

L'ART D'ÊTRE HEUREUX
Extrait de l'INTRODUCTION
Arthur Schopenhauer

.../... Qu'est-ce que l'art d'être heureux ?

Tout d'abord, le titre suppose qu'être heureux est un art, donc quelque chose que l'on peut exercer, pratiquer, perfectionner. Ce n'est pas un destin, quelque chose de donné ou d'inévitable ; nous ne sommes pas condamnés à être heureux, ni malheureux, mais nous avons une marge d'action, d'intervention, de transformation. Nous ne sommes pas, ou ne devons pas être, de simples spectateurs de notre bonheur ou de notre malheur. Il nous est suggéré qu'être heureux est une question de sagesse pratique, de philosophie orientée vers la praxis, et pas seulement de connaissance théorique.

Schopenhauer s'appuie sur des sources classiques plutôt que modernes ; il mêle des observations sur les événements de son temps à des commentaires de citations d'auteurs anciens ; il fait glisser le langage entre descriptions et prescriptions, entre la manière dont les êtres humains se comportent et celle dont ils devraient se comporter s'ils étaient décidés à être heureux. Il ne se prive pas d'insérer ses propres thèses : par exemple, comme nous l'avons déjà noté, que l'existence oscille inévitablement entre la douleur et l'ennui, tant au niveau individuel que collectif (les classes inférieures luttent contre un environnement de besoins, qui provoque la douleur, tandis que les classes supérieures luttent contre l'ennui, résultat de la satisfaction de leurs besoins), et que l'antidote fondamental à l'ennui est la richesse intérieure, l'activité inépuisable de la pensée.

Ce livre est composé d'une très brève introduction et de quatre chapitres. Dans le premier, **La sagesse de la vie**, l'auteur fait une distinction capitale qui organise tout le livre : ce qu'est une personne, c'est-à-dire sa personnalité au sens large (analysée dans le chapitre II) ; ce qu'elle a (biens, possessions) fait l'objet du chapitre III ; la position, ou place dans l'estime des autres (réputation, fierté, rang, honneur et renommée) est traitée dans le chapitre IV. Le fait que ce dernier soit le plus long s'explique par le fait que la plupart des gens, par une faiblesse particulière de la nature humaine qu'il faut limiter, ont tendance à surestimer l'opinion d'autrui, même si la réflexion la plus élémentaire prouve son peu d'importance pour le bonheur de chaque individu. Schopenhauer ne ménage pas ses arguments pour défendre l'idée que l'existence fondamentale de chaque individu réside en lui-même, dans sa propre peau, et que les conditions réelles de sa vie (santé, amis, enfants, foyer, tempérament) sont incomparablement plus importantes pour son bonheur que sa réputation : donner trop d'importance à l'opinion des autres n'est rien d'autre qu'inverser cet ordre naturel, en transformant le dérivé et le secondaire en principal. Notre vanité et notre vantardise s'enracinent dans le souci du qu'en-dira-t-on, une sorte de manie universelle qu'il faut combattre, car les opinions de la plupart des gens sont fausses, perverses, erronées et absurdes.

Sa perspective philosophique fondamentale est claire : les différences du premier type entre les êtres humains, correspondant à ce que la nature a fait, influencent le bonheur (ou le malheur) de manière beaucoup plus décisive que celles qui se réfèrent aux deux autres groupes. C'est-à-dire que la constitution intérieure d'un individu, ses véritables avantages personnels (un grand esprit ou un grand cœur, mais surtout une bonne santé, tant corporelle

que mentale : un mendiant en bonne santé est plus heureux qu'un roi malade) sont l'élément décisif de son bien-être ; ce qui l'entoure n'exerce qu'une influence médiante ou indirecte. La source principale du bonheur est intérieure ; elle repose sur notre santé physique et sur notre capacité à nous préserver de tout souci.

En somme, la moitié objective de notre vie est entre les mains du destin et varie ses formes, mais l'autre moitié est subjective et réside en nous-mêmes. Schopenhauer reprend cette idée : nous portons l'empreinte de notre caractère tout au long de notre vie, quels que soient les changements des circonstances extérieures ; l'élément subjectif est plus important que l'objectif pour notre bonheur et notre plaisir ; ce que je suis quand je suis seul a plus de poids que mes possessions et ce que je peux être aux yeux du monde. Dans les bons comme dans les mauvais moments, ce qui arrive en tant que tel est moins important que la manière dont nous y faisons face.

Ainsi, le premier élément de notre bonheur est ce que nous sommes, notre individualité, qui n'est pas le fruit du hasard et ne peut nous être enlevée ; sa valeur est absolue, contrairement à la valeur relative des biens et de l'opinion d'autrui. Notre chance consiste à utiliser au mieux nos qualités personnelles et à nous engager dans des activités qui les mettent en jeu, c'est-à-dire à choisir le mode de vie le plus apte à les développer. Il est bien sûr plus sage de se préoccuper du maintien d'une bonne santé que de l'accroissement de nos richesses, par définition superflues et plutôt dérangeantes, car leur maintien implique d'inévitables angoisses. La richesse et la célébrité sont comme l'eau de mer : plus on en boit, plus on a soif. Au contraire, les plaisirs les plus élevés sont ceux de l'intellect. Le bonheur n'est pas la norme parce que la plupart des gens ont un esprit vide, une imagination terne, un esprit pauvre ; ils passent leur temps dans les passe-temps et les amusements, dans les plaisirs sensuels, l'excès et la débauche. Plus une personne est riche en elle-même, moins elle a besoin des autres.

Le sage cherchera donc à mener une vie tranquille et modeste, avec que d'autres ont déjà dit. Le seul ouvrage, pour autant que je m'en souviens, dont l'objectif est similaire à celui de ce recueil d'aphorismes est le *De utilitate ex adversis capienda* de Cardano, qui mérite d'être lu et peut servir de complément au présent ouvrage. Aristote consacre également quelques mots à l'eudémonologie dans le cinquième chapitre du premier livre de sa Rhétorique ; mais ce qu'il dit ne va pas assez loin.

Comme la compilation n'est pas ma tâche, je n'ai pas eu recours à ces prédécesseurs, d'autant moins que, dans le processus de compilation, le point de vue individuel est perdu, et que l'individualité est au cœur de ce genre de travaux. En général, en effet, les sages de tous les temps ont toujours dit la même chose, et les sots - c'est-à-dire la grande majorité - ont aussi agi à leur manière et ont fait exactement le contraire ; et il en sera toujours ainsi. Car, comme le dit Voltaire, « nous quitterons ce monde aussi bêtes et aussi méchants que nous l'aurons trouvé en arrivant ».