La souffrance, la douleur
Analyse conceptuelle

Sommaire *(Cliquer sur le titre pour accéder au paragraphe)*

****

I. Définitions. 1
I.1. La souffrance : un état de conscience. 1
I.2. La souffrance : une expérience du temps. 1
II. Où est le problème ? 2
II.1. Le sens de la souffrance. 2
II.2. Le sens en souffrance. 4
II.3. Souffrir la souffrance. 5

****

I. Définitions.

I.1. La souffrance : un état de conscience.

Habituellement, on parle indistinctement de souffrance ou de douleur. Ces deux termes sont-ils pour autant strictement équivalents ? Certes, ils constituent tous deux une des occurrences possibles du mal et lorsque j'éprouve une douleur ou une souffrance, je dis habituellement « j'ai mal ». Cependant, on peut remarquer que la douleur renvoie plus habituellement au corps, ce que confirme Le Petit Robert en définissant la douleur comme une « sensation pénible en un point ou dans une région du corps ». Certes, on parle parfois d'une douleur morale, mais à bien comparer la douleur physique de celle qui ne l'est pas, on pourra mettre en évidence trois différences fondamentales.

Tout d'abord, la douleur physique paralyse les facultés de la conscience, là où la douleur morale oblige ces facultés à s'exercer, comme si la douleur morale offrait à la conscience un certain développement que ne rend pas possible la douleur physique. Je subis donc la douleur physique, là où je prends possession de la douleur morale en la faisant mienne, en lui ajoutant un certain nombre de représentations. On devra donc plutôt préférer à l'expression « douleur morale », le terme de « souffrance » pour bien indiquer cette différence de régime.

I.2. La souffrance : une expérience du temps.

Ensuite, la douleur, précisément parce qu'elle est liée au corps, est liée aussi à l'instant. Souvent, la douleur est passagère et si elle survient sous forme de crises qui en sont autant de moments, elle admet des fléchissements, des accalmies, alternant ainsi les

© EduKlub S.A.
Tous droits de l'auteur des œuvres réservés. Sauf autorisation, la reproduction ainsi que toute utilisation des œuvres autre que la consultation individuelle et privée sont interdites.
Fichier généré pour Visiteur (), le 31/05/2021

Culture Générale

La souffrance, la douleur
Analyse conceptuelle

reprises et les relâchements. La douleur a un rythme propre et nous place dans un rapport au temps qui est lié à l'instant. Même lorsqu'elle dure, elle connaît l'alternance qui permet le plus souvent de souffler pendant ces intervalles de soulagement. La souffrance, à l'inverse, exige de nous que nous lui sacrifions une certaine durée sans laquelle elle n'est pas vraiment une souffrance. Certes la souffrance est toujours un mal présent, mais sa durée ne tient pas à son retour à son renouvellement au cours des crises qui marqueraient la renaissance. Car la souffrance n'est pas une attente de ce qui, du dehors, viendrait de nouveau la provoquer, mais elle se nourrit de tout ce que l'intériorité contient de représentations, de souvenirs, d'images, etc. En ce sens, la souffrance est tout autant souffrance en réel que souffrance en possible et cela lui confère une certaine permanence que la douleur ne connaît pas.
3) la souffrance, une mise à l'épreuve de la confiance

Enfin, la douleur se distingue de la souffrance, en ce qu'elle implique une certaine indifférence, elle-même condition d'une certaine endurance. Car si la douleur est souvent provoquée par un objet qui vient rencontrer ma sensibilité et provoque l'excitation de mes nerfs, le tremblement de mon organisme, je découvre par cette blessure (du francique blettjan, « meurtrir ») l'irruption d'un monde qui ne me concernait en rien tant qu'il ne me faisait pas mal. On pourrait même dire que certaines choses ne m'intéressent qu'à la condition qu'elles me blessent pour émerger ainsi de l'anonymat dans lequel la douceur de la vie les avait maintenues. Il en va tout autrement de la souffrance : je ne puis souffrir qu'à l'intérieur d'une relation déjà établie avec un monde privilégié qui intéresse tout mon être.

Je souffre donc je suis là. Si l'indifférence réglait mes rapports avec ce qui m'entoure, il n'y aurait pas de véritable souffrance, mais « seulement » une douleur qui deviendrait aussitôt un commencement de liaison Je ne souffre donc jamais dans les liens de pure hygiène ou de pure contingence que j'entretiens avec les objets qui composent une partie de l'univers. Je ne peux souffrir que d'un monde dans lequel j'espérais, en qui je croyais et j'avais investi, à tort ou à raison, d'une valeur que seule une conscience peut poser quand elle vise ce qui n'est pas elle. La douleur ignore cette déception (du latin decipere, « tromper ») car la douleur ne croit en rien, à moins d'être précisément vécue comme cette douleur dont on souffre après que la conscience s'en soit saisie pour lui donner toute sa résonance. La souffrance, c'est la douleur d'un homme qui s'est trompé de monde, mais c'est aussi le monde qui ne tient plus ses promesses. Dans les deux cas, il faut du sens, possible ou avéré, sans quoi la souffrance n'a rien d'humain.

II. Où est le problème ?

II.1. Le sens de la souffrance.

L'homme qui souffre se demande toujours pourquoi, de sorte que souffrir, c'est en même temps questionner. Quel sens peut avoir la souffrance ?

© EduKlub S.A.
Tous droits de l'auteur des œuvres réservés. Sauf autorisation, la reproduction ainsi que toute utilisation des œuvres autre que la consultation individuelle et privée sont interdites.

En premier lieu, elle avertit. Les psychologues et les physiologistes, en effet, ont pour habitude de rapporter la douleur à un signe précurseur d'un péril qui menace. Sans la douleur, nous ne pourrions ni reconnaître ce qui peut nous nuire, ni nous défendre contre les agressions qui altèrent sans cesse notre organisme. La douleur est donc d'abord un symptôme, elle rappelle l'homme à l'ordre en le sommant de défendre sa vie, tandis que sa vitalité est si profondément et si régulièrement atteinte. Tout comme la médecine qui semble toujours la combattre, la douleur nous sauve et c'est pourquoi on peut dire d'elle qu'elle est un moindre mal dans l'économie générale de la nature. La douleur nous fait du mal, mais c'est toujours pour notre bien et Descartes l'avait admirablement compris qui notait, dans l'article 137 des Passions de l'âme, que « l'âme n'est immédiatement avertie des choses qui nuisent au corps que par le sentiment qu'elle a de la douleur ».

En second lieu, qui éprouve de la douleur est à même d'éprouver du plaisir, si bien que de notre aptitude à souffrir dépend en partie notre délicatesse. Car il serait naïf de penser la douleur isolément, puisque toute notre vie intérieure suppose la solidarité de tous les états qui la traversent. Voilà pourquoi on ne devient pas insensible à la douleur sans être insensible au plaisir. La douleur ferme la gamme qu'ouvre le plaisir, et inversement.

En troisième lieu, l'utilité de la douleur n'est pas seulement médicale ou chromatique ; elle est aussi pédagogique, auxiliaire d'éducation. En effet, il appartient à la douleur d'éveiller le jeune Emile « aux maux de son espèce, aux accidents, aux périls de la vie, enfin à la mort » et « plus on le familiarisera avec toutes ces idées, plus on le guérira de l'importune sensibilité qui ajoute au mal l'impatience de l'endurer » (Emile, livre II). Ainsi la douleur devient la voie royale qu'emprunte la Nature lorsque l'éducateur la laisse faire en tout, s'en remettant à ce principe général que Rousseau n'a cesse de rappeler : on ne peut élever un enfant qu'à la dure puisque « l'Homme de la nature est toujours préparé » (ibid.).

En quatrième lieu, la souffrance est une réparation et elle serait nécessaire au rétablissement d'un certain ordre. Ainsi qui fait subir un préjudice doit être sanctionné car l'infraction à la loi, celle d'un Etat par exemple, oppose un individu au corps social tout entier. La société est dès lors en droit d'exiger une réparation pour le préjudice subi et de redresser celui qui a fauté par l'administration d'une punition exemplaire. Michel Foucault montre, dans Surveiller et punir, que tout crime, comme scandale et comme désordre, appelle une pénalité calculée visant, non pas à répliquer le crime dans le cadre d'un supplice, mais à montrer la puissance du pouvoir souverain dans l'administration de la cité. Dès lors « ce qui fait la « peine » au cœur de la punition, ce n'est pas la sensation de souffrance, mais l'idée d'une douleur, d'un déplaisir, d'un inconvénient – la peine de l'idée de la peine » (livre II, chapitre premier). De même, la tradition judéo-chrétienne présente la souffrance comme réponse du créateur à la créature qui lui désobéit. L'irruption de la pénibilité du travail, de l'enfantement dans la douleur et de la mort vient diamétralement inverser, dans le livre de la Genèse, l'état de plénitude originaire qui caractérisait, dans la splendeur et la quiétude du jardin d'Eden, la vie d'Adam et Eve.

La souffrance a donc un sens et ce sens déborde considérablement le cadre de la mémoire chrétienne dans lequel on voudrait trop souvent le cantonner. Reste que cette mémoire

© EduKlub S.A.
Tous droits de l'auteur des œuvres réservés. Sauf autorisation, la reproduction ainsi que toute utilisation des œuvres autre que la consultation individuelle et privée sont interdites.

Fichier généré pour Visiteur (), le 31/05/2021

Culture Générale

La souffrance, la douleur

Analyse conceptuelle

inscrit l'homme qui a mal dans une fatalité qui détermine toute son existence incarnée. L'homme qui vit se donne toujours beaucoup de mal…

II.2. Le sens en souffrance.

Pourtant se donner du mal signifie aussi se donner le sens du mal, de sorte que la justification de la souffrance, comme toute justification liée à la valeur, compenserait notre faiblesse et notre impuissance radicale à comprendre la vie. Nous souffrons alors de ce que nous ne pouvons pas souffrir la souffrance, de ce que nous ne pouvons pas la supporter parce que nous la rendons insupportable.

Si la douleur, en admettant qu'elle ne soit qu'une sensation, nous avertit d'un péril ou d'un danger, si elle est à penser dans l'économie générale de la nature comme un signe, ce signe est loin d'être univoque. Ainsi Descartes fait remarquer que l'institution naturelle de notre sensibilité n'est pas sans défaillance puisque « il y a plusieurs choses nuisibles au corps qui ne causent au commencement aucune tristesse ou même qui donnent de la joie, et d'autres qui lui sont utiles, bien que d'abord elles soient incommodes » (ibid., article 138). Qui plus est, puisque c'est l'homme qui souffre et non son corps, puisque la douleur n'est justement pas qu'une sensation, Descartes lui adjoint tout naturellement la dimension générique du désir et son occurrence particulière qu'est l'horreur. Par le désir, l'homme recherche ce qui lui fera de nouveau du bien et fuit ce qui déjà lui a fait mal, si bien qu'il prend en horreur le simple « attouchement d'un vermisseau, ou le bruit d'une feuille tremblante, ou son ombre » (ibid., article 89). Ainsi, souffrir, c'est avoir le monde en horreur en raison d'une douleur qui, refermée le plus souvent par la cicatrisation de la peau, n'en finit pas de durer pour la conscience qui la ravive sans cesse par la puissance de l'imagination. Etre mal dans sa peau, c'est réaliser que la peau n'est pas qu'une simple cloison défensive, encore moins un sac, mais plutôt le miroir d'une conscience qui souffre, sur fond d'absence et de présence, de cette « double douleur » qu'évoque Platon dans le Philèbe (33d).

Dès lors, si la souffrance m'apprend quelque chose, ce n'est pas la vie mais l'existence. En effet, la souffrance ne me rend pas sensible à l'être même séparé des choses, elle n'a pas valeur de science ou de savoir objectif. Elle m'apprend seulement que je suis un être relationnel qui se tourne vers ce qui n'est pas lui, qui dépasse le donné de sa condition naturelle, qui se transcende et donc existe vraiment (du latin ex sistere, « se tenir hors de soi »). La souffrance me désigne comme liberté en situation et en perspective. Or de toutes les relations que je puis initier et connaître, la relation aux objets est certainement la plus pauvre, puisqu'elle procède toujours de cette volonté de maîtrise et des joies frivoles qui l'accompagnent. L'homme qui souffre de son impuissance à ne pas maîtriser le monde a la souffrance légère, à comparer de ce mal infini que représente l'impossibilité d'accueillir et d'être accueilli, de comprendre et d'être compris, d'aimer et d'être aimé. Exister, c'est donc être en souffrance avec et par autrui : avoir mal de ne pouvoir le rencontrer dans la plénitude d'une relation, mais aussi être en suspens, dans l'attente d'une délivrance et d'une réconciliation.

Mais en quoi précisément autrui me fait-il souffrir ? Pour me punir, dit-on, puisque je le mérite. Mais la punition n'est jamais innocente et bien souvent, les hommes s'en servent

© EduKlub S.A.
Tous droits de l'auteur des œuvres réservés. Sauf autorisation, la reproduction ainsi que toute utilisation des œuvres autre que la consultation individuelle et privée sont interdites.

pour commettre un crime en toute impunité. A l'occasion, ils inventent même des coupables qui deviennent des boucs-émissaires. René Girard propose, dans La violence et le sacré, une interprétation de l'Œdipe roi de Sophocle qui, tout en insistant sur la responsabilité d'Œdipe (le parricide et l'inceste) montre « qu'il ne reste plus de responsabilité pour personne d'autre », si bien que la peine infligée à Œdipe ne fera que transférer sur un individu unique une violence que craignait la société tout entière, une seule victime se substituant à toutes les victimes potentielles. Ainsi « toute communauté en proie à la violence ou accablée par quelque désastre auquel elle est incapable de remédier se jette volontiers dans une chasse aveugle au bouc émissaire » (idib., chapitre III). A l'insupportable violence mettant en danger l'unité de la communauté, on répond par l'administration d'une peine et d'une souffrance qui n'est que la traduction d'une violence détournée ou exorcisée. Autrui me fait mal car il a mal, et ce face à face insupportable avec sa propre souffrance l'oblige à ce rite sacrificiel qui prend l'apparence de la justice. Si la souffrance est une réparation de la faute commise, il apparaît que cette faute est souvent une fiction. Qui veut tuer son chien l'accuse de la rage. En définitive, là où la souffrance prend du sens, elle devient suspecte et ne mérite que le soupçon. Si donc la souffrance n'a pas de sens, si elle a des causes mais pas de raison, s'il faut abandonner l'idée qu'elle puisse nous dire quelque chose comme si elle obéissait à une secrète finalité, doit-on affirmer pour autant que souffrir, c'est toujours souffrir pour rien ?

II.3. Souffrir la souffrance.

La souffrance n'a pas de sens à chaque fois que le sens lui est adjoint du dehors par un homme incapable de supporter la souffrance comme telle, c'est-à-dire débarrassée des interprétations qui ne conduisent qu'à la penser, non la vivre. Or vivre la souffrance, c'est avant tout la souffrir, l'accepter ou pour le moins la supporter. Qu'est-ce à dire ?
Si la seule réponse possible face à une souffrance appréhendée comme non-sens tient dans le désespoir, alors il faut désespérer de tout, y compris de la souffrance puisque souffrir, c'est toujours souffrir pour rien. Or, l'adversité qui frappe certains hommes ne les désespère par toujours, puisqu'elle leur inspire une certaine patience, un certain courage qui démontrent que la vie est encore possible, dans le meilleur comme dans le pire, pour autant que son sens vienne de l'intériorité même de celui qui vit, et qui souffre dans sa vie. Supporter la souffrance implique avant tout un rapport particulier au temps, car vivre, c'est se donner le temps et accepter, non d'être heureux, mais de le devenir. Si la perspective du retour de la souffrance hante mon présent jusqu'à me rendre malheureux, le malheur est toujours là, tapi dans la mémoire, prêt à resurgir à chaque instant, faisant de toute heure une heure mauvaise, un malheur dans lequel je m'engouffre et qui me fait manquer de ce rapport à soi source de contentement. Ainsi qui vit dans la hantise d'être malheureux – et tel est bien l'une des dimensions de notre condition - s'interdit de connaître le bonheur, puisque le bonheur ne serait que privatif, déterminé encore par le malheur auquel il s'opposerait sans jamais pourtant le faire disparaître complètement. Il faudrait alors ne pas trop penser à la souffrance, ne pas trop l'objectiver afin de la dissoudre de façon toujours artificielle. Car le temps de la douleur n'est pas un temps gratuit, un temps pour rien, et vouloir s'en protéger conduit à le rendre durable. Il faut donc abandonner notre impatience à voir la souffrance disparaître, ce qui revient à la réintégrer dans une logique du bonheur.

© EduKlub S.A.
Tous droits de l'auteur des œuvres réservés. Sauf autorisation, la reproduction ainsi que toute utilisation des œuvres autre que la consultation individuelle et privée sont interdites.
Fichier généré pour Visiteur (), le 31/05/2021

Culture Générale

La souffrance, la douleur

Analyse conceptuelle

Mais comment supporter la souffrance ? Certainement pas par une surenchère de la pensée qui conclurait « c'est ainsi » pour mieux s'isoler encore de cette ouverture au monde par laquelle je me réalise. La distinction que fait Epictète, dans son Manuel, entre ce qui dépend et ne dépend pas de moi est significative de cette volonté d'évacuer la relation à ce qui n'est pas moi, puisque le stoïcien voit dans l'altérité une mise en danger d'un sujet hégémonique qui pourtant ne peut pas s'empêcher de pâtir de son incarnation. D'où une certaine complaisance, par ailleurs, à décrire tous les maux qui nous accablent, à en faire l'inventaire méticuleux pour bien montrer combien grand est l'outrage et radical le remède. Le sage n'aspire qu'à lui-même, qu'à l'autonomie de la conscience et ce faisant, il vit sur le mode de la scission et de la séparation, séparation d'avec son propre corps et séparation d'avec ce que le corps donne à sentir.

Or supporter la douleur ne devrait pas nous conduire à prôner l'héroïsme négateur d'une liberté abstraite qui se tourne en définitive contre la vie, le sentiment devenant ressentiment. Car supporter, c'est aussi être le support de sa propre existence, se soutenir, être un sujet (du latin sub-jectum, « ce qui est jeté dessous ») qui justement « se porte bien » en abandonnant cette violence inouïe qui consisterait à penser l'identité comme une pure tautologie, exclusive de toute altérité. Dès lors je souffre en ce que rien de ce qui m'entoure ne m'indiffère, en ce que je porte à moi seul toute la beauté et toute la laideur du monde dont je deviens le support par la seule droiture de ma patience et de ma confiance. Ainsi le fait d'avoir mal me tient éveillé à cette altérité sans laquelle je ne serais rien et cela m'apprend, au fond, à faire corps avec ma vie, à la respecter et à ne pas réduire la vie à ce que j'ai déjà vécu. Il faut donc agir contre le mal en se plaçant du point de la vie. Le mal nous rend alors sensibles à cette urgence d'aller bien…

S. Le Diraison et N. Gerboulet

© EduKlub S.A.
Tous droits de l'auteur des œuvres réservés. Sauf autorisation, la reproduction ainsi que toute utilisation des œuvres autre que la consultation individuelle et privée sont interdites.