

Le bonheur est-il toujours ailleurs ?

Nous débutons par l'écoute de la chanson de **Tim Dup** « **Les ours Polaires** ». Plusieurs personnes livrent leurs ressentis suite à l'écoute « *on dirait qu'il **délivre ses émotions*** », « *il dit ce qu'il a sur le cœur* », d'autre y voit une métaphore du réchauffement climatique ou un « désir de quitter la ville », avec l'envie forte de **s'évader** et de « trouver sa liberté ». Beaucoup témoignent d'une sensation d'**immersion** « on embarque », d'**intensité** et d'**ouverture** grandissant au fil de la chanson. Quelqu'un perçoit également de la **colère** dans cette envie d'évasion.

Suite à ce tour de parole, on se demande ce que signifie cette **quête d'évasion**, avec la question suivante « *le bonheur est-il toujours ailleurs ?* ». Pour commencer, quelqu'un nous dit qu'il faut d'abord en **prendre conscience** quand il est là : « *tu l'as déjà le bonheur, à chaque fois que tu ressens de la joie* ». Pour d'autres, cette quête pourrait signifier « *qu'aucun événement malheureux se présente* », définissant ici le bonheur comme un état d'**absence de malheur**, inaccessible pour beaucoup. Quelqu'un nous dit que l'état de bonheur serait « *quand tu n'as **plus besoin de rien**, sans envie particulière* », soulignant ici un état de **stabilité**. En allant plus loin, on entend que cet état de bonheur « *est comme une balance* », il ferait l'**équilibre** entre les relations avec le monde extérieur, la paix intérieure, et la quantité de préoccupations.

Nous essayons ensuite de définir la différence entre **être content** et **heureux**. « *Celui qui est content ignore le malheur* », et cela même si le malheur se fait sentir. Cet état est défini comme un état « *d'**ignorance superficiel*** ». Par contre, être heureux serait « *un **état profond*** ». Un participant affirme que l'« *on peut paraître content sans être heureux* », « *on joue pour rassurer son entourage* », « *comme lorsque que je rentre du collège pour rassurer mes parents* ». il est donc considéré que l'on peut **jouer le bonheur** sans le ressentir vraiment.

Pour certains l'état de bonheur aurait lieu **pendant le plaisir**, « *comme un **sentiment furtif*** ». Cette notion de plaisir répondrait à une **envie** qui serait assouvie. Dans cette logique, le plaisir serait lié à un **moment court**, pouvant faire entrevoir le bonheur, « *qui varie selon le plaisir* », « *il y a des grands et des petits plaisirs* ». On se demande en ce sens si **satisfaire tous ses désirs** permettrait d'atteindre le bonheur. On entend « *il y a toujours des désirs impossibles à satisfaire* », « *il y a toujours une déception qui suit la satisfaction des plaisirs* ». Le bonheur serait donc davantage un **état durable**, pas forcément lié aux plaisirs de passage. Pour certains, on toucherait au bonheur « *en **vivant simplement*** », « *être heureux de vivre sans connaître de besoins particuliers* », « *quand on crée des envies, on crée des besoins à satisfaire* ». Pour un participant, la quête du bonheur viserait la **paix intérieure**, comme un état constant : « *quand on arrête d'alterner sans arrêt bonheur-malheur* ».