

Il arrive souvent que l'on ne comprenne pas que quelqu'un soit malheureux, alors qu'on juge qu'il a réussi à satisfaire tous ses désirs, qu'il a donc tout pour être heureux. Ce paradoxe nous interroge : faut-il satisfaire tous ses désirs pour être heureux ? Ce qui rend difficile la réponse à cette question, c'est d'abord la difficulté que nous avons à définir le bonheur : le bonheur n'est-il, comme on l'imagine spontanément, que le paroxysme, tant en intensité qu'en durée, du plaisir ? Si on admet une telle conception du bonheur, il y a donc un rapport nécessaire entre satisfaction des désirs et bonheur. Ce qui pose un nouveau problème, celui de notre capacité à réaliser un tel idéal : en effet, pour diverses raisons (limites matérielles, limites morales...), il semble impossible de réaliser tous nos désirs. Faire de la totale satisfaction de nos désirs une condition nécessaire au bonheur, n'est-ce pas alors se résigner à n'être jamais heureux ? Se pose donc la question des moyens ou de l'attitude à adopter pour parvenir au bonheur. Cultiver nos désirs ? Leur Imposer au contraire des limites raisonnables ? Ou bien adopter une toute autre perspective sur le bonheur ? || Dans un premier temps nous verrons qu'il faut et qu'il suffit de satisfaire tous ses désirs pour être heureux dans une conception hédoniste du bonheur, mais que cette conception a des limites. Dans un second temps, nous nous demanderons s'il ne faut pas plutôt tâcher de connaître nos désirs et leur imposer des limites pour faire du bonheur un idéal réalisable. Enfin nous nous demanderons s'il ne vaudrait pas mieux changer radicalement de perspective sur le bonheur : le concevoir non comme un état idéal, passé ou futur, mais plutôt comme un art d'être heureux au présent. ||

Si on adopte une conception hédoniste du bonheur, il faut et il suffit de satisfaire tous ses désirs pour être heureux, car c'est dans le plaisir que consiste le bonheur.

Qu'est-ce que la conception hédoniste du bonheur ? L'hédoniste est celui pour qui le plaisir est la fin (le but) ultime des actions humaines. Le plaisir étant la sensation physique ou le sentiment psychologique qui provient de la satisfaction d'un désir, alors on peut penser que la multiplication et la force des plaisirs est dépendante de la multiplication et de la force des désirs. Pour vivre le plus de plaisirs, il faut donc cultiver et multiplier ses désirs. Mais il faut aussi tout faire pour les réaliser. C'est en ce sens que l'on peut comprendre la position de Calliclès, l'adversaire de Socrate dans le Gorgias de Platon.

En effet, Calliclès fait consister la vertu (l'excellence humaine) et le bonheur (l'état le plus satisfaisant pour l'homme) dans le dérèglement des passions et la liberté de faire tout ce que l'on désire, sans aucune limite. « Si on veut vivre comme il faut, on doit laisser aller ses propres

passions, si grandes soient-elles, et ne pas les réprimer. Au contraire, il faut être capable de mettre son courage et son intelligence au service de si grandes passions. » Calliclès définit donc une éthique (une manière de diriger sa vie) qui obéit à deux principes. Le premier est la non-répression des passions (ce qui s'oppose à la modération et à la tempérance, autrement dit au fait d'être raisonnable). Le second est la non-limitation des moyens pour satisfaire ces passions, car l'ensemble de l'énergie (physique et intellectuelle) de l'homme doit être mise au service de la satisfaction des désirs.

Cependant cette conception hédoniste du bonheur et de l'éthique présente des limites. La première limite est structurelle : tous nos désirs ne peuvent être satisfaits, car nombre de nos désirs sont contradictoires. Par exemple, je peux désirer avoir mon bac et désirer sortir tous les soirs au lieu de réviser. Ici la satisfaction d'un désir s'oppose à la satisfaction de l'autre. La répression et l'insatisfaction de certains désirs semblent donc structurellement nécessaires.

La deuxième limite est matérielle : c'est la limite que nous impose la réalité, celle de notre corps (je peux désirer voler, mais mon corps ne me le permet pas), celle du monde dans lequel nous vivons (je peux désirer faire du ski, mais il n'y a pas de neige ; je peux désirer être astronaute, mais la sélection est trop dure)

La troisième limite est morale : c'est la limite que m'impose autrui. Tout d'abord certains de mes désirs ne sont réalisables qu'avec le consentement (l'accord) d'une autre personne en particulier (quand je désire par exemple quelqu'un). Ensuite, certains de mes désirs sont en contradiction avec l'intérêt d'autrui en général (écouter la musique très fort dans mon appartement à trois heures du matin).

Si on s'en tient à la conception hédoniste du bonheur et si la satisfaction de tous les désirs est une condition nécessaire pour accéder à celui-ci, alors non seulement le bonheur se présente comme un idéal irréalisable, mais vouloir réaliser cet idéal s'avère dangereux sur le plan moral. L'hédonisme radical de Calliclès est typique de cette conception immoraliste de l'éthique

Pour être heureux, il ne faut donc peut-être pas satisfaire tous ses désirs, mais accepter de les limiter et de les modérer afin de faire du bonheur un idéal réalisable. Il faudrait donc être raisonnables et tempérants.

La doctrine d'Épicure est emblématique de cette position. En effet il s'agit bien d'une doctrine eudémoniste, car le but de l'action humaine est le bonheur. Mais, pour Épicure, le bonheur réside dans l'ataraxie, c'est-à-dire dans la tranquillité de l'âme, et dans l'aponie, la tranquillité du corps. Si le désir est une tension interne, liée à la conscience d'un manque et incitant l'individu à combler ce manque, alors la présence du désir est par essence un trouble pour le corps ou pour l'âme. Cela ne signifie pas qu'il faut éliminer tout désir (ce qui est impossible), mais que l'on doit agir sur eux pour les modérer. Comment cela est-il possible ? Il faudra apprendre à connaître et à reconnaître nos désirs pour les trier et tirer du plaisir de la satisfaction des désirs qui sont réellement essentiels pour nous.

C'est en effet pour Epicure la connaissance des désirs qui fonde notre capacité à agir sur eux. Dans la Lettre à Ménécée, Il opère une classification des désirs. Il distingue les désirs qui sont naturels et les désirs qui sont vains (la richesse pour elle-même, le pouvoir pour lui-même, le luxe, les honneurs...). Puis parmi les désirs qui sont naturels, il distingue ceux qui sont nécessaires à la vie (boire, manger...), à la tranquillité du corps (l'hygiène, le sport...), au bonheur (la connaissance...), et ceux qui ne sont pas nécessaires (le désir sexuel est nécessaire pour l'espèce, pas pour l'individu). Il faut donc faire le tri dans nos désirs : repousser au maximum les désirs vains qui nous troublent en nous détournant de ce qui est essentiel et ne satisfaire que les désirs qui sont naturels.

Cette conception a cependant des limites. En effet le bonheur pour Épicure consiste dans l'absence de trouble, dans la tranquillité. Or cet état est précaire pour deux raisons. Tout d'abord en raison du retour cyclique des besoins (désirs naturels) qui est régulièrement cause de trouble. Ensuite en raison de l'ennui, que peut générer l'absence du désir quand il est satisfait : nous sommes alors privés de cet aiguillon de la vie et de l'action qu'est le désir. C'est ce qui fait dire à Schopenhauer dans Le monde comme volonté et comme représentation que « notre vie oscille comme un pendule entre la souffrance et l'ennui ».

En proposant l'ataraxie comme état idéal correspondant au bonheur et en faisant de la limitation des désirs la condition nécessaire de la réalisation de cet état, Epicure propose un idéal certes accessible, mais générateur d'ennui. On en revient à l'argument de Calliclès dans le Gorgias : l'homme sans besoin est comme une pierre ou un cadavre, sans vie, donc sans bonheur. Comment donc concilier la vie, son mouvement incessant, et le bonheur conçu comme un état durable de satisfaction et de tranquillité ?

Concevoir le bonheur comme un état idéal, que ce soit de plaisir maximal ou de tranquillité de l'âme, semble conduire à une impasse. Il faudrait peut-être plutôt changer de perspective sur le bonheur, c'est-à-dire concevoir le bonheur autrement. Deux solutions s'offrent alors à nous pour sortir des impasses de l'éthique hédoniste et de l'éthique tempérante : transformer les conceptions hédonistes et épicuriennes du bonheur en dépassant leurs limites ou changer radicalement de perspective sur le rapport entre désir et bonheur.

La conception utilitariste du bonheur correspond à la première solution. C'est une conception de la vie heureuse qui intègre tendances hédonistes, modération des désirs et altruisme (la question du bonheur d'autrui et de la morale étant finalement absente des deux éthiques précédemment étudiées). Dans L'utilitarisme, John Stuart Mill définit ainsi la vie heureuse : « La vie heureuse (...) n'est pas une vie toute de ravissement ; elle comprend seulement quelques instants de cette sorte dans une existence faite d'un petit nombre de douleurs passagères (a), et d'un grand nombre (b) de plaisirs variés (c), avec une prédominance bien nette de l'actif sur le passif ; existence fondée, dans l'ensemble, sur cette idée qu'il ne faut pas attendre de la vie plus qu'elle ne peut donner (d) ».

Pour Mill, l'idée de « vie heureuse » se substitue donc à l'idée de bonheur comme état idéal : le bonheur s'évalue désormais à l'échelle de la vie, en adoptant une perspective large et réaliste sur l'existence. La vie heureuse est définie comme une vie où les douleurs sont minimisées (a), où les plaisirs sont maximisés (b), et où la variété (c) permet d'éviter la dépendance, c'est-à-dire la prédominance de certaines passions qui accaparent la volonté de l'individu. L'utilitarisme intègre également la dimension du bonheur d'autrui, c'est en quelque sorte un eudémonisme « transindividuel » : il définit une éthique fondée sur la recherche du « maximum de bonheur pour le plus grand nombre » (et dans ce plus grand nombre, Mill inclut tous les êtres capables d'éprouver du plaisir et de la peine, donc une grande partie des animaux !). Le bonheur recherché n'est donc pas purement individuel ou personnel, mais collectif. C'est pourquoi l'utilitarisme se présente comme une doctrine équilibrée, qui dépasse les limites respectives de l'hédonisme et de l'épicurisme en transformant la définition du bonheur qui leur est commune, tout en conservant la référence au plaisir et donc aux désirs.

La deuxième solution aux impasses précédemment évoquées serait d'aller plus loin encore et d'éliminer complètement la référence au désir et au plaisir de la définition du bonheur : pour être heureux, il faudrait profiter de ce que l'on a (jouir de ce que l'on possède), plutôt que de chercher à obtenir ce dont on manque (satisfaire ses désirs). Dans Le monde comme volonté et comme représentation, Schopenhauer nous offre une vision pessimiste de l'existence, oscillant entre souffrance (présence du désir) et ennui (absence de désir). Mais dans L'art d'être heureux, il nous montre que la vie heureuse réside en fait dans un changement radical de perspective sur le bonheur et sur l'existence. Si nous manquons le bonheur, c'est parce que notre attention se porte sur ce qui nous manque et que notre volonté se focalise sur le plaisir que nous tirerons (peut-être) à l'obtenir. Pour être heureux, il faudrait au contraire porter notre attention sur ce que nous possédons et apprendre à en profiter en imaginant le malheur qu'occasionnerait sa perte. Alors nous serions amenés à prendre soin de ce que l'on possède et à en jouir, c'est à dire à en profiter pleinement.

Quand nous nous demandons s'il faut satisfaire tous nos désirs pour être heureux, nous nous posons la question de l'éthique qu'il faut adopter dans une logique eudémoniste. Si on fait consister le bonheur dans la satisfaction des désirs, qu'elle soit totale ou partielle, comme c'est le cas dans l'éthique hédoniste et dans l'éthique tempérante, nous sommes face à des impasses qui font du bonheur un idéal qui au mieux peut être réalisé de manière fugace dans des « instants » de bonheur, au pire ne sera jamais réalisé tant les exigences sont grandes. Pour sortir de ces impasses peut-être faut-il penser le bonheur autrement, non comme un état à rechercher mais comme un art, c'est-à-dire une activité de création ayant pour but de faire de notre existence telle qu'elle est présentement une vie heureuse. Il faut pour cela s'attacher non à ce qui nous manque et que l'on désire, mais à ce que l'on a déjà, et dont on peut jouir. Il faut se soucier et prendre soin de ce que l'on possède plutôt que de rechercher vainement à satisfaire tous nos désirs.