

Une joie étrange

●●● **Dominique Salin s.j.**, Paris

Professeur de théologie spirituelle au Centre Sèvres

La course au bonheur présent est devenue un impératif, sur un chemin pavé de stoïcisme, de bouddhisme et de freudisme, où le bonheur céleste éternel ne convainc plus. Mais y a-t-il vraiment séparation entre « bonheur psychologique » et « bonheur spirituel » ? Le dualisme est une tentation. La confusion des plans en est une autre.

« Les gens disent : “Qui nous fera voir le bonheur ?” » (Ps 4,7). Le psalmiste atteste que la question vient de loin, de toujours et de partout. Mais, pour la suite du verset, il a retenu un autre mot que bonheur : « Yahvé, tu as mis en mon cœur plus de joie / qu’au jour où leur blé, leur vin nouveau débordent. » Il cherchait le bonheur, il a reçu la joie. La joie évoque un état peut-être plus profond, plus durable, plus partageable que le bonheur. Elle nous met sur la voie de la version chrétienne du bonheur.

Dans nos sociétés dites avancées, le bonheur éternel, la béatitude promise aux âmes chrétiennes, ne fait plus recette depuis longtemps. Le constat de Saint-Just, sous la Révolution, en a sonné le glas : « Le bonheur est une idée neuve en Europe. » Le bonheur, depuis le Siècle des Lumières, c’est pour tout de suite.

La recherche de la *quiétude* augustinienne¹ étant désormais disqualifiée, restaient la voie de la sagesse païenne (stoïcisme ou, avec Schopenhauer, bouddhisme) et celle, récente, de la morale kantienne.² Le jeune Claudel, avant sa conversion, trouvait déjà ce moralisme, coupé de sa sève évangélique, un peu court et parfaitement ennuyeux. On fut assez vite de son avis, à la suite d’André Gide, bien sûr, et, plus près de nous, d’Albert Camus. Même s’ils n’ont pas « fait mai 68 », les lycéens lecteurs de *L’Etranger* ont vibré

à la formule de Noces (1938) : « Il n’y a pas de honte à être heureux. Mais aujourd’hui l’imbécile est roi, et j’appelle imbécile celui qui a peur de jouir. »

Le moins qu’on puisse dire est que la notion de bonheur s’est laïcisée. Elle s’est surtout imposée comme un impératif absolu. A suivre la publicité et le discours médiatique en général, être heureux est devenu un devoir : on n’a plus le droit de se sentir mal ; se reconnaître frustré constitue un aveu insupportable.

Or la course au bonheur peut être une discipline exténuante. Il ne suffit pas d’être performant au travail et au lit, il faut encore offrir l’image d’un corps parfait (les officines spécialisées ne sont pas menacées par le chômage technique) et, surtout, afficher une sérénité à toute épreuve. Le héros aujourd’hui, c’est celui, ou celle, qui, en toute circonstance, reste zen. « Cool, papa ! » Pour le bien-être du corps, il y a les salles de gym et les centres de remise en forme. Mais pour le bonheur de l’esprit et du cœur ? C’est ici que se rencontrent le stoïcisme, Bouddha et la postérité freudienne.

1 « Tu nous as faits pour toi, Seigneur, et notre cœur est sans repos (*inquietum*) tant qu’il ne repose (*requiescat*) en toi. »

2 Le best-seller d’Alain, *Propos sur le bonheur* (1928), en donne un aperçu significatif.

Chemins de sérénité

Multiples sont les offres qui sollicitent nos contemporains stressés, « au bord de la crise de nerfs » ou simplement en quête d'une forme de respiration dans une existence survoltée. En témoigne, par exemple, le succès de *Psychologies magazine*, lancé en 1997 (350 000 exemplaires). On y découvre mille conseils et adresses pour trouver, ou retrouver, la sérénité et le bonheur.

Côté pensée (laïque, bien sûr), les références sont à chercher du côté du philosophe Luc Ferry³ ou dans les livres et multiples interventions du très médiatique André Comte-Sponville,⁴ fortement redevables au stoïcisme. Côté spiritualités non religieuses, on sait la faveur que rencontrent le yoga, la méditation transcendantale et la voie bouddhiste, tibétaine notamment, représentée par Matthieu Ricard.⁵ Tout compte fait, dans les années 1960, Arnaud Desjardins a été meilleur prophète qu'Herbert Marcuse.

Il faut prendre la mesure de l'évolution des mentalités. Qui eût dit, voilà cinquante ans, qu'on verrait bientôt, en Europe et en Amérique du Nord, la « spiritualité » figurer parmi les moyens de parvenir au bonheur et associée à la psychologie ? La psychologie moderne, psychiatrique et psychanalytique, à la suite de Charcot et de Freud, ne s'était-elle pas construite non seulement en dehors de la religion et des idéalisations qui lui ressemblent, mais le plus souvent contre elle ? Or on assiste

aujourd'hui à de multiples formes de métissage entre psychologie et spiritualité.

En témoigne le succès des écrits d'Etty Hillesum ou de Christiane Singer, par exemple ; celui aussi des innombrables sessions, conférences, retraites aux lisières de la recherche spirituelle et de la psychothérapie.

Il est à craindre que, dans ces pratiques, compétences véritables et rigueur déontologique ne soient pas toujours au rendez-vous, et que règne la confusion des genres. Les risques de manipulation ne sont pas imaginaires. Mais le fait est là : pour beaucoup, l'accès au bonheur et à la sérénité est une affaire de technique mentale ou spirituelle (« au sens large, non religieux du mot », s'empresse-t-on généralement d'ajouter).

Il peut être tentant, surtout si l'on est chrétien, et chrétien se voulant « éclairé », d'ironiser sur le narcissisme et l'individualisme qui peuvent inspirer ce type de démarche et de lui opposer le bonheur chrétien. Il est sans doute moins facile mais plus productif de s'entendre sur ce que peut signifier *bonheur chrétien*.

Du manque à la joie

Puisqu'il faut ici penser à grandes enjambées, on avertira tout de suite qu'il s'agit d'un bonheur paradoxal. On soulignera d'abord que l'Evangile se présente comme une *Bonne nouvelle*. L'enseignement de Jésus (le *discours sur la montagne*, Mt 5) commence par une série de bénédictions, c'est-à-dire de déclarations de bonheur ou d'invitations au bonheur : « Bienheureux êtes-vous si... ». Mais le paradoxe consiste en ce que les privilégiés, ici, ne sont pas ceux dont les silos, les caves et les

3 • *La révolution de l'amour. Pour une spiritualité laïque*, Paris, Plon 2010, 476 p.

4 • *Notamment L'esprit de l'athéisme. Introduction à une spiritualité sans Dieu*, Paris, Albin Michel 2006, 220 p.

5 • Son livre *Le moine et le philosophe*, dialogue avec son père Jean-François Revel, est traduit en 21 langues.

comptes en banque sont saturés, ceux donc qui n'ont plus rien à désirer, mais, au contraire, ceux qui sont dans la pauvreté, les larmes, le manque et le souci - souci de la justice, de la paix et du pardon.

Autrement dit, le bonheur chrétien, loin de consister dans la saturation du désir ou, au contraire, dans son exténuation (bouddhisme), peut être compatible avec des formes de frustration, de manque, de « souci » de désir. Dans une perspective chrétienne, on peut être heureux, ami de Dieu, des hommes et de soi-même, tout en ayant la vie dure ou en étant psychologiquement délabré. Et si l'on considère que cet idéal de bonheur a semblé être réalisé d'abord dans la personne même de Jésus - dans son existence au quotidien comme dans sa mort - on conviendra qu'il s'agit en effet d'un bonheur paradoxal.

Son expression la plus saisissante se trouve sans doute dans les dernières confidences de Jésus à ses disciples, au moment où il va être arrêté et - nul besoin d'être prophète pour le prédire - éliminé. Il leur parle de la joie qui l'habite et qu'il souhaite partager avec eux : « Je vous ai dit cela pour que ma joie soit en vous et que votre joie soit parfaite » (Jn 15,11).

Parler de joie en un moment pareil ! Souhaiter aux autres d'être habités par cette joie-là ! C'est pourtant le message qu'ont entendu les disciples et le programme qu'ils se sont fixés, pour eux-mêmes et pour leurs disciples à leur tour. Le mot *joie* est un des mots-clés les plus fréquents du Nouveau Testament.

On peut toujours, après Nietzsche et d'autres, y déceler le jeu de pulsions masochistes et de sublimations à bon compte. Les témoignages ne manquent pas, jusqu'à notre époque, d'existences

charismatiques, rayonnantes de paix et de joie, et dont on a découvert après coup qu'elles avaient traversé parfois des formes d'enfer et souvent de grandes souffrances. En effet, la plupart de ces figures emblématiques, figures mystiques peut-on dire, n'ont été connues d'abord que comme de grands actifs : entrepreneurs de la charité, fondateurs ou réformateurs d'ordres religieux ; bref des hommes et des femmes d'action, extrêmement inventifs pour améliorer la vie de leurs frères humains ou soulager leur souffrance, et débordants de joie et de dynamisme.

Sans oublier François d'Assise, qui reste le plus impressionnant, pensons à Vincent de Paul, Thérèse d'Avila, Jean de la Croix, Marie de l'Incarnation Guyart (fondatrice de la Nouvelle France), l'abbé Pierre ou Mère Teresa, pour ne retenir que des têtes d'affiche et des religieux, étant entendu que la plupart d'entre nous avons croisé des êtres de leur trempe, laïcs bien souvent, mais voués à rester anonymes, tant sont modestes leur condition sociale et leurs entreprises.

On est loin du solitaire enfermé dans la recherche de son équilibre intérieur et de la sérénité, encore qu'il ait droit, lui aussi, à cette joie étrange qui ne ressemble guère aux joies données par le monde (Jn 14,27).

Charité et partage

Apparaît ici le second trait du bonheur selon l'Evangile. Il ne saurait être recherché pour lui-même, ni obtenu comme récompense au terme d'un tenace combat avec soi-même. Ce serait la meilleure manière de le manquer. Ce bonheur, au contraire, est donné, et donné, en prime, à partir du moment où on a renoncé ! A partir du

moment où on a cessé de faire de son bien-être spirituel la première de ses préoccupations, pour se préoccuper plutôt du confort spirituel, et d'abord du confort tout court, de ses frères humains.

Priorité à la charité, à la vie ! C'est elle qui juge de la qualité de notre bonheur et de notre paix intérieure. Elle est la pierre de touche du vrai bonheur. Celui-ci n'est atteint, goûté, que d'être partagé. Ce fut, semble-t-il, la découverte et l'aventure d'Etty Hillesum. En l'espace de quelques années, cette jeune femme narcissique et voluptueuse est devenue l'ange de la Charité pour ses frères juifs du camp de Westerbork. Certes, le mot *joie* ne vient pas souvent sous sa plume, mais plutôt le mot *bonheur*. La nature de celui-ci n'en est pas moins claire.

On objectera qu'il s'agit ici de destins exceptionnels. Mais, dans ce domaine aussi, nous avons besoin de repères qui se détachent de la grisaille et de l'humanité moyenne, pour nous orienter dans la vie.

Ce qui donne forme au chemin chrétien vers la joie, ce ne sont pas des techniques ni des méthodes, dans lesquelles il est si facile de s'enfermer. C'est la configuration à Jésus de Nazareth. Laisser le Christ être Christ en soi. Le laisser s'identifier à nous et nous laisser identifier à lui. Le Christ n'est pas une technique, un savoir-faire. C'est une personne humaine, plus humaine que nous tous réunis, et qui revendique d'être « Chemin, Vérité, Vie » (Jn 14,6). Certes, la tradition chrétienne offre au méditant et au candidat au bonheur des méthodes et des formes d'ascèse qui en valent bien d'autres. Mais elle

privilégie l'amour, la charité, la sortie de soi. Et celle-ci est à la portée de tous.

La voix de l'Esprit

Il est vain, on l'aura compris, d'opposer bonheur psychologique, ou « naturel », et bonheur spirituel, ou « chrétien ». Tout est tellement mêlé en nous, aspirations spirituelles et particularités psychologiques !⁶ Mais pour réfléchir à l'humaine condition sans trop s'embrouiller, il est bon de distinguer les approches.

Saint Paul déjà différenciait « l'homme psychique » de « l'homme spirituel » (1 Co 2,14-15). Le premier désigne l'homme qui fonctionne au niveau de ses sens, de son intelligence et de son cœur. Le second est celui qui, en même temps, se rend attentif à la voix de l'Esprit qui parle à notre esprit. (Etant entendu qu'il s'agit de types qui peuvent coexister chez le même individu.) Au risque de l'anachronisme, on pourrait dire que le premier est celui qui se conduit en matérialiste ou, plus positivement, en « humaniste » fermé à toute forme de transcendance religieuse. Le second se réclame de l'Esprit du Christ. Tous deux peuvent considérer le monde et l'homme comme des énigmes dont les clés échapperont toujours à la science, et être tous deux sensibles à la part d'altérité qui est la marque de l'expérience humaine (« "Je" est un autre », écrivait Rimbaud, ce mécréant notoire).

Mais l'homme spirituel, lui, verra dans cette énigme un Mystère : le Mystère même du Christ (Eph 3,4), « resté caché tout au long des âges » (Eph 3,4 ; Col 1,26).

D. S.

6 • Voir **Dominique Salin**, « Du spirituel et du psychologique », in *Études*, n° 41782, février 2013, pp. 197-210.