

Le Bonheur

Peut-on réussir à être heureux ?

Première étape .Alors que l'adage du fameux Baloo est qu' "il en faut peu pour être heureux", autrement dit que le bonheur est plutôt simple et facile d'accès, la question de l'intitulé sous-entend que le bonheur est le produit d'efforts et de difficultés surmontés.

Deuxième étape .S'il y a réussite, il peut y avoir échec possible. Comme si le bonheur était le contentement qui fait suite à un travail contre l'adversité.

Troisième étape .Mais alors en quoi l'accès au bonheur est-il le fruit de luttes et d'efforts? Pourquoi ne serait-il pas simple d'être heureux? Il nous faut réfléchir aux obstacles au bonheur ?

I- Pourquoi le bonheur serait un état difficile d'accès ?

1.Le bonheur comme idéal universel

Dans le texte de Pascal : Pensées

Pascal rappelle que tous les hommes recherchent le bonheur. Cela signifie que c'est le but, l'horizon de toutes nos actions. Que l'on cherche le plaisir, la souffrance, la paix ou la guerre, l'amour ou la haine, il en va de même, on cherche des façons d'atteindre le bonheur.

Dans le texte d'Aristote : Ethique à Nicomaque

Aristote classe les actions et les biens en trois types distincts.

- Les actions que l'on accomplit en vue d'autre chose qu'elles-mêmes

Ce sont des biens qui n'ont pas de valeur absolue mais une valeur relative.

Exemples : Se faire vacciner, assurer l'hygiène de ma maison, économiser de l'argent ou en donner

- Les actions qui ont une valeur en soi mais que l'on assure pour atteindre un autre but

Exemples : étudier, lire, l'activité sportive , manger, la richesse

- Les actions et les biens qui ont une valeur absolue, que l'on recherche pour eux-mêmes et non pas comme des moyens pour tout autre chose

Exemples : le plaisir, le bonheur

Le Bonheur est :

-But universel

-C'est le bien suprême, le souverain bien de la vie

-C'est la finalité de toutes nos actions

2.Le Bonheur est un idéal de l'imagination

Certains concepts ont une définition claire, univoque et bien déterminée

C'est le cas des concepts mathématiques et scientifiques (la force, le cercle, l'accélération...)

En revanche le concept de bonheur est indéterminé (contenu vague / sa def n'est pas unique) les moyens d'être heureux sont multiples mais jamais certains.

3.Il n'y a pas d'espérance du bonheur

Il est vain de chercher à être heureux, la réussite est impossible car l'existence humaine est condamnée à la souffrance et le bonheur n'est pas un état que l'on peut ressentir.

Les phases du désir :

A = L'attente, le besoin, le manque

- Tension intérieure } souffrance
- Inquiétude, doute } souffrance

Tout le temps que je désire, je n'ai pas l'expérience

De la satisfaction. J'attends

B (phase courte) = Le plaisir, la jouissance, la satisfaction, la réplétion, le contentement

Le plaisir n'est que soulagement d'une tension intérieure = décharge

Nerveuse

C = L'ennui, le vide, la désœuvrement, source de souffrance

Quand on observe le caractère fugace, très court de la phase B (le plaisir) en regard de la souffrance, du manque et celle de l'ennui on peut se dire : "Tout ça pour ça"

Le plaisir est dérisoire par rapport au reste

L'existence est absurde vu la disproportion entre la souffrance et le plaisir

Dans le texte de Schopenhauer : Le monde comme volonté et comme représentation

Selon lui l'état de bonheur ne correspond pas à un sentiment ou à une sensation particulière, c'est plutôt la fin de la douleur qui nous fait ressentir un soulagement que l'on appelle bien être comme si le bonheur supposait toujours une douleur ou une souffrance préalable si bien qu'être heureux n'a fait aucun effet particulier c'est juste un moment où rien ne va mal. Par conséquent on ne peut pas rechercher le bonheur mais tout au plus éviter de souffrir.

Notre malheur vient du fait que nous ne savons pas jouir d'un plaisir autre que celui qui met fin à un manque ou à une douleur. Si tôt après le plaisir n'est plus ressenti, le bonheur comme l'amour ne sont plus perçus parce qu'il deviennent ordinaires, banals, sans le contraste avec la souffrance

Méthode transition :

a/ Bref bilan de ce qui vient d'être défendu

b/ Formulation d'objections

c/ Annonce de la suite

Transition :

a/ Le bonheur n'a pas de définition claire, c'est un idéal inaccessible et il est imperceptible

b/ Pourtant il y a sens à dire que nous sommes heureux dans certains états particuliers, la sagesse consiste à apprendre à être heureux

c/ Dès lors, par quelles voies nous pourrions réussir à être heureux durablement?

II - Comment se rendre heureux ? Y-a-t-il une méthode, des règles pour y parvenir?

1. L'hédonisme modéré et l'ataraxie

Doctrines Epicuriennes :

- La philosophie est une médecine de l'âme qui vise à nous libérer de nos craintes, de nos peurs et à nous rendre heureux.
- Le bonheur est un état de tranquillité et de sécurité (de l'âme [ataraxie] et du corps [aponie])
- Prioritairement pour réussir à être heureux il faut vaincre ses peurs :
- Celle de la mort [l'enfer, le néant, les souffrances = l'après mort ? / la mort ne procure pas de sensation particulière, cela ne correspond à rien / en attendant la mort, je peux la craindre]

Réponse d'Epicure :

L'âme étant comme le corps, un agrégat d'atomes, sitôt qu'on est mort l'âme se désagrège, se décompose (thèse matérialiste) => il n'y a plus de conscience / d'esprit / de sensation => Nous ne nous rendons plus compte de rien après la mort elle n'est donc pas à craindre.

Tant que je suis vivant la mort est absente. Quand elle survient mon esprit disparaît => Le moment de mourir ne procure aucune impression.

- Ne pas craindre les Dieux, les Grecs en avaient peur car ils avaient le pouvoir arbitraire d'influer le destin des hommes / anthropomorphes, avec les défauts amplifiés des humains / Irascibles, vengeurs, jaloux, haineux, incestueux.

Réponse d'Epicure :

Par définition un Dieu doit être un modèle de vertu, représente la perfection du comportement juste et bon

Épicure est contre l'anthropomorphisme (dieu vicieux), pour lui un dieu est un modèle de bonheur et de vertu : -autarcie complète

-ne dépend de personne à part de lui-même

-n'est jamais agité par le manque (autosuffisance menant à la plénitude)

Pour Épicure l'idéal réside dans le fait d'être indépendant et autosuffisant, il consiste à « vivre comme un dieu parmi les hommes »

2-Le calcul des plaisirs et des peines

Suffit-il de jouir du plaisir pour être heureux ?

Plan possible de réponse : 1) Expliquer pourquoi le plaisir est un élément important du bonheur

2) Mais tous les plaisirs ne sont pas bons à prendre et le bonheur peut passer par certains déplaisirs

3) Le bonheur peut consister entre autres chose que la sensation immédiate du plaisir

Hédoniste : le plaisir est toujours bon, par définition/ le plaisir est une sensation agréable et subjective/ le plaisir est un bien déterminant, central pour être heureux

-plaisir sensitif ou intellectuel

Mais bien que toujours agréable le plaisir peut parfois être jugé mauvais

Inversement il faut parfois accepter un déplaisir à court terme en vue d'un bien être plus grand à long terme, consentir à certaines frustrations voire douleurs

Pour profiter le plus longtemps et le mieux possible du plaisir, il faut faire un calcul en mettant en balance plaisir et déplaisir dans chaque situation. Il y a bonheur lorsque la somme algébrique des plaisirs et des déplaisirs est positive

Plaisirs	Court terme	Long terme	Somme global
Gourmandise	++++-	+----	A éviter
Ivresse	++++-	-----	A rejeter
Piqûre	----+	+++++	A accepter
Médicament	---++	+++++	A assumer

En toutes circonstances, un hédoniste cohérent doit rester lucide et rationnel afin d'évaluer l'intensité et les effets d'un plaisir et ainsi de juger s'il est bon pour être heureux ou pas

3-Classer les désirs

Désir :

-Naturels

-Nécessaires : -pour le bonheur (l'amitié, la philosophie)

- pour la vie (se protéger des dangers, des intempéries)

- pour le corps (boire, manger, dormir)
- Non-nécessaires : - le confort matériel, le bien être
 - Varier l'alimentation
 - La sexualité

-Vains

- Le pouvoir
- Les richesses
- la gloire et les honneurs
- La séduction sans fin

Les désirs naturels et nécessaires sont simples aisés, limités, indispensables, sans nocivité
 Les désirs naturels et non nécessaires sont plus élaborés, on peut s'en passer sans dommage pour la sérénité de l'esprit et la tranquillité du corps

Les désirs vains sont à fuir car :

- Sans fin, illimités
- Ont des conséquences lourdes
- Artificiels
- Tributaires des autres jusqu'à la dépendance
- Rendent addictif
- Rendent souvent immoraux

4-Se sentir pleinement exister

L'objet du texte est de savoir comment être heureux de façon simple et pérenne
 La thèse que soutient Rousseau est que c'est en se sentant exister ici et maintenant, sans être perturbé par le manque ou l'excitation du désir, que l'on jouit d'un bonheur plein.

1^{er} paragraphe : les souvenirs de bonheur entier et durable ne sont pas ceux liés à des plaisirs intenses, à des passions folles car ils sont trop fugitifs et pas assez fréquents.
 L'état de bonheur dure plus longtemps que la jouissance instantanée et brève. Ce que le bonheur perd en vivacité par rapport au plaisir, il le gagne en durée

2^e paragraphe : durant l'existence, tout change, se transforme constamment. La vie est prise dans un changement perpétuel. Héraclite « On ne se baigne jamais deux fois dans le même fleuve » cela signifie que rien n'est stable, tout devint autre et sans fin. Ce sont ce qu'il appelle les vicissitudes, les méandres de la vie. Par conséquent, il ne faut pas s'attacher, ne pas être tributaire des autres. Toute relation et tout affection sont amenés à disparaître. Cela crée une inquiétude pour l'esprit, qui est trop souvent dans le regret ou la nostalgie, le désir et l'anticipation. Or le bonheur suppose de stabiliser l'esprit et de le fixer dans l'instant présent.

Rousseau invite à être attentif et disponible au moment présent afin d'en ressentir toute l'épaisseur. Comme si le temps ne s'écoulait plus, qu'il devenait un présent qui dure. Le sentiment d'éternité est celui d'un présent sans succession de mouvements, un présent qui s'étale.

