la mort de son mari, ce qui s'est reflété dans les profonds regrets et la culpabilité que l'écrivaine avait du mal à accepter. La lutte pour l'acceptation de soi a découlé de sa culpabilité et de ses

regrets. Le détachement de soi-même du regret a mené à l'acceptation de soi, ce qui a mené à son tour à une nouvelle compréhension de soi. Afin de comprendre soi-même, on a besoin de reconnaître et de comprendre toutes les sources et toutes les causes de nos émotions et pensées négatives (Moses 14). Dans le cadre de la théorie de la reconstruction de sens de Gillies et Neimeyer, une nouvelle compréhension de soi est un nouveau schéma de sens créé après la perte grâce à l'écriture (36). Ainsi, cette recherche a montré que, dans le contexte du roman, à partir de la recherche de sens est née l'articulation du regret. Ce regret s'est résolu par le processus de l'acceptation qui a entraîné, à son tour, une nouvelle compréhension de soi chez la romancière.

Enfin, notre analyse a permis de constater que la recherche de sens de la narratrice a conduit à l'expression d'un Lien Perpétuel avec son mari Claude. Cela est démontré d'une part dans la catégorie de la réattribution causale de son mari, Claude, et d'autre part dans certains extraits du roman où l'expression du Lien Perpétuel prend une forme positive et réconfortante pour l'autrice. Ces extraits s'inscrivent, dans notre analyse, dans le thème de l'acceptation à travers l'expression des Lien Perpétuels, ainsi que dans le thème de l'acceptation totale de la perte. Comme le montre la Figure 4.1 ci-dessus, notre analyse a également mis en évidence le fait que l'acceptation a été atteinte grâce à l'expression d'un Lien Perpétuel. Gillies et Neimeyer indiquent que parmi les nouveaux schémas de sens, le Lien Perpétuel est créé suite à la reconstruction de sens et permet à l'individu d'avoir une représentation mentale de son être cher comme un soutien émotionnel ou une base de sécurité et de refuge (36). Ainsi, l'analyse de cette recherche a fait ressortir que de la reconstruction de sens était né un nouveau schéma de sens, à savoir, un Lien Perpétuel dont l'expression dans le roman a abouti, à son tour, à l'acceptation par l'écrivaine de la réalité de la perte.

En guise de conclusion, le présent mémoire fournit un compte rendu approfondi de la reconstruction du sens après la perte, et de l'acceptation de la perte à travers de l'écriture

autobiographique. Cette recherche affirme que l'écriture autobiographique peut faciliter la reconstruction des schémas de sens ébranlés par la perte, et par conséquent, peut faciliter la résolution du deuil et l'adaptation au deuil. Cependant, nous ne prétendons pas que ce type d'écriture conduira nécessairement à la résolution du deuil et à l'adaptation au deuil, mais seulement qu'il peut le faire. L'inclusion d'instructions d'écriture visant à donner un sens à la perte et à l'accepter pourrait s'avérer bénéfique dans le cadre des applications thérapeutiques dans le domaine de la thérapie du deuil. Enfin, d'autres recherches approfondies pourraient porter sur la manière d'intégrer les narratives de réattribution causale et l'expression des Liens Perpétuels dans l'application clinique de l'écriture en psychothérapie.

LISTE DES TRAVAUX CITÉS

- Abélard, Peter. *Historia Calamitatum*. CreateSpace Independent Publishing Platform, 2016.
Google Books, <https://books.google.co.in/books?id=D0hrvwEACAAJ>.
- Abid, Nadia, et Elena Bonta. *Exploring the Autobiography as a Genre and a Data Collection Tool*. Cambridge Scholars Publishing, 2023. *Google Books*,
<https://books.google.co.in/books?id=VXXaEAAAQBAJ>.
- Archer, John. *The Nature of Grief: The Evolution and Psychology of Reactions to Loss*.
 Routledge, 2003. *Google Books*,
<https://books.google.co.in/books?id=MmiGAgAAQBAJ>.
- Baggerman, Arianne, et al. *Controlling Time and Shaping the Self: Developments in Autobiographical Writing since the Sixteenth Century*. BRILL, 2011. *Google Books*,
<https://books.google.co.in/books?id=u-J5DwAAQBAJ>.
- Barnum, Phineas Taylor. *The Autobiography of P.T. Barnum: Clerk, Merchant, Editor, and Showman*. Ward and Lock, 1855. *Google Books*,
<https://books.google.co.in/books?id=yyqNhXDSNXkC>.
- Beaugé, Mathilde. « Qui est Brigitte Giraud, la Lyonnaise qui a reçu le Prix Goncourt 2022 ? » *Tribune de Lyon*, 3 novembre 2022,
<https://tribunedelyon.fr/culture/la-lyonnaise-brigitte-giraud-recoit-le-prix-goncourt-2022/>.
- Benmoyal-Bouzaglo, Sarah, et Denis Guiot. « Les stratégies de coping des adolescents confrontés à la critique de leurs pairs sur un choix de marque ». *Recherche et Applications en Marketing (French Edition)*, vol. 28, n° 2, juin 2013, p. 46-70. *SAGE Journals*, <https://doi.org/10.1177/0767370113480314>.
- Berthod, Marc-Antoine, et al. « Entre nous, le cancer : monde du travail et dynamiques familiales autour de l'enfant gravement malade ». *Enfances Familles Générations*.

Revue interdisciplinaire sur la famille contemporaine, n° 24, août 2016.

journals.openedition.org, <https://journals.openedition.org/efg/966>.

Borsboom, Denny, et al. « Theory Construction Methodology: A Practical Framework for Building Theories in Psychology ». *Perspectives on Psychological Science: A Journal of the Association for Psychological Science*, vol. 16, n° 4, février 2021, p. 756-66. *SAGE Journals*, <https://doi.org/10.1177/1745691620969647>.

Boud, David. « Using Journal Writing To Enhance Reflective Practice ». *New Directions for Adult and Continuing Education*, n° 90, Sum 2001, p. 9-17. *ERIC*, <https://doi.org/10.1002/ace.16>.

Bourgeois, M. L. « Études sur le deuil. Méthodes qualitatives et méthodes quantitatives ». *Annales Médico-Psychologiques, Revue Psychiatrique*, vol. 164, n° 4, juin 2006, p. 278-91. *ScienceDirect*, <https://doi.org/10.1016/j.amp.2005.10.012>.

Braun, Virginia, et Victoria Clarke. *Thematic Analysis: A Practical Guide*. SAGE, 2021. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=eMArEAAAQBAJ>.

« Brigitte Giraud ». *Le Figaro*, 2015,

<http://evene.lefigaro.fr/celebre/biographie/brigitte-giraud-27487.php>.

« Brigitte Giraud Décroche Le Prix Goncourt 2022 ». *TripFoumi Enfo*, 3 novembre 2022, www.tripfoumi.com/blog/2022/11/03/%f0%9f%94%b4-urgent-brigitte-giraud-decroche-le-prix-goncourt-2022/.

« Brigitte Giraud : “L’écriture m’a permis de me réapproprier mon histoire” ». *France Culture*, 12 août 2023,

<https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/les-masterclasses/brigitte-giraud-l-ecriture-m-a-permis-de-me-reapproprier-mon-histoire-6869269>.

Bruce, Christine A. « Helping Patients, Families, Caregivers, and Physicians, in the Grieving Process ». *The Journal of the American Osteopathic Association*, vol. 107, n° 12

Suppl 7, décembre 2007, p. ES33-40. *PubMed*,

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18165376/>.

Camet, Sylvie, et Noureddine Sabri. *Nouvelles écritures du moi dans les Littératures française et francophone*. Éditions L'Harmattan, 2012. *Google Books*,

<https://books.google.co.in/books?id=NV-IFQjsh00C>.

Cavaleri, Luigi, et Luciana Bertotti. « The Attenuation of Swell Waves by Rain ».

Geophysical Research Letters, vol. 44, n° 20, 2017, p. 10,504-10,510. *Wiley Online Library*, <https://doi.org/10.1002/2017GL075458>.

Chadwick, Henry. *Augustine of Hippo: A Life*. OUP Oxford, 2009.

« coincidence noun - Definition, pictures, pronunciation and usage notes | Oxford Advanced American Dictionary at OxfordLearnersDictionaries.com ». *Oxford Learner's Dictionaries*,

https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/american_english/coincidence.

Consulté le 14 avril 2024.

« De Joan Didion à Janet Malcolm, quand le journalisme littéraire mène l'enquête ». *France Culture*, 6 janvier 2024,

<https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/recits-d-enquete/de-joan-didion-a-janet-malcolm-quand-le-journalisme-litteraire-mene-l-enquete-2989420>.

Den Elzen, Katrin. “*My Decision: A Memoir*” and “*The Young Widow Memoir: Grief and the Rebuilding of Fractured Identity*”. 2018. Curtin University, Thèse de doctorat.

espace - Curtin's Institutional Repository,

<https://espace.curtin.edu.au/handle/20.500.11937/70488>.

---. « Rewriting the Bereaved Self: The Role of Narrative in Rebuilding the Self and

Constructing Meaning Following the Loss of One's Spouse ». *TEXT*, vol. 19, n° 2,

octobre 2015, p. 1-15, <https://doi.org/10.52086/001c.25387>.

- Den Elzen, Katrin, et Robert Neimeyer. *Narrating Grief and Loss*. 2023, p. 135-59.
ResearchGate, <https://doi.org/10.4324/9781003248026-12>.
- Desjardins, Sandra. *Donner un sens au décès d'un enfant atteint de cancer : la perspective des parents, de la fratrie et des grands-parents*. 2015. Université du Québec en Outaouais, Essai de troisième cycle. *Di.uqo.ca*, <https://di.uqo.ca/id/eprint/816/>.
- « Faculty and Staff | Center for Research on End-of-Life Care ». *Weill Cornell Medicine*, 2 octobre 2023, <https://endoflife.weill.cornell.edu/about-us/faculty-and-staff>.
- Field, Nigel P., et al. « Continuing Bonds In Bereavement: An Attachment Theory Based Perspective ». *Death Studies*, vol. 29, n° 4, mai 2005, p. 277-99,
<https://doi.org/10.1080/07481180590923689>.
- Figley, Charles R., et al., éditeurs. *Death And Trauma: The Traumatology Of Grieving*. Taylor & Francis, 2022. *Google Books*,
<https://books.google.co.in/books?id=DnmHEAAAQBAJ>.
- , éditeur. *Encyclopedia of Trauma: An Interdisciplinary Guide*. SAGE Publications, 2012.
Google Books, <https://books.google.co.in/books?id=DCd1CQAAQBAJ>.
- , éditeur. *Traumatology of Grieving: Conceptual, Theoretical, and Treatment Foundations*. Routledge, 2013. *Google Books*,
<https://books.google.co.in/books?id=WS3YAQAAQBAJ>.
- Flesner, Jodi M. *A Shift in the Conceptual Understanding of Grief: Using Meaning-Oriented Therapies with Bereaved Clients*. 2013. *Semantic Scholar*,
<https://www.semanticscholar.org/paper/A-Shift-in-the-Conceptual-Understanding-of-Grief-%3A-Flesner-Flesner/67cabd3461168935d0df1cbd400a651e42372f94#citing-papers>.
- Frankl, Viktor Emil. *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy from Death Camp to Existentialism*. Hodder and Stoughton, 1962. *Google Books*,

<https://books.google.co.in/books?id=7GxSwAEACAAJ>.

Franklin, Benjamin. *The Autobiography of Benjamin Franklin*. Book Sales, 2015. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=-fhBDwAAQBAJ>.

Freud, Sigmund. *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud Vol. 16 (1916-1917)*. Hogarth Press and the Institute of Psycho-analysis, 1963. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=CplBSwAACAAJ>.

Gillies, James, et al. « The Meaning of Loss Codebook: Construction of a System for Analyzing Meanings Made in Bereavement ». *Death studies*, vol. 38, avril 2014, p. 207-16. *ResearchGate*, <https://doi.org/10.1080/07481187.2013.829367>.

Gillies, James, et Robert A. Neimeyer. « Loss, Grief, and the Search for Significance: Toward a Model of Meaning Reconstruction in Bereavement ». *Journal of Constructivist Psychology*, vol. 19, n° 1, 2006, p. 31-65. *Taylor and Francis*, <https://doi.org/10.1080/10720530500311182>.

Gilmore, Leigh. *The Limits of Autobiography: Trauma and Testimony*. Cornell University Press, 2023. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=3-aUEAAAQBAJ>.

Giraud, Brigitte. *À présent*. Librairie générale française, 2003. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=qBKngwAACAAJ>.

---. *Avoir un corps*. Stock, 2013. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=wb8qAAAAQBAJ>.

---. *J'apprends*. Stock, 2005. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=mJCRBQAAQBAJ>.

---. *Marée noire*. Stock, 2004. *Google Books*, https://books.google.co.in/books?id=yPtA973A_i4C.

---. *Nico*. Stock, 2014. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=-ukA6O0PL0kC>.

---. *Pas d'inquiétude*. Stock, 2011. *Google Books*,

<https://books.google.co.in/books?id=eguRBQAAQBAJ>.

---. *Vivre vite*. Flammarion, 2022, <https://books.google.co.in/books?id=ZelhzwEACAAJ>.

Glick, Ira Oscar, et al. *The First Year of Bereavement*. Wiley, 1974. *Google Books*,

<https://books.google.co.in/books?id=TPJ9AAAAMAAJ>.

« Goncourt des détenus (2) : quand auteurs et jurés se rencontrent ». *Le ministère de la*

Culture, 13 décembre 2022,

<https://www.culture.gouv.fr/Actualites/Goncourt-des-detenus-2-quand-auteurs-et-jures-se-rencontrent>.

Gray-Rosendale, Laura A. *Me Too, Feminist Theory, and Surviving Sexual Violence in the*

Academy. Rowman & Littlefield, 2020. *Google Books*,

<https://books.google.co.in/books?id=1pPTDwAAQBAJ>.

Habib, Claude. « LIRE COURAMMENT: Lire de l'anglais ». *Esprit (1940-)*, n° 281 (1),

2002, p. 221-23. *JSTOR*, <https://www.jstor.org/stable/24279124>.

Hartmann, A. « Les orientations nouvelles dans le champ du coping ». *Pratiques*

Psychologiques, vol. 14, n° 2, juin 2008, p. 285-99. *ScienceDirect*,

<https://doi.org/10.1016/j.prps.2008.01.002>.

Harvey, John H. *Give Sorrow Words: Perspectives on Loss and Trauma*. Routledge, 2016.

Google Books, <https://books.google.co.in/books?id=zhfPCwAAQBAJ>.

Heeke, Carina, et al. « Latent classes of prolonged grief and other indicators of mental health

in bereaved adults: A systematic review ». *Journal of Affective Disorders Reports*,

vol. 14, décembre 2023, p. 100654. *ScienceDirect*,

<https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100654>.

Ince, H. Yavuz, et Richard Balon. « Bowlby's Four Phases of Mourning Through Krzysztof

Kieślowski's Blue ». *Academic Psychiatry*, vol. 48, n° 1, février 2024, p. 89-92.

Springer Link, <https://doi.org/10.1007/s40596-023-01927-x>.

- Iskandarani, Nadia Naboulsi. « Writing as a mean to rehabilitate the traumatized self in *Vivre Vite* By Brigitte Giraud ». *BAU Journal - Society, Culture and Human Behavior*, vol. 5, n° 1, août 2023, <https://doi.org/10.54729/2789-8296.1160>.
- Jacobs, Selby. *Traumatic Grief: Diagnosis, Treatment, and Prevention*. Routledge, 2016. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=8xfPCwAAQBAJ>.
- Janoff-Bulman, Ronnie. *Shattered Assumptions: Towards a New Psychology of Trauma*. The Free Press, 1992. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=J7OVCUpFiLgC>.
- « Katrin DEN ELZEN | Doctor of Philosophy | Curtin University, Bentley | Department of Media, Culture and Creative Arts | Research Profile ». *Research Gate*, 1 janvier 2024, <https://www.researchgate.net/profile/Katrin-Den-Elzen>.
- Kelley, Harold H. « The processes of causal attribution ». *American Psychologist*, vol. 28, n° 2, 1973, p. 107-28. *APA PsycNet*, <https://doi.org/10.1037/h0034225>.
- Kennedy, Lesley. « The best new books of April 2021 | CNN Underscored ». *CNN Underscored*, 1 avril 2021, <https://edition.cnn.com/cnn-underscored/home/best-books-april-2021>.
- Keser, Emrah, et Sedat Isikli. « Investigating the Psychometric Properties of the Turkish Form of the Grief and Meaning Reconstruction Inventory ». *Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, vol. 31, n° 4, 2018, p. 364. *dusunenadamdergisi.org*, <https://doi.org/10.5350/DAJPN2018310405>.
- Klass, Dennis, et al. *Continuing Bonds: New Understandings of Grief*. Taylor & Francis, 2014. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=mYGOAwAAQBAJ>.
- Klass, Dennis, et Edith Maria Steffen. *Continuing Bonds in Bereavement: New Directions for Research and Practice*. Routledge, 2017. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=3W5ADwAAQBAJ>.

- Kübler-Ross, Elisabeth. *Les derniers instants de la vie*. Traduit par Cosette Jubert et Etienne De Peyeren, Labor et Fides, 1975. *Google Books*,
<https://books.google.co.in/books?id=D5x2VdXK0cgC>.
- . *On Death and Dying*. Macmillan, 1969. *Google Books*,
<https://books.google.co.in/books?id=IZWgtQEACAAJ>.
- Kübler-Ross, Elisabeth, et David Kessler. *On Grief and Grieving: Finding the Meaning of Grief Through the Five Stages of Loss*. Simon and Schuster, 2005. *Google Books*,
<https://books.google.co.in/books?id=7cYgCAHDlrQC>.
- Kuhn, Bernhard Helmut. *Autobiography and Natural Science in the Age of Romanticism: Rousseau, Goethe, Thoreau*. Ashgate Publishing, Ltd., 2009. *Google Books*,
<https://books.google.co.in/books?id=QyayOXUDpt0C>.
- Leena, K. R. *Narration of Self in the Autobiographies of Augustine of Hippo and Teresa of Avila*. 2013. Christ University, Mémoire de master,
<http://archives.christuniversity.in/items/show/1016>. CHRIST (Deemed To Be University) Institutional Repository.
- Lejeune, Philippe. *Le pacte autobiographique*. Seuil, 1975. *Google Books*,
<https://books.google.co.in/books?id=pi3vAAAAMAAJ>.
- « Les Livres du Dimanche. Giono intime ». *Le Dauphiné Libéré*, 3 janvier 2010,
<https://www.ledauphine.com/hautes-alpes/2010/01/03/giono-intime>.
- Lievens, Nathalie Marie. *Rites et deuils en temps de covid-19 : Par quels processus les liens perpétuels sont-ils élaborés ?* 2023. Université catholique de Louvain, Mémoire de master, <https://dial.uclouvain.be/memoire/ucl/object/thesis:39224>. DIAL.mem.
- Manzini, Francesco. *Stendhal*. Reaktion Books, 2019. *Google Books*,
<https://books.google.co.in/books?id=1CupDwAAQBAJ>.
- Marchenoir, Caïn. « Entretien avec Brigitte Giraud : “Le Goncourt, c’est comme un signe !” »

Lyon Capitale, 25 novembre 2022,

<https://www.lyoncapitale.fr/culture/entretien-avec-brigitte-giraud-le-goncourt-cest-comme-un-signe>.

Marwit, Samuel J., et Dennis Klass. « Grief and the role of the inner representation of the deceased ». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 30, n° 4, 1994, p. 283-98. *APA PsycNet*, <https://doi.org/10.2190/PEAA-P5AK-L6T8-5700>.

Mentaschi, Lorenzo, et al. « Global Changes of Extreme Coastal Wave Energy Fluxes Triggered by Intensified Teleconnection Patterns ». *Geophysical Research Letters*, vol. 44, n° 5, 2017, p. 2416-26. *Wiley Online Library*, <https://doi.org/10.1002/2016GL072488>.

Mill, John Stuart. *Autobiography*. Oxford University Press, 2018. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=kBFQDwAAQBAJ>.

Milman, Evgenia, et Robert A. Neimeyer. « Chapter 5 - Meaning-making in bereavement transitions: review and clinical relevance ». *Navigating Life Transitions for Meaning*, édité par Elizabeth M. Altmaier, Academic Press, 2020, p. 69-89. *ScienceDirect*, <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-818849-1.00005-9>.

Moses, Courtney. « Self-Reflective Journaling: A Practice for Achieving Self-Understanding and Acceptance, Overcoming Creative Resistance, and Moving Toward Ideal Self ». *Critical and Creative Thinking Capstones Collection*, mai 2019, https://scholarworks.umb.edu/cct_capstone/375.

Neimeyer, R. A. « Searching for the Meaning of Meaning: Grief Therapy and the Process of Reconstruction ». *Death Studies*, vol. 24, n° 6, septembre 2000, p. 541-58. *PubMed*, <https://doi.org/10.1080/07481180050121480>.

« Nous serons des héros ». *Lettres Frontière*, 30 décembre 2018, <https://lettresfrontiere.net/livres/nouseronsdesheros/>.

- Odériz, I., et al. « Natural Variability and Warming Signals in Global Ocean Wave Climates ». *Geophysical Research Letters*, vol. 48, n° 11, 2021, p. e2021GL093622. *Wiley Online Library*, <https://doi.org/10.1029/2021GL093622>.
- Park, Crystal L. « Making Sense of the Meaning Literature: An Integrative Review of Meaning Making and Its Effects on Adjustment to Stressful Life Events. » *Psychological Bulletin*, vol. 136, n° 2, mars 2010, p. 257-301, <https://doi.org/10.1037/a0018301>.
- Park, Crystal L., et Susan Folkman. « Meaning in the Context of Stress and Coping ». *Review of General Psychology*, vol. 1, n° 2, juin 1997, p. 115-44. *SAGE Journals*, <https://doi.org/10.1037/1089-2680.1.2.115>.
- Parkes, C. Murray. « “Seeking” and “finding” a lost object: Evidence from recent studies of the reaction to bereavement ». *Social Science & Medicine*, vol. 4, n° 2, 1970, p. 187-201. *APA PsycNet*, [https://doi.org/10.1016/0037-7856\(70\)90115-0](https://doi.org/10.1016/0037-7856(70)90115-0).
- Parkes, Colin Murray, et Holly G. Prigerson. *Bereavement: Studies of Grief in Adult Life, Fourth Edition*. 2^e éd., Routledge, 2013, <https://doi.org/10.4324/9781315829753>.
- Pearlman, Laurie Anne, et al. *Treating Traumatic Bereavement: A Practitioner's Guide*. Guilford Publications, 2014. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=UrtUAgAAQBAJ>.
- Pivert, Benoît. « Pas d'inquiétude de Brigitte Giraud ». *Revue d'art et littérature, musique*, 2014. *HAL Archives Ouvertes*, <https://hal.science/hal-01969754>.
- Popkin, Jeremy D. « Writing Life Writing: Narrative, History, Autobiography: By Paul John Eakin, Foreword by Craig Howes, New York and London: Routledge, 2020, Pp. Xxi + 151, (Paperback), ISBN 978-0-367-51577-5 ». *Life Writing*, vol. 21, n° 2, avril 2024, p. 425-27. *Taylor and Francis+NEJM*, <https://doi.org/10.1080/14484528.2023.2165472>.

- Prigerson, Holly G., et Paul K. Maciejewski. « Grief and Acceptance as Opposite Sides of the Same Coin: Setting a Research Agenda to Study Peaceful Acceptance of Loss ». *The British Journal of Psychiatry*, vol. 193, n° 6, décembre 2008, p. 435-37. *Cambridge University Press*, <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.108.053157>.
- Raphals, Lisa. « Fate, Fortune, Chance, and Luck in Chinese and Greek: A Comparative Semantic History ». *Philosophy East and West*, vol. 53, n° 4, 2003, p. 537-74. *JSTOR*, <https://doi.org/10.1353/pew.2003.0045>.
- Rousseau, Jean-Jacques. *Confessions*. Édité par Patrick Coleman, Traduit par Angela Scholar, Oxford University Press, 2000. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=ZinPjKdL9mEC>.
- Russell, David H. « Counciletter ». *College English*, vol. 25, n° 7, 1964, p. 551-53. *JSTOR*, <https://www.jstor.org/stable/373246>.
- Sagi, Avi. *Living With the Other: The Ethic of Inner Retreat*. Springer, 2019. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=tpaDDwAAQBAJ>.
- Smith, Sidonie, et Julia Watson. *Reading Autobiography: A Guide for Interpreting Life Narratives*. U of Minnesota Press, 2010. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=jHtHqqxHrVgC>.
- Steffen, Edith Maria, et al. *The Handbook of Grief Therapies*. SAGE Publications Ltd., 2022. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=gk14EAAAQBAJ>.
- Stroebe, M., et H. Schut. « The Dual Process Model of Coping with Bereavement: Rationale and Description ». *Death Studies*, vol. 23, n° 3, 1999, p. 197-224. *PubMed*, <https://doi.org/10.1080/074811899201046>.
- Stroebe, Margaret, et al. « Cautioning Health-Care Professionals: Bereaved Persons Are Misguided Through the Stages of Grief ». *OMEGA - Journal of Death and Dying*, vol. 74, n° 4, février 2018, p. 455-73. *SAGE Journals*,

<https://doi.org/10.1177/0030222817691870>.

Stroebe, Margaret, et Henk Schut. « The Dual Process Model of Coping with Bereavement: A Decade On ». *OMEGA - Journal of Death and Dying*, vol. 61, n° 4, décembre 2010, p. 273-89. *SAGE Journals*, <https://doi.org/10.2190/OM.61.4.b>.

Thomson, Jim, et W. Erick Rogers. « Swell and Sea in the Emerging Arctic Ocean ». *Geophysical Research Letters*, vol. 41, n° 9, 2014, p. 3136-40. *Wiley Online Library*, <https://doi.org/10.1002/2014GL059983>.

Thow, Diana. « Translating Myself and Others: Translation: Jhumpa Lahiri. Princeton, NJ: Princeton University Press, 2022. 208 pp. » *Translation Review*, vol. 117, n° 1, octobre 2023, p. 34-36, <https://doi.org/10.1080/07374836.2023.2257096>.

« VIDEO Goncourt 2022 : « Vivre vite » de la Lyonnaise Brigitte Giraud, une enquête sur la mort, le deuil et l'absence ». *France 3 Auvergne-Rhône-Alpes*, 3 novembre 2022, <https://france3-regions.francetvinfo.fr/auvergne-rhone-alpes/rhone/lyon/chronique-la-puissance-du-prix-goncourt-2022-vivre-vite-de-la-lyonnaise-brigitte-giraud-2647664.html>.

Worden, James William. *Grief Counseling and Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner, Third Edition*. Springer Publishing Company, 2002. *Google Books*, <https://books.google.co.in/books?id=Dz6mti2YLy4C>.

Young, Yvette A. « Une Année étrangère by Brigitte Giraud ». *The French Review*, vol. 84, n° 3, 2011, p. 613-14, <https://doi.org/10.1353/tfr.2011.0252>.

ANNEXE I

L'Autrice Brigitte Giraud et son roman *Vivre vite*



(Source : « Brigitte Giraud Décroche Le Prix Goncourt 2022 »)