

## Midi de la philo

### **Pourquoi ne sommes-nous pas plus heureux ? - 25 mars 2016 (18 personnes)**

Le bonheur ! Parler de bonheur, dans notre société contemporaine, pourrait presque sembler être une démarche fondamentalement naïve. Compte tenu de tout ce que nous avons à subir, comment parvenir à être heureux ? Les inégalités se développent, l'angoisse s'installe, les sentiments d'insécurité se développent, on joue sur nos peurs à des fins politiques et populistes, on nous parle sans cesse de cette crise économique que nous devons subir sans en être responsables... Tous ces éléments, ainsi que tous les autres tracasseries de nos vies quotidiennes tendent à nous faire penser qu'être heureux n'est rien de plus qu'un idéal dont nous sommes privés par la décadence de notre civilisation.

Si nous parvenions à modérer nos désirs, à accepter rationnellement la frustration, le bonheur que nous vivons au quotidien serait d'autant plus conséquent. La société dans laquelle nous existons nous imposerait une éternelle frustration. Un désir satisfait en engendre un autre et la satisfaction de l'ensemble de nos désirs nous frustrerait car elle nous priverait du plaisir de désirer. Choisir, c'est renoncer. Dès lors que l'on pose un choix qui engendre du bonheur, on subit une frustration qui réduit notre bonheur. Plus que dans la satisfaction des besoins, le bonheur résiderait dans notre capacité à nous laisser porter par nos désirs.

Le problème de l'Homme, forcé de faire le constat qu'il n'est pas aussi heureux qu'il le désirerait, c'est qu'il identifie le bonheur en tant qu'absolu résolument inatteignable. Si la notion que l'on poursuit est perçue comme un idéal inaccessible, forcément, nous n'aurons jamais la sensation de pouvoir en profiter. Par ailleurs, toujours avec la volonté de montrer que l'on se fourvoie quand on se prétend malheureux, nous pourrions interroger notre vision du bonheur que l'on considère, avant tout, comme la conséquence du bien-être matériel. Le bonheur se cacherait dans les petites choses de la vie plutôt que dans l'acquisition d'objet et dans la richesse financière. Être plutôt qu'avoir... Ce serait le point de départ d'une vie plus heureuse.

Comment vivre heureux en ayant l'absolue certitude que nous allons mourir ? La mort engendre la peur, la peur rend difficile l'expérience du bonheur. Face à la fatalité, même si cela peut s'avérer compliqué parce qu'absurde, la seule solution qui s'imposerait à nous consisterait à accepter ce sur quoi nous n'avons pas de prise directe. Qu'on le veuille ou non, nous allons mourir. Ne perdons pas notre temps à appréhender cette certitude. Acceptons-le et essayons de vivre malgré tout. Pour aider dans cette démarche d'acceptation, les religions ont toujours pu jouer sur l'espoir d'un après. Or, actuellement, cet espoir, qui était d'ordre philosophique par le recours aux religions, a tendance à s'inscrire dans une logique matérielle de par les avancées scientifiques qui nous laissent supposer que l'immortalité n'est plus qu'une fable impossible à atteindre.

De plus, la notion même de bonheur, compte tenu du fait que nous lui attribuons toutes et tous des caractéristiques différentes peut être appréhendée comme étant relative à une époque, à une société, à une subjectivité... Finalement, il serait extrêmement compliqué de se mettre d'accord sur les éléments constitutifs d'un bonheur atteignable et appréciable, parce que tout cela dépendrait d'attentes que nous avons et qui ne peuvent être perçues comme étant universelles. Pourquoi vouloir absolument interroger le bonheur en termes de « nous » ? Si, finalement, l'appréciation du bonheur est quelque chose de subjectif, ne devrions-nous pas toujours pensé le bonheur en termes de « je ».

Il y aurait des personnes qui donneraient l'illusion de ne pas être malheureuses du fait qu'elles ne sont pas réellement heureuses. Parler en « nous », voir le bonheur comme une notion universelle, cela pourrait être considéré comme quelque chose de déplacé, car nous n'avons pas à nous prononcer sur le ressenti des autres. De la même manière, qui sommes-nous pour estimer qu'une personne qui n'a pas atteint le bonheur tel que nous nous le figurons ne se sent pas suffisamment heureuse que pour apprécier leur existence ?

Le bonheur des uns n'est pas le bonheur des autres. Le malheur des uns n'est pas le malheur des autres. Nos attentes peuvent varier, de manière inconsciente, en fonction du contexte dans lequel nous vivons, de la société dans laquelle nous évoluons, de notre éducation, de notre culture, de l'époque qui est la nôtre... L'Homme serait seul face à son bonheur potentiel. Le paradoxe, face à un tel constat, consiste à observer cette opposition entre la subjectivité du bonheur et notre incapacité à l'atteindre du fait de choses qui nous dépassent tel que l'insécurité, la peur de la mort, le fonctionnement d'un Etat... En définitive, si le bonheur doit être pensé en terme de « je », ne serait-ce pas plus juste de ne plus mettre en lien notre malheur avec des éléments extérieurs ? Si nous sommes seuls face à notre capacité à trouver le bonheur, le point de départ d'une vie heureuse ne serait-il pas notre capacité à nous recentrer sur nous-mêmes en acceptant l'idée que nous sommes les seuls artisans du plaisir que l'on ressent tout au long de notre existence ?

Si le bonheur est subjectif, il en va de même de la manière dont nous le considérons, des chemins que nous estimons devoir emprunter pour y parvenir. On s'interroge sur les raisons pour lesquelles nous ne sommes pas plus heureux et, ce faisant, nous oublions que nous le sommes déjà. Notre souci, c'est que sous prétexte que nous estimons qu'il est toujours possible de l'être un peu plus, nous avons le sentiment de l'être moins que nous devrions l'être.