

*Le rapport au plaisir***LA QUESTION****DU PLAISIR ET DU BIEN****Hicham ABDEL GAWAD****Écrivain**

La spiritualité rappelle que la sensation de plaisir centralisée est une dangereuse illusion car, en plus de mener à une impasse, elle masque l'essentiel de notre existence.

Il est à bien des égards légitime de dire que les pays les plus développés au monde puissent être qualifiés de « sociétés de l'abondance ». Par cette appellation, on désigne des sociétés à l'intérieur desquelles, toutes choses étant égales par ailleurs, l'insatisfaction des besoins primaires devient l'exception. Ce type de sociétés propose un confort de vie qui permet l'émergence de projets de vie qui dépassent la simple survie.

Parmi ceux qui ont pu émerger à une échelle collective, on a retrouvé dès les années 70 la fameuse « jouissance sans entrave » qui succédait, tout en s'y opposant, à un modèle plus traditionnel et ascétique mettant plutôt l'emphase sur la répression des désirs par des actions d'astreintes, notamment d'inspiration religieuse (lire à ce titre les travaux du sociologue belge Jean-Pierre Hiernaux, professeur émérite à l'UCLouvain).

Cette idée de « jouissance sans entrave » place comme projet de vie la satisfaction des désirs individuels ou, pour le dire autrement, la réalisation de toutes les potentialités de l'individu. En d'autres termes, le plaisir devient l'objectif final de l'existence.

DÉPRESSION ET ADDICTION

Un tel projet de vie ne peut qu'être problématique dès lors que la logique du plaisir est poussée jusqu'au bout. La jouissance, c'est-à-dire le plaisir paroxystique, est en effet le résultat d'un procédé biochimique bien connu aujourd'hui. C'est le circuit de la récompense du cerveau qui engendre la sensation de bien-

être devenant plaisir puis, au final, jouissance. Or, l'abus de ce circuit peut mener, d'une part, à l'épuisement et, d'autre part, au court-circuit. Ce qui aboutit respectivement à la dépression ou à l'addiction. Autrement dit, il existe une limite biologique à la sensation de plaisir. Dès lors, le projet de la jouissance sans entrave semble relever de l'impasse.

Nous aboutissons là à un problème de taille : il semble que le rapport au plaisir soit balisé par la vie elle-même. Dans une société de survie, il est impossible de jouir sans entrave à cause des impératifs de survie. Dans une société de l'abondance, il est aussi impossible de jouir sans entrave sous peine de dépression ou de phénomènes d'addiction parfois sévères. C'est à ce niveau que la spiritualité nous rappelle que la sensation de plaisir, dès lors qu'elle est centralisée, devient une dangereuse illusion car, en plus de mener à une impasse, elle masque l'essentiel de notre existence.

RECHERCHE D'HARMONIE

Toute tradition spirituelle enseigne en effet que l'individu n'est pas séparable d'un grand Tout, et que la recherche d'harmonie de soi avec ce grand Tout est le but essentiel de l'existence. Dans ce schème, le plaisir n'est pas une fin ni même un moyen, mais une expérience.

Cette expérience du plaisir doit nous amener à nous connaître nous-mêmes, de la même façon que nous nous découvrons aussi dans l'expérience de douleur. Dans la tradition islamique, le signe d'une expérience réussie du plaisir est l'attitude de reconnaissance (« shukr » en arabe), notamment et surtout quand la reconnaissance perdue alors que la douleur succède au plaisir (ce qui est inévitable au cours d'une vie).

Cette attitude de reconnaissance indique ainsi que le croyant a compris que ce monde est avant tout une occasion de se connaître lui-même et de connaître ce grand Tout auquel il cherche à se reconnecter. Et non une récréation géante destinée à surcharger son circuit cérébral de récompense. ■