



## EPREUVE COMMUNE CERTIFICATIVE DE DISSERTATION

6<sup>ème</sup> GENERALE  
29 avril 2015

Carnet de l'élève

Sujet :

*Sommes-nous les artisans de notre bonheur ?*

Consignes :

- ✓ Il vous est demandé de répondre à la question et de prendre position, en vous fondant à la fois sur le portefeuille de textes, sur vos cours de français et sur votre expérience personnelle.
- ✓ Pour soutenir votre thèse, vous intégrerez au moins trois arguments empruntés au portfolio que vous confirmerez ou réfuterez ; les emprunts à ces documents seront, pour l'essentiel, reformulés ; les citations doivent rester exceptionnelles.
- ✓ Il vous est loisible d'introduire des arguments non envisagés dans le portfolio.
- ✓ Pour illustrer votre argumentation, vous utiliserez des exemples, informations et références tirés, d'une part, de votre expérience personnelle (y compris culturelle) et, d'autre part, empruntés à vos cours de français.
- ✓ Vous disposez de quatre heures.
- ✓ Vous pouvez utiliser un dictionnaire de langue française, un dictionnaire des noms propres, une grammaire, un manuel de conjugaison, **et vos cours de français de 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup>.**
- ✓ Votre texte comptera au moins 600 mots. Une longueur insuffisante entraînera pénalisation.

## Portefeuille de textes

*Par son œuvre et sa personnalité passionnée, enthousiaste ou inquiète, Mme de Staël assure la transition entre le siècle des Lumières et le romantisme du XIX<sup>e</sup> siècle. Elle met constamment l'accent sur le rôle de l'inspiration, du génie, sur la relativité du goût.*

Il est temps de parler de bonheur ! J'ai écarté ce mot avec un soin extrême, parce que depuis près d'un siècle surtout on l'a placé dans des plaisirs si grossiers, dans une vie si égoïste, dans des calculs si rétrécis, que l'image même en est profanée. Mais on peut le dire cependant avec confiance, l'enthousiasme est de tous les sentiments celui qui donne le plus de bonheur, le seul qui sache nous faire supporter la destinée humaine dans toutes les situations où le sort peut nous placer.

C'est en vain qu'on veut le réduire aux jouissances matérielles, l'âme revient de toutes parts, l'orgueil, l'ambition, l'amour-propre, tout cela c'est encore de l'âme, quoiqu'un souffle empoisonné s'y mêle. Quelle misérable existence cependant que celle de tant d'hommes en ruse avec eux-mêmes presque autant qu'avec les autres et repoussant les mouvements généreux qui renaissent dans leur cœur comme une maladie de l'imagination que le grand air doit dissiper ! Quelle pauvre existence aussi que celle de beaucoup d'hommes qui se contentent de ne pas faire du mal, et traitent de folie la source d'où dérivent les belles actions et les grandes pensées ! Ils se referment par vanité dans une médiocrité tenace, qu'ils auraient pu rendre accessible aux lumières du dehors ; ils se condamnent à cette monotonie d'idées, à cette froideur de sentiment qui laisse passer les jours sans en tirer ni fruits, ni progrès, ni souvenirs ; et si le temps ne sillonnait pas leurs traits, quelles traces auraient-ils gardées de son passage ? S'il ne fallait pas vieillir et mourir, quelle réflexion sérieuse entrerait jamais dans leur tête ?

Quelques raisonneurs prétendent que l'enthousiasme dégoûte de la vie commune, et que ne pouvant pas rester toujours dans cette disposition, il vaut mieux ne l'éprouver jamais : et pourquoi donc ont-ils accepté d'être jeunes, de vivre même, puisque cela ne devait pas toujours durer ? Pourquoi donc ont-ils aimé, si tant est que cela leur soit jamais arrivé, puisque la mort pouvait les séparer des objets de leur affection ? Quelle triste économie que celle de l'âme ! Elle nous a été donnée pour être développée, perfectionnée, prodiguée même dans un noble but. Plus on engourdit la vie, plus on se rapproche de l'existence matérielle, et plus l'on diminue, dira-t-on, la puissance de souffrir. Cet argument séduit un grand nombre d'hommes, il consiste à tâcher d'exister le moins possible.

Cependant, il y a toujours dans la dégradation une douleur dont on ne se rend pas compte, et qui poursuit sans cesse en secret : l'ennui, la honte, et la fatigue qu'elle cause sont revêtus des formes de l'impertinence et du dédain par la vanité ; mais il est bien rare qu'on s'établisse en paix dans cette façon d'être sèche et bornée, qui laisse sans ressource en soi-même quand les prospérités extérieures nous délaissent. L'homme a la conscience du beau comme celle du bon, et la privation de l'un lui fait sentir le vide ainsi que la déviation de l'autre, le remords.

On accuse l'enthousiasme d'être passager ; l'existence serait trop heureuse si l'on pouvait retenir des émotions si belles ; mais c'est parce qu'elles se dissipent aisément qu'il faut s'occuper de les conserver. La poésie et les beaux-arts servent à développer dans l'homme

ce bonheur d'illustre origine qui relève les cœurs abattus, et met à la place de l'inquiète satiété de la vie le sentiment habituel de l'harmonie divine dont nous et la nature faisons partie. Il n'est aucun devoir, aucun plaisir, aucun sentiment qui n'emprunte de l'enthousiasme je ne sais quel prestige d'accord avec le pur charme de la vérité.

**Mme de Staël, *De l'Allemagne*, 1813, chap. XII.**

\*  
\* \*

### ***Le bonheur est dans le cortex préfrontal droit***

Monsieur Matthieu Ricard est moine bouddhiste et aussi auteur à succès. Il est en outre docteur en génétique, et il a traduit en français des écrits du Dalai-Lama<sup>1</sup>, ce qui est méritoire. On dit aussi de lui qu'il est l'homme le plus heureux du monde. Selon *Télé-Moustique* du 26 décembre 2007, qui lui consacre une page entière, il récuse cette qualification. Heureux, oui, mais pas recordman. Heureux, parce qu'il a trouvé la recette du bonheur. Elle se trouve dans la méditation, laquelle, selon de très savantes expérimentations américaines, active la fonction des émotions positives dans notre cortex préfrontal gauche. C'est simple, il suffisait d'y penser. Matthieu Ricard a derrière lui trente-cinq ans de vie méditative dans un monastère (bouddhiste). C'est dire que son cortex préfrontal gauche est bien rodé pour le bonheur. Trente-cinq ans ! A la portée de tout un chacun, cela va de soi. L'idée principale des livres signés par l'heureux religieux, réside, selon l'article que je cite, dans le constat que *"tous nos malheurs résultent de l'attention démesurée que l'on porte à notre propre image. On se focalise alors sur les signes extérieurs de richesse - vêtements, voitures, etc. - comme si la valeur de ces acquisitions déteignait sur celui qui les possède"*. C'est vrai, quoi, on confond "être" avec "avoir". Il faut donc se dépouiller de tous ces avoirs qui nous empêchent de rencontrer notre véritable être. J'ai l'impression d'avoir déjà lu ça quelque part, mais comme a dit Goethe, il importe de dire ce qui a déjà été dit.

Les consommateurs compulsifs que nous sommes, conditionnés par un omniprésent "environnement publicitaire", imaginent être des individus autonomes. Nous avons tout faux : pour être vraiment soi-même, il faut cesser de regarder son nombril à travers tous les objets qui le masquent. C'est tout nu qu'il faut le découvrir et entreprendre alors, à partir de cette découverte, un long travail de méditation. Si possible dans un monastère bouddhiste : il doit rester des places disponibles en Birmanie, où le pouvoir militaire en a fait libérer quelques centaines ces derniers temps...

Méditer, soit. Mais sur quel sujet ? On peut toujours acheter un recueil de maximes zen, ça se trouve facilement au rayon "psychologie" des bonnes librairies. Car méditer sur les malheurs du monde, vu que, savez-vous, il en regorge, ça ne doit pas rendre heureux. Il faut méditer sur ce qui procure du bonheur, la forme parfaite de notre nombril, par exemple (pas celui des autres, cela peut engendrer du désir, et le désir, tous les amoureux vous le confirmeront, est incompatible avec le bonheur). Il m'arrivait parfois, naguère, de méditer

---

<sup>1</sup> Chef spirituel du bouddhisme tibétain.

sur une compagnie de moineaux se désaltérant dans une flaque, après une bonne pluie. C'est devenu impossible : il n'y a plus de moineaux, du moins près de chez moi. Sans doute ces moines en miniature ont-ils été se réfugier auprès de Matthieu Ricard, dans son monastère.

J'ai parlé de cet auteur à succès - dont les livres voisinent ceux de Salomé ou de Corneau, ces autres piliers de ce que j'ai appelé la culture gnangnan - à M., ma copine qui fait caissière à mi-temps dans la grande surface de mon quartier (celle qu'on va fermer, car Monsieur Carrefour n'a pas lu les livres de Ricard). Pour elle, les temps sont de plus en plus durs : "*Avec mon mi-temps, maintenant, je n'en sors plus*". Je lui ai conseillé la méditation et l'abandon de tous ces "*signes extérieurs de richesse*". Elle m'a répondu qu'elle n'en avait guère, et que par surcroît elle vivait seule avec une gamine de dix ans. Il y avait quand même l'obligation scolaire, non ? Est-ce qu'on lui enseignerait le flamand - pardon, le néerlandais - dans un monastère bouddhiste ? Et en plus, elle était allergique au riz. Ce n'est pas avec des arguments pareils qu'on progresse vers le bonheur !

Peut-être, en parachutant les livres de Ricard Matthieu au Darfour, au Kivu, au Bangladesh, au Kenya, en Colombie, en Tchétchénie, sur les tentes des SDF, ou encore dans le jardin de Bart Dewever, a-t-on quelque chance de voir progresser le bonheur dans le monde. Si l'assassin de Benazir Bhutto<sup>2</sup> avait lu *Le Moine et le philosophe* ou *L'infini dans la paume de la main*<sup>3</sup>, peut-être se serait-il contenté de renforcer son cortex préfrontal gauche, va savoir, et la face du monde en aurait été changée. La Bible, le Coran, les ouvrages de Dale Carnegie<sup>4</sup> et bien d'autres ont tous proposé des recettes pour être heureux. Ça n'a pas l'air d'avoir bien pris. Peut-être, avec le bon service de RP<sup>5</sup> qui s'occupe de Ricard, peut-on espérer un sursaut en faveur du bonheur. On imagine Sarkozy découvrant qu'une Rolex et une ci-devant top modèle de direction ne rendent pas vraiment heureux, et prenant la parole à la télévision (c'est son activité principale), la tête rasée et vêtu d'une robe couleur safran. Qu'est-ce qu'on rigolerait. Et rigoler, ce n'est pas le début du bonheur, ça ?

**JAVEAU Cl., *Le bonheur est dans le cortex préfrontal droit*, in [www.lalibre.be](http://www.lalibre.be), 10 janvier 2008.**

\*

\*\*

---

<sup>2</sup> Femme politique pakistanaise.

<sup>3</sup> Essais de Matthieu RICARD.

<sup>4</sup> Ecrivain américain qui propose une méthode de développement personnel adapté au monde de l'entreprise.

<sup>5</sup> Abréviation pour « relation de presse » ou « relations publiques ».

Ainsi, quand nous disons que le plaisir est le but de la vie, il ne s'agit pas des plaisirs déréglés ni des jouissances luxurieuses ainsi que le prétendent encore ceux qui ne nous connaissent pas, nous comprennent mal ou s'opposent à nous. Par plaisir, c'est bien l'absence de douleur dans le corps et de trouble dans l'âme qu'il faut entendre. Car la vie de plaisir ne se trouve point dans d'incessants banquets et fêtes, ni dans la fréquentation de jeunes garçons et de femmes, ni dans la saveur des poissons et des autres plats qui ornent les tables magnifiques, elle est dans la tempérance, lorsqu'on poursuit avec vigilance un raisonnement, cherchant les causes pour le choix et le refus, délaissant l'opinion, qui avant tout fait le désordre de l'âme.

### **Épicure, *Lettre à Ménécée***

\*  
\* \*

*Pour P. Bruckner, auteur de Euphorie perpétuelle, le bonheur est illusoire et fugace. Mieux vaut se contenter de simples instants de plaisir ou de joies passagères, dans une vie où le quotidien ne peut apporter que l'ennui. Le bonheur n'est plus un droit, il est un devoir, s'insurge l'intellectuel dans son dernier ouvrage. Et l'idéologie vire à la tyrannie : rien n'est plus angoissant que de vouloir être heureux et de ne pas y arriver ! Le bonheur, une quête illégitime ?*

**Psychologie Magazine** : - Quel but peut avoir la vie si ce n'est le bonheur ?

**Pascal Bruckner** : - Aucun. Nous sommes nés, sur cette Terre, sans raison. Dire que le bonheur est le but de la vie est une invention des philosophes et des religieux pour nous gâcher l'existence. Nous nous donnons de multiples buts provisoires : réussite professionnelle, amoureuse, etc. Mais personne n'a jamais assigné un but à la vie.

**Bruckner P., *Le bonheur devient une valeur culpabilisante* (extrait d'un entretien avec P. Bruckner), in [www.psychologie.com](http://www.psychologie.com), propos recueillis par Danièle Luc, mars 2014.**

\*  
\* \*