

## CAFÉ PHILO du 16 décembre 2015: LE BONHEUR.

Plusieurs problématiques apparaissent :

Peut-on parler du bonheur dans la durée, malgré les circonstances extérieures? Il y a des "moments de bonheur", comme par exemple la contemplation de la nature, d'une fleur. On peut être "heureux de penser" comme en témoigne une participante aux cafés philo. Ne s'agit-il que de moments passagers et fugitifs ou plutôt d'une disposition d'esprit qui tend à se satisfaire de l'accomplissement de nos aspirations et désirs les plus profonds? Car le bonheur n'est pas seulement un état de fait; il comporte un jugement de valeur qui lui donne une dimension éthique. En ce sens le bonheur se distingue du "plaisir" considéré comme satisfaction passagère et partielle de notre sensibilité; il est possible de rester heureux malgré quelques déplaisirs ou de "se faire plaisir" tout en étant malheureux. Le bonheur comporte l'idée d'un accord avec soi-même, d'une harmonie. La société de consommation ne rend pas heureux car elle crée une insatisfaction visant à ne jamais se contenter de ce qu'on a, créé sans cesse de nouveaux besoins. Elle est paradoxalement à l'inverse de la philosophie d'Epicure fondée sur la recherche du plaisir (hédonisme). Epicure, en effet, ne recherche finalement que les plaisirs "naturels et nécessaires", fondés sur la nature humaine (manger du pain, boire de l'eau, dormir sur une planche, avoir quelques amis...) car les plaisirs superflus ou artificiels créent en réalité plus de déceptions que de satisfactions, nous rendent esclaves de biens extérieurs à nous-mêmes. Le philosophe grec cherche ainsi à atteindre l'"ataraxie", c'est-à-dire la tranquillité de l'âme, l'absence de troubles, d'agitation. Le plaisir est alors défini de façon négative, comme une absence.

A la différence de cette recherche du plaisir, l'eudémonisme fait de la recherche du bonheur, individuel ou collectif, la finalité de l'action humaine, le but de la vie. "Eu" en grec signifie "bon", "heureux" (eu-thanasie = bonne mort, mort heureuse). "Démon" signifie la destinée individuelle. La notion même de "bon-heur" comporte étymologiquement l'idée d'une chance favorable, de bon augure (voir l'expression "au petit bonheur la chance"). Le terme allemand "Gluck" désigne à la fois la chance et le bonheur. Mais une vie heureuse est stable, relève de la volonté humaine au lieu d'être ballottée par les circonstances extérieures. Savoir utiliser notre raison, savoir saisir la chance, le moment présent, dépend de nous. Bien que soumis à "ce qui ne dépend pas de nous", ce que les stoïciens appellent le "destin", l'enchaînement nécessaire des causes et des effets, nous devons rester maîtres de nous-mêmes et considérer finalement que "tout ce qui arrive" (par exemple une tempête, la maladie, la mort...), sont bons pour nous puisque conformes à l'ordre des choses. Déterminés, nous sommes en même temps libres de vouloir consentir ou non à cette détermination. La refuser rend malheureux puisque nous ne voulons pas "ce qui arrive", mais ne peut pas pourtant ne pas arriver. L'accepter rend heureux puisque nous sommes en accord avec "ce qui arrive". Le stoïcisme veut, grâce à la maîtrise de soi fondée sur l'exercice de la raison, "faire basculer le malheur en bonheur de l'avoir surmonté". Les craintes ou les regrets viennent de ce qu'on se projette dans l'avenir ou dans le passé, alors que le bonheur exige de "saisir l'instant présent", de vivre chaque instant comme s'il devait être le dernier. C'est le sens aussi du "carpe diem", qui saisit l'ici et le maintenant.

"L'éternel retour" de Nietzsche signifie également cette affirmation de la vie telle que nous la vivons, sans ressentiment et sans tentation de se réfugier dans des "arrières-mondes" religieux ou idéologiques.

Le bonheur ne semble donc pas être inné, même lorsqu'il s'agit d'un "heureux caractère" puisqu'il relève de la libre volonté de chacun, d'un esprit disposé à se mettre en accord avec soi-même et avec les circonstances extérieures. Il suppose un apprentissage. Il faut apprendre à être heureux. Apprendre à apprécier par exemple les "petits bonheurs", l'adjectif "petits" n'enlevant rien à leur qualité ni à leur profondeur car ils émanent de notre disposition à être heureux. Nos habitudes peuvent nous empêcher de goûter au bonheur simple; il faut donc sans cesse apprendre et désapprendre comme le prône par exemple le bouddhisme: bien que l'homme soit

fondamentalement bon, une réflexion et un travail sur soi sont nécessaires pour se rapprocher du bonheur en supprimant au maximum le désir, la haine et l'ignorance. D'où le lien entre le bonheur et la méditation au sens d'une prise de conscience de son corps, de son unité avec le reste du monde. Le christianisme est présenté comme une religion de la souffrance, du péché qui se transmet de génération en génération depuis le péché originel, rendant mauvaise la nature humaine qu'il faudrait redresser. D'où la menace du jugement qui envoie en enfer ou permet enfin d'accéder au bonheur éternel qu'est le paradis. Or le christianisme apparaît aussi comme une annonce sur terre du bonheur et de la joie: "je vous laisse ma joie" déclare le Christ, qui auparavant énoncé les "Béatitudes" au début du Sermon sur la montagne, toutes commençant par le terme "heureux". " Heureux, vous les pauvres, car le Royaume de Dieu est à vous. Les "saints" sont dits " bienheureux" parce qu'ils se sont réconciliés avec Dieu, avec les autres, avec la nature. Le mal ne vient pas de Dieu mais de la liberté humaine qui veut prendre la place de Dieu, décider seule du bien et du mal, au risque de la mort et de la destruction. C'est le sens du péché originel qui se coupe de Dieu et de la création en mangeant le fruit défendu, celui de l'arbre de la connaissance du bien et du mal. Dieu à la fin de sa création avait pourtant vu "que tout ce qu'il avait fait était bon". L'homme ne naît pas pour mourir mais pour vivre, n'est pas destiné au malheur mais au bonheur "éternel" s'il ne se coupe pas lui-même de la source de la vie. Penser que la souffrance et la mort n'auront pas le dernier mot, aide à les supporter et fonde l'espérance, qui donne sens à la vie: la destruction et la haine seront vaincues par l'amour de la création, des autres, de Dieu. Mais l'espérance ou l'espoir ne sont pas l'exclusivité de la religion.

Ne peut-il y avoir un bonheur "matérialiste", non pas fondé pourtant sur la société de consommation?

La vie n'a pas de sens, affirme Sartre, qui nie tout créateur, tout destin, tout au-delà... Nous sommes nés de la rencontre fortuite d'un homme et d'une femme, nous pourrions aussi bien ne pas être là. Mais justement parce que notre vie n' a pas de sens, nous avons l'entière liberté de choisir le sens de notre existence grâce à notre conscience. Ce choix peut-il nous rendre heureux? C'est difficile car ce choix est sans cesse confronté à celui des autres qui empiètent sur notre liberté. "L'enfer , c'est les autres" affirme Sartre dans la pièce "Huis clos". Condamnés à vivre avec les autres et même à être "reconnus" par eux pour exister, nous sommes toujours "l'objet" de leur regard, qui nous juge, nous colle des "étiquettes", nous fait "être" ce que nous ne sommes pas. Les consciences ne peuvent pas communiquer réellement entr'elles et leurs relations comportent nécessairement une part de destruction.

Le bonheur est -il compatible avec le conflit et la haine ? Peut-on être heureux en pensant que nous sommes la proie de notre finitude, de nos imperfections, de notre souffrance et de notre mort sans "dépassement" possible? Comment vaincre cette "angoisse existentielle? Grâce peut-être au "divertissement", disait Pascal, qui nous empêche d'y penser. "Je n'ai pas peur de la mort, mais le jour où elle passera, je préfère être absent". Woody Allen.

N' y-a-t-il pas pourtant un lien entre les valeurs morales et le bonheur. Ne sommes nous pas plus heureux si nous faisons le bien, si nous aidons les autres, respectons la nature, sommes solidaires etc? Mais il y a aussi une satisfaction à faire le mal, à nuire, à détruire. A côté des pulsions de vie coexistent les pulsions de mort , explique Freud. Un " sadique" peut être heureux.

L'opinion commune situe malgré tout souvent le bonheur dans l' amour, la naissance des enfants, la fondation d'une famille... Ce bonheur ne favorise-t-il pas d'ailleurs, le "vivre ensemble"? Le bonheur ne doit pas être confondu alors avec le bien-être ni avec le confort. La société est faite pour assurer la sécurité dans un environnement hostile, et non pas pour proposer le bonheur. A chacun de "s' autoriser à être heureux". Soeur Emmanuelle disait avoir trouvé, dans les bidonvilles du Caire, des gens plus heureux parfois que dans nos sociétés occidentales.

Se contenter d'un conformisme "grégaire", ou de la simple satisfaction des besoins vitaux, rend -il l'homme heureux? L' exemple a été pris de "la chèvre de M.Seguin", qui, luttant pour sa liberté , meurt à une étape pour ressusciter à une autre (elle meurt au lever du jour). Se libérer de notre société, se déconditionner des préjugés culturels et religieux, se libérer même d'une définition du

bonheur, apparaît comme une condition du bonheur. Bonheur lié alors à la notion d'effort, excluant la "tiédeur" comme absence de maîtrise de sa propre vie, laisser-aller.

La question avait été posée dès le début de la discussion: a-t-on le droit d'être heureux face au malheur et à la souffrance des autres, à l'injustice, au dénuement etc.? Mais être heureux n'aggrave pas le malheur des autres, ne les "enfonce" pas. L'extension du bonheur à un plus grand nombre créé, au contraire, une sorte de "vibrations" positives qui aident les autres. Aussi bien, a-t-on le droit d'être malheureux? Ces deux états existent et ne sont pas totalement indépendants de notre volonté. Nous pouvons changer notre conception du bonheur.

Les drogues peuvent-elles conduire au bonheur? Elles sont plutôt considérées, dans nos sociétés occidentales, davantage comme une fuite, un échappatoire, donc un échec. Des sociétés plus ritualisées, plus encadrées (danses, musiques, transe) leur donnent un sens positif d'accès à une autre réalité.

Tous les hommes cherchent le bonheur, affirme Pascal. Ils cherchent sans cesse ce qui peut les rendre heureux tout en ne sachant pas ce qu'est le bonheur. "Nous disposant toujours à être heureux, il est inévitable que nous ne le soyons jamais". Le bonheur ne se situe-t-il pas dans une plénitude, une paix intérieure, une sérénité, non pas enfermée dans une conception fermée ni une certitude mais libre, ouverte sur ce qui va se découvrir?