

La Conquête du bonheur

Par Giles Daoust

Dans son livre *La Conquête du bonheur*, le philosophe et mathématicien anglais Bertrand Russell (1872-1970, prix Nobel de littérature en 1950) expose des leçons de vie qui semblent particulièrement d'actualité.

Son analyse, qui aborde des aspects professionnels, familiaux et personnels, se résume dans son titre. Contrairement à ce que dit la devise américaine, il ne s'agit pas de la « poursuite » du bonheur, mais bien de sa « conquête ». Être heureux n'est ni un droit, ni un acquis. Il s'agit d'une lutte permanente.

Contrairement à ce que dit la devise américaine, il ne s'agit pas de la « poursuite » du bonheur, mais bien de sa « conquête ».

Je n'aborderai pas ici le volet « famille » du livre. Russell souligne bien évidemment l'importance de l'environnement familial dans la conquête du bonheur. Mais sa conception du mariage et du rôle de la femme dans l'organisation familiale est fort datée, le livre ayant été publié pour la première fois en 1930.

Deux éléments sont par contre particulièrement d'actualité : l'importance du travail et des centres d'intérêt.

Le travail joue un rôle crucial dans la conquête du bonheur. Il donne à nos existences une structure, et surtout un objectif. Et c'est cet objectif même, qu'il soit à court, moyen ou long terme, qui nous procure la motivation dont nous avons besoin au quotidien. Quel que soit notre métier, si nous l'exerçons avec goût et enthousiasme, nous y trouvons une grande satisfaction. Nous pouvons nous élever, chaque jour un peu plus, et devenir meilleurs. Pour les métiers manuels, la fierté du travail bien fait et l'envie d'apprendre de nouvelles techniques permettent de développer le corps et l'esprit. Pour les carriéristes, quand une nouvelle étape est atteinte, celle-ci procure une joie immense... qui n'est rien comparée à l'enthousiasme ressenti à l'idée d'atteindre l'étape suivante. Dans son livre, Russell parle bien sûr de son métier d'auteur, mais aussi des scientifiques, qui sont pour lui parmi les gens les plus heureux, du fait de leur quête continue de la découverte. Il dénonce en revanche l'excès d'esprit de compétition, certainement dans le milieu des affaires, qui pousse à des comportements malsains et à des vies éreintantes, parfois sans réel fondement.

Bertrand Russell souligne l'importance du travail et des centres d'intérêts. Il dénonce en revanche l'excès d'esprit de compétition.

Russell souligne aussi l'importance d'avoir des centres d'intérêts variés. En tant que philosophe, il trouve bien entendu une source d'inspiration dans la lecture, mais il explique également l'importance de hobbies, par exemples les collections. En effet, quelles que soient nos activités professionnelles et familiales et le temps que celles-ci nous prennent, il est bon de pouvoir nous immerger dans un univers personnel. Avoir des centres d'intérêts variés nous permet de découvrir de nouvelles choses, de nouvelles personnes, de nouveaux horizons. Lorsque nous éprouvons des difficultés dans la vie, ces hobbies offrent un refuge et un réconfort qu'il ne faut pas sous-estimer.

Dans ces deux domaines, on sent que la notion de bonheur chez Bertrand Russell est intrinsèquement liée à celle de « quête ». La quête de la perfection dans son travail, celle d'une promotion, d'une découverte scientifique, d'une réussite en affaires. La quête d'une connaissance nouvelle, d'une nouvelle pièce dans sa collection, la découverte d'un livre, la rencontre d'une personne inspirante. Les quêtes qui nous animent sont la source du vrai bonheur.

Les quêtes qui nous animent sont la source du vrai bonheur.