

JEAN NOUWYNCK

UN PÉRIPLÉ PHILOSOPHIQUE



Jean Nouwynck

Un périple philosophique

À la recherche des sources du bonheur

© Jean Nouwynck, 2026

ISBN numérique : 979-10-405-8781-1

Librinova”

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Entrée en matière

Amie, ami,

Si tu cherches le bonheur, de lire ce qui suit t'aidera peut-être à le trouver ; si tu penses l'avoir trouvé, à le consolider.

Si, voyant la misère qui règne presque partout dans le monde, tu penses qu'il est inconvenant, voire condamnable, de parler de bonheur, et qu'il faut plutôt œuvrer à réduire cette immense quantité de souffrance, ces pages te convaincront sans doute que tu as trouvé le bonheur sans t'en apercevoir.

Si tu es désabusé suite aux aléas de la vie et que, sans plus chercher à être heureux, tu préfères, dans la mesure du possible, « profiter de la vie », au mieux en aidant tes proches et sans nuire à autrui, espérons que tu poursuives néanmoins cette lecture et qu'elle t'apporte un peu de lumière.

*

1^{ère} étape : Qu'est-ce que le bonheur ?

Le dictionnaire définit le bonheur comme un *état de complète satisfaction, de plénitude* (Larousse), ou comme *l'état de la conscience pleinement satisfaite* (Robert), cette seconde définition indiquant qu'il s'agit, au-delà d'une satisfaction physique et mentale – le bien-être – de celle de la conscience.

Jean d'Ormesson, dans son « *Guide des égarés* », donne du bonheur une définition poétique :

Le plaisir est une herbe folle qui pousse entre les pierres. Le bonheur est un lac très calme qui brille sous le soleil. La joie est une tempête qui tombe du ciel pour nous élever vers lui. Le plaisir est un instant qui passe : il nous excite. Le bonheur est un état qui s'efforce de durer : il nous apaise. La joie est une grâce venue d'ailleurs. Elle éclate. Elle nous transporte. Elle nous ravit au-dessus de nous-mêmes.

2^{ème} étape : Qu'est-ce qui nous apporte le bonheur ?

Selon **Voltaire**, pour être heureux,
Il faut penser ; sans quoi l'homme devient,
Malgré son âme, un vrai cheval de somme.
Il faut aimer ; c'est ce qui nous soutient ;
Sans rien aimer, il est triste d'être homme.

Il faut avoir douce société,
Des gens savants, instruits, sans suffisance,
Et de plaisirs grande variété ;
Sans quoi les jours sont plus longs qu'on ne pense.

Il faut avoir un ami, qu'en tout temps,
Pour son bonheur, on écoute, on consulte,
Qui puisse rendre à notre âme en tumulte,
Les maux moins vifs et les plaisirs plus grands.

Il faut le soir un souper délectable,
Où l'on soit libre, où l'on goûte à propos,
Les mets exquis, les bons vins, les bons mots,
Et sans être ivre, il faut sortir de table.

Il faut, la nuit, tenir entre deux draps
Le tendre objet que notre cœur adore,
Le caresser, s'endormir dans ses bras,
Et, le matin, recommencer encore.

Donc, pour être heureux, il faut aimer, il faut avoir un ami, afin de rendre à **notre**

âme les maux moins vifs, alors que d'après **Sénèque**,

Le sage veut avoir un ami, non pour avoir quelqu'un qui s'asseye auprès de lui quand il est malade, qui lui porte secours quand il est dans les fers ou privé de ressources, mais pour avoir quelqu'un auprès de qui lui-même s'asseye quand il est malade, qu'il libère lui-même quand des ennemis le gardent prisonnier.
(Lettre à Lucilius)

Pour autant, on ne reprochera pas à Voltaire d'avoir l'amitié égoïste, puisqu'il a aussi écrit

Le bonheur est souvent la seule chose que l'on puisse donner sans l'avoir, et c'est en la donnant qu'on l'acquiert.

Aristote disait que le bonheur résulte de la conjugaison de la satisfaction de conditions extérieures (santé, possession des biens matériels nécessaires, reconnaissance sociale, tout ceci pour nous-mêmes et nos proches) et intérieures, la paix de l'esprit.

Aujourd'hui, **Jacques Lecomte**, promoteur de la psychologie positive, dit de même que le bonheur est l'association du bien-être et du sens.

Pour être heureux, il nous faudrait donc le bien-être, physique et mental, mais encore autre chose, de plus profond, qui donne un sens à notre vie, qui nous apporte la paix intérieure.

D'où la proposition suivante :

L'homme trouve la paix de l'esprit, donc le bonheur, lorsque sa vie, sa relation avec autrui et avec la nature, sont conformes à son destin, au sens de la vie humaine.

Mais alors, nous voilà Grosjean comme devant ! Cela fait des millénaires que les hommes se posent cette question « **quel est le destin de l'homme ?** ».

Pour tenter d'y répondre, suivons le conseil de **Goethe** : *Celui qui ne sait pas tirer les leçons de trois mille ans vit au jour le jour.*

Or, que nous apprennent trois mille ans de quête philosophique ?

Deux réponses classiques : le matérialisme philosophique et les religions.