

# THE OU CAFE PHILO

## COMPTE RENDU n° 218

14/15 juin 2022. Nombre de personnes présentes : 10

### THEMES PROPOSES :

- Pourquoi a-t-on peur de l'inconnu ?
- L'effort que l'on fait pour être heureux n'est jamais perdu. Alain (de son vrai nom Emile Auguste Chartier), philosophe 1868-1951.

THEME RETENU : **L'effort que l'on fait pour être heureux n'est jamais perdu**

### POINTS PRINCIPAUX EVOQUES :

- Etre heureux, cela se construit
- Cela dépend, pour chacun, de la nature du but à atteindre qui pourrait rendre heureux
- Il y a donc pour chacun différentes façons d'être heureux : être heureux de gagner sa vie, d'avoir des biens matériels, d'atteindre une réussite sociale, de fonder une famille, de se sentir libre, d'aider les autres etc.
- Exemples de ceux qui, parfois, ont fait des efforts : personnes issues de milieux défavorisés, émigrés, qui deviennent des entrepreneurs, qui réussissent dans des professions de haut niveau, personnes souffrant d'addictions qui font les efforts nécessaires pour s'en affranchir et qui obtiennent ainsi une meilleure santé, de même que ceux qui pratiquent un sport, surmontent un handicap, etc...
- Beaucoup de choses peuvent arriver sans avoir fait des efforts pour l'obtenir (ex. héritages), mais cela n'aura pas alors la même saveur
- Se prouver qu'on a réussi à arriver au but fixé, seul, est gratifiant, donne de la satisfaction et de la confiance en soi
- Les efforts faits pour y arriver peuvent être une source d'inspiration, d'enrichissement personnel
- On peut ressentir aussi une certaine fierté vis-à-vis de ceux qui n'ont pas forcément cru en nous : parents, professeurs etc.
- Même si on a une vie heureuse sans avoir fait d'efforts particuliers, il peut être intéressant de chercher quelque chose de plus, ce qui engendrera un certain dynamisme
- Dans les rapports humains, faire des efforts pour plaire peut, parfois, être récompensé...
- Des efforts qui ont été faits à un moment donné, peuvent se révéler vains sur l'instant, mais pourront se révéler utiles par la suite, à un moment inattendu
- On peut penser que le résultat visé n'est pas à la hauteur des espérances et a demandé trop d'efforts qui n'ont pas été reconnus, d'où la nécessité de réfléchir à la possibilité d'un échec (ce qui arrive assez souvent aux chercheurs qui n'arrivent pas forcément au résultat escompté).
- Pour arriver à être heureux, il peut être simplement utile de s'écouter, de « lâcher prise », de ne pas avoir conscience qu'il existe autre chose (mythe de la caverne de Platon)
- Certains disent n'avoir jamais fait d'efforts particuliers pour arriver à être heureux : ce sont, sans doute, des êtres courageux qui ont surmonté les obstacles sans en être conscients.

*Citations : « Notre vie vaut ce qu'elle nous a coûté d'efforts. » François Mauriac, écrivain 1885-1970.  
« Si vous voulez être heureux, soyez-le ! » Léon Tolstoï, écrivain russe 1828-1910.*