

## Désirer est ce nécessairement souffrir ?

Associer la notion de souffrance et celle du désir n'est-il pas paradoxal ? En effet désirer vient du latin « desiderare » qui signifie constater l'absence et de « sidus » qui signifie l'astre. Désirer c'est donc aspirer à posséder quelque chose que l'on ne possède pas. Et l'acquisition de cette chose provoque un sentiment de plaisir qui est à opposé directement à la notion de souffrance car souffrir c'est douloureux. Nécessairement est ici le connecteur logique de cause à effet et implique alors que désirer ne consiste pas inévitablement à souffrir mais peut faire souffrir. Mais à quelle échelle faut-il considérer la notion du désir ? En effet les animaux ne sont pas constitués au sens propre de désirs mais plutôt d'un instinct qui leur permettra de prendre les décisions clés de leurs vie et même d'agir impulsivement, tandis que l'être humain posera le « pour et le contre ». On peut alors se demander si vouloir est-ce nécessairement souffrir ? Ou si la souffrance permet au désir d'exister ? Mais aussi si l'absence de désir provoque la souffrance ? Ou si l'on souffre d'un désir non accompli ? Ou si le fait de convoiter un objet peut provoquer des désaccords avec ses proches, source alors de souffrance.

Nous allons voir dans un premier temps que désirer consiste effectivement à souffrir puis nous verrons que le désir peut exister sans forcément impliquer souffrir et nous terminons par tenter de savoir si l'absence de désirs donne naissance ou non à la souffrance.

D'après Epicure il existe trois catégories de désirs : les désirs naturels et nécessaires comme manger, boire ... les désirs naturels et non nécessaires comme manger raffiné, être bien habillé ... et les désirs ni naturels et ni nécessaires comme la gloire et la richesse.

Pour la première catégorie l'inaccomplissement de celle-ci où le désir est nécessaire et naturel, provoque une souffrance d'avantage physique que mentale. Par exemple je désire manger, j'ai donc faim et ne pas réaliser ce désir va provoquer des douleurs à l'estomac je vais donc tout mettre en œuvre pour manger. Pour la seconde catégorie qui concerne les désirs naturels mais pas nécessaires, la non réalisation de ceux-ci amène à une certaine souffrance mentale. Prenons un autre exemple, je dispose de riz mais je désire plutôt manger un hamburger. La non satisfaction de ce désir provoquera en moi un manque et donc une souffrance mentale mais si la souffrance physique se fait ressentir alors je mangerais le riz. La dernière catégorie de désirs quant à elle concerne les désirs ni naturels ni nécessaires. La non réalisation de ceux-ci ne provoquera pas forcément de souffrance physique ou mental car

ils correspondent juste à une envie globale que l'on souhaiterait bien réaliser mais pour laquelle on ne mettra pas tout en œuvre car leur irréalisation ne pose pas de problème majeur et n'est donc pas source de souffrance. Par exemple, j'ai toujours décidé d'être célèbre, le fait de ne pas l'être n'est pas source de souffrance car ma vie actuelle me convient très bien. On remarque dès lors que la souffrance est différente selon le type de désirs.

Certains désirs peuvent s'avérer être malsains comme commettre un adultère. La limite entre les bons et les mauvais désirs et fixée par la conscience et le maintien de cette limite du « bon côté » peut provoquer une souffrance liée à la non réalisation des désirs.

L'homme a aussi un autre désir très important : le désir de réussir. En effet depuis sa naissance et avec en plus de nos jours l'influence grandissante de la société sur la réussite, l'être humain va tout mettre en œuvre pour réussir car c'est un de ses désirs primaires. Les échecs alors liés aux différentes tentatives de réussite seront une source de souffrance.

Mais n'oublions pas que l'être humain a aussi un désir de procréation très fort, en effet se dernier va le pousser à trouver le ou la partenaire idéale dans le but d'assurer la lignée la meilleure possible. Ses sentiments et ceux d'autrui interviennent alors, pouvant être source de souffrance comme de plaisir. L'homme va alors tout mettre en œuvre pour éviter de souffrir, soit par des mécanismes de défense ou par des mécanismes de maquillage dans le but d'assurer un de ses principaux désirs : la procréation. Le désir est donc aussi en interaction avec autrui.

Désirer, c'est être dans l'attente de quelque chose et donc dans le manque de cette chose. Ce manque peut se traduire par une souffrance. Mais peut-on considérer que l'on désire vraiment si l'on ne souffre pas ? En effet, la quête d'un désir peut provoquer la souffrance ; par exemple je désire avoir mon baccalauréat, je vais donc travailler d'arrache-pied ce qui va me faire souffrir. Si je réussis alors la souffrance se transformera en plaisir. De plus, plus la souffrance aura été intense et plus le plaisir sera grand. Cependant si l'on ne réussit pas alors la souffrance endurée aura été vaine et grandira encore à la vue de l'échec. On remarque que le désir se rapporte souvent à la souffrance mais ne peut-il pas exister sans ?

En effet désirer peut exister sans forcément sous-entendre « souffrir ». Et heureusement car l'homme a de nombreux désirs insatisfaits et sa vie ne serait alors que souffrance. Certains désirs consistent même à en empêcher ou limiter d'autres. Par exemple je désire manger un hamburger mais je ne le ferais pas car je désire encore plus rester mince, je prendrais alors des légumes. Autre exemple, lorsque je fais un régime je désire alors ne pas manger trop gras dans le but de répondre aux attentes du régime. Ainsi restreindre certains désirs va indirectement me donner une autre sensation de plaisir car j'aurais accompli un autre désir.

Dans d'autres cas, l'accomplissement de certains désirs peut s'avouer être une telle source de plaisir que l'on n'en oublie la souffrance nécessaire à l'acquisition de celui-ci. Par exemple je viens d'accoucher après 9 mois de gestion, le bébé sera la plus belle récompense, considéré comme un cadeau, j'aurai alors oublié les 9 pénibles mois de gestion ou du moins j'en aurais diminué la souffrance réelle, me les représentant comme une contrainte légère et passagère à tel point que je désirerai avoir un second enfant. Dans le même cas, l'accomplissement des désirs peut être considéré comme la récompense à un effort, l'acquisitions du résultat de cet effort nous fera alors considérer comme normal les efforts fournis pour l'avoir et non comme souffrance. Lorsque je participe à une compétition, je désire gagner et je vais alors tout mettre en œuvre pour. Si je réussis je recevrai un trophée comme récompense à mes efforts qui deviendront alors anodins tandis que si j'échoue, je considérerai mes efforts comme insuffisants.

Parfois certains actes même obligés sont indirectement liées à la notion de désir. En effet on peut être amené à réaliser certaine chose qui nous déplaît dans le but de réaliser un désir caché. Par exemple je ne désire pas me lever à 6 heures pour aller en cours mais je désire cependant avoir mon bac et je vais donc en cours pour cette raison, sous entendant que si je ne considère pas ce désir comme réellement important, je n'accomplirai pas ses actions qui me font souffrir.

Désirer permet donc à l'homme de vouloir toujours plus et d'utiliser les moyens nécessaires pour ça. Le désir est donc un moteur de l'être humain contrairement à la souffrance qui pourrait être considérée comme un frein. Mais l'homme peut-il exister sans le désir ?

Mais comment pourrions-nous distinguer les vrais désirs des désirs superficiels sans la souffrance ? En effet, plus la souffrance à endurer est importante est plus le désir sera important aussi. L'être humain est construit avec « un circuit de la récompense » où effort mérite alors récompense. Certains désirs pour être réalisés nécessiteront des efforts supérieurs aux autres. La récompense de la réalisation des désirs associés sera alors considérée comme plus utile, plus plaisante.

Et que se passerait-il si tous nos désirs étaient accomplis ? En effet on est en quête permanente de l'accomplissement de ces désirs. Sans désir il n'a alors plus de but et donc plus de raison de vivre. De plus, ne plus avoir de désir signifierai aussi avoir répondu à l'ultime question « et après la vie que se passe-t-il ? » car l'homme désire depuis tout temps le savoir, ce qui est impossible car cela sous entendrait être mort et ne plus répondre alors au désir de vie.

Le désir permet aussi d'orienter la vie dans une direction précise : « être un self-made man » et avoir donc une réussite brillante dans les affaires, ou « fonder une famille » ce qui sous-entend alors avoir des enfants. La souffrance elle est la comme en « arrière-plan » rappelant que les vrais désirs méritent réflexion avec de tenter de les réaliser. La souffrance est donc passive comme spectatrice de la vie de l'être humain qui est comme activée par les désirs.

Bien que souffrir et désirer semblent radicalement opposés, il n'est pas difficile de les rapprocher. En effet on remarque que selon le type de désir la souffrance est différente. Le désir fait certes souffrir mais est aussi source de plaisir et est présente dans la vie de l'être humain comme un moteur lui permettant d'avancer vers l'accomplissement incessant de nouveaux de désirs. La souffrance est alors là pour nous rappeler que vivre ne signifie pas avec facilité mais plutôt effort et sacrifice. Dans un cas plus général, on peut se demander dans quels autres contextes la souffrance intervient-elle ?