

Editorial

A propos du Bonheur

L'ambiance actuelle de crise m'incite, en réaction, à évoquer aujourd'hui... le bonheur.

Très éloigné de celui que garantit, entre un dramatique reportage sur Haïti et un sévère débat politique, un magazine (réputé sérieux): *une semaine de félicité pour 870 €, tout compris...* photo à l'appui d'un jeune couple au soleil sur une plage bordée de cocotiers...

Une telle publicité, courante dans nos médias, suggère que le bonheur va de pair avec la jeunesse, la beauté, la santé, l'argent et les loisirs... Est-ce à dire que les vieillards, les malades, les isolés et l'immense majorité des hommes dont l'existence est dure, ne pourraient pas découvrir aussi leur part de bonheur ?

Les ans me donnent le recul nécessaire pour démentir partiellement les réponses à *la mode* à cette question éternelle, en m'appuyant sur l'expérience et le bon sens.

Quelques évidences d'abord. La notion de bonheur est entièrement subjective... Le bonheur parfait n'existe pas sur terre : avec les autres Chrétiens, je le situe dans l'au-delà... Cependant, je constate que certaines personnes sont plus douées que d'autres pour l'approcher... Je crois donc qu'il y a un lien étroit entre sagesse et bonheur... Je sais aussi, que l'argent et le pouvoir ne secrètent, comme la drogue, que des satisfactions illusoires...

Cela dit, certaines situations humaines comme la misère, la dépression profonde, la vive souffrance ou le cachot... me paraissent incompatibles avec l'adjectif « heureux ».

Enfin, je me garde de confondre le bonheur, sentiment profond et relativement durable, avec le bien-être, plus physiologique, et, encore moins avec le plaisir, par nature fugitif.

A partir de ces prémisses, je m'autorise à indiquer quatre voies par lesquelles, en dépit de mes misères passées et présentes, je crois avoir personnellement approché le bonheur terrestre :

- L'amour.
- L'action.
- La connaissance.
- La contemplation.

La philosophe de nos petites filles (jeune maman de trois bambins) me presse d'y ajouter **le comportement** car, dit-elle, après Socrate, **la pratique des vertus est un chemin de bonheur.**

C'est pourquoi, nous incitons nos amis à essayer inlassablement de **réensemencer** autour d'eux **les Valeurs humaines fondamentales** qui rendent heureux: courage, honnêteté, générosité, sens de la responsabilité, de l'autorité et de l'intérêt général, attachement à la famille...

Aidons notre société de bruit et de performance à redécouvrir l'Essentiel !

Jean Delaunay

L'Assemblée Générale annuelle de notre association aura lieu le 25 mars à 15 h au siège.

Lettre de France-Valeurs bimestrielle ISSN 1260 643 X Directeur de la publication: Jean Delaunay

France-Valeurs 32 rue de l'Orangerie 78000 Versailles CCP 704724 K Paris

24^e année Lettre de mars 2010 Diffusée par SPEED 23 rue Dulong 75017 Paris

Déposée le 27 février 2010

Site Internet : www.francevaleurs.org

courriel : contact@francevaleurs.org

Dossier

Quelques voies de recherche du bonheur

*Il ne s'agit pas ici de « dissert de philo » et je ne veux donc pas commenter ce que Kant et Freud ont écrit là dessus. Je préfère vous livrer quelques réflexions personnelles...un début de testament...
Vingt- six ans de complicité avec vous, amis de France-Valeurs, me semblent justifier ce choix. JD*

L'amour

Les poèmes et les chansons foisonnent sur ce joli thème, et d'innombrables histoires humaines finissent mieux que celle de Tristan et Yseult. Tout cela rend inutile un long commentaire sur le sujet.

Marié depuis plus d'un demi-siècle, j'ai expérimenté, comme nombre de gens, qu'**aimer** et **être aimé** représente la voie la plus naturelle du bonheur humain simple avec tout ce qui en découle. C'est ainsi que, dans notre famille, l'on se réjouit autant du spectacle de deux fiancés qui viennent de se découvrir qu'à celui d'une maman qui regarde avec extase l'être tout neuf qu'elle vient de mettre au monde,

Malheureusement, dans le monde qui nous entoure, trop peu d'hommes et de femmes font assez d'efforts pour **entretenir et approfondir l'élan** mystérieux qui les a poussés, un jour, l'un vers l'autre. C'est pourquoi un vieux couple qui célèbre ses noces d'or donne un précieux témoignage de vie dans une société qui a perdu ses repères.

Mais le verbe aimer peut se conjuguer de bien d'autres manières. J'ai vécu de profondes amitiés que seule la mort a interrompues. Mais j'ai vécu aussi des rencontres inopinées où je me suis trouvé en sympathie, voire en accord total, avec une personne inconnue et nous nous séparions, le cœur chaud, en nous disant : « *Quel bien vous m'avez fait !* »

Je constate surtout que le fait de **s'occuper des autres**, non seulement de façon désintéressée mais **avec amour**, comble une partie du vide affectif de qui n'a pas eu la chance de trouver ou de conserver l'âme-sœur. J'admire le **dévouement** dont font preuve, quasi à *temps complet*, beaucoup de ceux qui m'entourent, et bien d'autres.

Plus modestement, je vois combien de simples **visites** apportent des parcelles de bonheur, avec des bouffées d'air extérieur, aux malades, aux prisonniers... et aux grands parents... car, écrit Mauriac : « *La véritable solitude, ce n'est pas celle du désert, c'est de vivre isolé parmi les siens.* »

Donner de l'amour procure du bonheur et une aumônière d'hôpital me confiait, il y a peu, que seul, son service bénévole, si éprouvant soit-il, réussissait à atténuer son veuvage.

L'action.

L'homme d'action qu'était Lyautey, au Tonkin, à Madagascar et au Maroc, avait comme devise ce vers de Shelley : « *The soul's joy lies in doing* » (*La joie de l'âme est dans l'action*)

Avec lui, je crois que **l'homme est né pour faire**, pour travailler au service des autres.

Certains ont le privilège de **s'épanouir** dans leur activité professionnelle, surtout s'ils l'ont choisie et qu'elle est gratifiante (encore que les mineurs de fond aimaient profondément leur métier), et qu'ils ont les aptitudes nécessaires.

Pour beaucoup d'autres, au contraire, femmes notamment, sous toutes les latitudes, le travail est si ingrat et la survie si dure qu'ils n'ont pas le temps de se poser de questions existentielles : leur parcelle de bonheur se réduit souvent à la satisfaction fugitive de leur estomac après un pauvre repas.

Lettre de France-Valeurs bimestrielle ISSN 1260 643 X Directeur de la publication: Jean Delaunay

France-Valeurs 32 rue de l'Orangerie 78000 Versailles CCP 704724 K Paris

24^e année Lettre de mars 2010 Diffusée par SPEED 23 rue Dulong 75017 Paris

Déposée le 27 février 2010

Site Internet : www.francevaleurs.org

courriel : contact@francevaleurs.org

Il est cependant instructif pour les Européens de constater la gaité avec laquelle de pauvres mamans africaines pilent le mil pour leurs enfants. Une forme « *Tiers mondiste* » de bonheur simple...

Chez nous, c'est une immense chance que celle de gagner sa vie tout « *en s'éclatant* » et c'est une souffrance que de faire un métier qu'on déteste et a fortiori d'être au chômage. (Le farniente sous un parasol me semblant aussi très éloigné du vrai bonheur.)

En tout cas, je me réjouis de ce que, après une vie bien remplie, beaucoup de mes amis aient une retraite active : bénévolat caritatif, bricolage et randonnée ou autre...

A propos de sport, en ce qui me concerne, ma dose journalière d'exercice contribuait autrefois à équilibrer mon existence, à relativiser mes soucis et à maintenir mon tonus, donc à me permettre de goûter à plein la vie. Même aujourd'hui, j'en tire les fruits.

Le jardinage m'ouvre aussi, d'une certaine façon, à la création et à la contemplation, et me met donc sur la voie d'un certain bonheur.

Le travail intellectuel m'a mis sur la même trajectoire. J'ai toujours beaucoup aimé enseigner, d'avantage d'ailleurs pour contribuer à la formation des jeunes qui m'étaient confiés que pour leur transmettre mon savoir.

Ayant découvert tard l'écriture, j'éprouve aujourd'hui un réel bonheur à écrire livres et articles, une autre façon d'être en relations avec les autres, sans quitter mon bureau.

La culture

La simple connaissance est, en soi, source de félicité : je l'ai vérifié en constatant la joie de ces analphabètes qui découvrent, adultes, la lecture et l'écriture.

La culture me semble un niveau supérieur de satisfaction intellectuelle. Avoir quelques lumières sur tout me permet de comprendre (un peu) le monde qui m'entoure et de mieux apprécier tout ce que la nature et les autres hommes m'apportent.

Mais la culture est le fruit de longues heures de lecture, d'étude de recherche, lesquelles contiennent d'ailleurs en elles mêmes leur récompense. Certains étudiants motivés évoquent devant moi la vraie *drogue* que constitue pour eux le travail intellectuel. Il leur permet d'accéder à un diplôme mais surtout de dominer leur secteur de compétence.

Pour ma part, adolescent peu studieux encore que lecteur *boulimique*, j'ai attendu d'être adulte pour avoir souci de ma culture ; je suis, depuis, un adepte de la formation continue.

Car (condition nécessaire mais pas suffisante), d'une part, il faut **savoir beaucoup** pour exercer honnêtement son métier et ce, qu'on soit plombier, avocat, chirurgien ou général.

D'autre part, seule la culture nous permet de **saisir les rapports**, ce qui est une dimension majeure de la pensée.

Loin de moi cependant l'idée que les *grosses têtes* seraient plus heureuses que les autres : la voie du bonheur passe d'abord par **le cœur**.

La contemplation.

Or, dans le monde trépidant qui nous entoure, le chemin en question risque d'être obstrué et pollué, au-delà de ce que Pascal appelle « *le divertissement* », par le bruit.

La contemplation en serait l'antidote évident si beaucoup de nos contemporains ne préféreraient *en rajouter*, se grisant de vacarme, *MP 3 et Iphone à l'oreille et sono à fond*...

Pour moi, contempler, c'est pourtant simple. C'est d'abord **chercher et respecter le silence**, même s'il me faut, grimper à 2.000 m, ou m'enfoncer dans les bois pour le trouver. Alors, la communion avec la nature s'ensuit tout naturellement.

Lettre de France-Valeurs bimestrielle ISSN 1260 643 X Directeur de la publication: Jean Delaunay

France-Valeurs 32 rue de l'Orangerie 78000 Versailles CCP 704724 K Paris

24^e année Lettre de mars 2010 Diffusée par SPEED 23 rue Dulong 75017 Paris

Déposée le 27 février 2010

Site Internet : www.francevaleurs.org

courriel : contact@francevaleurs.org

C'est dans la fleurette qui vient d'éclorre, la goutte de rosée sur une feuille, le murmure du vent... que gît le véritable repos, source de vrai bonheur, surtout si l'on est accessible à cette élévation de l'âme que, comme les autres croyants, j'appelle la prière.

L'écoute de Mozart ou la lecture d'un poème, cent fois relu, peuvent me mettre sur la même voie.

Pour *contempler*, il n'est pas toujours nécessaire de rester calfeutré, et certains y parviennent dans la vie courante. J'ai la chance de m'y essayer en désherbant mes plates-bandes, ou en regardant par la fenêtre d'un TGV à 300 à l'heure.

Encore faut-il, d'une part, qu'il ne s'agisse pas de simple rêvasserie et que, d'autre part, ma contemplation débouche sur l'action !

C'est ici que j'apprécie le conseil de notre philosophe familiale qui me rappelle que **c'est (souvent) nous qui, par nos actes, créons (ou non) les conditions de notre bonheur.**

Le comportement

Les sages de l'Antiquité avaient déjà découvert que le bonheur consiste à faire dans la vie ce que l'on doit, **à pratiquer le bien**. La religion Chrétienne a encore sublimé cette notion en nous recommandant de tout faire par Amour. Les vertus, (terme quasi ignoré de nos jours), caractérisent chacune, dans un domaine particulier, ce que, par abusive pudeur sans doute, j'appelle, après d'autres, Valeurs Humaines Fondamentales.

Pour moi donc, être courageux, être honnête, être généreux, avoir le sens de ses responsabilités, accepter d'assumer l'autorité qui nous est confiée, être attaché à sa famille, servir l'intérêt général... ce sont autant de dimensions personnelles ou collectives de la vie qui, ensemble, peuvent contribuer à nous mettre sur la voie d'un certain bonheur terrestre.

Tout cela est impossible à démontrer mais, a contrario, j'ai rencontré en prison beaucoup d'hommes qui souffraient, non seulement parce qu'ils étaient privés de liberté mais surtout parce qu'ils savaient avoir vécu hors normes. Ce faisant, malgré une conscience souvent altérée, ils sentaient confusément qu'ils avaient fait leur propre malheur.

Il faudrait alors parler de l'immense part de la **chance** dans l'existence. En ce qui me concerne, j'en ai eu beaucoup. Cela me fait souvent méditer sur *l'injustice* de l'inégalité des chances, une donnée que j'ai mesurée en face des détenus. Mais je crois aussi que, petite ou grande, il faut la saisir au vol. Je me suis surtout pénétré de « *la parabole des talents* ».

Il faudrait surtout rappeler combien est mal partagée l'aptitude à savoir **discerner et s'approprier des petits bonheurs**.

Pour conclure, je cède la parole, sur divers tons, au philosophe Alain:

« *Refais chaque jour le serment d'être heureux !* »
« *Le bonheur n'est pas le fruit de la paix, le bonheur c'est la paix même !* »
"Espérer, c'est être heureux. »

Et je retransmets ce conseil que j'ai entendu récemment ::

**“Rechercher le bonheur, ce n'est pas rechercher plus d'avoir
mais plus d'être.”**

C'est la grâce que je nous souhaite.JD

Lettre de France-Valeurs bimestrielle ISSN 1260 643 X Directeur de la publication: Jean Delaunay
France-Valeurs 32 rue de l'Orangerie 78000 Versailles CCP 704724 K Paris
24^e année Lettre de mars 2010 Diffusée par SPEED 23 rue Dulong 75017 Paris
Déposée le 27 février 2010

Site Internet : www.francevaleurs.org

courriel : contact@francevaleurs.org