

QU'EST-CE QUE LE BONHEUR

Dialogue avec André Comte-Sponville, philosophe

S'il est difficile de définir le bonheur, il est plus aisé de reconnaître ce qui l'entrave. Finalement, faut-il parler de "bonheur", ou plutôt de "désir" (à ne pas confondre avec le simple besoin) et donc de manque ?

Corinne Lebon | ■■■ Psychologue

Corinne Lebon : Dans l'un de vos livres, vous dites que la philosophie n'est pas un savoir de plus, mais une réflexion sur les savoirs disponibles. Que savons-nous sur le bonheur ?

André Comte-Sponville : Les connaissances que l'on peut avoir sont historiques : je sais ce qu'a dit Socrate sur le bonheur, ce qu'ont dit Aristote ou Spinoza... Elles peuvent être sociologiques : lorsque l'on demande aux Français « Êtes-vous heureux ? », bizarrement, 80 % répondent « oui ». On peut avoir un savoir psychologique, par exemple sur ce qui empêche d'être heureux, la dépression, la mélancolie, etc. Mais tout cela ne nous dit pas comment être heureux, et c'est là où la philosophie apparaît, donc aussi les désaccords entre philosophes. Nous ne sommes pas dans l'ordre du savoir, mais dans celui de la pensée, de la réflexion, c'est-à-dire de la philosophie.

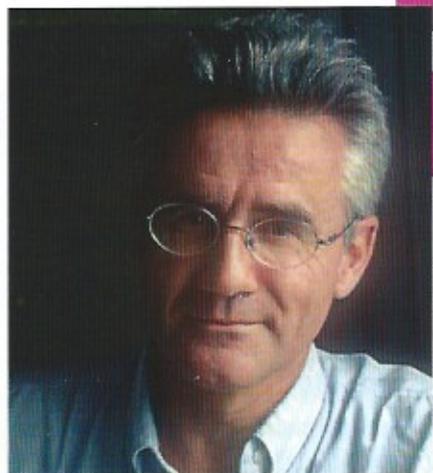
CL : Alors, pour vous, qu'est-ce que le bonheur ?

ACS : Partons de ce que nous connaissons le mieux. Autant l'on peut douter de l'existence même du bonheur, autant le désir est une expérience irrécusable, pour chacun. De ce point de vue, il y a deux formules qui pour moi valent comme point de départ. La première est d'Aristote : « *Le désir est l'unique force motrice* ». L'autre est de Spinoza : « *Le désir est l'essence même de l'homme* ». Nous sommes des êtres de désir. De désir et non de besoin, qui est limité par nature. Vous avez besoin de manger 2 000 à 3 000 calories par jour. Une fois que vous les

avez, vous n'avez plus besoin de manger. Le problème, c'est que vous pouvez avoir encore le désir de manger. Sinon, la vie serait évidemment beaucoup plus facile qu'elle n'est !

Donc le désir, lui, est ouvert à l'infini. Le propre du désir, au fond, c'est que l'on n'en a jamais assez. Et c'est là que l'on trouve le manque. Platon dit : « *Ce qu'on n'a pas, ce qu'on n'est pas, ce dont on manque, voilà les objets du désir et de l'amour* ». J'ajouterai, voilà pourquoi « *il n'y a pas d'amour heureux* » comme disait Aragon. Voilà pourquoi le bonheur, presque toujours, est manqué. Parce qu'être heureux, c'est avoir ce que l'on désire. Mais si le désir est manque, on ne désire par définition que ce que l'on n'a pas. On n'a jamais ce que l'on désire et donc, on n'est jamais heureux.

Cette théorie du désir comme manque nous enferme dans la poursuite, l'espérance du bonheur, et donc nous empêche de le vivre. Pourtant, il y a des moments où nous ne sommes pas en manque, en souffrance : ce sont les moments de plaisir, de joie. Ils sont possibles parce qu'il y a une autre façon de désirer, qui n'est pas manque mais puissance. C'est cela le désir selon Spinoza : la puissance de jouir, exactement au sens où l'on parle de la puissance sexuelle, qui n'est pas la même chose que la frustration. Lorsque vous vous mettez à table avec vos amis, vous ne leur souhaitez pas "bonne faim", mais "bon appétit". La faim est le manque de nourriture ; l'appétit est la puissance de jouir de la nourriture qui ne manque pas. Il ne s'agit pas de dire que Platon a tort et que Spinoza a



André Comte-Sponville, philosophe.

raison. Ils ont raison tous les deux..., mais ils ne parlent pas de la même expérience du désir. Platon a raison toutes les fois où je désire ce qui n'est pas et qui ne dépend pas de moi. Spinoza a raison toutes les fois où je désire ce qui est (c'est ce que l'on appelle l'amour) ou ce que je fais (c'est ce que l'on appelle la volonté, ou le bonheur en acte). Une fois que l'on a compris qu'il y a deux façons de désirer, on comprend que la seule façon de se rapprocher du bonheur, c'est, non pas de renoncer au désir, mais de désirer un peu moins ce qui manque et un peu plus ce qui est ou ce qu'on fait. Bref, il s'agit d'espérer un peu moins, et d'aimer et d'agir un peu plus.

CL : Le petit être humain a, cependant, un autre besoin fondamental, qui est d'ordre affectif : celui de s'attacher à une personne qui prend soin de lui...

ACS : On peut en parler en termes de besoin, parce que cela a quelque chose de limité. Le nouveau-né, dans les bras de sa mère, quand il tète le sein, n'a plus besoin de rien. Il est comblé. Il y a sans doute ce besoin originel, d'autant plus que, quand il est insatisfait, soit on meurt, soit on devient malade. Notre expérience de la vie, c'est qu'à partir du sevrage, cette expérience d'un besoin relationnel comblé n'existera plus. Une partie de notre vie consiste à courir après le sein que nous avons perdu, le "bon objet" comme disent les psychanalystes. L'illusion serait de croire qu'on va le trouver. Bien sûr que non ! Au

fond, très vite, être un humain, c'est transformer le besoin en désir.

CL : Il est difficile de perdre ses illusions premières...

ACS : Oui, car le monde n'est pas là pour nous satisfaire. Freud disait : « *Le monde n'est pas une nursery* », un endroit où tout est fait pour satisfaire nos besoins. Le monde est décevant, la vie est décevante. Mon idée, dans un livre que j'ai nommé "Traité du désespoir et de la béatitude", c'est que toute espérance est déçue, toujours. Une fois qu'on a compris cela, soit on s'enferme dans la déception, le malheur, la rancœur, le ressentiment, et on finit par haïr la vie, le monde, le réel - c'est ce que l'on peut appeler le nihilisme, soit on se dit que c'est peut-être l'espérance elle-même qui est fautive dès le départ. Il faut donc désirer ce qui est. Il y a plus de bonheur dans le fait d'aimer ce qui est, que d'espérer ce qui n'est pas. Bien sûr, il est plus difficile d'aimer que d'espérer, au point d'ailleurs que nos premières histoires d'amour sont plutôt des

« Il est plus difficile d'aimer que d'espérer, au point d'ailleurs que nos premières histoires d'amour sont plutôt des histoires d'espérance : tant que j'aime celui ou celle que je n'ai pas encore ; cela s'appelle le fait d'être amoureux. »

histoires d'espérance : tant que j'aime celui ou celle que je n'ai pas encore ; cela s'appelle le fait d'être amoureux (je suis dans le manque, dans l'espérance). Chacun sait bien que ce qui est difficile dans le couple, dans les histoires d'amour réel, c'est de passer de l'amour de celui ou celle qu'on n'a pas, à celui de celui ou celle qu'on a. Autrement dit, rien n'est plus facile que d'être amoureux, rien n'est plus difficile que d'aimer. Rien n'est plus difficile que le couple, mais en même temps, rien n'est plus intéressant. Il y a davantage de bonheur, de vérité, de vraie joie dans l'amour réel que dans l'amour rêvé ou espéré.

CL : Pourtant, quand on est amoureux, on a plutôt le sentiment que l'autre peut combler notre manque...

ACS : Oui bien sûr, parce qu'on se trompe

à la fois sur soi et sur l'autre ; parce que, par définition, être amoureux, c'est se faire des illusions sur la personne qu'on aime. Stendhal appelle cela la "cristallisation" : transformer l'autre en un objet merveilleux. Tout amour vrai, au contraire, est désillusionné. Quel merveilleux cadeau à faire à l'autre que de l'aimer tel qu'il est ! J'ai vu cette citation sur Internet : « *Qu'est-ce qu'un ami ? C'est quelqu'un qui vous connaît très bien, et qui vous aime quand même* ». Et bien voilà, je crois que, dans le couple, il y a les trois amours : Eros (l'amour selon Platon : la passion amoureuse, le manque), Philia (l'amour selon Aristote ou Spinoza : l'amitié, la confiance, la puissance partagée) et Agapè (l'amour selon Jésus ou Simone Weil : la charité). Mais un couple heureux dure plus longtemps que la passion. C'est ce que Montaigne appelait joliment "l'amitié maritale" : aimer ce qui ne manque pas, aimer la vérité de l'autre, sa présence, son amour... En ce sens, l'amour dans le couple est une expérience spirituelle, parce que c'est le lieu par excellence où le désir et la vérité peuvent se rencontrer...

Le couple, dans sa difficulté, nous permet de vivre l'autre, non plus sous la forme du manque, mais sous la forme de la présence, non plus sous la forme de l'illusion, mais de la vérité.

CL : ...De l'expérience de l'altérité ?

ACS : Oui. Je parle du couple en tant qu'expérience spirituelle parce que c'est un lieu de rencontre de l'autre. Le chemin est là : accepter que l'autre soit très exactement ce qu'il est, c'est-à-dire fondamentalement différent. Il n'est pas moi et ne vit pas pour moi, mais pour lui.

Le couple permet de faire vraiment connaissance. Quand l'amour survit à la connaissance de l'autre, c'est ce que l'on appelle un couple heureux ; pas toujours, pas tout le temps, mais il n'y a pas grand-chose au fond qui ressemble davantage au bonheur dans une existence humaine.



« L'amour est une invention des femmes. Une humanité purement masculine n'aurait jamais inventé l'amour ».

CL : Alors, pas de mystères ?

ACS : La vérité est plus intéressante, et même plus troublante sexuellement que tous les mystères ! C'est pourquoi nous aimons tellement la nudité. C'est pourquoi les amants font l'amour dans le plein jour. Le mystère, d'ailleurs, n'en demeure pas moins : même quand on connaît très bien l'autre, on ne sait jamais exactement ce qu'il est, ni ce qu'il pense, ni ce qu'il éprouve...

CL : Et les habitudes ?

ACS : Les jeunes gens voudraient que leur état passionnel, l'amour "fou", dure toujours. C'est impossible ! Non pas que la passion ne puisse pas durer. Elle peut durer très longtemps ; mais à une condition, c'est d'être malheureuse. L'idée qu'on va vivre pendant quarante ans avec un homme ou une femme, et rester amoureux comme au premier jour, ça n'a jamais existé, ça n'existera jamais. Il ne s'agit pas de maintenir le manque pendant quarante ans, mais de le transformer en plaisir et en joie. Il y a beaucoup plus de vérité, de plaisir, de joie, de bonheur dans l'expérience du couple, dans sa tendresse, son humour, son amour finalement, mais à condition d'accepter que la passion amoureuse, c'est-à-dire le manque, ne puisse pas durer. Le couple, ça sert à faire son deuil, pas de

l'amour, mais de la passion amoureuse, c'est-à-dire du rêve du bon objet. Je ne vais pas passer toute ma vie à courir après un sein, alors que le monde entier est là qui se donne à connaître, à aimer, à transformer ! Et puis mieux vaut aimer une femme réelle qu'une femme rêvée.

CL : Certains disent que la femme est l'avenir de l'homme...

ACS : Je crois que la femme est plus que ça. Il m'est arrivé de dire, même si c'est une boutade, que l'amour était une invention des femmes. Une humanité purement masculine n'aurait jamais inventé l'amour. Le sexe et la guerre auraient suffi, toujours. Disons le sexe, la guerre, et le football ! La femme est le passé, le présent et l'avenir de l'humanité. Évidemment, l'humanité avance aussi avec sa part masculine, qui s'est avérée tonique, utile, efficace. Le fait que l'humanité soit sexuée est l'un des grands cadeaux que la nature nous ait fait. Mais, pour la dimension d'humanité, c'est-à-dire au fond un mélange de douceur, de compassion, de respect de l'autre, et peut-être tout bêtement d'intelligence du vivant, la partie féminine est singulièrement précieuse. Vous connaissez la belle formule de Rilke : « *La femme et la jeune fille, plus près de l'humain que l'homme...* ».

Pour l'avenir, tout est possible, y compris le pire. On aurait tort de croire que les acquis des dernières décennies en matière d'égalité homme-femme, d'ouverture des hommes aux valeurs traditionnellement considérées comme féminines, sont forcément définitifs. Rien n'est écrit nulle part. Rien n'est garanti.

CL : Il faut continuer à combattre ?

ACS : Oui, voilà, continuons ce combat, qui est consubstantiel à l'humanité. Je pense souvent avec émotion aux femmes du paléolithique : encombrées de leur nouveau-né, tellement fragiles, sans chauffage central, sans eau courante, sans électricité, entourées de bêtes fauves et de beaux préhistoriques... Pour que ce nouveau-né là survive, il a fallu que les femmes fassent preuve d'infiniment de courage, d'intelligence et d'amour ! Sans doute les hommes ont-ils contribué aussi à la survie de l'humanité, mais je pense souvent à cela : qu'était la vie d'une famille il y a cent mille ans ? Je pense que ça ressemblait d'assez près à la vie de hordes de singes, où une partie de la vie des femelles consiste à protéger les petits contre les mâles. Ce n'est peut-être pas seulement l'amour qui est une invention des femmes, c'est peut-être l'humanité elle-même. ■

En savoir +

André Comte-Sponville est l'auteur de :

- *Traité du désespoir et de la béatitude*. Tome 1 : Le mythe d'Icare. Tome 2 : Vivre. PUF, 1992 (réédition).
- *L'amour et la solitude*, Paroles d'Aube, 1992. Rééditions : Albin Michel et Le livre de Poche, 2000.
- *Le bonheur, désespérément*. Editions Pleins Feux, 2000 ; Editions Libro, 2002.

Co-auteur, avec J. Delumeau et A. Farge de :

- *La plus belle histoire du bonheur*. Editions du Seuil, 2004.