

# Le bonheur

**La nature du bonheur est une question difficile à résoudre : le bonheur semble être une aspiration universelle, qui s'apparente au plaisir tout en étant spécifique. Surtout, c'est la recette du bonheur qui ne pourra certainement jamais être déterminée, même si certains ingrédients y semblent nécessaires. La quête du bonheur paraît ainsi difficile voire impossible : il ne s'agirait que d'une chimère.**

## **I/ La nature du bonheur**

### **A/ Une aspiration universelle**

**Le bonheur semble être une aspiration universelle parmi les hommes.**

**En particulier, Aristote en fait le « Souverain Bien », c'est-à-dire la fin dernière de toutes les actions humaines.**

Chaque activité poursuit un but : la santé pour la médecine, la victoire pour la stratégie, etc. Aristote se demande donc s'il n'existe une chose qui soit la fin dernière de tous nos actes, qui ne soit pas « désirable en vue d'une autre chose » mais uniquement en elle-même. La seule fin de ce genre est le **bonheur** : même l'honneur, le plaisir ou l'intelligence sont des fins en vue du bonheur. **Le bonheur est donc la fin suprême de toutes nos actions.**

### **B/ Bonheur, plaisir et joie**

#### **1/ L'hédonisme**

**Souvent, on voit le bonheur comme la satisfaction complète des désirs** : le bonheur serait donc un état de **plaisir** total.

C'est notamment la définition du bonheur donnée par l'**hédonisme**. Cette philosophie fait en effet du plaisir la valeur suprême, le but de la vie. Or le plaisir est conçu comme ce qui accompagne la satisfaction de tout désir.

**L'hédonisme** est une doctrine philosophique grecque selon laquelle la recherche du plaisir constitue l'objectif de l'existence humaine.

Pour **Calliclès**, personnage du dialogue le **Gorgias** (Platon), le bonheur est ainsi dans la **satisfaction de tous les désirs sans aucune limite** : « il faut entretenir en soi-même les plus fortes passions au lieu de les réprimer [...] ; Le luxe, l'intempérance et la liberté, quand ils sont soutenus par la force, constituent la vertu et le bonheur ».

**Cependant, Socrate s'y oppose et illustre son propos par la célèbre image des tonneaux.** Il propose à Calliclès de considérer deux hommes, dont chacun posséderait de nombreux tonneaux.

Le premier a des tonneaux en bon état et remplis de liqueurs rares et coûteuses, « acquises au prix de mille peines et de difficultés ». Une fois ses tonneaux remplis, notre

homme n'y verse plus rien, il ne s'en inquiète plus, il est tranquille à cet égard. L'autre homme n'a que des tonneaux percés et fêlés, et jour et nuit il est forcé de les remplir sans relâche. **Le premier homme symbolise une vie privilégiant des plaisirs rares et précieux. Le deuxième homme symbolise une vie privilégiant des plaisirs nombreux et illimités.**

Socrate en conclut que « **la vie réglée vaut mieux que la vie déréglée** ». Mais Calliclès n'est pas convaincu : pour lui, « l'homme aux tonneaux pleins n'a plus aucun plaisir » et vit donc à la façon d'une pierre, sans plaisir ni peine. Au contraire, « **ce qui fait l'agrément de la vie, c'est d'y verser le plus qu'on peut** ».

## **2/ Une différence de durée**

**On associe souvent le bonheur au plaisir et à la joie. Toutefois, ces trois notions diffèrent, pour plusieurs raisons :**

- Joies et plaisirs sont multiples, tandis que **le bonheur est un** : il s'agit presque d'un idéal de vie.
- Joies et plaisirs sont éphémères et occasionnels, tandis que **le bonheur est permanent et continu.**

On dit ainsi du bonheur qu'il est un **état** (je *suis* heureux) alors que la joie ou le plaisir sont des événements (j'*ai* des joies et des plaisirs).

**Il semblerait donc surtout que le bonheur ne se ressente que dans la durée.** C'est pourquoi, selon Montaigne, on ne peut juger du bonheur qu'au jour de sa mort.

## **C/ Le bonheur et le temps**

### **1/ Le bonheur au futur**

**Certaines philosophies inscrivent le bonheur dans le futur.**

Dans la morale chrétienne et dans les autres religions monothéistes, le bonheur ne se trouvera qu'après la mort : c'est ce que représente le **paradis**. Pour l'atteindre, il faut au contraire souffrir sur terre, en adoptant la rigueur morale. Cette idée se retrouve dans les discours de Jésus à ses disciples, rapportés dans la Bible.

On retrouve la même conception du bonheur chez **Kant**. Les épicuriens et les stoïciens commettraient une erreur en cherchant à établir un lien de causalité entre la vertu et le bonheur. En réalité, **la synthèse de la vertu et du bonheur sera effectuée dans un autre monde**. Dans le monde présent, il s'agit d'**agir moralement, même si cela signifie souffrir. Le respect de la morale ne conduit pas l'homme au bonheur sur cette terre, mais elle l'en rend digne pour le futur.**

### **2/ Le bonheur au présent**

**On peut toutefois contester cette idée du bonheur : pour certains, il semble que le bonheur se ressente uniquement dans le présent.**

**En effet, entretenir l'espoir d'un futur bonheur ne serait qu'un moyen de ne jamais être heureux.** Ainsi, le philosophe contemporain André Comte-Sponville affirme, dans son *Traité du désespoir et de la béatitude*, que la clé du bonheur est de renoncer à l'espoir. **Le vrai problème n'est pas le désir mais l'espoir** : l'espoir est ce désir vain qui nous rend malheureux, qui nous détourne de notre bonheur présent pour un bonheur hypothétique et qui ne dépend pas de nous.

**Pascal** se montre ainsi très pessimiste : l'homme est incapable de trouver le bonheur, car il pense sans cesse au passé et à l'avenir plutôt qu'au présent.

**En conséquence, beaucoup d'artistes ont défendu la philosophie du *Carpe Diem* (« Cueille le jour »).**

Cette locution, extraite d'un poème des *Odes* de **Horace**, encouragerait le lecteur à cueillir le jour présent sans se soucier du lendemain. En effet, l'artiste poursuit dans le même poème. Cette idée se retrouve chez de nombreux auteurs, notamment chez les auteurs de la Pléiade qui la symbolise par l'**image de la rose**. Cette fleur, qui est rapidement fanée, est devenue la métaphore de la brièveté de l'existence humaine.

### **3/ Le bonheur au passé**

**On peut même soutenir que le bonheur se vit dans le passé, dans les souvenirs que nous gardons.** En effet, le futur et même le présent sont incertains, alors qu'il n'existe normalement aucune incertitude à propos des moments passés. De plus, la mémoire doublée de la nostalgie ont tendance à embellir les souvenirs.

**Alfred de Musset** dit ainsi qu'« un souvenir heureux est peut-être sur terre plus vrai que le bonheur ». On retrouve la même idée chez **Proust**, pour qui le bonheur se trouve dans la réminiscence des moments passés. Toute son œuvre, regroupée sous le nom *A la recherche du temps perdu*, vise à retrouver les **délices de la réminiscence**.

**Le bonheur est donc une réalité qui peut se vivre à la fois dans le futur, le présent ou le passé.**

## **II/ La recette du bonheur**

### **A/ Un bonheur simple**

#### **1/ L'épicurisme**

**La recette du bonheur est évidemment inconnue, mais certains penseurs en donnent les ingrédients nécessaires.**

**L'épicurisme est un hédonisme** : il place le plaisir au centre du bonheur. Dans sa *Lettre à Ménécée*, qui fonde la philosophie épicurienne, **Épicure** affirme ainsi : « Voilà pourquoi nous disons que le plaisir est le principe et le but de la vie bienheureuse ».

Toutefois, il ne s'agit pas comme Calliclès de satisfaire tous les désirs sans limite, mais de satisfaire uniquement certains désirs. **Épicure** différencie en effet **trois types de désirs** (*Lettre à Ménécée*) :

- Les désirs naturels et nécessaires : manger de la nourriture simple, boire de l'eau, etc.

- Les désirs naturels et non nécessaires : manger de la nourriture raffinée, etc.
- Les désirs non naturels et non nécessaires : la gloire, la richesse, etc.

**L'ataraxie**, pour les épicuriens, est la paix de l'âme. Elle est atteinte par la limitation des désirs.

Il faut satisfaire uniquement les **désirs naturels et nécessaires**, le reste étant des désirs vains. C'est dans ce cas que l'on peut atteindre l'**ataraxie**. Ce type de bonheur est très simple, puisqu'il s'agit d'une absence de douleurs du corps et de troubles de l'âme. **Il faut fuir les désirs démesurés et privilégier un bonheur simple et modéré.**

## 2/ Le stoïcisme

**Le stoïcisme est une autre philosophie de la Grèce antique qui affirme que le bonheur est dans la restriction des désirs.** Le stoïcisme classique est représenté par Sénèque, Épictète et Marc-Aurèle.

Le bonheur se trouverait uniquement dans la **vertu**, qui est totalement opposée au plaisir. Pour atteindre le bonheur, il ne faudrait pas ajuster le monde à ses désirs mais au contraire **ajuster ses désirs au monde**. En effet, le monde ne dépend pas de nous et il faut absolument l'accepter comme il est.

En revanche, l'homme peut contrôler ses désirs : il faut donc supprimer tous les désirs qui dépendent du hasard et des autres, et **ne désirer que les choses qui dépendent de nous**. Par exemple, il ne faut pas désirer la santé car c'est une chose qui est indépendante de notre volonté : ainsi, si on ne l'a pas, on ne sera pas malheureux.

**Le stoïcisme préconise donc d'atteindre le bonheur par la tempérance plutôt que par le plaisir, en rendant son bonheur indépendant du monde extérieur.**

## 3/ L'héritage des philosophies antiques

**On retrouve cette idée d'un bonheur simple chez les héritiers des philosophies antiques, dont voici quelques exemples :**

- La morale chrétienne impose un idéal de vie chaste et sobre comme condition du bonheur futur.
- Pour Voltaire, le bonheur se trouve sur terre dans la simplicité et dans le travail : « Il faut cultiver notre jardin » conseille-t-il à la fin du conte philosophique *Candide*.
- Les ennemis de la société de consommation, qui s'expriment de plus en plus aujourd'hui, prônent également le retour à un bonheur simple. On peut le voir dans le succès rencontré par certains films, comme *Le bonheur est dans le pré* de Chatilliez ou *Le Fabuleux destin d'Amélie Poulain* de Jeunet. Le bonheur y apparaît, non pas comme une grande aspiration, mais comme un simple état d'esprit visant à apprécier les petits plaisirs quotidiens.

## B/ Un bonheur collectif

### 1/ Le bonheur, but de la société

**D'autre part, il semble que le bonheur soit essentiellement collectif.**

**En effet, le but de la société est d'atteindre le bonheur.**

C'est notamment ce que soutient **Aristote** : le but de la société est le Souverain Bien donc le bonheur de chacun. Selon sa théorie de l'action, toute action humaine vise toujours un bien, qui est son but. Toute communauté est donc constituée en vue d'un bien, un but qu'elle se propose d'atteindre collectivement. Si ce but est d'atteindre le bonheur, alors cette communauté est la communauté politique. **Le but de la société est donc d'atteindre le bonheur (qui est le Souverain Bien) pour chacun.**

**La vie en société a pour but le bonheur, mais elle en est surtout la condition.** En effet, un homme solitaire ne peut pas être heureux car il ne peut pas se réaliser pleinement. Il est entravé par son **peu de moyens**. D'autre part, un homme a forcément **besoin du regard d'autrui**, afin d'être reconnu comme être humain. Il semble donc impossible d'être heureux dans un monde sans société.

## **2/ L'impossibilité d'un bonheur sans autrui**

L'histoire de **Robinson Crusoë**, racontée par **Daniel Defoe**, donne une illustration de l'impossibilité d'un bonheur sans autrui (*Robinson Crusoë*, 1719). Le naufragé qui se retrouve isolé sur son île déserte s'empresse de reproduire les habitudes sociales de l'Angleterre contemporaine (par exemple, le dimanche reste un jour non travaillé et consacré à la Bible). **Le livre montre donc que l'homme a besoin, pour son équilibre et son bonheur, d'un système social et d'une altérité.**

**Michel Tournier** reprend cette histoire dans *Vendredi ou les limbes du Pacifique* et insiste tout particulièrement sur **l'impossibilité d'un monde sans autrui**. Le système mis en place par Robinson sur son île est bancal : on ne peut être à la fois prêtre et paroissien, gouverneur et gouverné, etc. **Le héros, privé d'une altérité, sombre dans la « souille » et voit sa propre personnalité désagrégée** (il ne se lave plus, ne se nourrit plus, passe son temps à dormir, etc.).

## **C/ La connaissance ou l'amour**

### **1/ L'amour comme ingrédient du bonheur**

**On observe donc que le bonheur soit être simple et collectif.** Toutefois, le moyen exact pour y parvenir reste indéterminé. Pour certains, il s'agit de **l'amour** : on le voit dans la place que ce sentiment occupe dans les représentations humaines.

### **2/ La connaissance**

**Pour Aristote, c'est en fait la connaissance qui peut mener au bonheur.**

Aristote défend une **conception finaliste du monde** : chaque chose, dans l'Univers, a une fin, c'est-à-dire un but, une fonction (la fonction de la main est d'attraper, la fonction de l'œil est de voir, etc.). Il se demande alors quelle est la fonction de l'homme.

**Selon Aristote, la fonction de l'homme est la pensée**, et donc les facultés politiques et théoriques qui en découlent. La vie parfaite, pour l'homme, consiste alors en la pratique des vertus éthiques (bonté, justice, etc.) et des vertus théorétiques (la

contemplation intellectuelle, la méditation de la vérité). Mais les vertus éthiques ou politiques ne sont pas vraiment accomplies en vue d'elles-mêmes. Par exemple, la justice vise à rétablir un ordre nécessaire à la cité.

En revanche, la **connaissance** ne vise à rien d'autre qu'elle-même : on connaît pour le plaisir de connaître. **Pour l'homme, le bonheur suprême est donc de penser, de connaître, de comprendre le monde : il est contemplation, méditation.**

### III/ L'impossible quête du bonheur

#### A/ Une recette trop incertaine

**Si la quête du bonheur semble impossible, c'est d'abord parce qu'il n'existe pas de recette déterminée.** La première raison consiste simplement en la relativité du bonheur : personne n'a les mêmes exigences et ne ressent les mêmes plaisirs. De plus, même pour soi-même, l'homme n'est jamais certain de ce qu'il désire et de ce qui le rendra heureux. **Certes, on peut savoir quelle chose nous procurera un plaisir dans l'instant, mais ceci ne permet pas d'atteindre le bonheur.**

**Kant** essaie d'en donner une explication. Celle-ci se situe dans la **différence de nature entre les plaisirs sensibles et le bonheur**. En effet, les éléments qui font partie du concept de bonheur (les plaisirs, les joies, l'amour, etc.) sont **empiriques**, c'est-à-dire empruntés à l'expérience. Au contraire, le bonheur est **idéal** : c'est « un tout absolu ». C'est pourquoi on ne peut jamais déterminer exactement quels ingrédients empiriques pourront constituer l'accès au bonheur idéal.

#### B/ Un rêve irréalisable

##### 1/ La difficulté d'un bonheur durable

**La difficulté d'atteindre le bonheur vient peut-être de sa condition nécessaire, qui est la durée.** Il est en effet facile de ressentir un plaisir ou une joie, qui sont instantanés : on sait généralement ce qu'on désire dans l'instant présent, et il suffit de le satisfaire. Toutefois, un bonheur durable est très difficile à maintenir.

En effet, il ne peut s'agir de satisfaire un désir pendant longtemps, car un plaisir perd de son intensité avec le temps. **Freud est assez pessimiste à propos du bonheur : ce sentiment ne pourrait être ressenti que de manière épisodique.**

##### 2/ Une illusion instrumentalisée

**On peut même aller plus loin, en disant que l'idée du bonheur est une illusion instrumentalisée.** Finalement, cette idée ne serait que source d'encore plus de malheur.

En effet, **Marx** affirme que la religion invente un bonheur dans l'au-delà, afin de consoler le peuple de la misère réelle. La religion est instrumentalisée par la classe dominante pour **endormir les prolétaires** en leur faisant croire à l'avènement d'un bonheur à venir : elle sert de « **bonheur illusoire du peuple** » et de « **fondement universel de sa consolation** ». **Le bonheur ne serait donc, comme le dit Kant, qu'un « produit de l'imagination » (une chimère, un rêve).**

## **C/ Le pessimisme**

**Selon la thèse pessimiste, le bonheur n'existe tout simplement pas.**

La philosophie de **Bouddha** défend notamment cette idée. L'expérience démontre à Bouddha que **toute existence est douloureuse**. Il existe des joies dans la vie, mais ce qui la rend intolérable, c'est l'impermanence de toute chose : tout être vivant est soumis au rythme ternaire naissance-vieillesse-mort dans espoir de rémission. **On ne peut donc atteindre le bonheur qu'en se détachant de l'existence réelle. Influencé par le bouddhisme, Schopenhauer est un philosophe pessimiste célèbre.** Il considère que la vie n'apporte pas le bonheur. Schopenhauer explique que l'homme entre dans la vie plein d'espoir, plein d'« exigences de bonheur et de jouissance ». Toutefois, l'expérience et le destin lui enseignent par la suite que « bonheur et jouissance sont pures chimères ». **Toute vie est souffrance, car elle est liée au désir insatisfait : il faut donc supprimer le désir.**

**Le bonheur serait donc un idéal très difficile voire impossible à atteindre.**