

«Le bonheur est une œuvre d'art collective»

ÉTUDE. Courir après, cela ne sert à rien, il faut le chercher en dedans de soi, selon le philosophe français Vincent Cespedes. Explications.



– Vous vous êtes fait connaître avec «I loft you», en 2001. Comment, en philo, passe-t-on de «Loft Story» à la recherche de fond?

– La phrase clé de «Loft Story» n'était-elle pas «C'est que du bonheur»? Cela dit, le loft m'a permis d'ausculter la jeunesse, le processus de concurrence, d'élimination, d'absence de solidarité. J'ai continué à analyser tout ça, l'idée du bonheur en filigrane. Il était temps que je lui accorde une étude.

– Avec l'idée d'un génie qui vous offre le vœu suprême!

– Il est là pour faciliter la lecture et se demander pourquoi croire qu'il nous manque toujours un ingrédient pour être heureux.



Cespedes rattache le bonheur à une action politique en citant Mai 68: «Moi y en a vouloir des sous». –AFP

– Et?

– Bien sûr que non. Il faut arrêter de se victimiser. Le bonheur ne dépend ni de son métier, ni de son cours de gym, ni de son dernier achat.

– Alors «le bonheur est un choix», comme on a pu l'entendre dans «Monk»?

– Non! Le bonheur n'est pas devant vous, il est dedans. Vouloir le bonheur est le meilleur moyen de ne pas y arriver. D'ailleurs, ceux qui le poursuivent ne font en fait que le fuir. Par peur.

– Pourquoi a-t-on peur?

– Nous sommes une génération

conditionnée: l'autre est un danger, il faut travailler, consommer, sourire façon Dexter. Les gens heureux n'ont pas envie de mentir, d'être stressés, de faire des luttes de pouvoir. Le bonheur est subversif et il fait peur aux Etats. J'ai beaucoup étudié Mai 68, et je peux vous dire qu'on n'a jamais atteint un degré de bonheur aussi fort.

– Comment être heureux?

Je dirais plutôt «rendre heureux». On est dans l'onde charme. Le bonheur est une œuvre d'art collective.

– Vous le comparez à l'effet champagne...

– Oui, je préconise un rapport au monde pétillant. Le meilleur moyen de devenir heureux est de se mélanger à des gens heureux, pétillants, colorés. Ce n'est pas en faisant la gueule qu'on crée de vrais liens, mais en étant dans la générosité.

–STÉPHANIE BILLETTER



A lire:

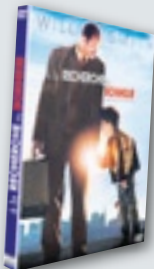
«Magique étude du bonheur», de Vincent Cespedes, Larousse, à paraître le 1er avril

QUELQUES IDÉES HEUREUSES

Will Smith entraîne son fils

DVD. En anglais, bonheur se dit «happiness» (joie) ou «luck» (chance). Dans ce film de 2005, le personnage joué par Will Smith adopte les deux significations. Et surtout, il confirme, mélo à la clé, l'adage selon lequel «l'argent ne fait pas le bonheur». C'est vrai ça, il a tellement d'amour à donner à son fils (son vrai fils d'ailleurs, qui joue à ses côtés) que l'argent, pff...

«A la recherche du bonheur», de Gabriele Muccino, avec Will et Jaden Smith



Cali le hurle à tout vent

CHANSON. «C'est quand le bonheur?» Oui, Cali, c'est quand? Il faut le voir se démener à chacune de ses prestations scéniques et crier sa question. A Bègles en 2006, il est accompagné de Noir Désir, pour une version forcément très rock. Quand on pense qu'ils remettent ça cette année sous le très explicite nom des Hyènes et du «Bordel Tour», ça va déménager le bonheur, parole de révolutionnaire.

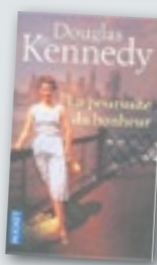


www.bonheur.20min.ch

Douglas Kennedy le poursuit

ROMAN. A lire et à relire, le plus beau livre et le mieux construit de Kennedy, qui prouve, si besoin était encore, la théorie de Vincent Cespedes: poursuivre le bonheur est le meilleur moyen de ne pas y parvenir. Car la poursuite n'a pas de fin. De quoi méditer ceci: on se rend malheureux pour punir quelqu'un de son entourage. Vous avez dit manipulation?

«A la poursuite du bonheur», de Douglas Kennedy, Pocket



La recette de 20 minutes

Burgers à la feta et aux olives

Ingrédients pour 4 personnes

- 80 g de feta
- 100 g d'olives noires dénoyautées
- 500 g de chair à saucisse de veau
- poivre
- env. 80 g de chapelure
- beurre à rôtir

Détailler la feta en menus dés, les olives en rondelles. Les mélanger avec la chair à saucisse, poivrer. Verser la chapelure dans une grande assiette. Partager la préparation à burgers en 12 portions égales, les façonner en galettes avec les mains mouillées, puis les tourner dans la chapelure. Faire dorer des deux côtés dans du beurre à rôtir, sur feu moyen, durant env. 6 min.

Conseil: servir avec une salade de concombres, de carottes ou de riz.

Valeurs nutritives par personne, environ:

- 33 g de protéines,
- 29 g de lipides,
- 17 g de glucides,
- 1900 kJ/460 kcal.



Recette créée par

cuisine de saison
www.saison.ch

6 mois pour Fr. 20.–
Commandez votre abonnement d'essai!
abonnements@saison.ch
Téléphone: 0848 877 848



VOS COMMIS PAR SMS

Pour recevoir la liste des produits ci-dessus, envoyez **INGREDIENTS** au 2020 (40 ct./SMS, max. 2 SMS selon la recette).
INFO-SERVICE SMS Pour recevoir le thème de la recette du jour, chaque matin à 11 heures (lu-ve, un SMS/jour à 20 ct.), envoyez **START RECETTE** au 2020. Pour arrêter le service en tout temps, envoyez **STOP RECETTE** au 2020. Retrouvez toutes les recettes sur **cuisine.20min.ch**