Le Bonheur : Liberté ou dictature

Aujourd’hui, le bonheur est partout. On en parle en télévision, à la radio, dans les journaux, sur internet. Personne ne peut y échapper. La science, le monde de l’économie et de la finance s’en sont également emparés. Cette idée de bonheur s’est même invitée au sein des consultations des psychiatres et des psychologues. Le bonheur nous est présenté comme le but

de la vie. Il n’est plus un droit mais un devoir. Des opportunités de zénitude et de plénitude nous guettent à chaque coin de rue, à chaque moment de notre existence. Et, si nous sommes incapables de les percevoir, il y a des marchands de bonheur pour nous montrer la voie d’un épanouissement absolu. Ces nouveaux commerçants portent des noms chatoyants comme « déployeuse des possibles », « re-programmatrice d’ADN », « habitat thérapeute », « spécialiste en feng shui chamanique » ou « kinésiologue ». Pas de place pour le doute, vous allez être heureux.

Cette médiatisation du bonheur est assez cohérente dans une société marquée par la promotion de la consommation, le culte de la performance, et la glorification du succès. L’individu est poussé à entreprendre, à développer des compétences et surtout à se dépasser. L’échec n’est pas une option. La réussite est sensée assurer le bonheur et le respect de tous. Toute baisse de performance occasionnée par la fatigue, la douleur ou la démotivation doit alors être traitée. Le patient attend de nous une solution rapide et efficace. Rien ne peut venir parasiter le sentiment de bonheur.

Devons-nous aujourd’hui aller au-delà du soin et essayer de montrer à nos patients où se trouve ce bonheur ? Ou refuser ce que certains appellent la dictature du bonheur ? Une dictature qui nous obligerait dans le cadre de notre pratique clinique à trouver des solutions garanties, parfois irréalistes et surtout le plus rapidement possible.

Ce qui semble évident, c’est que les sociétés les plus heureuses sont sans doutes celles qui laissent aux individus la liberté de choisir leur type de vie.

William PITCHOT