

savours. Si la nature exige la satisfaction du désir, elle lui impose aussi une limite. Grâce aux cyrénaïques la philosophie d'Épicure a évité un contresens sur la nature des plaisirs, car c'est de sa discussion avec eux qu'a émergé cette notion de *limite*, centrale à toute sa philosophie du plaisir.

Épicure élabore donc une doctrine selon laquelle il existe deux sortes de plaisirs.

Les plaisirs « en mouvement », comme ceux pronés par les cyrénaïques, et les plaisirs « au repos », qui sont conformes à la nature et qu'il faut rechercher. Ces derniers sont faciles à découvrir, car la nature parle à l'humain dès sa naissance : il ressent la faim causée par le manque d'atomes et fait tout pour supprimer cette douleur. Aussitôt celle-ci disparue, le plaisir apparaît : un état d'équilibre est atteint, la nature est restaurée. Le bien-vivre consiste donc essentiellement à rechercher cet état d'équilibre du corps en chassant les douleurs, mais aussi les troubles de l'âme, dus pour leur part à de fausses opinions sur la nature du bien. La nature enseigne que le bien est atteint par l'absence de douleur et de troubles de l'âme. Toutefois, poussés par les raffinements de la civilisation, les humains cherchent à prolonger inutilement les plaisirs, et ce, même quand la satisfaction est atteinte. Troublée, malade par son ignorance des exigences de la nature quant aux limites du désir, leur âme sombre dans le déséquilibre.

La distinction des désirs

En plus de définir les limites des plaisirs, Épicure distinguait deux types de désirs (voir la figure 5.1) poussant l'humain vers le plaisir : les désirs nécessaires et les désirs vains :

Il faut en outre considérer que, parmi les désirs, les uns sont naturels, les autres vains, et que, parmi les désirs naturels, les uns sont nécessaires et les autres naturels seulement. Parmi les désirs nécessaires, les uns sont nécessaires pour le bonheur, d'autres pour la santé du corps, les autres pour la vie elle-même¹⁶.

Les désirs nécessaires sont à rechercher absolument, car ils sont la source même du bonheur, tandis que les désirs naturels qui sont non nécessaires sont à consommer avec modération. Quant aux désirs vains, ils sont à éviter, car ils sont source de

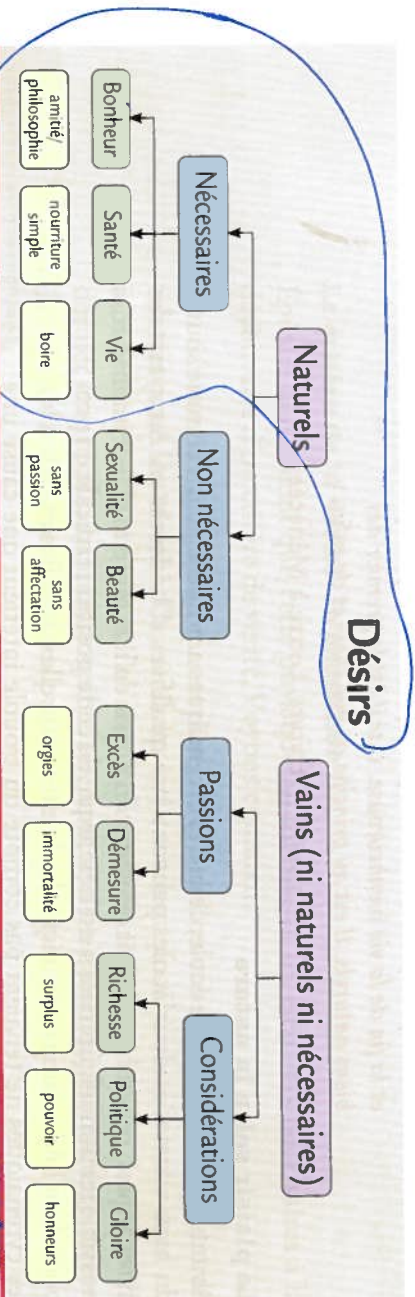


Figure 5.1 La classification des désirs selon Épicure

16. Id., *Lettre à Ménécée* 128, Épicure, *Lettrés et maximes*, op. cit., p. 221.

Considérations
Personnalisation

troubles de l'âme et de souffrance, entraînant les humains dans une course sans fin pour leur satisfaction. Ne connaissant pas de limite, ils sont contraires à la nature, poussant celui qui les recherche à en vouloir toujours plus :

Ne délivrent du désordre de l'âme ni non plus n'engendrent une joie digne qu'on en parle : ni la richesse la plus grande qui soit, ni l'honneur et la considération dont on jouit auprès du grand nombre, ni rien d'autre qui dépende de causes sans limites définies¹⁷.

Le philosophe médecin et son quadruple remède

« Si nous n'étions pas troublés par les phénomènes célestes et la crainte de la mort, inquiets à la pensée que cette dernière pourrait intéresser notre être, et ignorant des limites assignées aux douleurs et aux désirs, nous n'aurions pas besoin d'étudier la nature. »

Épicure, *Maxime capitale* XI

Pour Épicure, c'est à la lumière de cette physique atomiste et de cette conception des désirs qu'on peut envisager une thérapie de l'âme troublée et faire du plaisir la source constante et naturelle de la vie bonne. Il remarque que l'être humain est le seul animal à qui manque son mode de vie « naturel ». Ce lien permanent de l'animal avec sa nature, qu'on pourrait qualifier d'instinctuel, lui permet de vivre dans les limites de ses désirs. La situation est identique chez le petit enfant, qui, sans mener la moindre réflexion, recherche spontanément le plaisir afin de repousser la douleur. Le bébé qui ressent la douleur de la faim se plaint, mais s'endort en paix sitôt son besoin comblé et la douleur disparaît.

C'est cette limitation spontanée et naturelle que perd l'être humain qui, en devenant adulte, adopte des notions vides et des opinions sans fondement véridique : crainte de l'intervention des dieux, volonté de vivre éternellement, désirs passionnels, peur immodérée de la souffrance, etc. Épicure conçoit sa philosophie comme une médecine vouée à la « renaturalisation » de l'être humain. Sa trousse, qu'il nomme sa « pharmacie », contient quatre « remèdes » destinés à guérir l'humain de ses opinions vides. Dans sa *Lettre à Ménécée*, Épicure résume ainsi les éléments de cette médecine propre à guérir les humains des notions vides :

Y a-t-il quelqu'un que tu puisses mettre au-dessus du sage ? Le sage a sur les dieux des opinions pieuses. Il ne craint la mort à aucun moment, il estime qu'elle est la fin normale de la nature, que le terme des biens est facile à atteindre et à posséder, il sait que les maux ont une durée et une gravité limitées¹⁸.



▲ Bébé endormi, image naturelle des plaisirs naturels recherchés par épicurien.

17. Id., *Sentence vaticane* 81, dans Épicure, *Lettrés et maximes*, op. cit., p. 128.

18. Id., *Lettre à Ménécée*, dans Diogène Laërce, op. cit., p. 262.