

ABNEGATIOPHOBIE Crainte de l'abnégation

*Phobie non officielle, non reconnue, non spécifique,
non classifiée en tant que trouble anxieux défini dans le DSM-5 et la CIM-11*

D'Abnégation : renoncement à ses propres intérêts au profit d'une cause ou d'autrui, fait de se dévouer entièrement à une personne, une cause ou un objectif, en faisant passer ses propres intérêts ou besoins au second plan.

Exemples : « Elle s'est occupée de sa famille avec beaucoup d'abnégation. » - « Elle travaille avec beaucoup d'abnégation ».

Synonymes : dévouement, sacrifice, désintéressement.

Le mot « abnégation » se traduit principalement en latin par *abnegatio* (génitif : *abnegationis*, féminin).

Cependant, selon la nuance exacte recherchée, plusieurs termes latins sont utilisés :

- **Sui abnegatio** : Traduction exacte de « l'abnégation de soi-même » ou « renoncement à soi-même » (latin chrétien, notamment utilisé par Saint Jérôme).
- **Devotio** : Pour exprimer le dévouement absolu, le sacrifice de soi ou l'attachement à une cause (latin classique).
- **Jactura** : Si l'accent est mis sur la perte volontaire ou le sacrifice de ses propres intérêts.

En grec ancien, le mot « abnégation » se traduit principalement par *ἀπαρνήσεως* (forme au nominatif : *ἀπαρνήσις* / *apárnēsis*), qui signifie le « renoncement total » ou le « reniement de soi ».

Selon la nuance exacte que vous recherchez, d'autres termes sont également appropriés :

- **ἐαυτοῦ ἀπαρνήσις** (*heautoû apárnēsis*) : Expression exacte pour « l'abnégation de soi » ou le « renoncement à soi-même ».
- **αὐταπαρνήσις** (*autapárnēsis*) : Terme plus tardif (grec hellénistique et biblique) qui fusionne directement les notions de « soi-même » et de « renoncement ».
- **ἀφιλοκερδία** (*aphilokerdía*) : Si vous souhaitez insister sur le désintéressement matériel ou l'absence de recherche de gain personnel.

L'ABNEGATIOPHOBIE

La crainte de l'abnégation mérite d'être d'abord désambiguïsée conceptuellement, car elle recouvre au moins trois objets distincts dans le contexte qui nous occupe : la crainte d'une dissolution de la subjectivité dans la relation (perte de soi au sens existentiel) ; la crainte d'une exigence normative de renoncement à ses propres affects (devoir taire sa jalousie, par exemple, au nom de la compersion comme idéal régulateur déjà évoqué) ; et la crainte, plus spécifiquement genrée et matérialiste au sens des analyses précédentes, d'un sacrifice inégalement distribué du travail et du désir propre au bénéfice d'autrui. Ces trois registres —

existentiel, éthico-normatif, politique — s'articulent mais ne se recouvrent pas, et la réponse diffère sensiblement selon celui qui est mobilisé.

Le registre existentiel : autonomie relationnelle contre fusion. Dans la tradition qui va de Simone de Beauvoir à certaines réappropriations contemporaines de l'éthique du care, l'abnégation désigne le mouvement par lequel un sujet — historiquement et structurellement le sujet féminin — s'efface au profit de la subjectivité d'autrui, devenant *pour-autrui* plutôt que *pour-soi*. Beauvoir, dans *Le Deuxième Sexe*, analyse précisément l'amour comme dispositif privilégié de cette abdication : la femme amoureuse tend à faire de l'existence de l'aimé la justification de la sienne propre, abdication que Beauvoir qualifie d'inauthentique au sens sartrien, dans la mesure où elle constitue une fuite devant l'angoisse de la liberté plutôt qu'un choix authentiquement assumé. Le polyamour, en tant qu'il revendique la pluralité des attachements simultanés, pourrait sembler *a priori* immunisé contre ce risque, dans la mesure où aucun partenaire unique ne saurait absorber la totalité de l'investissement subjectif. C'est du reste un argument fréquemment avancé par ses praticiens eux-mêmes : la pluralité relationnelle comme garde-fou structurel contre la fusion totalisante caractéristique du couple monogame romantique. Mais cet argument mérite d'être examiné avec prudence, car rien n'empêche structurellement une reproduction de la même dynamique d'effacement à l'égard de plusieurs partenaires simultanément plutôt qu'à l'égard d'un seul — la pluralité des objets n'annule pas nécessairement la structure du don de soi sans réciprocité.

Le registre éthico-normatif : la compersion comme injonction potentiellement délétère. C'est ici que la crainte de l'abnégation trouve sa formulation la plus spécifique au contexte polyamoureux. Dans la mesure où la compersion — le plaisir pris au bonheur relationnel du partenaire avec un tiers — fonctionne, ainsi que nous l'avons noté, comme idéal régulateur au sein de certaines communautés polyamoureuses, elle peut se retourner en exigence normative implicite : la jalousie, affect pourtant socialement et biographiquement enraciné, s'y trouve parfois disqualifiée comme résidu de possessivité patriarcale à dépasser plutôt que reconnue comme affect légitime méritant d'être entendu et négocié. Certaines critiques internes au mouvement polyamoureux lui-même (notamment issues de courants dits *relationship anarchist* plus circonspects à l'égard de toute prescription affective) ont pointé ce risque d'une nouvelle discipline des affects, où l'injonction à « travailler sur soi » pour atteindre la compersion reproduit, sous un vocabulaire thérapeutique, une forme de contrainte à l'auto-effacement de ses propres besoins au nom d'un idéal éthique communautaire. La crainte de l'abnégation, en ce sens, n'est nullement irrationnelle : elle identifie avec justesse un point de bascule possible entre éthique du consentement et nouvelle économie morale de la disponibilité affective illimitée.

Le registre politique : qui peut se permettre de refuser l'abnégation. Ce troisième niveau rejoint directement l'analyse matérialiste développée précédemment. La capacité à poser des limites, à refuser une demande de disponibilité émotionnelle jugée excessive, à faire valoir ses propres besoins contre l'idéal communautaire de fluidité relationnelle, n'est pas répartie de manière indifférenciée selon le genre, la position économique ou le statut relationnel (partenaire « primaire » ou non, dans les configurations hiérarchiques). La crainte de l'abnégation exprimée par certains individus — statistiquement, et de manière non fortuite, davantage de femmes hétérosexuelles engagées dans des polycules à dominante masculine — pourrait ainsi n'être pas seulement une inquiétude existentielle abstraite, mais

l'anticipation lucide, fondée sur une expérience sociale antérieure du travail de care genré, d'une reconduction probable de cette même dynamique sous un vocabulaire renouvelé.

Une contre-lecture nécessaire. Il faut néanmoins se garder de traiter cette crainte comme nécessairement fondée en tout contexte : elle peut aussi bien fonctionner, chez certains sujets, comme résistance défensive à toute forme d'engagement relationnel véritable — l'abnégation redoutée n'étant alors que la figure fantasmée de la vulnérabilité et de l'interdépendance constitutive de tout lien affectif authentique, y compris monogame. Axel Honneth, dans sa reprise de la théorie de la reconnaissance, insiste sur le fait que la subjectivité ne se constitue que dans et par la relation à autrui — de sorte qu'une autonomie purement défensive, hermétique à toute forme de dépendance affective, ne constituerait pas moins une pathologie de la relation que la fusion abnégatoire qu'elle redoute. La question n'est alors pas de savoir comment éviter absolument toute forme de don de soi, mais comment distinguer la dépendance mutuelle et réciproque, constitutive de tout lien, de sa capture asymétrique par un rapport de pouvoir non reconnu comme tel.

Trois prolongements possibles avec Claude IA

1. Une reprise des théories winnicottiennes du *holding* et de la capacité à être seul en présence d'autrui permettrait d'articuler plus finement la distinction entre interdépendance saine et fusion abnégatoire, au-delà de la seule opposition sartro-beauvoirienne entre authenticité et mauvaise foi.
2. Un examen empirique différencié — à partir des travaux de Sheff ou de Ritchie et Barker — des profils sociodémographiques de celles et ceux qui expriment cette crainte permettrait de trancher, au moins partiellement, entre l'hypothèse existentielle générale et l'hypothèse politique genrée ici esquissées.
3. Une confrontation avec l'éthique lévinassienne de la responsabilité infinie envers Autrui — qui pose l'abnégation non comme pathologie mais comme structure originaire de la subjectivité éthique elle-même — permettrait de radicaliser la question en interrogeant si la crainte de l'abnégation ne présuppose pas elle-même un modèle de sujet souverain et autarcique que la philosophie du XXe siècle a précisément entrepris de déconstruire.