

## Devons-nous nous employer à être heureux ?

Une fois n'est pas coutume, notre présentation sera ponctuée par de fréquentes lectures de philosophes. Le sujet porte donc sur une question double : premièrement, l'importance du bonheur pour notre vie mérite-t-elle que nous le recherchions, et si possible le trouvions ? La quête est-elle légitime ? Et deuxièmement, doit-on « s'employer » à être heureux, autrement dit, le bonheur est-il affaire d'effort et de volonté ? Peut-il être un projet de notre existence, au sens d'entreprise volontaire et délibérée, objet d'un choix prémédité ? Peut-on l'atteindre « en s'y employant » ?

Il ne s'agit pas ici de tenter de définir de quoi nous parlons lorsque nous évoquons le bonheur. .. Nous rappellerons simplement l'infini variété de conceptions du bonheur qui n'hésitent pas à se contredire radicalement. Aristote lui-même (qui pourtant, nous allons le constater un peu plus loin, a eu le mérite de nous indiquer une définition générique à laquelle nous pourrions nous référer) a souligné cette difficulté : « *Sur la nature même du bonheur, on ne s'entend plus et les explications des sages et de la foule sont en désaccord* » (« Ethique à Nicomaque »). Du côté de « la foule », la définition sociologique du bonheur peut nous aider : « *le degré selon lequel une personne évalue positivement la qualité de sa vie dans son ensemble. En d'autres termes, le bonheur exprime à quel point une personne aime la vie qu'elle mène* ». Mais bien sûr cette définition ne dit rien sur ce qu'est le bonheur, la réponse à cette question étant la propriété exclusive de l'intéressé. C'est ce qui fait dire à Bergson : « *On désigne par bonheur quelque chose de complexe et de confus, un de ces concepts que l'humanité a voulu laisser dans le vague pour que chacun le détermine à sa manière* ». (« Les deux sources de la morale et de la religion »). Quant à la question de savoir quelle importance on doit accorder au bonheur, il semble que dès l'Antiquité, les philosophes la considèrent comme LA question première de toute entreprise philosophique. En est-il toujours ainsi ? Un philosophe contemporain comme Pascal Brukner, par exemple, déclare que « *le bonheur ne l'intéresse pas* » et qu'il « *aime trop la vie pour ne vouloir qu'être heureux* ». Il a écrit un livre au titre évocateur « L'euphorie perpétuelle ou le devoir de bonheur » pour dénoncer le caractère inquisitorial du « devoir de bonheur » dans notre société contemporaine... A l'inverse, le Dalaï Lama, suivant en cela la tradition philosophique, proclame : « *Le bonheur est le but de l'existence* »... La question est bien sûr difficile à partir du moment où nous ne parvenons pas à nous entendre sur ce dont nous parlons. Revenons donc à la définition du bonheur donné par Aristote, et qui semble faire relativement consensus :

### **C'est André Comte-Sponville qui s'y réfère (article sur le bonheur in EU p157). LECTURE 1**

Le bonheur, c'est donc le désirable absolu, ce qui vaut par soi seul, le but sans but. Tous les autres biens sont subordonnés les uns aux autres jusqu'à une fin qui ne dépend plus d'aucune autre, c'est le bonheur ou le bien suprême. Même si cette définition peut faire consensus (elle est très représentative en tout cas de la conception occidentale du bonheur), elle reste nominale et ne dit rien sur ce que les hommes « désirent absolument »... En revanche, **l'idée de finalité dernière** semble en effet rassembler toutes les idées du bonheur. Le schéma serait donc le suivant : la fin étant fixé (par exemple « l'Eveil » des bouddhistes), il faut tracer le chemin, le programme à réaliser, en termes souvent de développement spirituel, pour atteindre le but. La philosophie bouddhiste est de ce point de vue très représentative :

## **Matthieu Ricard in « Plaidoyer pour le bonheur » LECTURE 2 p 353**

Nous avons là un exemple où il faut vraiment s'employer à être heureux au point même où cela peut être l'œuvre d'une vie. On peut bien sûr se demander quels sont alors les bénéfices pour cette vie, mais les bouddhistes nous répondent qu'à chaque étape franchie, « un nouveau et magnifique paysage s'offre à notre regard »..., et que c'est de toute façon la seule possibilité que nous avons de nous libérer progressivement de la souffrance

Dans notre monde contemporain aussi, le droit au bonheur est brandi avec force, et peut prendre valeur d'un véritable programme. Le contenu de ce programme est certes très différent ! Il s'agit ici plutôt d'un programme axé sur le culte de la performance et de la consommation. Mais que penser de cette conception du bonheur, corrélative du « monde de la technique », où la « fin dernière » si caractéristique du bonheur selon Aristote semble totalement occultée au profit d'une sorte de réification des seuls moyens ?

## **Écoutons ce qu'en dit Luc Ferry dans son Avant Propos du livre « Qu'est-ce qu'une vie réussie » : 3 p22 LECTURE**

Cette logique des « moyens » (au sens des moyens en vue d'une fin aussi bien qu'au sens de l'expression « avoir les moyens » !) est également très présente dans l'attitude consumériste.

### **4 p 23 LECTURE**

La discours de l'envie, nourrie d'ailleurs par la dynamique démocratique, comme l'a montré Tocqueville (« si je suis l'égal de mon voisin, pourquoi aurait-il plus que moi ? ») donnerait de ce point de vue raison à la théorie du désir mimétique de Girard.

« S'employer à être heureux », si l'on en croit Pascal Brukner, serait en quelque sorte le credo idéologique de nos sociétés. L'injonction « soyez heureux » rendant malheureux ceux qui pensent ne pas y parvenir. Chacun devant se juger à l'aune de sa capacité à construire (« en s'employant... ») son bonheur. Ce volontarisme de la performance apparaît en particulier à propos de ce que le sociologue de la question corporelle, Vigarello, qualifie de sacralisation du corps : le corps doit être parfait, jeune, élancé, nerveux, bronzé, musclé, souple... mais aussi en forme et en bonne santé (cf. la prolifération des magazines de santé). Le corps, ou du moins son image, est effectivement magnifié, mais au prix d'une instrumentalisation contraignante : le corps doit se travailler, se modeler à notre guise. N'y a-t-il pas une certaine contradiction entre l'hédonisme parfois revendiqué, et ce qu'il faut bien appeler une forme d'ascétisme ?

## **Voilà aussi ce qu'en dit Pascal Brukner in « L'Euphorie perpétuelle » (« Le chemin de croix de l'euphorie ») 5 p83-84 LECTURE**

L'utopie du corps parfait fait appel à beaucoup de contraintes, d'effort, de renoncement. Par ailleurs, nos sociétés « sont les premières à rendre les gens malheureux de ne pas être heureux ». L'obligation au bonheur se transforme en son contraire « *en vouant chacun de nous à être enchanté sous peine de mort sociale, on transforme l'hédonisme en pensum, en chantage, on nous place sous le joug d'une félicité despotique* ». Le corps devient le lieu de « l'illimité du travail possible », sans doute à la place de l'illimité traditionnel assuré par les anciennes transcendances (Vigarello). Car cette religion du corps semble se développer en lieu et place de celles-ci. Le bonheur est ici rabattu sur les seuls moyens, aux dépens de toute

finalité dernière. Il est descendu du ciel à la terre avec l'affaissement de ces transcendances : la réussite sociale, le consumérisme, la sacralisation du corps ne sont-elles pas les nouvelles icônes de ce siècle ? **Cette façon de s'employer à être heureux**, renforcé par une sorte d'obligation sociale et morale, voué à la seule raison instrumentale d'où toute référence à une fin ultime est absente, qui réifie des moyens ne pouvant être au service que d'eux-mêmes, ne peut nous satisfaire.... Peut-être est-ce une autre façon, concernant encore une fois le corps, de revendiquer une condition d'immortels en puissance, mais le prix à payer est fort : que de peines et de sacrifices pour accéder au paradis des centenaires ! Au Moyen-Age, comme le dit encore Brukner, nous sommes certes des morts en sursis, mais dans l'insouciance de cette fragilité. La tyrannie de ce travail sur le corps nous éloigne complètement du détachement et de l'insouciance, qui peuvent être également considérés comme des ingrédients du bonheur, mais qui sont justement à l'opposé de ce volontarisme quasi obsessionnel.

Mais revenons à notre définition aristotélicienne de bonheur, et à l'importance de ce schéma fin/moyens. Nous employer à être heureux, c'est précisément (nous l'avons vu avec l'exemple bouddhiste) accorder les moyens que nous mettons en œuvre à la fin ultime que nous poursuivons (un idéal de sagesse). **L'idée de bonheur est ainsi solidaire d'un but à atteindre** (et donc de la quête ou de la recherche volontaire du chemin ou des moyens d'action propres à l'atteindre) : c'est la nature même de cette démarche que François Jullien va qualifier de typiquement occidentale, et totalement étrangère à la culture chinoise. En effet, dans la pensée chinoise, s'employer à être heureux n'a pas vraiment de sens, pas plus d'ailleurs que la notion de bonheur ainsi considéré :

**Lire F. Jullien « Nourrir sa vie à l'écart du bonheur », in chap « Dispensé du bonheur » 6  
p104-105-108-109-110-111-114-115 LECTURE**

Il y a dans le bonheur ainsi défini comme fin ultime et objet de quête permanente (il n'y a chez Platon de véritable bonheur que d'outre tombe...), la dimension de l'espoir ou de l'espérance. Le constat de départ est celui du manque : si nous espérons autre chose, c'est que nous n'avons pas ce que nous souhaitons, que nous sommes dans la crainte de ce que nous risquons de vivre (notamment la réalité de la souffrance), et dans l'espoir d'une vie meilleure, plus conforme à nos désirs profonds. **Mais cette conception du « bonheur-espérance » conduit à la déception, car s'employer à être heureux signifie d'abord que nous ne le sommes pas :**

**Sponville nous initie à la pensée de Schopenhauer p 158 et 159 LECTURE  
« Le bonheur » dans l'EU.**

**« Tout bonheur est d'espérance. Toute vie de déception ». Dans ces conditions, s'employer à être heureux risque d'être comparable à Sisyphe roulant sans cesse son rocher (cf. Camus).**

**N'est-ce pas le sens de ce que nous dit Pascal ? LECTURE (« Les pensées » p 172)**

*« Nous ne nous tenons jamais au temps présent... nous errons dans des temps qui ne sont pas nôtres (en effet, comme le dit Saint Augustin, le temps passé n'existe plus et le temps à venir pas encore...)... C'est que le présent d'ordinaire nous blesse. Nous le cachons à notre*

*vue parce qu'il nous afflige.... Le présent n'est jamais notre fin.... Le seul avenir est notre fin.... Ainsi nous ne vivons jamais, mais nous espérons de vivre ; et nous disposant toujours à être heureux, il est inévitable que nous ne le soyons jamais.* ». Ainsi, plutôt que d'essayer d'ancrer le bonheur dans notre actualité désirante, le temps de celui-ci est fantasmé dans le temps à venir de la satisfaction du désir. Le bonheur est espéré, attendu, mais n'est pas ce que l'on éprouve au présent. Montaigne aussi souligne notre propension à désertir notre point d'ancrage dans le réel, au profit de « chimères », c'est-à-dire des temps de l'imaginaire.

## **Mais pourquoi, pour Pascal, le présent nous blesse-t-il ? Lire EU p160 LECTURE 7**

Le présent est synonyme d'angoisse et de vide, précisément parce que nous ne sommes pas heureux (il faut penser ici à la finitude et à la misère de l'être humain éloigné de Dieu dont il a pourtant l'idée). Le divertissement étant alors la seule manière d'échapper (illusoirement et pour un temps) au « caractère insupportable du repos ». Il n'est pas un bonheur, mais la dénégation ou la fuite de son absence. L'espoir, hormis bien sûr celui qui est rivé au salut céleste, sera ainsi une vaine tentative d'éviter le désespoir. Fondamentalement, rien ne sert ici de « s'employer à être heureux », condamnés que nous sommes au divertissement et à la fuite du présent.

Mais à l'opposé du divertissement et d'une conception du bonheur adossée au manque, ne pouvons-nous pas considérer le bonheur comme réalité actuelle, comme puissance de jouir ou de se réjouir de ce que nous faisons, dans le présent même de l'acte qui est posé ? S'employer à être heureux résiderait alors avant tout dans notre capacité à l'être ici et maintenant, sans détour et immédiatement, dans une appréhension directe du réel dans lequel nous sommes plongés, sans recours non plus à des doubles (Rosset) ou des « arrière-mondes » qui viendraient faire écran ou diversion. Lucrèce nous prévient déjà qu'il est souhaitable de jouir ici-maintenant des biens véritables de l'existence au lieu de courir après ceux que nous n'avons pas (il est ici très proche de la pensée des stoïciens). Epicure pour sa part distingue le **plaisir en mouvement** qui suppose toujours le manque (boire quand nous avons soif, aimer quand nous sommes en manque de l'aimé), **du plaisir en repos, avec lequel il ne manque rien : ne pas avoir faim, ne pas avoir soif, ne pas souffrir, ne pas regretter, ne pas craindre...**

## **Lisons Epicure qui parle du plaisir en repos : EU p 162 Lettres à Ménécée LECTURE 8**

Dans l'absence de souffrance et de trouble de l'âme, Epicure découvre dans sa pureté ce qu'il appelle « **le plaisir constitutif de vivre** », que nous pourrions peut-être rapprocher du conatus spinoziste comme tendance à persévérer dans son être et à augmenter cette puissance d'être. Le bonheur est donc là, sans aucun manque, pour celui qui veut bien s'y préparer (c'est-à-dire avant tout y être attentif). L'absence de souffrance, l'absence d'agitation, qui empêchent d'être présents à l'existence, suffisent ici à une forme de plénitude.

## **Sponville va développer cette idée du bonheur en acte Lire EU p 162 LECTURE 9**

**S'employer à être heureux ? Pas vraiment s'il n'y a rien à atteindre, à posséder, à trouver...** Ce n'est que par l'habitude du raisonnement sur le modèle technique (que Jullien a bien su identifier) moyen/fin que l'action est envisagée de façon purement instrumentale et

séparée de son objet. Nous pourrions à ce sujet évoquer **la leçon des stoïciens qui distingue le but de l'action et sa fin**. La fin de l'action n'est pas dans la réussite à venir (dans cette optique, la valeur de l'objet n'a qu'une importance secondaire...), mais dans le soin pris « à faire ce que l'on a à faire ». L'image utilisée est souvent celle de la vie humaine comparée à une scène de théâtre : nous sommes acteurs et n'avons pas choisi notre rôle ; en revanche, ce qui dépend de nous, c'est de bien le jouer. **La vraie fin de l'action n'est pas le but visé, mais l'action elle-même dans la perfection de l'agir actuel** ; c'est l'instant de l'acte qui est ainsi valorisé. Nous sommes ici en présence **d'une « praxis », c'est-à-dire d'une activité immanente qui est sa fin en elle-même**.

**Souvenons-nous de Raphaël Enthoven commentant un extrait des Noces de Albert Camus**

**Lire compte-rendu conférence LECTURE 10 sur la pensée tragique de Camus**

« **On ne vit pas pour être heureux, on est heureux de vivre** ». L'acte vaut par lui-même, et non pas essentiellement pour les fruits récoltés. Le bonheur en acte, c'est précisément ne pas agir en vue du bonheur, mais pour le désir de l'acte lui-même, et la jouissance qui lui est associé. Et élargissant notre propos, c'est en réalité tous les actes de notre existence qui peuvent s'éclairer de cette approbation inconditionnelle de l'existence, fusse-t-elle – et elle l'est – en quelque façon indéfendable et irrationnelle. **Le paradoxe de la joie peut se résumer dans cette alliance de la joie et du tragique de l'existence**. Elle est irremplaçable, et nous en sommes quelque part infiniment reconnaissants, même si nous sommes bien incapables de lui donner rationnellement crédit ou légitimité. Plutôt que de « s'employer à être heureux », ce qui laisse toujours supposer une perspective de manque actuel inhérent au réel lui-même et plaiderait, éventuellement avec l'habit de l'espoir, pour une occultation plus ou moins camouflée de celui-ci au profit d'un autre monde, c'est le consentement ou l'approbation qu'il s'agirait de promouvoir. Mais en quoi cette « joie folle » peut-être un objet de maîtrise individuelle ?

**Pour terminer, ce magnifique mais provocateur extrait de « La force majeure » (qui est la joie) du philosophe contemporain Clément Rosset, concernant cette approbation inconditionnelle de la vie opposée aux idéologies de l'espoir : p28 et 29 LECTURE**