

Dans cette dissertation,

une colonne à gauche récapitule le cours du devoir et vous donne *en italique et en petit caractères les remarques relatives à la méthode.*

Dans le devoir lui-même, vous trouverez

- **en orange** les termes du sujet (remarquez combien ils sont repris dans l'intro, et les transitions).
- **en GRAS les concepts** (un concept central par paragraphe)
- **en rouge** les phrases ou expressions qui montrent au lecteur que le propos est organisé et répond bien à la question posée.
- **et en vert** les références aux philosophes, les citations et les références culturelles.

Chercher à jouir d'un maximum de plaisirs est-ce la meilleure façon de conduire son existence ?

Accroche

Le film Trainspotting raconte la vie de drogués à l'héroïne en Écosse. Lorsqu'on demande à l'héroïnomane quel est l'effet de l'héroïne, il explique qu'elle lui procure une sensation tout à fait maximale de plaisir, si puissante qu'elle l'amène à relativiser tous les autres plaisirs que l'on peut prendre à vivre. L'héroïnomane ne se préoccupe plus dès lors ni de son alimentation, ni du confort de son logement, ni de sa vie sexuelle, il devient totalement obsédé par la recherche et la consommation de sa drogue.

Chercher à jouir d'un maximum de plaisirs, est-ce la meilleure façon de conduire son existence ?

*Sujet
définition –
« existence
humaine »*

« conduire »

« la meilleure »

*« la
jouissance » et
« le plaisir »*

Tout d'abord le mot « **existence** » renvoie ici à la manière si particulière qu'a l'être humain de vivre sa vie : ex-sistere, l'être humain est l'animal qui ne vit plus seulement dans l'instant présent, mais est ouvert sur le passé et le futur. Ainsi il devient un animal rationnel, capable de construire des choix réfléchis, de former des projets, et de se lancer à la recherche du bonheur. C'est en ce sens que le sujet parle de « **conduire** » son existence. L'être humain, n'étant plus conduit par l'instinct animal, doit apprendre à se régler lui-même. Dès lors, l'être humain doit choisir une voie, se donner des principes. Plus exactement, nous devons nous demander quelle est la « **meilleure** » des voies. Cette expression renvoie à l'idée de souverain bien : l'homme étant capable de choisir, il doit se demander quel est le bien le plus haut auquel tous ses choix, toutes ses décisions doivent être subordonnés. C'est ce qu'on appelle la recherche du bonheur. Donc la « jouissance » maximale est-elle cette voie la meilleure que nous cherchons ? « **Jouissance** » et « **plaisir** » renvoient tous deux à une interaction entre le corps, et plus exactement le système nerveux, et la conscience : le sentiment de plaisir est éprouvé lorsque le cerveau libère de la dopamine ou de la sérotonine et vient ainsi stimuler les neurones. C'est ce qu'on appelle le système de la récompense. La question est donc de savoir si l'être humain doit utiliser ses facultés rationnelles dans le but unique de faire fonctionner aussi intensément que possible ce système de la récompense.

*probléma-
tisation*

*Veillez faire
attention à
l'utilisation des
connecteurs
logiques et à la
cohérence
logique de
l'enchaîne-*

Dans la mesure où plaisir et jouissance, s'opposent à la douleur, à la souffrance, au désagréable, n'est-il pas évident que nous devons rechercher les premiers et fuir les seconds ? **De plus** l'avantage d'être raisonnable, rationnel, réfléchi n'offre-t-il pas effectivement à l'être humain la possibilité de se livrer à un calcul optimal dans cette recherche du plaisir ? **Alors que** l'animal est prisonnier de l'excitation du moment et ne peut recevoir de plaisir que ce que son corps et sa réalité lui permettent d'obtenir, l'être humain, lui, est capable de prévoir, d'anticiper, de créer, d'inventer, **et ainsi** d'augmenter prodigieusement non seulement les sources de ses plaisirs, mais aussi leur durée. **Et cependant**, cette idée d'un « maximum » pose un problème : **après tout**, si tel était le mot d'ordre de l'existence humaine ne devrions nous pas tous nous saisir de l'aiguille de l'héroïnomane pour nous la planter dans le bras ? La

ment des questions

annonce de plan

Plan détaillé de la première partie

Attention, je soigne ma transition, donc je la rédige à l'avance en faisant gaffe à montrer que je suis en étroite liaison avec le sujet

meilleure vie humaine se mesure-t-elle uniquement à l'intensité de la jouissance ? **Et** la qualité de cette jouissance, alors ? Exultation, exaltation, joie, béatitude, tranquillité, sérénité, n'y a-t-il pas là des mots très différents pour parler pourtant à chaque fois du plaisir ? N'indiquent-ils pas, dans leurs oppositions les uns avec les autres qu'il y a plaisir et plaisir ? Ne faut-il **donc** pas plutôt commencer par faire le tri entre les plaisirs pour distinguer ceux qui **effectivement** nous rapprochent de ce que nous avons de meilleur et ceux qui au contraire, malgré la jouissance qu'ils nous procurent, nous rabaissent et nous avilissent ?

Nous verrons dans une première partie l'importance cruciale que joue le plaisir dans la vie de l'animal en général et de l'être humain en particulier. Mais dans une seconde partie nous critiquerons l'idée dévastatrice qu'il faut se lancer à la quête du plaisir maximum, pour terminer notre devoir par un éloge de la tempérance, la moins sublime, sans doute, mais aussi la plus fondamentale des vertus de l'être humain.

I./ l'importance cruciale du plaisir dans la vie humaine

A) qu'est-ce qu'être vivant

le **CONATUS** (citation de **Spinoza**) auto-organisation, entropie, lutte pour la survie.

B) le rôle du plaisir dans la vie

description détaillée du circuit de la récompense (Attention, ne te répète pas par rapport à l'intro). Insister sur le parallèle :

vie du corps // ressenti dans la conscience

Montrer l'importance cruciale du couple **douleur** et **plaisir**

à chaque fois il s'agit d'inciter à l'activité, au mouvement.

Chaque plaisir ressenti est ainsi une victoire contre la mort et une célébration de la vie.

C) chez l'être humain en particulier

l'ouverture de la conscience, distension animi (**Augustin**) et donc développement de l'imaginaire (**Durkheim**)

le **désir mimétique**, sa grande qualité/ (**René Girard**)

l'homme ne doit pas seulement vivre, il doit être.

Son système de la récompense cérébral n'est pas seulement branché sur les besoins vitaux, mais sur des désirs imaginatifs.

Ainsi le plaisir de ressembler au modèle = le plaisir de s'humaniser.

TRANSITION Ière partie / IIème partie

Nous avons donc vu qu'effectivement le **plaisir** jouait une place déterminante dans **l'existence** de tout être vivant en général, et de **l'être humain** en particulier. En effet, c'est parce que nous éprouvons plaisir et douleur que nous sommes poussés à persévérer dans notre être au lieu de nous abîmer dans la mort. Comme le disait Rousseau, « malheur à qui n'a plus rien à désirer ». Cependant nous allons voir que si le plaisir joue bien un rôle essentiel dans la vie humaine, il est non seulement dangereux, mais aussi erroné de le prendre comme objectif principal. Le plaisir est une condition nécessaire du bonheur, mais il n'est pas le bonheur.

a deuxième
partie, plan
détaillé

Lorsque tu
prends un
exemple,
prends un
exemple qui a
la classe.

+II./ La recherche du maximum de plaisir ne conduit pas au bonheur

A) Rechercher le maximum de plaisir, qu'est-ce à dire ?

Analyse détaillée du discours de **Calliclès**. La raison comme simple instrument au service des **passions**.

Idée centrale : TOUS les hommes et TOUTES les femmes sont au fond effectivement obsédés par la maximisation de leur plaisir égoïste (théorie de la nature tyrannique de l'être humain).

À partir de là deux types humains :

Les peureux	Les courageux
malhonnêtes, qui ne sont pas en accord avec leur nature humaine par peur des conséquences	Ils ont l'honnêteté d'accepter leur nature égoïste, et courent le risque de vivre leur vie à fond.

EXEMPLE : **Bel Ami** de Maupassant, Georges Duroy, le symbole de l'arriviste, ambitieux, qui fait tout pour arriver, et, se rendant compte qu'il plaît beaucoup aux femmes, se sert de ses talents d'amant pour monter dans la bonne société parisienne.

B) Les problèmes que pose cette façon de rechercher le bonheur : derrière la recherche du maximum de plaisir se cache un non sens, l'HUBRIS.

1./ présentation générale du problème de la **démésure du désir humain** : « Notre sensibilité, abstraction faite de tout pouvoir extérieur qui la règle, est un abîme sans fond que rien ne peut combler ». **Durkheim**.

Analyse de la citation : imagination, donc circuit de la récompense déconnecté du besoin. Risque de ne plus avoir aucune limite. Ainsi le mot « maximum » n'a aucun sens lorsqu'on parle du désir humain.

2./ Pourquoi l'argent ne fait pas le bonheur : texte de **Jung**. La possession matérielle prend son sens dans le fait que l'homme ne sait plus ce qu'il est, qui il est. (il est aveugle à « l'homme intérieur ») alors il s'entoure d'objets (c'est la dynamique de « l'extériorité »). Mais cela ne peut le satisfaire parce que ce goût du luxe n'a pas de base, de socle. Perte de la mesure = hubris, démesure.

Cette recherche effrénée enferme l'homme dans la dynamique des **faux besoins** (**Marcuse**)

3./ Même le mimétisme humain est problématique. En se réglant sur ses semblables, l'humain peut risquer de se laisser emporter par la **contagion mimétique** (**René Girard**)

TRANSITION IIème partie / IIIème partie

Par conséquent la recherche d'un **maximum de plaisirs** n'a pas de sens, tout simplement parce que ce maximum n'existe pas. Se donner un tel objectif, rechercher le bonheur dans cette voie, c'est être condamné à toujours vouloir plus sans jamais être satisfait. Mais alors, puisque la recherche d'un maximum de plaisir n'est pas un bon principe de vie, que faire, comment faire pour **conduire sa vie** ? Faut-il penser, comme **Schopenhauer**, que la vie humaine est absurde, vouée au désespoir et à la mélancolie ? En réalité, nous allons voir que si **la recherche d'un plaisir maximum** est insensée, la **recherche du plaisir**, joue pourtant un rôle essentiel dans la **conduite de la vie humaine**, mais d'un plaisir tout autre que celui de la jouissance effrénée. Pour cela nous allons faire l'éloge de la tempérance.

3Ème partie, Éloge de la tempérance

Voilà une vertu bien peu séduisante et dont on voit mal comment en dresser l'éloge. La tempérance, qu'est-ce d'autre en effet, que la modération ? Être modéré en toute chose, n'est-ce pas manquer de passion, et se contenter d'une vie triste et morne ? Qui dit homme tempérant ne dit-il pas aussi homme timoré, homme pusillanime ?

Calliclès a bien raison de dire qu'il y a une tempérance laide et triste, une tempérance idiote, une tempérance bornée. C'est celle qui se nourrit de la peur. On ne boit pas trop par peur des maladies liées à l'alcool, on ne fume pas parce qu'on craint le cancer, on ne touche pas à la drogue parce qu'on nous a toujours dit que c'était dangereux pour la santé, on ne trompe pas sa femme parce qu'on craint les conséquences, et on n'élève jamais la voix parce qu'au fond le conflit nous angoisse. Oui, il y a une tempérance terne et sans vie, et c'est celle des êtres humains qui se font tout petit, minuscules parfois, simplement parce qu'ils sont gouvernés par la peur, l'angoisse, le stress. Et, encore une fois, Calliclès a bien raison, face à une telle bassesse, mieux vaut, bien sur, la grandeur d'âme et le courage.

Mais que nous propose-t-il en contrepartie ? Quel est ce courage qui consiste à se laisser littéralement posséder par ses passions ? On n'échappe alors à la tyrannie de la peur que pour tomber dans la tyrannie du plaisir, et dans les deux cas, on vit toute sa vie sans s'appartenir. C'est qu'en réalité, l'être humain n'est fait pour aucun de ces deux extrêmes. Il se perd dans le déchaînement passionnel, comme il se racornit dans la peur de lui-même. Oui, il faut du courage pour vivre une vie authentiquement humaine, mais ce n'est pas le courage qui consiste à dire « je n'ai peur de personne, je m'en vais donc voler, tuer, violer, parce que tel est mon bon plaisir ». Le courage de la vie authentiquement humaine, c'est celui qui affirme, tout au contraire : « parce que je veux être heureux, parce que je veux pleinement réaliser mon humanité, j'ai le désir d'apprendre à être humain ».

Mais qui dit apprentissage dit à la fois vigilance et discipline. Pour apprendre il ne faut pas seulement recevoir des leçons, il faut aussi être capable de les retenir et de les appliquer. Et c'est ici que la tempérance entre en jeu. La tempérance, loin d'être un fantôme éthérée et inconsistant, s'avance devant nous, déesse aux larges hanches et au front altier, forte, puissante, et qui ne se présente pas seule. Derrière elle, tenant la trame du grand voile qui lui ceint les cheveux, observez en détail le cortège de ses suivantes.

Voyez tout d'abord s'avancer la vigilance : la racine de la tempérance, c'est avant tout l'observation vigilante de soi, et des conséquences de nos plaisirs. L'homme véritablement tempérant ne cesse pas de manger de la viande parce qu'il a peur de tomber malade, mais parce qu'il s'est interrogé sur cet aliment, et a pris conscience que ce changement de régime lui est tout à fait profitable. L'homme tempérant ne s'interdit pas l'alcool parce qu'on lui a dit que c'était mauvais. Il le goûte, va même jusqu'à s'enivrer une première fois, mais ne se contente pas de vivre ce nouveau plaisir. Il le transforme en une expérience d'enseignement. Quelle fût l'ivresse ? Que m'a-t-elle apporté ? Quel est l'état de mon corps maintenant ? Et, prolongeant ce savoir vivant et personnel, il va chercher autant d'informations qu'il le peut sur ce nouveau plaisir entré dans la vie. Il lit, se documente, prend connaissance de ce que disent les savants de l'addiction, et de l'alcoolisme. Et lorsqu'il découvre que ce qu'il a expérimenté correspond à ce que disent les savants, à savoir que l'alcool affaiblit tant l'esprit que l'organisme, notamment en réduisant à néant la grande vertu de vigilance, ce pilier essentiel de son existence, l'homme tempérant est intraitable : il bannit ce nouveau plaisir, ou du moins le circonscrit dans des bornes étroites qui le rendent inoffensif.

À côté de la vigilance, au visage émacié et aux yeux scrutateur, on trouve une autre déesse, mineure, mais qu'on dirait majeure tant elle dégage de force et de détermination : c'est la discipline. Car l'homme tempérant ne se contente pas de prendre conscience des biens et des maux, il sait que la nature humaine ne se laisse pas enseigner si facilement, qu'elle est

rétive et paresseuse, alors il se soumet à la plus stricte discipline. Puisque 8 heures de sommeil suffisent à mon repos, voilà qu'à l'heure de me lever j'impose à mon corps de s'arracher à l'étreinte des draps chauds, et pour vaincre ce que mon corps a laissé en moi de paresse, je m'en vais me jeter sur tout le corps un grand seau d'eau froide. Cela semble bien difficile, mais la discipline, si inflexible, est pourtant une mère fertile. Elle engendre l'habitude, et son frère jumeau, qu'on ne croirait pas trouver ici : le plaisir. Oui, ce même seau d'eau froide que la discipline commande au corps rétif, devient, après quelques semaines, l'un des plaisirs matinaux auxquels le corps attachera justement le plus d'importance.

Enfin, fermant le ban, ou plutôt précédant la grande déesse sur le chemin, vient le divin enfant, cette vertu si mal comprise qui se nomme l'Amour de soi. Car la tempérance véritable met ses pas dans les pas de l'amour de soi. Si elle m'enjoint à la vigilance et à la discipline, ce n'est pas d'abord pour me contraindre, mais au contraire pour me libérer. Ce n'est pas d'abord pour m'éloigner du plaisir, mais pour m'apporter la plus grande vitalité. Et l'on comprend ici que l'homme tempérant est au fond le seul qui sache vraiment s'aimer soi-même, en apportant à son corps non pas ce qui le stimule artificiellement, mais ce qui véritablement le contente.

Vigilance, discipline, amour de soi, voilà les 3 grandes vertus que la pratique de la tempérance installe dans notre existence. Et voici notre vie bien conduite, notre santé bien établie, notre esprit libéré des tourments des vains plaisirs et disponible à la vie véritable. Alors, marchant fièrement sur le chemin de notre existence, nous aurons la surprise de découvrir que tout l'enseignement de la tempérance est un enseignement aussi puissant que léger, si léger qu'il tient dans la paume de la main.

De chaque chose, de chaque bien, de chaque plaisir, l'important, nous dit la tempérance,

c'est la dose.

Car la bonne dose, mes très chères sœurs, mes très chers frères, c'est le plaisir devenu intelligent