

Le bonheur calme d'Epicure

 lepoint.fr/societe/le-bonheur-calme-d-epicure-26-07-2012-1696666_23.php

26 juillet 2012

"Le bonheur est accessible à n'importe qui. A une seule condition : ramener les désirs dans les limites des besoins corporels."

Roger-Pol Droit

Publié le 26/07/2012 à 00h00

Epicurien, donc jouisseur. Amateur de vins, de cigares, de bonne chère et de chair fraîche - voilà le sens courant du terme. Du moins pour nous, et depuis longtemps. Le bonheur des épicuriens, tel qu'on l'a représenté en Occident au fil des siècles, est celui du ventre, dans tous ses états et ses excès. Voyez les tableaux classiques : un porc, sous la table, signale l'appartenance à cette secte déréglée. Pour compléter la scène : cornet de dés renversé, liqueurs épandues, aliments abandonnés çà et là... Ce désordre des choses signale celui des corps et des âmes. Pour les "pourceaux d'Epicure", il ne s'agirait que de vivre sans temps mort et de jouir sans entraves.

Total contresens. Car le bonheur, selon la doctrine d'Epicure, est aux antipodes de la jouissance effrénée. Rien à voir avec les orgies, festins, beuveries ou paradis artificiels. Au contraire, ce bonheur sage est d'une impressionnante austérité. Philosophiquement construit, il résulte d'une discipline sans faille et d'un exercice continu sur soi. Rien n'est interdit, certes. Mais tout doit être calculé.

Les points de départ sont simples. Dans le monde, rien que des atomes et du vide. De la matière, donc, sans intention ni volonté divines. Le bonheur réside dans nos corps et naît de nos plaisirs. "La racine de tout bien est le plaisir du ventre", dit Epicure en matérialiste et en hédoniste. Il ne fait aucune différence entre l'agréable et le bien, pas plus qu'entre la douleur et le mal. Sa philosophie sape à la racine toute condamnation des jouissances au nom de la morale. "Aucun plaisir n'est en soi un mal", précise-t-il. Evidemment, si l'on en reste là, on ne voit pas pourquoi la débauche est écartée. Pourtant, sa philosophie est bien une pensée des limites. Mais ce sont celles du corps. Pour Epicure - qui entreprit de vivre sa doctrine avec ses disciples, dès 306 av. J.-C. dans le Jardin, sa propriété près d'Athènes -, être heureux est possible. Le bonheur n'est ni exception ni hasard. Il est à portée de main, accessible à n'importe qui. A une seule condition : ramener les désirs dans les limites des besoins corporels.

Epicure aujourd'hui nous tiendrait à peu près ce langage : "De quoi as-tu besoin pour étancher ta soif - la vraie, celle du corps ? D'un peu d'eau, pas d'un château pétrus. Et ta faim ? Pour l'apaiser, que réclame ton corps ? Un morceau de pain, quand tu as le ventre creux, te procure autant de joie que du caviar. Pour dormir, ton corps n'a besoin que d'un lit au sec, et le plus mirifique des palais n'ajoute rien. Ainsi, si tu parviens à ne pas désirer plus que ton corps n'a besoin, tu ne manqueras jamais de rien. En revanche, si tu crois

indispensables à ton bonheur les grands millésimes, les mets raffinés, le luxe des palais et des palaces, alors tu entres dans une course sans limites, ce que tu cherches t'échappera sans cesse."

Ce sage a saisi que l'esprit veut toujours plus, mais le corps toujours peu. Nos malheurs naissent de nos désirs illimités. Les besoins de la nature, eux, sont restreints, donc faciles à satisfaire. Le travail de l'ascèse épicurienne consiste alors à éliminer les faux plaisirs, à renoncer aux excès. Mais pas pour des raisons morales. Seulement en raison d'un calcul des avantages et inconvénients. Si le prix des conséquences est trop lourd, ce plaisir est à écarter. La stratégie d'Epicure abandonne les jouissances multiples et intenses pour garantir le bien-être unique et durable. Car l'essentiel est bien "pour le corps de ne pas souffrir, pour l'âme de n'être pas troublée".

En fait, ce ne sont pas les jouissances qui l'intéressent. Il privilégie ce que les Anciens nommaient le "plaisir en repos", par opposition au "plaisir en mouvement". Le plaisir (manger, boire, faire l'amour) peut en effet se considérer de deux points de vue. Le mouvement est du côté de la jouissance instantanée, de la décharge de la tension créée par le besoin. Le repos est dans l'après-coup, le contentement qui vient ensuite, l'absence de tension. Ce qui intéresse Epicure, ce n'est pas le plaisir de manger, mais le bien-être d'avoir mangé, d'être rassasié, de ne plus éprouver la faim. A l'orgasme il préfère la douceur d'après.

Son idéal pourrait ressembler à ce que l'on ressent en s'éveillant d'une sieste un après-midi d'été après avoir mangé, bu et fait l'amour. Le monde alors se révèle, au moins pour un moment, sans trouble ni tension. On peut éprouver le pur bonheur d'exister, physiquement, sans manquer de rien. Voilà qui est fort loin des plaisirs violents, instables, tous azimuts qui jalonnent, le plus souvent, notre course au bonheur d'aujourd'hui. Le sage, pour Epicure, celui qui parvient à vivre "comme un dieu parmi les hommes", ce serait peut-être bien celui qui, partout dans l'existence, s'éveillerait continûment de la sieste.

Pas d'histoire d'amour. Pour y parvenir, il faut s'être débarrassé des croyances religieuses, ne plus s'imaginer que les dieux s'intéressent à nous et donc cesser de craindre leur regard comme leur châtement. Il faut aussi évacuer tout à fait la crainte de la mort, avoir arrêté, une bonne fois pour toutes, de craindre ce que nous ne pouvons, en aucune manière, ressentir. Ainsi délesté, grâce à la réflexion, des angoisses sans objet aussi bien que des désirs sans limites (gloire, pouvoir et autres), il devient possible de goûter à la plénitude sans trouble d'un bonheur calme. Si l'on va jusqu'au bout, le prix à payer n'est pas mince. Car il faudra laisser tomber ces sources de troubles sans remède que constituent la passion amoureuse et la politique. L'épicurien authentique a des relations sexuelles, des relations tout court, des amis, voire des amies, mais pas d'histoire d'amour. Il a son groupe, sa tribu, son cercle, mais vit à l'écart du fracas du monde, à distance des affaires de la cité. L'amour et la politique, dans le fond, sont trop tragiques pour lui.

A ce bonheur si calme on pourrait préférer son opposé, la sagesse tragique de Nietzsche, qui consiste à aimer la vie dans son intégralité - passions, extases et horreurs comprises - car le projet même de faire le tri est illusoire et trompeur. Mais il semble bien qu'entre la sobre discipline épicurienne et le grand oui à la vie nietzschéen, notre époque ne soit même plus capable de choisir. Elle se borne à chasser le bonheur sans avoir clairement idée de ce qu'il pourrait être. Au risque de n'en connaître que les simulacres.

Roger-Pol Droit, philosophe, écrivain et chercheur au CNRS.