



Par Florence Lautrédou
Coach, psychanalyste, écrivain.

“Le plaisir, toujours ça de pris, pas de temps à perdre ! Mais accomplir n’est pas jouir...”

POUR LE PLAISIR...

Ton entretien de licenciement, tu le sens comment ? – Pur kif, j’ai décidé de prendre du plaisir !»

Dans la rame de métro qui emporte l’échange, ce jeune bientôt ex-salarié honore une posture d’inspiration New Age à la mode en 2023 : le plaisir à tout prix. Laisser filer les pensées, se centrer sur le moment présent, savourer l’instant en conscience, quel que soit le contexte, entretien de licenciement, enterrement ou prise de sang... Cette sorte de fusion stoïco-épicurienne fait fi des épreuves de la vie : ce qui compte, c’est la façon de les vivre... pour peu qu’on y prenne du plaisir !

Pensée positive ou tautologie bonasse, cette posture hédoniste s’est imposée depuis vingt ans, initiée entre autres par le best-seller de Philippe Delerm, *La Première Gorgée de bière et autres plaisirs*

minuscules (1997), une autorisation à ne pas finir sa pinte pour éprouver le plaisir de la rencontre – avec la bière. Cette règle du contentement simple, de l’appréciation des «petites choses de la vie» porte une sagesse millénaire que les «trois kifs par jour», prônés par Florence Servan Schreiber, ou le recensement des bons moments de la journée dans un journal intime, mesure conseillée en urgence aux dépressifs, confirment.

Si ces rituels aident à appréhender l’existence du côté solaire, ils trouvent leur limite dans le caractère basique du plaisir : une sensation ou une émotion liée à la satisfaction d’un besoin ou d’un désir, donc un fonctionnement reptilien, à court terme. Une bouffée de, au choix, sérotonine, endorphine, ocytocine, qui, jubilatoire, s’efface instantanément, laissant une trace addictive qui pousse à renouveler l’expérience. Boulimie de consommation propre

à réjouir les marketeurs mais qui dissuade tout projet à long terme, forcément à l’écart du fonctionnement consumériste. Car «plaisir» vient du latin *placere* ou «plaire à», ce qui implique, sinon la dépendance à autrui, du moins l’exhibitionnisme cher aux réseaux sociaux qui prospèrent sur le principe de «ki kif le plus» – photos et *stories* à l’appui. Une explosion de miniplaisirs, exposés, conditionnés, qui saturent et ventilent l’individu dans une temporalité vorace. Toujours ça de pris, pas de temps à perdre !

De quoi oublier la notion d’accomplissement. Car accomplir n’est pas jouir. Les écrivains le savent, qui réservent leur talent à leur œuvre plutôt qu’aux réseaux. Concentration, effort et persévérance prennent le relais, soit le sacrifice d’un temps dédié pour une réjouissance différée. Un parti pris que l’on retrouve chez les travailleurs saisonniers, de moins en moins nombreux pour les raisons évoquées ci-dessus, qui font le choix d’un mode de vie alternant pleine occupation professionnelle et liberté d’un temps de vacance absolu. Un fonctionnement en intensité, une caractéristique que le plaisir à tout prix et son gavage de mini-shoots ignorent, mais qui évite la banalisation, l’usure et le cynisme, inévitables à terme. Gustave Flaubert, contempteur de l’hédonisme forcené, lui a prêté les traits du Rodolphe de *Madame Bovary*, hobereau de province, séducteur médiocre et âme blasée : «Les plaisirs, comme des écoliers dans la cour d’un collège, avaient tellement piétiné sur son cœur que rien de vert n’y poussait.» Et si reverdir son cœur, c’était parfois laisser le plaisir en jachère ? ■