

Le bonheur : *Faut-il croire au bonheur ?*

"Il n'y a qu'une seule erreur innée, affirme Schopenhauer, celle qui consiste à croire que nous existons pour être heureux." Il est vrai que la première partie de la vie consiste bien souvent en une "chasse au bonheur" générant déceptions et insatisfaction, tandis que la seconde conduit inexorablement aux maux qui affectent la vieillesse. Quand bien même une vie paraîtrait-elle illustrer le mot de Freud selon lequel "*le bonheur est un rêve d'enfant réalisé dans l'âge adulte*", il est fort improbable qu'elle ne finisse par se briser sur quelque tragédie. C'est pourquoi, en vertu d'un vieil adage, il est recommandé de ne croire au bonheur d'aucun homme avant qu'il ne soit mort. Sommes-nous pour autant condamnés à la contemplation lucide de l'inconvénient d'être né ? Est-ce seulement possible, du reste, puisque, prisonniers de nos désirs, il nous est impossible de ne pas espérer être heureux ? Il nous faut bien en quelque façon travailler à être heureux, ce qui suppose de croire au bonheur. Tout l'enjeu de la réflexion sur le bonheur tient donc à la possibilité de concilier espérance et lucidité.

Qu'est-ce que le bonheur ? (première définition)

Tout homme désire être heureux, et tout désir est désir d'être heureux. Cette universalité et cette nécessité de l'espérance du bonheur est la raison pour laquelle les philosophes de l'antiquité considèrent celui-ci comme le *souverain bien*. La question philosophique n'était donc pas tant à leurs yeux "Pourquoi vivre ?" (quelle finalité ?), mais "Comment vivre ? (comment vivre heureux ? Qu'est-ce qu'une vie bonne ?). Les concepts de bonheur et de souverain bien doivent cependant être distingués, dans la mesure où il est possible de penser que ce n'est pas le bonheur qui fait le sens de la vie.

La notion de souverain bien désigne en effet le bien supérieur ou fin ultime (la fin en soi but suprême, qui n'est pas moyen en vue d'autre chose) qui donne sa finalité ou son sens à l'existence. Tout ce que nous désirons, tout ce en vue de quoi nous agissons est un bien. Mais la plupart des biens (objets de désir) ne sont pour nous que des moyens en vue d'autre chose. Nous désirons l'argent, par exemple, mais l'argent n'est qu'un moyen (un "pouvoir d'achat"); il est même le moyen par excellence (on dit de quelqu'un qui a de l'argent : "il a les moyens"). Le bonheur paraît être le candidat idéal au titre de souverain bien, puisque si l'on demande "Pourquoi, ou en vue de quoi être heureux ?", l'unique réponse possible est tautologique : "en vue d'être heureux."

On pourrait définir le bonheur comme idéal du désir, un idéal de satisfaction ou de bien-être, "*la complète satisfaction de son état*" (Kant), c'est-à-dire l'assouvissement de tous les désirs.

Premiers arguments problématiques, tirés de la définition

Cette définition laisse toutefois apparaître une première difficulté : la satisfaction d'un désir est un plaisir. Mais tout plaisir est éphémère, il ne dure qu'un instant, il n'est qu'un moment. Or, l'idée de bonheur est associée à celle d'un état stable et durable. Il faut donc distinguer bonheur et plaisir. On appelle *eudémonisme* la doctrine qui fait du bonheur le souverain bien, *hédonisme* celle qui fait du plaisir le critère du bonheur ou du souverain bien. Une deuxième difficulté tient à la multiplicité des désirs. Les désirs sont divers et peuvent être contradictoires, si bien que l'aspiration à une complète satisfaction apparaît comme une ligne d'horizon qui recule à mesure qu'on avance dans sa direction. Il y a toujours quelque désir frustré, inassouvi, qui nous empêche d'être pleinement heureux.

Enfin, il existe une troisième difficulté, plus fondamentale : tout désir est fondé sur le manque. Désirer, c'est désirer être ce qu'on n'est pas encore (ou plus), ou désirer avoir ce qu'on ne possède pas encore (ou plus). Le désir est manque, par définition : il est espérance ou nostalgie selon qu'il regarde vers l'avenir ou vers le passé. Il est l'expression d'une frustration, une tension vers une plénitude d'être qui est espérée mais non réalisée.

Désirer, c'est espérer, mais lorsque nous sommes dans l'espérance du bonheur, la jouissance n'est pas là, et lorsque la jouissance (le plaisir ou la joie) est là, le désir n'est plus. Le désir témoigne de l'absence et de l'attente de la jouissance. "*Espérer, c'est désirer sans jouir*" (André Comte-Sponville). "Il y a paradoxalement une contradiction entre l'espérance du bonheur et le bonheur : "*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)

Le bonheur : Idéal de la raison ou idéal de l'imagination ?

Affirmer que le bonheur est un idéal de l'imagination conduit à le présenter comme un idéal dont la réalisation est illusoire. La sagesse consisterait alors à prendre conscience de ce caractère illusoire. A l'inverse, les doctrines du bonheur considèrent que la raison peut définir objectivement le bonheur et le moyen d'y parvenir. Pour les sagesse grecques, le bonheur est donc un idéal de la raison.

L'analyse du désir fait apparaître le rôle de l'imagination dans la formation des buts de notre existence, dans la mesure où ceux-ci ne sont pas tous fixés, loin de là, par notre nature animale : les désirs ne sont pas tous des besoins vitaux. Parce qu'elle est ancrée dans la subjectivité du désir et la particularité mouvante de l'expérience subjective, la conception du bonheur peut ainsi apparaître comme "*un idéal, non de la raison, mais de l'imagination.*" (Kant) Ce qui signifie qu'elle n'a pas de contenu objectif que la raison pourrait clairement déterminer. Le bonheur ne serait donc qu'un rêve fabriqué à partir de nos malheurs présents (souffrances, frustrations) : "*nos désirs nous figurent un état heureux, parce qu'ils joignent à l'état où nous sommes les plaisirs de l'état où nous ne sommes pas; et quand nous*

arriverions à ces plaisirs, nous ne serions pas heureux pour cela, parce que nous aurions d'autres désirs conformes à ce nouvel état." (Pascal) Le rêve, selon Freud, est la satisfaction symbolique d'un désir frustré. On pourrait donc considérer la croyance au bonheur comme un rêve éveillé, ce qui constituerait bien entendu une objection à l'encontre de sa crédibilité.

Dans la tradition des sagesse antiques, le bonheur apparaît toutefois comme un idéal accessible, un idéal de la raison, conçue comme une faculté capable de régler et de maîtriser les désirs. Telle est du reste la définition même de la sagesse : la sagesse est un savoir relatif à la bonne manière de vivre, la bonne manière de régler et de hiérarchiser ses désirs. L'idée de sagesse présuppose donc la possibilité d'une conception rationnelle (objective et vraie) du bonheur (des biens qui doivent constituer les objets de notre désir). La sagesse est la clé du bonheur; la vertu, la force morale permettant de réaliser en soi l'équilibre et la mesure, une harmonie fondée sur la hiérarchisation et la limitation des désirs. Le malheur a pour origine l'illimitation du désir, tandis que le bonheur est conditionné par la capacité de limiter et maîtriser le désir. La vie heureuse, la vie bonne, est celle qui emprunte la voie de la sagesse, la vie conforme aux exigences de la raison. Deux écoles de pensée illustrent cette conception du bonheur comme idéal de la raison : l'épicurisme et le stoïcisme. Ces deux doctrines nées à Athènes avant de s'épanouir à Rome, ont ensuite continué à servir de références, à partir de la Renaissance et jusqu'à aujourd'hui, aux philosophes qui se sont intéressés à la question de la sagesse et du bonheur (Montaigne, Descartes, Pascal, Rousseau, Schopenhauer, etc.)

I - La sagesse comme clé du bonheur : épicurisme et stoïcisme

La doctrine d'Épicure est un hédonisme. Elle se fonde sur l'idée que le critère du bonheur et du malheur est la sensation : le plaisir est le critère du bien, la souffrance, celui du mal. L'homme est un être sensible, mais doué de raison. La raison permet de régler les désirs, de sorte que le plaisir soit facile à obtenir, et la souffrance facile à éviter. Il existe selon Épicure deux grande catégories de désirs : les désirs naturels, comme la faim et la soif, qu'il est aisé de satisfaire, et les désirs non naturels, les désirs qui naissent de la vie en société, lesquels sont difficiles à satisfaire, donc frustrants, mais fort heureusement superflus, vains, non nécessaires. Ces passions humaines sont celles qui ont pour objet ce que les philosophes grecs appelaient les *biens extérieurs* : la richesse, la gloire (la réputation) et le pouvoir. Épicure enseigne que nous pouvons vivre dans la jouissance, et non dans l'expérience du manque et de la frustration, dans la mesure où nous renonçons à ces désirs vains pour ne chercher à satisfaire que les désirs naturels. "*Être heureux*, écrit-il, *c'est savoir se contenter de peu*".

Pour les Stoïciens (Épictète, Cicéron, Sénèque, Marc-Aurèle), le bonheur dépend également de notre capacité à maîtriser et à limiter nos désirs, mais pour une toute autre raison. Ils ne

font pas du plaisir et de la souffrance les critères du bonheur et du malheur. Le bonheur du sage est indestructible, selon le stoïcisme, dans la mesure même où il demeure à travers la souffrance et le chagrin. La clé du bonheur réside dans le consentement au destin, tandis que le malheur provient de la résistance qu'expriment la colère, l'indignation et la révolte face aux événements qui contrarient nos espérances ou nous plongent dans le désespoir. La formule de la sagesse stoïcienne la plus fameuse est celle d'Épictète : *"Ne cherche pas à ce qui arrive arrive comme tu le veux, mais veille que ce qui arrive arrive comme il arrive, et tu seras heureux."* La sagesse stoïcienne repose sur une distinction fondamentale : la distinction entre ce qui dépend de nous et ce qui n'en dépend pas. Il ne dépend pas de nous d'éviter les accidents de la vie qui sont propres à la condition humaine, les caprices de la fortune, la maladie et la mort. Nous pouvons agir pour entrer en possession des biens extérieurs que sont la richesse, la réputation et le pouvoir, mais leur possession dépend de circonstances dont nous ne sommes pas entièrement maître : il est donc préférable d'apprendre à les perdre, à ne pas s'y attacher. A ces biens extérieurs, les Stoïciens ajoutent le corps, dont le destin ne dépend pas de nous. Le corps est mortel, il faut donc apprendre à mourir, ce qui constitue, depuis Platon, l'une des définitions possibles de la philosophie. Il faut même compter les gens qu'on aime parmi ces biens extérieurs dont il faut apprendre à se passer : *"si tu embrasses ton enfant, ton frère ou ton ami, conseille Épictète, rappelle-toi que tu aimes un mortel."* Tous ces biens extérieurs, il nous faut les regarder comme s'ils ne nous appartenaient pas afin d'accepter par avance de les perdre ou de ne pouvoir les posséder.

Qu'est-ce donc qui dépend de nous et nous appartient en propre pour les Stoïciens ? Notre jugement et notre désir. Lorsqu'un événement malheureux arrive, la seule chose que je puisse changer, c'est mon jugement sur l'évènement. C'est la rectification du jugement, la correction de l'erreur qui induit la modification du désir, condition du bonheur. Le sage règle ses désirs sur le monde, c'est-à-dire sur ses connaissances, ses prévisions, ainsi que l'écrit Sénèque : *"Il n'arrive rien au sage contre son attente : nous ne le soustrayons pas aux accidents humains, mais bien aux erreurs humaines, et toutes choses lui adviennent, non pas selon ses désirs, mais selon ses prévisions."* C'est donc l'exercice de la raison qui fait la vertu, la maîtrise des désirs et rend possible l'impassibilité (l'absence de passion) à travers les épreuves de la vie. Ce pouvoir sur soi, sur son jugement et son désir, est ce qui définit la liberté stoïcienne, condition du bonheur : *"Le bonheur ne consiste pas à acquérir ou à jouir, écrit Épictète, mais à ne rien désirer, car il consiste à être libre."*

Un des lieux commun du débat entre stoïciens et épicuriens concerne le rapport entre vertu et bonheur : les stoïciens sont parfois considérés, du fait de leur idéal d'impassibilité et de non-attachement aux biens extérieurs, comme les philosophes accordant la priorité à la vertu, tandis que les épicuriens donneraient la priorité au bonheur, au motif qu'ils valorisent le plaisir. Cette opposition est en réalité superficielle. Ce qui réunit stoïciens et épicuriens est plus important que ce qui les divise : ce sont des théoriciens de la vertu (définie par l'exercice de la raison et la maîtrise du désir) considérée comme le moyen ou la clé du

bonheur. *"La vertu seule donne le bonheur"*, écrit Sénèque, tandis qu'Épicure fait du plaisir la conséquence de la vertu : *"La vertu ne se trouve jamais sans le plaisir."* C'est bien en effet pour Épicure le travail de la raison qui permet de faire le tri entre les désirs en vue d'éviter la souffrance et d'acquérir le plaisir – ce en quoi il est bien un disciple de Socrate, non un semblable de Calliclès prônant la satisfaction de tous les désirs : *"A propos de chaque désir, écrit Épicure, il faut se poser la question : quel avantage résultera-t-il pour moi si je le satisfais – et qu'arrivera-t-il si je ne le satisfais pas ?"* Paradoxalement, l'hédonisme épicurien conduit à valoriser un genre de vie marqué par la sobriété et le renoncement au monde : puisque seul le plaisir compte, il faut cultiver son jardin plutôt que de se mêler de grandes ambitions; et puisque la satisfaction des désirs exige leur modération, il faut se contenter de peu, restreindre ses désirs aux désirs naturels. Les stoïciens en revanche, ne renoncent pas aux biens extérieurs (richesse, gloire et pouvoir notamment), mais considèrent que l'action et la jouissance authentiques exige d'être débarrassé de l'espérance et de la crainte : *"j'attends la prospérité en homme préparé à l'adversité."* écrit Sénèque.

Quelques citations d'Épicure :

"Tout bien est un plaisir"

"Le principe et la racine de tout bien, c'est le plaisir du ventre. C'est à lui que se ramènent les biens spirituels et les valeurs supérieures."

"Les dieux ne sont pas à craindre, la mort n'est pas à redouter, le bien facile à acquérir, le mal facile à supporter."

"Ne pas avoir faim, ne pas avoir soif, ne pas avoir froid; celui qui dispose de cela, et a l'espoir d'en disposer à l'avenir, peut lutter même avec Zeus pour le bonheur."

"Le nécessaire est à notre portée. Qui s'arrange de la pauvreté est riche."

Quelques citations de Sénèque (philosophe stoïcien) :

"Le seul malheur auquel est exposé un homme, c'est qu'il existe dans toute la nature quelque chose qui soit pour lui un malheur."

"Il faut penser à la mort toujours pour ne la craindre jamais."

"Perds sans regret ce que tu vois périr, puisqu'il faut périr."

"Tu cesseras de craindre en cessant d'espérer." (Sénèque).

"D'un mal qu'on s'est représenté d'avance le choc arrive amorti."; "Le sage sait toujours que le coup devait lui arriver; quoiqu'il advienne, il peut dire :'je le savais'."

"Celui-là jouit le mieux des richesses qui sait le mieux s'en passer."

II - Les sagesse tragiques : théorie de l'impossibilité du bonheur (Pascal et Schopenhauer)

L'autre grande orientation de la sagesse, dont l'origine se situe dans un texte célèbre de la

bible, *l'Écclésiaste*, sépare sagesse et bonheur. Le sentiment du tragique de l'existence naît de la conscience d'une double impossibilité : il est impossible de ne pas désirer être heureux; il est impossible d'être heureux. **La contradiction entre l'espérance et l'expérience est irréductible.** Le sentiment du tragique naît de la conscience du caractère irréductible de la contradiction entre d'une part le désir d'être heureux, qui s'impose nécessairement à tout homme, et d'autre part l'expérience universelle et nécessaire du malheur.

Peut-on être un imbécile heureux ?

La conception du bonheur des sages n'est pas celle de l'homme ordinaire : ils opposent à l'idéal de l'imagination (le bonheur comme satisfaction de tous les désirs) un idéal de la raison (le bonheur au moyen de la maîtrise des désirs). La vertu ou la sagesse est un caractère de l'âme : le bonheur est en conséquence une qualité qui fait la santé de l'âme, ce que les Anciens appelaient "ataraxie", c'est-à-dire "l'absence de troubles", l'absence d'inquiétude (espérance ou crainte), ou encore, pour formuler positivement la même idée, la tranquillité ou la sérénité. Ce ne sont pas les conditions matérielles d'existence qui font ou le bonheur ou le malheur de l'homme mais la spiritualité de son âme. Il en résulte pour les Anciens, comme l'explique déjà Socrate à Calliclès, que seul le sage peut être heureux. Un imbécile (un "insensé", un sot, qui n'emploie pas sa raison pour régler ses désirs) ne peut être heureux. D'où également l'idée que le méchant est nécessairement malheureux, parce que l'homme malheureux (dévoré par le désir d'avoir toujours plus) aspire nécessairement à devenir un tyran : le tyran est lui-même tyrannisé par ses désirs; l'homme qui veut assouvir tous ses désirs est voué à l'ambition, il lui faut le pouvoir - la domination sur les autres hommes - qui lui donne les moyens de satisfaire le maximum de désirs. La sagesse à l'inverse - la santé de l'âme - permet d'être heureux en toutes circonstances, indépendamment de la possession des biens extérieurs. Sénèque formule le trait qui distingue le sage de l'insensé par une métaphore : "*Qu'importe au malade que vous le placiez sur un lit de bois ou sur un lit d'or ? Partout où on le transporte, il emmène son mal avec lui.*" Le sage, à l'inverse, emmène partout son bonheur, la bonne santé de son âme.

Ce qui définit en revanche la sagesse tragique, c'est **le divorce entre bonheur et sagesse.** Ce qu'exprime une formule célèbre de l'Écclésiaste : "*Plus on a de sagesse, plus on a de chagrin*". Le bonheur est l'illusion par excellence. Une illusion est une erreur persistante parce qu'ancrée dans notre nature (exemple : l'illusion d'optique). Le bonheur est l'illusion par excellence dans la mesure où la croyance au bonheur est une erreur fondée sur le désir naturel et universel d'être heureux : "*Il n'y a qu'une seule erreur innée, celle qui consiste à croire que nous existons pour être heureux.*" (Schopenhauer). Croire au bonheur, c'est poursuivre une illusion, c'est se tromper soi-même en raison de l'irrésistible désir de se tromper, de l'irrésistible désir de croire que l'expérience du malheur peut être surmontée, que les désirs sont faits pour être satisfaits et conduire au parfait contentement de son état. Croire au bonheur, c'est être la victime de son imagination. La sagesse, au contraire, réside

dans la lucidité qui consiste à considérer la condition humaine telle qu'elle est, c'est-à-dire vouée au malheur. "*La grandeur de l'homme est grande, écrit Pascal, en ce qu'il se connaît misérable. Un arbre ne se connaît pas misérable. C'est donc être misérable que de se connaître misérable; mais c'est être grand que de connaître qu'on est misérable.*" Seul un imbécile peut croire qu'il peut être heureux, ou se croire tel. L'homme lucide se sait malheureux. Ce savoir (la lucidité, la sagesse) ne le sort pas du malheur qui constitue le lot commun des hommes, mais c'est lui qui fait la grandeur de l'homme : mieux vaut être lucide et malheureux qu'un imbécile heureux (qui vit dans l'illusion du bonheur).

Blaise Pascal : la misère de l'homme sans Dieu

Le thème du divorce entre bonheur et sagesse se trouve dans un texte de la Bible, l'Écclésiaste. Au coeur de ce texte, on trouve une formule célèbre, destinée à inspirer des siècles de théologie de philosophie et de littérature: "*vanitas vanitatum, et omnia vanitas*" ("*vanité des vanités, et tout est vanité*". En apparence, il s'agit de l'affirmation d'un désespoir ou d'un désenchantement radical et irréductible, l'affirmation de l'absurdité de l'existence, que la vie n'a aucun sens. Tout ce à quoi on peut prétendre pour faire valoir qu'on est heureux, est vain, c'est-à-dire dérisoire, insignifiant, absurde : non seulement les honneurs et les pouvoirs, la richesse et les jouissances (les "vanités", ce qui confère une importance sociale et permet d'être vaniteux, de se faire valoir aux yeux des autres), mais aussi le savoir lui-même, lequel rend plus lucide sans pour autant rendre plus heureux. Au contraire même, puisque la conscience de la misère de l'homme ou de l'impossibilité du bonheur croît avec la sagesse. En réalité, l'Écclésiaste reprend les principaux thèmes de la sagesse grecque : si tout est vanité, il faut renoncer à la quête personnelle du bonheur pour se soumettre à Dieu il faut par conséquent se réjouir des dons de Dieu, se contenter de ce qu'il offre. La première partie du message est contraire à l'enseignement de la philosophie (c'est par soi-même, par l'exercice de l'esprit critique et de la raison que l'on peut espérer parvenir au bonheur); la seconde partie, en revanche s'accorde avec l'enseignement des épicuriens et des stoïciens : l'homme ne peut être heureux que dans le consentement au destin et dans la jouissance des biens dont il dispose. L'analyse que fait Pascal, au 17^e siècle, de la condition humaine, peut en un sens être considérée comme un commentaire de l'Écclésiaste : il s'agit pour lui de montrer "*la misère de l'homme sans Dieu*". L'homme, sans la foi, ne peut être heureux, qu'il soit ou non philosophe. Il emploie pour sa démonstration deux arguments principaux, l'un dirigé contre les stoïciens, l'autre contre l'ensemble des sagesse antiques (stoïciens et épicuriens confondus), en tant qu'elles définissent le bonheur par la sérénité acquise au moyen de la régulation des désirs.

Le thème de distinction entre le coeur et la raison ("*Le coeur a ses raisons que la raison ne connaît point*") permet à Pascal de critiquer l'idéal d'impassibilité des Stoïciens : "*Il n'est pas dans le pouvoir de la raison de régler le coeur*", écrit-il. Le coeur, siège des sentiments, est en quelque sorte autonome par rapport à la raison, il obéit à une logique indépendante du

pouvoir de la raison. Il ne suffit donc pas, pour être heureux, de démontrer que les choses arrivent nécessairement comme elles arrivent afin de se persuader qu'il est rationnel de consentir au Destin. Les passions et le chagrin sont indépendants de la raison, et la lucidité ne fait que doubler notre malheur. Le moindre divertissement, souligne Pascal avec ironie, le jeu le plus vain, le plus dérisoire, parvient plus efficacement à nous consoler que tous les raisonnements des Stoïciens : pour faire son deuil, le divertissement est préférable à la sagesse. "*Sans divertissement, il n'y a point de joie; avec le divertissement, il n'y a point de tristesse.*"

L'autre grand argument avancé par Pascal est précisément relatif à ce thème du "divertissement", auquel il donne une signification existentielle. Cet argument est celui de *l'ennui*, le sentiment du malheur qui naît de la satisfaction du désir. L'argument est destiné à réfuter l'idée selon laquelle la modération des désirs constituerait la voie royale vers la jouissance sans frustration, ce qui correspond au critère épicurien du bonheur. Selon la conception classique du désir, en effet, tout désir est fondé sur le manque; la souffrance (ou le malheur) vient de ce manque. L'homme heureux, c'est celui qui ne manque de rien, celui dont les désirs sont réalisés et réalisables, celui qui, comme dit Socrate, a ses tonneaux bien remplis. Ce bonheur est caractérisé par *l'ataraxie*, l'absence de trouble, la tranquillité ou le repos de l'âme du sage qui n'est plus agitée par l'inquiétude, le sentiment de la frustration et le souci de l'avenir. Or, souligne Pascal, cette satisfaction ne fait pas le bonheur car elle fait naître un sentiment de manque d'un genre particulier, l'ennui. "*Rien n'est plus insupportable à l'homme que d'être dans un plein repos, sans passion, sans affaire, sans divertissement, sans application. Il sent alors son néant, son abandon, son insuffisance, sa dépendance, son impuissance, son vide.*" Désirer, c'est chercher le repos de la satisfaction du désir, mais pour l'homme, rien n'est pire que l'ennui qui résulte de cette satisfaction, si bien qu'il lui préfère l'agitation et la frustration du désir qui le met en mouvement, le rend actif, et lui permet ainsi de sortir de la contemplation de sa condition malheureuse. L'ennui est un manque, le manque d'activité, de l'inquiétude et de l'agitation que donnent les buts à atteindre, les ambitions. L'ennui est donc un désir de divertissement, et toute ambition, toute activité humaine peut à cet égard être considérée comme un divertissement, c'est-à-dire comme un moyen pour l'homme d'échapper à l'ennui, à la contemplation de son propre néant.

Le bonheur est donc dans l'activité, non dans le repos, la tranquillité, mais il s'agit d'un bonheur trompeur, inauthentique, factice, indigne de l'homme, celui de l'imbécile heureux. Le plus grand bonheur auquel on puisse aspirer est celui du divertissement qui nous tire de l'ennui. Le plus grand luxe, celui des riches ou des rois, est de disposer des moyens de se divertir, mais le bonheur du divertissement, qui est une fuite devant la lucidité, est le signe de notre vanité, c'est-à-dire de l'absurdité de notre existence: "*Le roi est entouré de gens qui ne pensent qu'à divertir le roi, et l'empêcher de penser à lui. Car il est malheureux, tout roi qu'il est, s'il y pense.*" La société de consommation, qui est aussi une société du spectacle fait de chacun de nous des rois. La question de Pascal est plus que jamais actuelle : ce divertissement permanent qui nous garantit le bonheur jusqu'à la mort n'est-il pas une

longue euthanasie, ou une manière de vivre sa vie sous opium afin d'en oublier la vanité ou l'aburdité ?

Le pessimisme de Schopenhauer

Chez Pascal, demeure encore l'idée que la foi sauve, puisqu'elle promet la béatitude éternelle au sein du Royaume de Dieu. Pascal pose une alternative : la misère de l'homme sans Dieu ou le pari sur Dieu, le bonheur inauthentique dans le divertissement ou le bonheur authentique dans la foi. Lorsque Schopenhauer, philosophe matérialiste et athée, reprend au 19^e siècle l'analyse du désir et le thème de l'ennui, il en déduit que le tragique de l'existence est sans issue. "*La vie, écrit-il, oscille comme un pendule de la souffrance à l'ennui.*" La souffrance est le fond de l'existence: le désir est manque, donc frustration, souffrance, et l'ennui qui fait nécessairement suite à l'éphémère jouissance qui accompagne la satisfaction du désir, est aussi une souffrance: "*souffrir est l'essence même de la vie.*" Seule la souffrance est réelle, sensible, ce que nous appelons bonheur n'étant que le silence du malheur, la simple absence de souffrance. Il n'y a pas d'expérience vécue du bonheur : nous ne prenons conscience du bonheur qu'indirectement, par la médiation de la souffrance, et donc rétrospectivement, lorsque nous l'avons perdu. Le bonheur est toujours situé soit dans le passé soit dans l'avenir. Il n'est jamais présent; or, seul le présent existe. La conception positive du bonheur est donc une illusion : "*Tout bonheur est chimère, tandis que la souffrance est réelle.*" Le bonheur n'existe que négativement, lorsque nous évitons ou apaisons la souffrance : "*Le bien-être n'est que pure négation.*" Être heureux, autrement dit, consiste à ne pas souffrir.

Le pessimisme de Schopenhauer est fondé sur sa conception, à la fois déterministe et matérialiste, de la nature humaine. Pour lui, comme pour Spinoza et Freud, "le désir est l'essence de l'homme." Le désir, dans une perspective déterministe, échappe totalement à la maîtrise d'une volonté consciente. Le désir, explique Spinoza, est "*l'appétit avec conscience de lui-même*", ce qui signifie que si nous sommes conscients de nos désirs, leur origine n'est pas située dans la conscience : le désir est une cause motrice mécanique et involontaire, comme peut l'être la faim, l'appétit *stricto sensu*. Dans une perspective matérialiste, l'origine du désir est située dans la vie du corps. Schopenhauer, en cela précurseur de Freud, considère même que "*le désir sexuel est l'essence de l'homme.*" Le point important du point de vue de la philosophie du bonheur, est de comprendre que coexistent en nous deux sortes de buts : ceux qui émanent de la conscience (ce que Schopenhauer appelle la "représentation", et qui désigne la vie de l'esprit) et ceux qui sont déterminés par la vie du corps, ou le corps vivant (ce que Schopenhauer appelle "la volonté" ou le "vouloir-vivre", qui désigne la force inconsciente et aveugle du désir, non la volonté consciente). Ce qui donne du sens à nos actions et à notre conduite à nos propres yeux, ce sont nos buts conscients, nos projets. Mais ce qui est réellement moteur en nous, ce qui détermine réellement nos actions et nos projets, c'est la puissance inconsciente et aveugle de notre

vouloir-vivre. Le modèle est fourni par l'exemple de l'amour : l'amour n'a de sens à nos yeux que parce que nous imaginons qu'il est l'expression d'une élection amoureuse, et que l'être aimé constitue une composante de notre bonheur; cette idéalisation de l'amour est toutefois une illusion à travers laquelle se réalise l'éternel vouloir-vivre, la puissance de la vie et de la reproduction de la vie. Ce vouloir-vivre est identique partout dans l'univers : il désigne les forces qui animent les êtres qui composent l'univers. Chez les animaux (dont l'homme), il prend la forme des pulsions, des instincts, de la force vitale de manière générale et du désir sexuel en particulier. L'être véritable de l'homme (Schopenhauer est sur ce point aussi précurseur de Freud) est donc constitué non par la vie de la conscience, la vie de l'esprit, le monde de la représentation, mais par la face cachée de l'iceberg, le monde des instincts, du désir, du vouloir inconscient : *"Tout ce qui s'opère par le médium de la représentation, c'est-à-dire de l'intellect, n'est qu'une plaisanterie par rapport à ce qui émane directement de la volonté."*

Nos "pourquoi", nos buts conscients ne se rapportent donc pas à un "souverain bien", à une fin ultime, mais à un "pourquoi sans pourquoi", un but sans but, le cycle de la vie, qui est un éternelle recommencement dépourvu de sens, ce qu'il nous serait permis de comprendre si nous nous efforcions de réfléchir plus avant à la question des fins dernières de nos conduites: *"Ainsi l'homme a toujours un but et des motifs qui règlent ses actions : il peut toujours rendre compte de sa conduite dans chaque cas. Mais demandez-lui pourquoi il veut, ou pourquoi il veut être, en général : il ne saura que répondre; la question lui semblera absurde."* Le déploiement du désir (la vie et la logique du désir), qui oscille de la souffrance à l'ennui et qui n'est qu'un éternel recommencement (satisfaire le désir est pénible et la satisfaction du désir est un retour au point de départ) est l'illustration et le symbole de l'existence tout entière. Il y a rien d'autre à attendre de la vie que la souffrance qui est la marque de tout désir. Notre vie n'a pas plus de sens des animaux que nous voyons naître, vivre et mourir en vain. L'homme ne se distingue de l'animal que par la connaissance, donc par la possibilité d'être lucide. Schopenhauer estime cependant comme Pascal que se savoir misérable n'est pas une source de bonheur, bien au contraire : *"Selon que la connaissance s'éclaire, que la conscience s'élève, la misère va aussi croissant; c'est dans l'homme qu'elle atteint son plus au degré, et là encore elle s'élève d'autant plus que l'individu a la vue plus claire, qu'il est plus intelligent."*

III - Qu'est-il permis d'espérer ? Cinq thèses sur le bonheur.

Les doctrines du bonheur et les critiques du bonheur ont un trait en commun : l'idée que la sagesse consiste dans l'exigence de lucidité, la critique de l'illusion que rend possible l'exercice de la pensée (*"Travaillons donc à bien penser. Voilà le principe de la morale."*, écrit Pascal). En tout état de cause, il faut préférer la lucidité au bonheur et ne pas admettre dans la conception du bonheur les désirs vains, les espérances illusoires, les plaisirs factices ou les ambitions démesurées, impossibles à satisfaire. La question est de savoir s'il existe

des arguments objectifs susceptibles de résister à la critique de l'idée de bonheur, des arguments qui pourraient justifier la croyance au bonheur.

1) Comme état stable et durable, le bonheur n'a d'existence que négative.

La thèse de Schopenhauer selon laquelle il existe une assymétrie entre bonheur et malheur est incontournable. Nombre d'auteurs ont du reste relevé ce point avant lui, qu'il cite abondamment:

"Le sage n'aspire pas au plaisir, mais à l'absence de souffrance" (Aristote)

"Le bonheur n'est qu'un rêve, et la douleur est réelle" (Voltaire).

"Toujours plus de souffrances que de jouissances : voilà la différence commune à tous. La félicité de l'homme ici-bas n'est donc qu'un état négatif; on doit la mesurer par la moindre quantité de maux qu'il souffre." (Rousseau)

Cette thèse relativise bien évidemment l'idée selon laquelle le sentiment du malheur ne serait que subjectif et relatif. Le bonheur positif n'est peut-être qu'un rêve, une illusion de l'imagination, mais il y a bien une objectivité du malheur, celle de la souffrance (non seulement physique, mais aussi psychologique dans le cas de la dépression, du mal-être de la névrose, du chagrin qui naît de la déception amoureuse ou de la perte de l'être aimé). Il en résulte que *"le bien-être n'est que pure négation"* (Schopenhauer), caractérisé par l'absence du malheur objectif. Cette conception objective du bonheur négatif est parfaitement formulé par l'écrivain Jules Renard : *"Notre bonheur, c'est le silence du malheur"*. Il s'en déduit que le bonheur au sens où il désigne une période de la vie épargnée par le malheur a lui aussi une réalité objective. Réduit à cette seule signification, il constitue un idéal universalisable qui peut avoir une portée politique. La politique ne doit pas produire du rêve (bonheur positif), mais lutter contre le malheur (prendre pour idéal le bonheur négatif). La représentation du bonheur négatif peut justifier par exemple le mouvement humanitaire (en tant qu'il ne repose pas exclusivement sur le sentiment subjectif de la compassion), les politiques publiques de préventions des maladies graves (exemple du débat sur le droit de l'État de priver les citoyens de la liberté de fumer), ou encore, bien entendu, une politique de justice sociale qui ambitionne par exemple d'instaurer un revenu minimum (s'il n'existe pas de "seuil de satiété", il demeure sans doute possible, même si la notion ne laisse pas de poser quelques problèmes, de déterminer un "seuil de pauvreté", en-deçà duquel il paraît légitime de considérer qu'on est en présence d'un malheur objectif).

2) Il existe des "moments parfaits", des moments de pur bonheur positif.

Comme état stable et durable, le bonheur n'existe que sous la forme de bonheur négatif (absence insensible de malheur). Il est cependant faux d'affirmer que le bonheur positif n'existe pas. Il n'existe que sous la forme de "moments parfaits", d'instant de joie ou de

plaisir, mais ces moments existent ou peuvent exister et participent de notre idée du bonheur. Il faut distinguer le plaisir et la joie. La joie est un plaisir de l'âme ou de l'esprit, un plaisir spirituel. La joie que l'on éprouve à vivre en présence des gens qu'on aime, par exemple, ou bien la joie d'un moment de créativité dans le travail, ou encore l'émotion esthétique sont des plaisirs d'un autre ordre que la simple sensation de plaisir. Il n'en demeure pas moins, c'est la vérité de la philosophie d'Épicure, que le plaisir est un critère positif du bonheur. Il est donc légitime de défendre les "plaisirs du ventre", en dépit du fait qu'ils sont indissociables de l'expérience du manque (de la frustration) et qu'ils peuvent conduire au dégoût ou à l'ennui. Ce qu'entreprend ce texte du philosophe français contemporain André Comte-Sponville, qui se fait ici disciple d'Épicure :

Il y a plaisir, il y a joie, il y a bonheur parfois, lorsqu'on désire ce qu'on a, ce qui est, ce qu'on fait, bref, *quand on désire ce qui ne manque pas*. Il y a plaisir, joie, bonheur, toutes les fois où Platon a tort ! (...) Vous vous promenez dans la campagne, par une belle journée d'été. Il fait très chaud. Vous avez soif. Vous vous dites : "Quel plaisir ce serait de boire une bonne bière bien fraîche !" Vous êtes chez Platon. Et puis, au détour d'un chemin, vous tombez sur une auberge de campagne, où l'on vous sert une bière bien fraîche. Et pendant que vous la buvez, l'ombre de Schopenhauer, cachée derrière votre dos, vous murmure sarcastique à l'oreille : "Eh oui, je sais bien, toujours pareil : tu t'ennuies déjà ! Tu te disais "Quel plaisir ce serait de boire une bonne bière bien fraîche" ; oui, parce que tu ne l'avais pas, elle te manquait ; mais maintenant que tu l'as, elle ne te manque plus, tu ne la désires plus, tu t'ennuies déjà." Tous ceux qui aiment la bière lui répondront : "Mais non, imbécile ! Qu'est-ce que c'est bon de boire une bière bien fraîche, quand on a soif et qu'on aime la bière !" (André Comte-Sponville, *Le sexe ni la mort, trois essais sur l'amour et la sexualité*.)

3) *Il n'y a de bonheur que dans l'activité.*

L'activité est nécessaire au bonheur et n'est pas réductible à la conception pascalienne du divertissement. Pascal, en effet, ne voit pas dans l'ambition l'expression de notre liberté, ni dans l'activité à travers laquelle, comme on dit, on se "réalise", mais un divertissement, au sens qu'il donne à ce mot, à savoir un moyen d'échapper au repos, à l'ennui, à la réflexion sur sa propre condition. Contre Pascal, on peut faire valoir la thèse d'Aristote, lequel définit explicitement le bonheur par l'activité : "*Le bonheur est une activité désirable en elle-même.*" N'importe quelle activité ne fait cependant pas le bonheur, puisqu'il faut qu'elle soit "*désirable en elle-même*" : "*Sont désirables en elles-mêmes les activités qui ne recherchent rien en dehors de leur pur exercice.*" Un exemple simple, relatif à l'expérience commune du bonheur et du malheur permet de comprendre la distinction introduite ici par Aristote : le travail. Si je considère mon métier uniquement comme un "gagne-pain", que l'activité de travailler m'est pénible, c'est que celle-ci ne m'apparaît pas comme désirable en elle-même et qu'elle ne participe donc pas de mon bonheur. D'où l'enjeu existentiel que représente le choix d'un métier : si l'activité choisie n'est pas plaisante en elle-même, une part essentielle de la vie sera malheureuse. D'où également l'enjeu, à la fois politique et existentiel que

représentent le salaire et le temps de travail. Pour ceux dont le métier est une activité pénible, le salaire et le temps de loisir représentent les moyens de se réaliser à travers des activités choisies.

Les activités désirables en elles-mêmes sont, selon Aristote, les activités qui correspondent à notre nature, et à travers lesquelles notre nature se réalise. Raison pour laquelle elles sont une source de plaisir et de joie. Le plaisir (ou la joie), en effet, accompagnent toujours nécessairement une activité désirable en elle-même. L'activité de vivre, naturelle et désirable en elle-même, s'accompagne du plaisir de vivre. Les plaisirs des sens accompagnent les activités naturelles du corps ("*Pour chacun des sens, il y a un plaisir qui lui correspond*"). Nous ne sommes toutefois pas des êtres purements sensibles, et la vie humaine ne se réduit pas à la vie animale, à la vie du corps. Découvrir le bonheur auquel l'homme est destiné exige, estime Aristote, de répondre d'abord à la question de la nature humaine. Il s'agit de déterminer l'activité propre à l'homme en fonction de la nature propre de l'homme, en vertu du principe général : "*Ce qui est propre à chaque chose est par nature ce qu'il y a de plus excellent et de plus agréable pour cette chose.*" L'activité propre à l'enfant, par exemple, celle qui est pour lui désirable en elle-même et source de joie, c'est le jeu. Il ne peut toutefois en aller de même pour l'adulte, pour qui le jeu n'a plus vocation à représenter autre chose qu'un délassement entre des activités plus sérieuses, mais aussi plus désirables en elles-mêmes, sources de plus joies plus intenses.

La théorie du bonheur, chez Aristote, est au final une doctrine de la hiérarchie des activités humaines qui constitue en même temps une hiérarchie des plaisirs et des joies. La joie qu'éprouve le musicien dans l'exercice de son art, de nature spirituelle, a plus de sens et de valeur que le plaisir des sens. La joie de l'adulte accomplie, dans les activités qui sont les siennes, a plus de sens et de valeur que la joie de l'enfant qui joue. Quelles sont donc, pour Aristote, les activités supérieures, pleinement humaines, sources des joies les plus intenses ? Les activités les plus nobles sont celles qui sont accomplies dans l'exercice de la citoyenneté et qui requièrent l'exercice de la vertu (le bonheur individuel, chez Aristote et chez Platon, est pour la plupart des hommes indissociable de la production du Bien commun, du bonheur de la Cité), et surtout, au sommet de la hiérarchie des activités, l'activité théorique du savant ou du philosophe, dans la mesure où celle-ci correspond à la faculté supérieure en l'homme, la faculté intellectuelle. La joie qui accompagne l'activité de connaissance est l'exemple même du plaisir pur et spirituel qui ne présuppose pas la frustration et n'alimente pas l'ennui. Bien entendu, il est légitime d'adapter la théorie d'Aristote aux temps démocratiques, en considérant par exemple que la joie peut accompagner toute activité humaine (y compris par exemple l'activité sportive) dans laquelle l'homme exerce ses facultés et où intervient une dimension de créativité et de réflexion.

Aristote consacre en outre l'un des chapitres les plus importants de son grand livre sur le bonheur (*Éthique à Nicomaque*) à la question de l'amitié, ou plus exactement à la question de l'amour au sens de *philia* (qu'il faut distinguer d'*éros*, qui désigne le désir sexuel ou amoureux, et d'*agapè*, la charité), qui désigne le lien ou l'attachement en général. A propos

de l'amour de la mère de famille à l'égard de ses enfants, Aristote fait valoir que l'amour est une activité désirable en elle-même et source de joie : "*Aimer, écrit-il, consiste davantage à aimer qu'à être aimé*". Par cette illustration de sa thèse, Aristote rejoint l'expérience commune. Être normal, estimait Freud, consiste à "aimer et travailler". Freud, lecteur de Schopenhauer et adepte en thérapeute de sa conception du bonheur négatif, assignait par là à la psychanalyse son objectif : débarrasser les humains des névroses qui les empêchent d'avoir une vie normale, c'est-à-dire une vie heureuse dans la mesure où l'homme est capable de bonheur (ce dont Freud, comme Schopenhauer, doutait). Il est possible d'interpréter la formule à la lumière d'Aristote : si le bonheur est dans l'activité, les hommes ne peuvent trouver celui-ci que dans le travail et dans l'amour.

4) *Le bonheur n'existe qu'au présent*

Cette idée, au cœur de la sagesse antique, en constitue la vérité indépassable. "*Carpe diem*" (cueille le jour), célèbre formule épicurienne, caractérise aussi bien la sagesse stoïcienne. Pour les épicuriens, il n'y a de bonheur que dans la sensation de plaisir, qui est présente ou qui n'est pas. Le désir et la jouissance s'excluent mutuellement, du moins lorsque le désir porte sur ce qui nous manque. Lorsque le désir porte sur ce que l'on possède, désirer et jouir ne font qu'un : "*Le bonheur, c'est de continuer à désirer ce qu'on possède*" (Saint-Augustin). C'est donc moins le désir que l'espérance, c'est-à-dire la pensée d'une jouissance ou d'un bonheur avenir, qui nous éloigne du bonheur ("*espérer, écrit André Comte-Sponville, c'est désirer sans jouir.*") Pour les stoïciens, l'exigence de vivre au présent porte non sur la jouissance (ou pas seulement) mais sur l'action : "*Il faut accomplir chaque action de la vie comme si c'était la dernière.*" (Marc-Aurèle). En matière d'action comme de jouissance ce qui importe, c'est de posséder pleinement la seule dimension du temps en notre possession, le présent. C'est parce que seul le présent existe (le passé n'est plus et l'avenir, pas encore) qu'il faut vivre au présent et non dans la nostalgie, la crainte ou l'espérance : "*qui a l'espoir comme raison de vivre voit le présent lui échapper d'heure en heure.*" écrit Sénèque, qui donne ce conseil : "*Hâte-toi de vivre et compte chaque journée pour une vie distincte.*"

5) *"Le bonheur est une récompense qui vient à ceux qui ne l'ont pas cherché."* (Alain).

Pour être heureux, paradoxalement, il faudrait peut-être cesser de croire au bonheur. Si l'on ne fait pas du bonheur le souverain bien, l'idéal et la fin ultime de la vie, on relativise la question du bonheur, de sorte que l'on peut vivre dans une espérance sans frustration, paradoxalement source de bonheur. "*Quand on possède le 'pourquoi' de sa vie, on s'accommode à peu près de tous ses 'comment'. L'homme n'aspire pas au bonheur.*" écrit Nietzsche. Ce qui signifie que lorsqu'on possède son but, son "pourquoi", la vie a un sens et peut donc s'accommoder du malheur comme du bonheur. Ce n'est pas le bonheur qui constitue le sens de la vie (le souverain bien), mais une vie sensée (orientée vers le

souverain bien) pourrait être jugée heureuse en ce sens qu'elle relativise l'importance du bonheur et du malheur. Si l'espérance ne porte pas sur le bonheur, la contradiction entre l'espérance et l'expérience n'est plus une objection contre le bonheur : l'espérance est alors ce qui donne sens à la vie et permet donc d'être heureux sans chercher le bonheur, dans la mesure même où on ne le cherche pas.

Quel peut être le souverain bien si ce n'est le bonheur ? Ce pourrait être l'idéal moral de l'homme, puisque, comme l'a vu Kant, la vertu réside dans la bonne volonté, l'intention désintéressée qui fait passer le bonheur (par définition égoïste) au second plan. Ou l'amour, si son idéalisation s'accompagne de la conscience du fait qu'*il n'y a pas d'amour heureux*" (Aragon). Ce pourrait être la foi, à la condition qu'elle ne soit pas fondée sur le désir d'être heureux; ou la conciliation de la foi et de l'amour dans l'amour chrétien (Saint Augustin : *"Aime et fais ce que tu veux"*; *"L'Amour est à la fois la Cause et le But de la vie."*) La liberté, enfin, peut revendiquer le titre de souverain bien : selon la doctrine de Sartre, par exemple, le bonheur, en tant qu'il est fondé sur le déterminisme du désir, apparaît comme un idéal indigne de l'homme. La liberté est à la fois une condition (*"l'homme est condamné à être libre"*) et un idéal (un bien qu'il faut conquérir en refusant l'esclavage, le déterminisme, la domination ou l'enfermement dans un rôle ou une condition).

Conclusion : nouvelle définition du bonheur

Défini comme la satisfaction complète de son état, ou la satisfaction de tous les désirs, le bonheur n'existe pas. On peut cependant croire au bonheur si le on le redéfinit de manière à pouvoir distinguer de manière objective le bonheur et le malheur. **Le bonheur est un état durable et précaire durant lequel la joie est possible.** Cette définition simple comprend trois idées : a) la joie est possible; la possibilité de la joie est comprise dans notre idée du bonheur; b) le bonheur est un "état", ce qui implique une certaine durée qui ne se réduise pas à un instant de plaisir ou un moment de joie; c) cet état stable et durable doit être caractérisé par la conception négative du bonheur telle que Schopenhauer la conçoit : le bonheur correspond aux périodes de vie durant lesquelles nous sommes épargnés par la souffrance et le chagrin (maladies, deuils, etc.).

Il faut donc concevoir le bonheur à la façon dont Hobbes conçoit l'état de guerre, en filant la métaphore météorologique : de même que nous disons qu'il fait beau lorsque le temps nous laisse espérer quelques "moments parfaits" (ciel bleu, air doux, etc.), nous pouvons affirmer que nous sommes heureux lorsque nous sommes dans un état de bien-être négatif (absence de souffrance) qui rend possible l'expérience de la joie (moment de bonheur positif).

Une telle conception du bonheur admet son caractère à la fois précaire et pour une part non maîtrisable (la part de chance). Aristote, sur ce point plus lucide que les stoïciens, convenait de cette dépendance à l'égard de la fortune : la vertu ou la sagesse est une condition nécessaire au bonheur, estimait-il, mais non suffisante. Penser que l'on peut être heureux exclusivement par soi-même, que l'exercice de la raison puisse suffire à nous rendre

invulnérable au malheur est sans doute l'illusion constitutive de la sagesse stoïcienne, laquelle propose – c'est l'objection principale qui lui est adressée - un idéal inaccessible à l'homme.

Il y a donc une vérité indépassable de la sagesse tragique, qui consiste dans l'affirmation du caractère fragile et provisoire du bonheur. Comme le signifie un célèbre passage de l'Écclésiaste, nous ne pouvons espérer qu'une alternance de bonheur et de malheur : "*Il y a un temps pour tout, et chaque chose sous le ciel a son heure (...) il y a un temps pour gémir et un temps pour danser, un temps pour pleurer et un temps pour rire (...)*". Être lucide, c'est convenir que le bonheur et le malheur, la joie et le chagrin, le plaisir et la souffrance font nécessairement partie de la vie. Cela implique d'admettre le caractère illusoire de l'idéal du bonheur défini comme "complète satisfaction de son état", mais aussi de reconnaître que la vie heureuse est possible. Comment du reste pourrions-nous vivre sans aimer la vie, sans avoir le goût du bonheur de vivre ? Il n'est donc pas absurde de cultiver ce goût de vivre en concevant un "art d'être heureux" conciliable avec l'exigence de lucidité.