

Café-philo du Mardi 12 Février **au Café des Sports à Monségur** **de 18h30 à 20h30**

Le sujet du jour : la souffrance est-elle un mal nécessaire ?

Il semble que le vivant, en son ensemble, ne puisse vivre et exister sans souffrir, c'est-à-dire sans supporter quelque chose de désagréable, de pénible et bien sûr de douloureux. Ainsi nous serions vite amenés à penser que la souffrance est un mal nécessaire en ce que nous ne pouvons y échapper. La vie, avec tous ses aléas, est souvent « blessante », cause de souffrance physique et psychique et telle est la loi du vivant en ce que nous ne pourrions que l'endurer, la supporter, ce qui serait une preuve de sagesse, voire de stoïcisme.

Or, si souffrance il y a, de manière indubitable, que faire face à elle ? Quels moyens pouvons-nous mettre en œuvre pour tenter d'en limiter les dégâts ? Les sagesse en sont-elles des réponses pertinentes ? La médecine en est-elle une autre et sur quelles aides pouvons-nous compter ? Quels liens existe-t-il entre souffrance physique et psychique ?

Il semble important de rappeler que notre culture, marquée par un héritage judéo-chrétien, a donné des sens différents à la souffrance qui était dans certains cas une punition, et dans d'autres une possible rédemption.

Il est de fait inscrit que l'homme, après avoir été chassé du paradis devra subvenir à ses moyens en travaillant, « à la sueur de son front » ce qui est conjointement une cause de souffrance, un combat contre une nature hostile mais également une réhabilitation de la condition humaine si ce n'est une valeur. Il y a, en effet, toute une morale du travail, plus particulièrement ancrée au sein du protestantisme.

« La femme enfantera dans la douleur », sorte de fatalité de la condition féminine qui ne peut échapper à la souffrance de la mise au monde. Heureusement, et n'en déplaise à certains, la médecine et l'obstétrique ont trouvé des moyens efficaces pour ne plus subir une telle souffrance. N'oublions surtout pas non plus que la femme qui va mettre au monde son bébé est « en travail » ! Double occurrence qui renvoie à cette permanence de la souffrance.

Commençons par la souffrance physique, celle qui touche le corps, qui crée des déséquilibres qui sont objectivement causes de douleurs et donc de souffrance. Depuis que la médecine existe elle s'efforce de combattre ces souffrances en « réparant » le corps humain en rétablissant les équilibres ceux qui vont de nouveau permettre « la santé ». Face à la souffrance nous avons donc toute une panoplie, une pharmacopée, dont l'efficacité est bien réelle. Ainsi les antalgiques, analgésiques, calmants et autres médicaments nous aident à supporter la souffrance et bien plus encore à la réduire, l'inhiber ou à la supprimer. De ce côté-là nous progressons !

La souffrance psychique, quant à elle, semble beaucoup plus difficile à « calmer » car elle a une multiplicité de causes et reste essentiellement subjective. D'aucuns prétendent qu'elle fait de chacun un cas unique ! Les causes sont tout autant affectives (ne pas être aimé), sociales (ne pas être reconnu), économiques (chômage et pauvreté), culturelles (racisme, solitude, ostracisation etc.). Dans tous les cas il y a souffrance et les remèdes ne sont pas si évidents.

Les maladies mentales en sont un autre exemple et la psychiatrie semble aussi avoir beaucoup de pilules « efficaces ». Mais que dire de la souffrance d'un autiste ou d'un schizophrène ? Elle nous semble vraiment totalement étrangère.

Alors puisque souffrance il y a, puisque nous ne pouvons pas y échapper comment faire pour en limiter les dégâts ? N'est-ce pas ici que se pose la question du bien vivre, de la sérénité, de la paix de l'âme et du corps, bref la question des sagesse. Et elles sont légions ! Surtout à notre époque ! Que penser du stoïcisme par exemple ou encore de l'épicurisme ? Peuvent-ils nous immuniser contre les excès dont nous savons qu'ils sont cause de souffrances ?

Que dire enfin des passions dont nous savons qu'elles ne vont pas sans leur cortège de souffrances ? La passion amoureuse en est l'incarnation avec Phèdre qui, lucide face à son « destin », ne peut s'empêcher d'être consumée par les feux de sa passion funeste. Alors même si l'amour est souffrance comment pouvons-nous prétendre « bien vivre » ?

Albert Camus, à propos de la passion a écrit : « Vivre avec ses passions c'est aussi vivre avec ses souffrances qui en sont le contrepoids, le correctif, l'équilibre et le paiement. » Alors que chacun s'efforce donc de les arbitrer. Puissions-nous donc ne pas trop souffrir au cours de notre discussion !

Document original rédigé par Jean-Yves Mercury.