Cours sur le bonheur – STG

1. **Paradoxe du bonheur : évidence et indétemrination**
2. **Paradoxe du bonheur : tout le monde le cherche, peu d’hommes semblent l’avoir trouvé, personne ne sait le définir avec précision et certitude**

B. Pascal, *Pensées*, 425 :

« Tous les hommes recherchent d’être heureux ; cela est sans exception ; quelques différents moyens qu’ils y emploient, ils tendent tous à ce but. Ce qui fait que les uns vont à la guerre, et que les autres n’y vont pas, est ce même désir, qui est dans tous les deux, accompagné de différentes vues. La volonté ne fait jamais la moindre démarche que vers cet objet. C’est le motif de toutes les actions de tous les hommes, jusqu’à ceux qui vont se pendre. »

1. tous les hommes veulent être heureux : aspiration et recherche universelle du bonheur ; aucun homme ne veut ni ne cherche à être malheureux ;
2. en dernier instance, c’est le bonheur qui est toujours visé, derrière chacune de nos actions.

Le bonheur est donc la fin ultime de l’existence, la « fin des fins », la finalité suprême, et en ce sens unique (la « seule »)

C’est une « fin en soi » : non pas le moyen d’autre chose (fin relative), mais une fin en elle-même et pour elle-même, une fin absolue.

1. Mais les moyens du bonheur sont chaque fois différents et singuliers : ce qui mène au bonheur d’un homme peut mener au malheur d’un autre, etc.

Ce qui fait qu’il n’y a pas d’accord entre les hommes sur la définition du bonheur ni sur les moyens d’y parvenir.

Paradoxe : nous sommes tous à la recherche d’une même chose/idée – le bonheur -, et pourtant celle-ci a quelque chose d’indéfinissable et en cela d’imprévisible/insaisissable.

1. **Définitions**
2. Définitions du « désir » : sens large et sens précis

**Au sens large** : désir est synonyme d’envie, de souhait ou d’aspiration au sens large.

C’est tout mouvement intentionnel et conscient en direction d’une « fin » considérée comme un « bien ».

Vivre (animalité) c’est désirer, au sens large.

Les 3 notions, auxquelles on pourrait ajouter celles de goût, intérêt, voire de pulsion ou de  « motivation », correspondent au caractère *animé* (tendu, mobile, relationnel) et *orienté* de l’être *vivant* : on est porté *en avant*, *mû*, mobilisé, motivé par des besoins, des désirs et des volontés/volitions ; poussé ou tiré/attiré – mais aussi repoussé – par des objets et des tendances.

En un sens plus précis, et tout particulièrement chez l’homme, le désir peut être distingué d’une part du simple besoin, d’autre part de la volonté.

* + ­besoin : tendance spontanée, irréfléchie voire non-consciente ; origine largement naturelle/corporelle/physiologique ; involontaire, complètement subi (non posé par le sujet lui-même : réaction naturelle) et difficilement contrôlable ; poussée (venant de l’intérieur) ; la **nature** agit en nous.
  + désir/souhait : tendance consciente orientée vers un but perçu ou imaginé/fantasmé (fin représentée sans être tout à fait posée par le sujet de manière pleinement volontaire) comme source de plaisir ; « un attrait que l’on subit », Ricoeur) ; attirance (vers l’extérieur, vers un objet représenté/imaginé) ; rôle décisif de **l’imagination**.
  + volonté : « un pouvoir que l’on exerce » (≠ « un attrait que l’on subit ») ; la prise d’une décision, la détermination consciente et rationnelle/réfléchie d’un choix (la fin étant elle-même posée par le sujet ; rôle directeur de la **raison**.
* Ex. : on peut se nourrir par pur besoin (quand on a faim, un plat qu’on n’aime pas mais qui nous rassasie) ; on peut manger par pur désir (gourmandise) ; on peut avaler quelque chose par pure volonté/décision (un régime ou un médicament ; volonté car obéissance de l’action à une maxime, fin posée rationnellement par le sujet)
* Le désir peut sembler une sorte d’intermédiaire entre le besoin et la volonté : moins intellectuel, réfléchi et actif que la volonté ; moins corporel, irréfléchi, passif que le besoin (le désir se *représente* son objet comme absent/manquant).
* « le désir est l’épreuve présente du besoin comme manque et élan, prolongé par la représentation de la chose absente et l’anticipation du plaisir [= imagination] » (Ricoeur, 97).

1. Définitions du bonheur

**1e définition**: Un état, un sentiment de satisfaction, de plaisir et de tranquillité (insouciance) : « être bien » = « se sentir bien » = obtenir satisfaction et se sentir comblé et paisible.

D’où le lien avec la notion de désir : on se sent « bien », heureux ou « contenté » lorsque l’on a satisfait un désir, lorsqu’on a atteint la fin désirée dont on se sentait jusque là privé ou séparé.

Mais chez l’homme – un « existant », qui a conscience de son existence et s’interroge sur lui-même – la notion de bonheur se complique, et ne peut plus être résumée/identifiée à celle de plaisir.

A la différence du plaisir (sensation agréable du corps ; opp. à douleur) ou de la joie (sensation agréable de l’esprit, opp. à tristesse), toujours ponctuels, partiels et passagers, l’idée de bonheur implique une certaine idée de durée, de durabilité, et de globalité : ce n’est pas simplement un moment qui peut être qualifié de « heureux », c’est aussi – voire surtout – une vie/existence dans son ensemble.

Pour l’homme la quête du bonheur est un quête plus globale qui touche au **sens général de son existence** : quelle vie dois-je mener ?

La vie d’un homme peut-être considérée comme « heureuse » ou « réussie » ou « accomplie », dans son ensemble, même si elle n’a pas consisté seulement, dans le détail, en moments agréables ou joyeux.

Inversement, il ne suffit sans doute pas d’éprouver un grand nombre de moments plaisants ou joyeux pour se sentir globalement heureux : Dom Juan jouit beaucoup et souvent, mais ne se sent pas heureux.

**2e définition**: Le bonheur renvoie donc plutôt, pour un homme, à la satisfaction globale qui accompagne une vie « accomplie » dans son ensemble : c’est donc souvent au passé que l’on parle de la vie heureuse qu’a eue un homme.

A quelles conditions peut-on considérer une existence humaine comme accomplie en ce sens ?

1. **Quelques modèles de bonheur et de vie heureuse : hédonisme, ascétisme, rationalisme affirmatif (Spinoza)**

Enjeu/sujet : Le bonheur passe-t-il par la satisfaction maximale de nos désirs ? Satisfaire tous ses désirs, est-ce une bonne règle de vie ?

1. La vie heureuse comme vie de jouissance : le mode de vie hédoniste du jouisseur
2. Si le bonheur est identifié au plaisir, le malheur à la douleur/souffrance, et le désir au manque, alors pour être heureux on peut penser qu’il faut satisfaire le maximum de nos désirs, sans limite.
3. Mode de vie **hédoniste** (voué à la recherche du plaisir, hédonè) : Figure de Calliclès  dans le *Gorgias*  de Platon (cf. texte du manuel)

« vivre dans la jouissance, (…) éprouver toutes les formes de désirs et (…) les assouvir, voilà, c'est cela la vie heureuse ! »

Cf. aussi les cyrénaiques

1. Mode de vie de la « société de consommation » (le nôtre) : toujours plus de biens, plus de plaisirs, moins de manques, frustrations, etc. Son mot d’ordre est « jouissez ! », « profitez ! » et « ne manquez de rien ! » ; le rôle, la fonction de la publicité est de susciter le désir, de produire et de reproduire le désir, et de nous convaincre que notre bonheur dépend de la possession d’un max. de biens.

Un tel mode de vie contribue-t-il vraiment au bonheur des individus ?

1. Impasses de l’hédonisme : le mode de vie ascétique du sage

Texte de Schopenhauer.

Texte de Pascal ?

Mode de vie ascétique, commun aux épicuriens et aux stoïciens : signification du « carpe diem ».

1. Critique radicale du désir et de l’hédonisme (texte de Schopenhauer)

Raisonnement d’ensemble :

* + 1er présupposé : le bonheur est un état de repos/tranquillité/plénitude
  + 2e présupposé : le désir est manque, intranquillité (inquiétude) et souffrance
  + Conséquence : pour être heureux (repos), il faut mettre fin au désir (mais il y a deux manières d’y mettre fin)
  + Or, impasse de l’hédonisme (cœur de l’argumentation) : car impossible de satisfaire le désir en général.

Chercher son bonheur dans la satisfaction incessante des désirs, c’est se condamner à ne jamais l’atteindre : « 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. » (Pascal, *Pensées*, 172)

* + Conséquence : seule voie du bonheur : restreindre nos désirs (discipline et sobriété) voire ne plus désirer (devenir impassible) ; se contenter de ce qui est et de ce que l’on a (vivre le présent).

1. Le mode de vie ascétique : Stoïcisme, Epicurisme, (un certain Christianisme et peut-être aussi Bouddhisme : inde, Ve s. av JC)

Askesis : exercice, discipline.

Stoïcisme : école philos. De l’antiquité grecque puis latine (les plus connus : Sénèque, Épictète, Marc Aurèle, Cicéron)

Epicurisme : idem (Epicure, Lucrèce)

Thèse générale et commune : le bonheur est « repos » de l’âme et du corps (ataraxie et aponie) et suppose donc de maîtriser ses désirs ; idéal de sagesse (homme gouverné par la raison et la volonté != impulsions irrationnelles du désir).

Les grands principes du mode de vie ascétique permettant d’atteindre une forme de bonheur comme repos (par delà les diff. Entre stoïcisme et épicurisme) :

**1 - cesser de désirer ce qui n'est pas à notre portée** : accepter le monde tel qu'il est plutôt que de vouloir l'adapter à soi

- Epictète, *Manuel*, texte 4, p. 411

- Descartes : 3e maxime de la morale provisoire (texte 8 p. 414); cf. aussi *DM* : "Ma troisième maxime était de tâcher toujours plutôt à me vaincre que la fortune, et à changer mes désirs que l'ordre du monde"

- comparable à tension entre "principe de plaisir" et "principe de réalité" chez freud

- comment ? : par le développement de la raison (jugement critique permettant de connaître le monde/nécessité et d’évaluer les désirs en fonction) et l’exercice de la volonté (via la discipline : habitude)

- critique : mène à une certaine résignation/acceptation du réel tel qu’il est.

**2 - viser une forme d'auto-suffisance : ne manquer de rien (d'essentiel); supporter d'avoir peu (abandonner la recherche des biens incertains et vains)**

- Eloge de la sobriété voire d’une vie en retrait du monde (vie monacale chrétienne)

- Epicurisme : calcul des plaisirs; distinction entre désirs vains, naturels et nécessaires. Cf. *Lettre à Ménécée*, manuel p. 422 en part. parag. 10.

* Critique possible : une vie de dieu plutôt que d’homme/animal ;

**3 - Un certain rapport au temps et à l'expérience : "carpe diem" (Horace, commune aux stoïciens et épicuriens)**

Se concentrer sur le présent : sur ce qui est, sur ce que l’on a déjà.

Renoncer à se projeter sans cesse vers un avenir incertain et qui ne dépend pas de nous.

Conscience de la brièveté de l’existence et de la valeur intrinsèque de chaque instant.

Ajouter citation Horace !!!

* Critique possible : plus de dynamique temporelle ; négation du temps/devenir ;

1. **Impasses de l’hédonisme, misère de l’ascétisme : une autre conception du désir et de ses relations avec le bonheur (Spinoza)**
2. Critiques à l’égard des principes ascétiques

* Critique du principe d’adaptation des désirs à l’ordre du monde
  + Risque du fatalisme : considérer que les événements ne peuvent être modifiés/transformés/orientés, s’imposent à nous comme une « fatalité » (*fatum*)
  + Tentation de la résignation : renoncement à transformer le monde pour le rendre meilleur, plus juste, etc. Passivité pratique.
* Critique de l’idéal d’auto-suffisance (pêche à la fois par défaut et par excès)
  + Défaut : D’un côté, l’idéal d’autosuffisance tend à réduire l’existence au strict minimum : satisfaction des besoins essentiels, réduction du champs d’expérience (relations avec le monde)
  + Excès : De l’autre, l’idéal tend à nier notre statut d’êtres vivants et relationnels, dépendants du reste du monde ; rêve d’une vie semblable à celles des dieux.
* Critique de la conception du désir sous-jacente, en fait commune à la position hédoniste et ascétique : le désir comme manque et souffrance (et le bonheur comme repos), et le rêve de l’auto-suffisance communs à l’hédonisme et à l’ascétisme (ne manquer de rien, soit en ayant tout, soit en désirant moins).

1. Spinoza (*Ethique*, 1670) : une autre conception du désir (et de ses relations avec le bonheur)

Le philosophe de la joie, de l’amour et du désir !

1. Pour Spinoza, le désir n’est pas essentiellement manque et souffrance mais élan/énergie vitale et en lui-même source de joie : conception affirmative/active du désir (désir comme manifestant une puissance d’être), qui renverse la conception passive/négative (désir comme manifestant un défaut d’être).

Cf. manuel, texte 7 p. 80

Spinoza : « le désir est l’essence même de l’homme » (*Ethique*) : en fait, tous les êtres vivants sont des êtres désirants, animés de l’intérieur par une « force » ou « puissance » d’être que Spinoza appelle *conatus* (effort pour conserver et augmenter/développer son être ou sa puissance) ; et cela est vrai aussi de l’homme.

Cf. *Ethique*, III, 6 (définition du *conatus*) : « Chaque chose, autant qu'il est en elle, s'efforce de persévérer dans son être. »

Le désir n’est pas en lui-même un « attrait que l’on subit » de l’extérieur de soi (même s’il peut se réduire finalement à cela), ni non plus certes « un pouvoir que l’on exerce » (car pas de libre-arbitre, ni de distinction désir/volonté chez Spinoza), mais une force interne que l’on investit/projette dans les choses/êtres.

Spinoza : « nous ne nous efforçons à rien, ne voulons, n'appétons ni ne désirons aucune chose, parce que nous la jugeons bonne ; mais, au contraire, nous jugeons qu'une chose est bonne parce que nous nous efforçons vers elle, la voulons, appétons et désirons. », *Ethique*, III, 9, scolie.

Renversement de perspective :

* + Idée d’attrait : objet désirable (cause) => sujet désirant (effet) – synonyme de passivité/faiblesse, soumission à l’extériorité (d’où l’idée de manque).
  + Idée d’investissement : sujet désirant (cause) => objet désirable (effet) - synonyme d’activité/force, engagement dans les choses.
  + Mécanisme plus précis de l’amour et du désir qui l’accompagne : une joie (sentiment d’augmentation/exaltation de soi) qui est associée (à tort ou à raison) à un objet extérieur imaginé comme étant sa cause ; un sentiment de puissance (interne) projeté et investi dans une chose.

Donc, nier le désir ou le combattre, c’est nier sa propre nature/essence d’être désirant.

Nier le désir, c’est nier l’élan vital et la vie elle-même dans ce qu’elle a d’actif, c’est-à-dire de vivant : morbidité et pessimisme/négativisme de la position ascétique.

Cf. aussi Nietzsche : l’idéal ascétique est « volonté de néant »

Dans le manuel :

Rousseau : « Malheur à qui n’a plus rien à désirer ! » (manuel, p. 81)

Texte de Leibniz : désir => activité/industrie

Mais aussi Freud, en un sens : désir comme « pulsion » = poussée vitale

2. Mais, généralement de fait, ce désir fondamental qui nous anime (ce *conatus*, cet effort que nous sommes), et qui est « bon » en soi/en droit, est de fait « aliéné », c’est-à-dire soumis aux aléas des causes extérieures, tourné vers des biens incertains, perverti par l’imagination et le regard des autres, etc. : il est généralement aveugle et devient donc « impuissant », « passif », devient une « passion », et du coup fait effectivement le plus souvent souffrir (ce qui confirme les critiques ascétiques).

* + En particulier le désir/amour humain est aliéné par ses objets : trop incertains, trop particuliers, trop exclusifs/monopolistiques, etc. Il ne s’investit pas au mieux.
  + Il est soumis à « l’imitation affective » - rapport au désir des semblables/autres -, qui l’aliène au regard d’autrui.
  + Il devient facilement excessif, obsessionnel et exclusif, voire jaloux/envieux/haineux (dissensions humaines)

3. Du coup, la question du bonheur/désir chez Spinoza n’est donc pas tant de satisfaire le désir ou nos désirs (hédonisme), ni non plus de s’en libérer (ascétisme), mais plutôt de **le libérer**, de l’entretenir, de le prolonger, de l’intensifier et de le diversifier, en évitant qu’il se dégrade par ses excès ou sa focalisation excessive : intensifier le désir par sa rationalisation.

**Non pas jouir au maximum (hédonisme), ni non plus désirer moins (ascétisme), mais désirer mieux et donc davantage / plus pleinement.**

**Parallèlement le bonheur n’est pas défini par Spinoza comme un état de « repos », conçu comme auto-suffisance, mais comme un processus d’expansion optimale/rationnelle de soi (corps et âme) dans son rapport au monde. Le « sage » est celui qui s’articule le mieux au monde, et qui par là s’épanouit.**

Comment faire ? : la connaissance rationnelle du monde doit nous permettre de libérer le désir (qui est en lui-même puissance et joie) de ses aliénations (qui le détournent vers l’impuissance et la tristesse).

Car son développement permet tout à la fois :

* + Prise en compte de la nécessité du monde (non pour s’y adapter passivement mais pour s’y insérer au mieux et la travailler)
  + Relativisation des objets particuliers/singuliers de nos désirs/amours : « amour de Dieu » (= du tout de la nature) comme amour libre et non aliéné .
  + Réorientation du désir/amour vers le désir/amour de la connaissance elle-même (car rien ne nous rend plus heureux que de connaître la nature).