

Méthode E.S.P.È.R.E.® – Thèmes d'application

Relation à Soi-Même

Vivre le conflit désir-besoin, en laissant poindre le besoin

par Jacques Salomé.
(paru dans "Généralisations Plus" – novembre 2013 – n° 51)

Nous sommes souvent confrontés, au profond de nous-mêmes, à un dilemme qu'il n'est pas facile de résoudre.

J'ai le désir de faire quelque chose, mais je sens que cela ne correspond pas à mon besoin profond. Cette dualité peut porter soit sur des enjeux bénins (« *J'ai envie de sortir, de m'éclater avec des amis sans voir passer les heures et en même temps, j'ai besoin de me retrouver seul, de lire ou de récupérer quelques heures de sommeil nécessaires...* »), soit sur des enjeux plus complexes (« *J'avais le désir d'entrer dans cette relation amoureuse que me proposait cette amie, retrouvée après tant d'années et au même moment, je pressentais que cela risquait de me perturber, de me déstabiliser, de me replonger dans une dépendance dont je n'avais plus besoin. Je pressens que mon désir ne correspond pas à mon besoin de me respecter et aussi de rester fidèle à ma compagne...* »).

Il me semble que dans le très beau film de Clint Eastwood, "*Sur la route de Madison*", l'héroïne interprétée par Meryl Streep, vit ce dilemme et que, malgré son désir pour l'homme qui vient d'entrer dans sa vie, elle va respecter son besoin, celui d'être fidèle à une certaine image d'elle-même, en restant au foyer. J'ai cru comprendre que son choix ne reposait pas sur la fidélité à son mari, mais plus sur la fidélité à elle-même, dans la reconnaissance profonde de la femme qu'elle était.

Il semble que le désir soit plus dynamique que le besoin, plus porteur de ce mouvement qui, soudain, nous anime, nous porte, et même nous transporte vers l'objet de notre attirance.

Il ne m'appartient pas ici de dire ce qu'il est préférable de satisfaire, désir ou besoin. Cela dépend des équilibres, des mouvements relationnels, des engagements qui sont à l'œuvre dans telle période d'une vie, dans les tempêtes ou les plages de calme de notre existence. Mais il me paraît important d'accepter de s'y confronter, de ne pas faire l'impasse ou de rester aveugle autour des deux énergies qui vont se développer autour d'un désir qui se réalise et d'un besoin qui n'est pas satisfait ! D'un besoin qui, de toute façon, réclamera lui... satisfaction, à un moment ou un autre.

« J'avais vraiment le désir de faire ce voyage en Inde. J'en avais rêvé depuis des années et j'avais commencé à passer du désir au projet, en bloquant une période de deux mois, en rassemblant mes économies, en contactant un ashram où je souhaitais me poser pour faire un peu de travail sur moi... Quand quelques semaines avant mon départ, un de mes fils m'interpella profondément par des comportements autodestructeurs, des fréquentations douteuses qui pouvaient le conduire vers la drogue ou la délinquance... J'ai modifié mon projet je l'ai aménagé pour respecter à la fois mon désir de faire ce voyage et mon besoin d'assumer mon rôle de père, de ne pas me dérober dans un moment où j'avais le sentiment que mon enfant avait besoin de moi. Je lui ai proposé de l'emmener. En précisant que ce voyage était important pour moi et que je souhaitais le vivre dans une dimension personnelle, importante à cette époque de ma vie et que je l'invitais à vivre lui, ce qui lui paraîtrait bon pour lui dans cette expérience. Ce fut très bénéfique pour l'un comme pour l'autre. Nous nous sommes rapprochés, rencontrés comme jamais nous n'aurions pu le faire dans la vie qui était la nôtre à ce moment là... »

Il n'est pas toujours possible de concilier désir et besoin. Nous avons tendance à nous laisser entraîner par le désir. Il me semble cependant que, dans le long terme, le besoin prévaudra, reviendra à la surface, se manifestera et parfois s'imposera face à un désir plus usé ou déjà comblé et donc moins dynamique.

Jacques Salomé est l'auteur de
"Le courage d'être soi". (Ed du Relié).