

Pour construire la discussion du texte d'Alain, nous le mettons en rapport avec la doctrine d'un autre auteur : Epicure, un philosophe grec de l'Antiquité. Nous commençons donc par une présentation générale de la doctrine d'Epicure (dont on pourrait évidemment se dispenser dans une discussion d'explication de texte), pour mieux mettre ensuite en relief le point de divergence avec la conception du bonheur donnée par Alain. J'intègre donc ici un cours (sur le bonheur chez Epicure), qui aurait trouvé sa place plus tard dans l'année. Epicure est par ailleurs un auteur très utile pour une dissertation sur le bonheur, et qui ne présente pas de difficultés particulières : idéal pour le travail à distance, donc.

Epicure : le bonheur comme retour à notre nature

D'après ce penseur de l'Antiquité grecque, le bonheur constitue la seule fin fondamentale de l'être humain (on appelle une philosophie qui repose sur ce principe : philosophie **eudémoniste**). Pour Epicure, et pour paraphraser ce que dira un autre philosophe une vingtaine de siècles plus tard : "tous les hommes recherchent d'être heureux ; cela est sans exception, quelques différents moyens qu'ils emploient." (Blaise Pascal, *Pensées*) A tel point d'ailleurs que, conformément à une formule qu'affectionne particulièrement le professeur de philo qui a actuellement quelques cernes sous les yeux, cela vaut *aussi* pour ceux qui vont se pendre (cette formule est également de Blaise Pascal). Mais pour Epicure, les moyens qu'emploient spontanément les hommes sont erronés (pour Pascal aussi, d'ailleurs) ; il faut donc élaborer une "méthode rationnelle de recherche du bonheur" qui, pour Epicure, a pour nom : "philosophie".

Pour les épicuriens, le bonheur se définit comme **ataraxie** (absence de troubles de l'âme) et **aponie** (absence de troubles du corps). Il repose donc à la fois sur l'absence de toute frustration (ce qui exige notamment que tous les besoins du corps soient satisfaits), et sur l'absence d'angoisses (d'in-quiétudes de l'âme). Or, toujours selon Epicure, il existe quatre causes fondamentales de l'angoisse des hommes :

- a) la peur des dieux
- b) la peur de la mort
- c) la peur de ne pas pouvoir satisfaire nos désirs
- d) la peur de la souffrance

A ces quatre maux, Epicure apporte un quadruple remède : c'est le (fameux) "**tétrapharmakon**". Je suis ici l'ordre suivi par Epicure (il me semble que dans le cours j'ai commencé par la peur de la mort, que je trouve plus illustrative de la manière de penser d'Epicure).

Pourquoi les hommes ont-ils peur des dieux ? La lecture de ceux que Epicure et Platon appellent "les poètes" (notamment Hésiode et Homère) nous l'apprend clairement : les dieux sont gens jaloux et violents, très puissants mais aussi très

irrationnels. Ils ne cessent de se préoccuper de ce que font les hommes de leur vivant, de les aimer (ce qui excite généralement la jalousie d'un autre dieu), de les punir, de les opposer les uns aux autres, etc. Attirer l'attention d'un dieu, c'est se mettre en fâcheuse posture.

L'histoire de Marsyas, de ce point de vue, est instructive. Athéna avait confectionné une flûte avec des os de cerfs, et elle en joua à un banquet des dieux. Mais à sa grande stupéfaction outragée, Héra et Aphrodite se mirent à rigoler. Alors Athéna s'en alla jouer de sa flûte devant une rivière et là, voyant ses joues gonflées et son visage tout congestionné (cela devait être une sorte de trompette), elle se mit en colère, jeta la flûte et lança une malédiction sur quiconque la ramasserait.

Marsyas, dont ce n'était pas le jour, passait par là. Il ramasse la flûte... qui joue toute seule ; et comme c'est encore le souffle d'Athéna qui passe en elle, la musique qui en émane est divine. Et les hommes de dire à Marsyas : "Tu joues mieux qu'Apollon !". Sans surprise, Apollon s'en émeut et convoque Marsyas à un "duel" musical. Première manche : chacun joue de son instrument : Marsyas à la flûte, Apollon à la lyre. Evidemment, le jury ne peut les départager : le souffle d'Athéna contre la magie d'Apollon ; la déesse de la sagesse contre le dieu des arts... Apollon met alors son adversaire au défi de retourner son instrument, et se met à jouer de la lyre. Stupeur de Marsyas... qui perd, évidemment. Et se retrouve par là même écorché tout vif par Apollon. Voilà ce qui advient quand on croise la route des dieux...

Que nous répond Epicure ? Que tout ceci n'est que niaiseries. Les dieux, pour Epicure, existent bel et bien, mais ils n'ont aucun rapport avec ce genre de romans populaires. Les dieux sont des êtres PARFAITS ET BIENHEUREUX. On doit blâmer les poètes de nous en donner une représentation aussi fautive et néfaste (Platon disait de même). Pour Epicure, les dieux sont des êtres tout entiers adonnés à la contemplation épanouie de leur propre perfection. Ne connaissant ni désirs, ni manques, ni angoisses, les dieux rayonnent dans leur autarcie bienheureuse et SE MOQUENT EPERDUMENT de ce que font les hommes. Les craindre n'a donc aucun sens. Et si l'on faisait davantage attention à l'image véridique des dieux que nous communiquent nos rêves, nous saurions qu'il ne faut guère accorder foi aux sinistres farces d'Hésiode et Homère, qui a bien y réfléchir pourraient être considérés comme les premiers scénaristes de films d'épouvante.

Qu'en est-il de la peur de la mort ? Encore plus absurde, nous dit Epicure. Un peu de physique suffit à le démontrer.

En physique épicurienne, le monde est en effet constitué d'atomes (les plus petits constituants de l'univers), qui sont animés d'un flux constant. Les choses du monde sont donc analogues à des "structures de places" (de façon relativement analogue à la façon dont les chimistes d'aujourd'hui représentent une molécule comme structure d'emplacements d'atomes d'hydrogène, d'oxygène, etc. qui ne sont pas toujours occupés par un seul et même atome, mais par le même "type" d'atomes). Dans le flux épicurien, des atomes d'un certain type quittent une place, et

doivent être remplacés par de nouveaux atomes du même type, etc. Dans le monde des astres, les déperditions d'atomes sont immédiatement compensées par l'arrivée de nouveaux atomes ; mais dans notre monde terrestre (sublunaire, comme le dit Aristote) deux phénomènes s'opposent à ce perpétuel renouvellement. D'une part notre vie commence par une période de croissance (gain d'atomes), et se termine par une période de dégénérescence (perte d'atomes) ; et d'autre part nous devons procéder par nous-mêmes à la compensation de notre déperdition d'atomes (faim, soif, etc.) en mangeant, en buvant... etc.

Qu'est-ce alors que la **mort** ? Réponse simple, nous dit Epicure : car l'âme aussi est constituée d'atomes, même s'il s'agit des atomes les plus subtils, les plus fins... et les plus volatiles. Lorsque le corps vieillit ou se corrompt, arrive un jour où la déperdition d'atomes de notre corps en a tant affaibli la densité que ce corps n'est plus à même de retenir les atomes de l'âme qui s'y trouvaient. Les atomes de l'âme se dispersent alors dans le vaste flux atomique de l'univers. Le corps devient une simple carcasse de matière inerte (ce n'est plus un "corps" qu'au sens où les physiciens entendent ce mot), et l'âme... n'est plus une âme (pas plus que des particules d'oxygène et d'hydrogène dispersées ne constituent une molécule d'eau). Il n'y a plus d'âme, plus de corps : plus de "vous". Dire que "vous" êtes mort n'a même pas de sens : seule devrait être employée l'expression (ancienne) : "vous n'êtes plus".

Avoir peur de la mort, c'est donc avoir peur... de rien. Ce qui est absurde. On ne peut avoir peur d'un état qui n'a pas d'existence. Pour reprendre une formule de Schopenhauer, c'est comme si vous aviez peur de l'état dans lequel vous vous trouviez avant d'avoir été conçus... ça n'a pas de sens. Encore une fois *blame on* Homère et Hésiode, qui ne cessent de nous conter des sornettes sur ce qui nous apprend "après" la mort. Si quelque chose nous attend après la mort, cela risque de nous attendre longtemps... puisque "nous", précisément, ne serons plus nulle part !

Voilà pour les dieux et la mort. Qu'en à présent est-il de la **souffrance** ?

Ici, il faut admettre que la réponse d'Epicure est simple, mais qu'elle exige de nous un travail un peu plus approfondi. Car, certes, Epicure ne connaît que la médecine du IV^e siècle av. J.C. Mais le fait de dire "si la douleur est faible, elle se surmonte aisément ; et si elle est intense, elle sera brève", nous indique clairement que la sagesse exige un travail sur soi par lequel la souffrance présente doit être dépassée. Il ne s'agit pas d'une boutade de la part d'Epicure : il nous porte lui-même témoignage de l'efficacité de sa méthode dans sa "Lettre à Idoménee". Cette lettre, il l'écrivit durant la période de 14 jours d'agonie qui précédèrent sa mort, due à une rétention urinaire probablement causée par des calculs rénaux. Comme il le dit lui-même, la douleur est vive (n'importe quel médecin vous le confirmera)... mais il la supporte sans peine en revivant en mémoire les moments heureux passés en compagnie de son disciple. De façon générale, Epicure nous apprend que la souffrance n'est pas une chose à laquelle nous devons être soumis, elle ne doit pas

envahir notre être, nous ne devons pas la "subir". La douleur est une sensation comme une autre, à laquelle **il faut savoir ménager une place sans lui permettre de nous envahir**. La méthode épicurienne n'est donc pas une méthode de "déli" de la souffrance, mais une méthode de gestion, d'appropriation, de *maîtrise* de la douleur.

Si on voulait l'illustrer, on pourrait songer aux méthodes contemporaines concernant l'accouchement. Bien loin de prôner un (illusoire) "accouchement sans douleur", des méthodes comme l'haptonomie prônent une *maîtrise* de la douleur ; la femme qui accouche ne doit pas "subir" sa douleur, elle ne doit pas être "l'objet" de sa douleur, mais en devenir *le sujet*. Il ne s'agit donc pas d'abolir la douleur, mais de s'en rendre maître ; en ce sens, un dispositif comme le système d'injection contrôlée d'anti-douleur (le contrôle étant opéré par la femme elle-même), qui permet à celle-ci de rester en-deçà de la douleur "ingérable", est assez épicurien.

Qu'en est-il enfin de l'angoisse des **désirs insatisfaits** ? Ici encore, la réponse d'Epicure est simple (pour Epicure, c'est l'esprit de l'homme qui est compliqué, jamais la nature).

a) L'angoisse naît du fait que nous ne sommes pas sûrs de satisfaire tous nos désirs demain.

b) le bonheur naît de la satisfaction de tous nos désirs, pas de la nature de nos désirs (nous ne sommes pas "plus repus" après avoir mangé un repas raffiné qu'après avoir avalé un repas roboratif, même si nous y avons pris plus de plaisir sur le moment).

Par conséquent, la solution est évidemment d'apprendre à ne désirer que des désirs que l'on est absolument sûr de pouvoir satisfaire dans l'avenir : car dans ce cas, les angoisses n'auront plus lieu d'être... Certes, mais avons-nous réellement le choix de nos désirs ? N'y a-t-il pas des désirs que nous devons absolument satisfaire, que nous le voulions ou non ?

De fait, chez Epicure, il y a trois types de désirs :

a) les désirs naturels et nécessaires (notamment manger, boire, dormir, avoir un vêtement, un abris et un ami)

b) les désirs naturels, mais non nécessaires (notamment le désir sexuel)

c) les désirs qui ne sont ni naturels, ni nécessaires (manger *du foie gras*, boire *du beaujolais*, dormir *dans un lit à baldaquin*, avoir des vêtements *de marque*, un logement *spacieux*, un ami *célèbre*, avoir des rapports sexuels *avec un mannequin* ou (pour reprendre la suggestion de l'une d'entre vous) avec *quelqu'un de connu*, etc.)

Ce bref aperçu de la typologie des désirs nous conduit donc au défi suivant :

a) comme nous l'avons dit, il faut apprendre à ne désirer que des désirs que l'on sait pouvoir satisfaire demain.

b) il est nécessaire de satisfaire les désirs naturels et nécessaires.

Or précisément, pour Epicure, la nature est bien faite : car les désirs que nous sommes absolument obligés de satisfaire pour vivre heureux (les désirs naturels et nécessaires) sont justement ceux que je suis sûr de toujours pouvoir satisfaire ! Je ne suis en rien assuré de pouvoir toujours dormir dans un lit à baldaquin ; en revanche, je puis être certain (nous sommes au IV^e av JC) de toujours trouver quelque part un abri sec qui m'accueillera (les Grecs avaient une toute autre conception que nous de l'hospitalité... qui était alors l'un des devoirs les plus sacrés). Rien ne peut me garantir de pouvoir demain m'offrir cet excellent vin ; mais je pourrai toujours aller étancher ma soif à la source la plus proche, etc.

La conclusion est simple : **la clé du bonheur, comme état de satisfaction totale des désirs dont toute angoisse a disparu, c'est le fait d'apprendre à ne désirer que des désirs naturels et nécessaires**. Encore une fois, le bonheur, c'est l'état de satisfaction des désirs et l'absence d'angoisses. Je ne suis pas plus heureux parce que j'ai mis fin (en les satisfaisant) à 1000 frustrations émanées de 1000 désirs que si 5 désirs sont satisfaits. C'est la satisfaction de *tous* les désirs qui importe, non le nombre de désirs. Je ne serai donc pas moins heureux si ma satisfaction totale est la satisfaction de besoins fondamentaux, que si elle repose sur la satisfaction de désirs superflus, tant qu'il ne subsiste aucun désir encore insatisfait. Et si par ailleurs il ne subsiste aucune angoisse (et notamment aucune angoisse liée à la possible frustration à venir de mes désirs), alors je serai heureux... absolument.

Car alors tout sera simplicité, calme, et béatitude.

Pour Epicure, le quatrième remède est donc **la maîtrise rationnelle des désirs**, qui est à la fois éducation et dressage. Education, dans la mesure où les raisons d'être de cette maîtrise doivent être méditées et comprises par l'individu lui-même pour que la méthode soit efficace. Seul peut ici appliquer la méthode celui qui en a saisi le sens : la philosophie n'est pas un médicament que l'on peut inoculer à autrui contre son gré ! ("Apprends donc à te satisfaire de la satisfaction de tes besoins" ne semble pas pouvoir rendre quelqu'un heureux... tant qu'il ne saisis pas la sagesse de la formule.

Mais il s'agit néanmoins d'un dressage, puisque si c'est par l'*habitude* qu'un désir devient besoin et crée la dépendance, c'est également en prenant l'habitude de ne satisfaire que nos désirs naturels et nécessaires que nous cesserons de désirer les autres. Rien ne vous interdit, bien sûr, de dormir de temps à autre dans un lit matelassé... tant que vous n'en "faites pas une habitude", au sens propre. Rien ne vous interdit de boire cet excellent vin que l'on vous propose... tant que ceci ne vous conduit pas à désirer en boire là même où nul n'est susceptible de vous en proposer.

Compliqué, donc, le bonheur ? Pas du tout. Pour Epicure, la philosophie est une méthode dont l'application nous conduit à un résultat infaillible, et dont la clé consiste principalement à réduire nos désirs à nos besoins. C'est-à-dire : **retrouver le chemin de la nature conçu comme retour à *notre* nature**. C'est à nos besoins

naturels, ceux qui découlent de notre nature d'homme, qu'il faut revenir : c'est en eux que nous pouvons trouver à la fois *liberté* (comme indépendance à l'égard d'un avenir que nous ne pouvons jamais maîtriser) et bonheur (apaisement des frustrations et des angoisses).

A titre de remarque finale, on peut remarquer que la doctrine épicurienne est curieusement "individualiste". Elle est individualiste dans la mesure où ce que recherche le sage épicurien, c'est bien son propre bonheur, son bonheur *à lui*. Le sage épicurien ne se soucie de morale que dans la mesure où il faut agir conformément aux règles sociales pour pouvoir vivre paisiblement : l'éthique épicurienne est donc une éthique entièrement égo-centrée, le contraire absolu d'une morale « altruiste ».

Cela dit, on pourrait admettre que cette doctrine est "individualiste" en un sens un peu plus large ; car il est vrai qu si tous les êtres humains étaient épicuriens, le monde s'en porterait sans doute mieux. Dans un monde où chacun aurait appris à vivre en sage épicurien, il n'y aurait sans doute plus ni misère, ni violence. En ce sens, si chacun recherchait *correctement*, rationnellement, son bonheur individuel, l'intérêt général s'en trouverait nettement maximisé !

Enfin, on peut retrouver dans la doctrine épicurienne l'un des paradoxes fréquents des approches individualistes, qui est que, en faisant de l'individu le centre de leur réflexion, elles aboutissent finalement... à ce qui semble une négation des caractéristiques individuelles. Au sein de la doctrine épicurienne, il est intéressant de voir qu'une optique résolument individualiste, qui fait de la recherche de *son* propre bonheur le seul but véritable de tout être humain, aboutit à une méthode **qui demande à l'individu de renoncer à ce qui le caractérise en tant qu'individu**.

En effet, pour Epicure, nous devons ramener nos désirs à ceux que nous partageons avec tous les autres êtres humains. Tous les désirs "subjectifs", ceux qui me sont propres, ou plus largement ceux que je ne partage pas avec *tous* les autres êtres humains, tous les désirs qui correspondent à mon identité *personnelle* : tous ces désirs, donc, ne sont pas "**naturels et nécessaires**", puisque par définition un désir naturel et nécessaire est un désir que désire *tout* être humain, du fait de sa nature humaine. C'est donc paradoxalement en mettant en oeuvre une méthode fondée sur la recherche du bonheur individuel que l'individu apprendra à se défaire de tout ce qui fait de lui, précisément un "individu", une personne unique, différente de toute autre. L'individualisme épicurien est en même temps un "naturalisme" du bonheur : c'est parce que nous recherchons notre bonheur personnel qu'il nous faut revenir à cette nature que nous partageons avec tous les autres êtres humains.