

Université Paris I Panthéon-Sorbonne
UFR de Philosophie
Master 1 « Philosophie et Société »
Année 2012/2013
Direction du mémoire par M. Laurent JAFFRO
Par M. Quentin DUBUIS

L'eudaimonia d'Aristote et l'eupsychie
d'Abraham M. Maslow :
Analyse croisée de deux modèles de
l'épanouissement humain.

Introduction

Chapitre 1 Objet du mémoire

« Que faire de ma vie ? », « Qui suis-je ? », ou encore « Quel est le but de la vie humaine ? » : Voilà des questions fondamentales (dites « existentielles ») que chacun s'est sans doute déjà posées, et qui intéressent au plus au point la philosophie et le philosophe.

Résoudre ces questions n'est pas l'objectif de ce mémoire : Je n'ai évidemment pas la prétention de pouvoir donner une réponse à ces questions si fondamentales dans l'histoire de la philosophie et au-delà. Pour autant, ce travail se fonde sur l'idée, ou l'espoir, que la lecture de ceux qui ont écrit sur le sujet du but de la vie humaine permet de trouver, si ce n'est la réponse définitive à ces questions, au moins un début de réponse. Le point de départ est simple : Peut-on se contenter de l'idée aujourd'hui répandue selon laquelle « vie bonne » rime avec « épanouissement » ?

Tenter de comprendre, à la lumière de l'histoire de la philosophie et de la psychologie, ce que recouvre l'idée « d'épanouissement humain », et ainsi apporter les outils conceptuels permettant de juger une telle conception de la vie bonne : Voilà l'objet de ce mémoire.

La thèse qui est au fondement de ce travail est que le modèle aristotélien de la vie bonne comme « eudaimonia », tout comme le modèle maslowien de « l'eupsychie », représentent une approche de « l'épanouissement humain ». J'entends par là que ces deux modèles se basent sur une certaine anthropologie philosophique de l'homme, c'est-à-dire une conception de la nature humaine, à partir de laquelle ils déduisent

une conception de la vie bonne. Autrement dit, les deux théories se basent sur un approche naturaliste du bonheur, qui consiste à « actualiser » la nature humaine, présente « en puissance » - dirons-nous en termes aristotéliens - en chaque individu de l'espèce humaine. Et c'est précisément en cela qu'ils proposent une vision de l'épanouissement humain. Car nous définissons « l'épanouissement humain » comme le développement de la nature humaine dont la stade final, la « réalisation de la nature humaine », s'identifie avec le bonheur proprement humain. Le postulat que nous allons donc retrouver tant dans l'œuvre d'Aristote que dans celle de Maslow est que l'être humain n'est heureux que lorsque qu'il devient ce qu'il est appelé à être par sa nature même, tout comme la fleur ne « s'épanouit » que lorsqu'elle réalise la transformation qui est dans sa nature même : L'éclosion. L'épanouissement humain représente donc une certaine conception du bonheur. En ce sens, la traduction du terme de « eudaimonia » dans les œuvres d'Aristote a autant pu être « bonheur » (« happiness » en anglais) que, plus récemment, « human flourishing ».¹ De même, le terme « eupsychie », employé par Maslow dans ses ouvrages les plus avancés, recouvre l'idée d'un stade final du développement humain dans lequel la psyché est dans un état bénéfique tel qu'il procure le bonheur authentiquement humain.²

Cette proximité conceptuelle que nous affirmons à propos du bonheur humain, entre Aristote et Maslow, ne va pourtant pas de soi. Et en cela, une telle affirmation ne suffit pas à justifier l'intérêt philosophique d'une telle comparaison entre les deux auteurs. Il nous faut donc dire quelques mots à ce propos.

1 *Aristotle's Psychology*, D. Robinson, 1989,

2 *Être humain*, traduction de *The Farther Reaches of Human Nature*, A. Maslow, 1971.

Chapitre 2

Intérêt philosophique de la comparaison

Comparer les conceptions du bonheur d'Aristote et de Maslow peut paraître surprenant. Le premier est un philosophe de l'Antiquité grecque tandis que le second est un psychologue américain de la seconde moitié du vingtième siècle. Les deux auteurs sont donc séparés par leurs époques, leurs langues, leurs cultures, mais aussi leur disciplines respectives. Les termes qu'ils emploient sont également différents : « eudaimonia », « bien suprême » pour le premier, « santé psychologique », « eupsychie », pour le second. Et pourtant, leur objet est le même : Le bonheur humain, ou plus exactement, la vie bonne.

Leur approche de ce « bonheur » est également étonnamment similaire, comme nous allons le voir : Eudaimoniste, naturaliste, chercher le bonheur humain, pour ces deux auteurs, c'est nécessairement aussi s'interroger sur la nature humaine.

Cela tend à montrer que le philosophe grec était autant « psychologue » que le psychologue contemporain était « philosophe ». Dans l'Antiquité athénienne en effet, étudier et exercer la philosophie, c'était aussi étudier et exercer l'âme humaine. Aristote, célèbre disciple de Platon, fondateur du Lycée, s'inscrivait dans cette pratique. Inversement, la psychologie moderne ne peut être entièrement séparée de la philosophie : Abraham Maslow (1908-1970), a d'ailleurs étudié la philosophie, bien qu'il soit psychologue de formation, et se réfère dans son œuvre aux philosophes de son temps – aux pragmatiques américains ainsi qu'aux existentialistes européens – mais aussi, bien que plus rarement, à Aristote, Spinoza ou encore Nietzsche.

L'influence de l'œuvre des deux auteurs est aujourd'hui majeure, et ils furent parfois comparés, mais elle reste souvent cantonnée à leurs disciplines universitaires respectives. Aristote fait cependant l'objet d'une redécouverte par les psychologues

depuis plusieurs années, notamment aux Etats-Unis³. Mais l'apport de la psychologie, et notamment de la « troisième voie », dont Abraham Maslow est avec Carl Rogers l'un des pères fondateurs, semble encore relativement ignoré par la philosophie, tout du moins française. Cela s'explique sans doute par le cloisonnement des deux disciplines, et par l'influence qu'a pu avoir l'œuvre du psychologue parfois davantage hors du milieu académique qu'en son sein. Abraham Maslow est pourtant célèbre, du moins aux Etats-Unis, pour avoir été l'un des initiateurs de la « psychologie humaniste », mais aussi de la « psychologie transpersonnelle », et son influence est grandissante, sur la communauté intellectuelle américaine, mais aussi sur la culture, le management, et plus généralement nos sociétés occidentales.⁴ Sa vie durant, en parallèle de sa carrière universitaire de psychologue, il a cherché à comprendre la nature humaine, notamment en étudiant les individus qui lui semblaient les plus « épanouis » et les plus « heureux », et a cherché à livrer une approche de l'âme humaine davantage positive que la psychanalyse freudienne et plus profonde que la psychologie behavioriste, permettant ainsi d'ouvrir la voie à ce que l'on appelle aujourd'hui la « psychologie positive ». Il cherchait à montrer non seulement que la nature humaine n'était pas aussi mauvaise qu'on le croyait alors, mais que le rôle de la psychologie ne pouvait se limiter à simplement supprimer les névroses chez l'individu, sous peine de ne voir que la moitié de l'existence humaine :

« La psychologie américaine s'occupe activement de la moitié de la vie seulement, en laissant de côté l'autre moitié, peut-être la plus importante »⁵

Or selon Maslow, la psychologie doit également s'attacher à comprendre l'aspect positif de l'existence humaine, c'est-à-dire la possibilité pour l'homme de s'épanouir pleinement dans ce qu'il est. Cela l'a amené à proposer une approche holiste et

3 Cf. entre autres *Aristotle's Psychology*, D. Robinson, 1989, ou *Character's Strengths and Virtues*, C. Peterson et M. Seligman, 2004.

4 « Présentation », par R. Frager, et « Postface », par R. Cox, in *Devenir le meilleur de soi-même*, Eyrolles, 2008, traduction de *Motivation and Personality*, A. Maslow, 1954.

5 *Vers une psychologie de l'être*, p. 122.

nouvelle de l'être humain, de sa nature, de ses besoins, de ses motivations, de son existence. Approche radicalement nouvelle en psychologie, moins peut-être en philosophie.

Car comme nous allons tenter de le montrer dans ce mémoire, la conception de l'épanouissement humain de Maslow n'est pas sans rappeler celle d'Aristote. Les similitudes sont frappantes, et les différences non moins éclairantes. Leur étude permettra ainsi peut-être d'ébaucher un début de théorie générale de l'épanouissement humain.

PARTIE I

ANALYSE COMPARATIVE DE L'EPANOUISSEMENT HUMAIN

Chapitre 1

Une approche eudaimoniste : Le bonheur comme but de la vie humaine

Nous chercherons à démontrer dans ce chapitre qu'il existe une fin ultime à la vie humaine (1), que cette fin n'est ni le plaisir, ni l'honneur, ni la richesse (2), et qu'elle ne peut être que le bonheur (3). Cette démonstration constitue le fondement de l'eudaimonisme partagé par Aristote et Maslow.

A la question « La vie humaine a-t-elle un but ? », certains seront peut-être tentés de répondre « Non » : Après tout, pourquoi ne pas considérer que la vie comporte une part irréductible d'absurdité, que les êtres humains, et a fortiori les philosophes, doivent accepter. C'est une possibilité que l'on peut voir illustrer notamment dans l'œuvre d'Albert Camus.

Analysons celle-ci d'un point de vue logique. Tout d'abord, on ne peut nier que les êtres humains aient des objectifs ponctuels. Autrement dit, l'existence humaine est ponctuée de fins. Il faut reconnaître que ces fins sont différentes les unes des autres, au moins en apparence : Comme le note Aristote, elles correspondent à des activités différentes. La vie est ainsi une succession de fins qui diffèrent les unes des autres : Faire les courses, se rendre sur son lieu de travail, etc. On voit bien cependant que ces fins sont également des moyens : Elles ne sont pas des fins en soi. Ainsi, faire les courses permet de se nourrir, se rendre sur son lieu de travail permet de travailler et par conséquent de gagner de l'argent, etc. C'est ainsi que certains auteurs ont pu déclarer qu'une fin est toujours moyen d'une autre fin, et ainsi que toute finalité est également un moyen.⁶ La question est cependant la suivante : Une fin ultime existe-t-

⁶ J. Dewey dans *Theory of valuation*, 1939, cité par Maslow dans *Devenir le meilleur de soi-même*, 1972, p. 123.

elle ?

D'un point de vue logique, la succession de fins et de moyens à l'infini semble aussi difficile à concevoir qu'une régression à l'infini, et en ce sens il semble que nous devions admettre l'existence d'une fin ultime. C'est ce que note Aristote dans le début de l'Éthique à Nicomaque. Après avoir constaté que « *comme il y a multiplicité d'actions, d'arts et de sciences, leurs fins sont aussi multiples* », le philosophe arrive à la conclusion suivante :

« Si donc il y a, de nos activités, quelque fin que nous souhaitons par elle-même, et les autres seulement à cause d'elle, et si nous ne choisissons pas indéfiniment une chose en vue d'une autre (car on procéderait ainsi à l'infini, de sorte que le désir resterait futile et vain), il est clair que cette fin-là ne saurait être que le bien, le Souverain Bien »⁷

Cependant, une telle affirmation sur le plan de la logique pose une difficulté : Celle des limites intrinsèques de la logique, c'est-à-dire de la correspondance entre les résultats logiques et la réalité constatée. La question de savoir si une fin ultime aux actions humaines existe empiriquement reste en ce sens entière.

Car l'observation de la réalité apporte une difficulté supplémentaire : Celle de la diversité des individus et des fins qu'ils se donnent.

Que penser de ces individus qui prétendent avoir des fins différentes ?

Nous pouvons distinguer deux manières de résoudre cette difficulté :

Ou bien, ces gens se trompent ou mentent, et en réalité, ils poursuivent tous un but similaire sous des fins apparemment distinctes. En ce sens, ils ont la même fin suprême, mais utilisent des moyens pour y arriver.

Ou bien, ces fins sont effectivement des fins pour elles-mêmes, mais qui ne correspondent pas à la nature humaine, et ces individus se trompent dans la recherche de ces fins.

⁷ *Éthique à Nicomaque*, Aristote, 1094a.

La solution des deux auteurs correspond davantage, me semble-t-il, à la première hypothèse : Car ils n'admettent pas qu'il puisse y avoir plusieurs fins suprêmes à la vie humaine. Ce qui d'un point de vue logique serait d'ailleurs difficile, à moins de renoncer à l'unité du genre humain.

Ce qu'ils prétendent, c'est au contraire que l'homme a tendance naturellement à rechercher une fin suprême.

Ainsi, Aristote confirme l'idée qu'il existe un telos, une « cause finale », à toute action humaine, et donc à l'existence humaine, dans la première phrase célèbre de l'Éthique à Nicomaque :

« Tout art et toute investigation, et pareillement toute action et tout choix tendent vers quelque bien, à ce qu'il semble. Aussi a-t-on déclaré que le Bien est ce à quoi toutes choses tendent »⁸

Aristote admet donc qu'il puisse exister un Bien Suprême, qui soit la cause finale suprême de toute action, de toute motivation humaine.

Quelle est la nature de ce « telos », de ce « Bien Suprême », pour l'être humain ?

Pour Aristote, sa dénomination ne fait aucun doute, et il y a d'ailleurs semble-t-il à l'époque de ses propos un consensus à ce sujet dans la culture athénienne : C'est l'eudaimonia, que l'on traduit par « bonheur ».

« Sur son nom, en tout cas, la plupart des hommes sont pratiquement d'accord : c'est le bonheur, au dire de la foule aussi bien que des gens cultivés ; tous assimilent le fait de bien vivre et de réussir au fait d'être heureux »⁹

Le bonheur est donc le but de la vie humaine. Il ne faut pas se méprendre sur le signification du telos chez Aristote : Il ne s'agit pas de dire que les êtres humains

⁸ *Ethique à Nicomaque*, Aristote, 1094a.

⁹ *Ethique à Nicomaque*, Aristote, 1095a.

tendent mécaniquement vers le bonheur. Ce serait là une position étrange, car nous devons bien admettre que le temps ne va pas toujours dans le sens d'un plus grand bonheur : Toute action humaine n'a pas pour effet d'augmenter le bonheur de son agent, ou de le rapprocher de celui-ci. Il faut donc bien faire la distinction ici entre les causes et les effets. Ce que Aristote écrit, ce n'est pas que toute action humaine a pour effet de rapprocher l'agent du bonheur, ou encore de le rendre heureux, mais bien plutôt que toute action humaine est motivée par le désir du bonheur.

Autrement dit, le bonheur est le bien vers lequel tend tout désir : Il est le seul qui soit désirable en lui-même et non pour quelque autre bien.

Chez Abraham Maslow, on ne retrouve pas cette idée que le bonheur est le but final de la vie humaine exprimé de manière aussi explicite. Dans son premier ouvrage majeur, on trouve même le sous-entendu qu'il pourrait y avoir plusieurs « fins suprêmes » dans l'existence humaine.¹⁰ Cela étant, comme nous allons le voir, la conception que se fait Maslow de la vie est assurément téléologique. Mais, en sa qualité de psychologue, le chercheur américain semble parfois accorder la valeur de fin suprême à des concepts autres que le bonheur, tels que la « santé » psychologique ou même la « normalité » (dans le sens très personnel de « *l'excellence suprême à laquelle nous pouvons parvenir* »¹¹). Mais il apparaît rapidement que le terme de « santé » (psychologique) est employé par le psychologue comme un quasi-synonyme de « bonheur », puisque comme nous l'avons indiqué, il se fait une idée plus exigeante que les psychologues d'alors (freudiens notamment) de la « santé », comme n'étant pas seulement une absence de maladie (de névroses), mais la marque

10 « *En d'autres termes, alors, l'étude de la motivation doit en partie être l'étude des buts ou des désirs ou des besoins ultimes de l'homme* », A. Maslow dans *Devenir le meilleur de soi-même*, p. 44.

11 *Devenir le meilleur de soi-même*, Maslow, p. 201.

positive d'un développement heureux de l'individu. Plus précisément, nous allons voir que le but ultime de l'être chez Maslow prend la forme de la « réalisation de soi », et qu'il s'agit du besoin suprême de l'homme :

« On peut reconnaître raisonnablement, sur le plan théorique et empirique, la présence, chez l'être humain, d'une tendance vers, ou d'un besoin de développement dans une direction, que l'on peut qualifier d'une manière générale par les termes de réalisation de soi ou santé psychique, et de manière spécifique par le terme de développement des différents aspects qui sous-tendent la réalisation de soi. [...] L'être humain est ainsi fait, qu'il est poussé à chercher une plénitude de l'Être toujours plus grande [...] »¹²

Or, une telle proposition est non seulement compatible avec l'idée que le bonheur est le désir final de l'être humain, mais elle la suppose nécessairement : Pourquoi en effet, subvenir à un besoin suprême, tendre vers un développement toujours plus grand, si ce n'est au nom du bonheur ?¹³ On retrouve la même argumentation à ce propos qu'emploie Aristote pour discréditer les objections qui pourraient lui être faites.

On pourrait en effet objecter que la fin suprême n'est pas nécessairement le « bonheur », du moins pas pour tous les individus. Certains font tous leurs efforts en vue de l'honneur, d'autres sont avant tout motivés par la richesse, d'autres encore cherchent à atteindre la plus grande intelligence possible... Ne peut-on donc pas dire tout au moins que s'il existe un quelconque « bonheur » comme fin suprême, il n'existe pas de définition unique à celui-ci ? On pourrait même aller plus loin dans l'objection, en montrant qu'un même individu change d'opinion sur ce qu'est la fin ultime. Cette objection est résumée par le philosophe lui-même :

« Les uns, en effet, identifient le bonheur à quelque chose d'apparent et de visible, comme le plaisir, la richesse ou l'honneur : pour les uns c'est une chose et pour les autres c'est autre chose ; souvent le même homme change d'avis à son sujet : malade, il place le bonheur dans la santé, et pauvre dans la richesse ; à d'autres moments, quand on a conscience de sa propre ignorance, on admire ceux qui

12 *Vers une psychologie de l'Être*, P. 176

13 Les modèles d'individus en voie d'épanouissement sont d'ailleurs décrits par Maslow avant tout comme des individus heureux. Cf. Chapitre 5.

tiennent des discours élevés et dépassant notre portée »¹⁴

Pour répondre à cette objection, Aristote cherche à montrer que tout bien alternatif que l'on pourrait substituer au bonheur n'est pas désirable en soi-même, mais bien en vue du bonheur, que l'on peut définir provisoirement comme le plus grand état de bien-être atteignable par l'homme. Ainsi en va-t-il de l'honneur, de la richesse, du plaisir, ou encore de l'intelligence :

« [...] Nous appelons parfait au sens absolu ce qui est toujours désirable en soi-même et ne l'est jamais en vue d'une autre chose. Or, le bonheur semble être au suprême degré une fin de ce genre, car nous le choisissons toujours pour lui-même et jamais en vue d'autre chose : au contraire, l'honneur, le plaisir, l'intelligence ou toute autre vertu quelconque, sont des biens que nous choisissons assurément pour eux-mêmes [...], mais nous les choisissons aussi en vue du bonheur, car c'est par leur intermédiaire que nous pensons devenir heureux. Par contre, le bonheur n'est jamais choisi en vue de ces biens, ni d'une manière générale en vue d'autre chose que lui-même »¹⁵

On peut ajouter, en des termes plus contemporains, que le « désir final » du bonheur n'est pas nécessairement conscient chez l'agent. Et de fait, la plupart des actions que nous entreprenons ne sont pas consciemment motivées par la recherche du bonheur, mais par des causes plus proches de l'action elle-même. Les motifs sont ainsi presque aussi divers que les causes, et aussi prosaïques que dans les exemples que nous avons donné en introduction de ce chapitre. Il ne s'agit pas de remettre cela en cause, seulement de mettre en évidence que chacune de ces actions pourrait être justifiée par son agent, en dernier lieu, par la recherche du bonheur, si on venait à l'interroger à ce sujet. Maslow écrit ainsi à propos des besoins relatifs au bonheur :

« Ces besoins ne sont ni forcément inconscients ni forcément conscients. Globalement, toutefois, chez l'individu moyen, ils sont plus souvent inconscients que conscients. [...] Ce que nous avons appelé les besoins fondamentaux sont très souvent largement inconscients, bien qu'ils puissent, avec des techniques adaptées et des sujets avertis, devenir conscients »¹⁶

14 *Ethique à Nicomaque*, Aristote, 1095a

15 *Ethique à Nicomaque*, Aristote, 1097b.

16 *Devenir le meilleur de soi-même*, p. 43.

Le système de besoins mis en place par le psychologue américain¹⁷ permet en outre de bien saisir pourquoi les individus sont si prompts à changer d'avis sur ce qui est le meilleur pour eux :

« Pour l'individu, la valeur absolue, ultime, équivalente à la vie même, est toujours un besoin qui le domine durant une période donnée.

Les besoins ou valeurs fondamentaux, par conséquent, peuvent être considérés à la fois comme des fins et comme des étapes menant à un seul but final.

Il est vrai qu'il existe une valeur ultime et unique ou finalité de la vie. Mais il est aussi vrai que nous possédons un système de valeurs de structure hiérarchique, et aux interrelations complexes »¹⁸

Pour répondre à l'objection, nous pourrions enfin raisonner par l'absurde : Un être humain peut-il ne pas désirer son bonheur ? Il serait absurde d'admettre qu'un être humain puisse désirer volontairement son malheur (à moins que ce ne soit, comme dans la légende de Polycrate, pour éviter un malheur encore plus grand). De même, comme le montre bien Aristote, il nous est difficile d'imaginer que nous puissions désirer le bonheur ultime pour autre que pour lui-même.

Le but de la vie humaine est donc le bonheur. Mais qu'est-ce que le « bonheur » exactement ? Nous avons montré ce qu'il n'était pas : L'honneur, le plaisir, la richesse, la santé, etc. Mais qu'est-il précisément ? Et surtout, en quoi consiste-t-il pratiquement ? Comme nous allons de voir, la démarche d'Aristote et de Maslow est naturaliste : Le bonheur est identique à « l'épanouissement humain », c'est-à-dire à la réalisation de sa nature.

¹⁷ Que nous étudierons davantage en détail dans le chapitre 4.

¹⁸ *Vers une psychologie de l'être*, p. 174

Chapitre 2

Une approche naturaliste :

Le bonheur comme réalisation de la nature humaine

L'idée que le bonheur équivaut à la réalisation de la nature humaine représente une position bien difficile à démontrer. Il ne serait sans doute pas erroné de la qualifier, tant chez Aristote que chez Maslow, de postulat. En ce sens, on peut parler d'une dimension, si ce n'est de foi, au moins de croyance, dans ces théories de l'épanouissement humain. Ce qui signifie par conséquent que toute démarche d'épanouissement, ou de « développement personnel », présuppose une croyance immanente dans l'existence d'une « nature humaine ». Cette croyance est même davantage comme nous aurons l'occasion de le voir, puisqu'elle suppose d'adhérer à l'idée que cette nature humaine soit présente en chacun de nous, et qu'elle puisse constituer un « potentiel » que nous soyons à même d'« actualiser ».¹⁹

Ainsi Aristote avance-t-il l'hypothèse – non démontrée – que d'une part, l'être humain a une fonction (un *ergon*) propre, et que d'autre part, le bonheur correspondrait à l'exercice de cette fonction. Le raisonnement du philosophe est le suivant : Pour toute chose qui a une fonction, le « bien » réside dans l'exercice de cette fonction. Dès lors, si l'être humain possède une fonction, alors le bonheur ne peut se trouver que dans l'exercice de cette fonction :

« De même, en effet, que dans le cas d'un joueur de flûte, d'un statuaire, ou d'un artiste quelconque, et en général pour tous ceux qui ont une fonction ou une activité déterminée, c'est dans la fonction que réside, selon l'opinion courante, le bien, le « réussi », on peut penser qu'il en est ainsi pour l'homme, s'il est vrai qu'il y ait une fonction spéciale à l'homme »²⁰

Un tel raisonnement est sans doute surprenant pour un lecteur contemporain : Et pour

¹⁹ *Se réaliser. Petite philosophie de l'épanouissement personnel*, M. Lacroix, 2009.

²⁰ *Ethique à Nicomaque*, Aristote, 1097b.

cause, il se fonde sur l'identification du « bien », du « bon » et du « bonheur » d'une part²¹, et formule d'autre part l'hypothèse que l'être humain pourrait avoir une fonction propre. Comment, devant la diversité dont le « genre humain » fait sans cesse preuve, pourrait-on considérer que l'être humaine ait une seule et même « fonction » ?

La démonstration du philosophe repose à ce propos sur l'analogie : Puisque chaque homme de métier, et même chaque partie du corps, a une fonction propre, comment pourrions-nous penser que l'être humain lui-même n'ait pas de fonction ?

« De même qu'un œil, une main, un pied et, d'une manière générale, chaque partie du corps, a manifestement une certaine fonction à remplir, ne doit-on pas admettre que l'homme a, lui aussi, en dehors de toutes ces activités particulières, une fonction déterminée ? »²²

Il va sans dire que cette démonstration est peu convaincante. N'est-il pas maladroit de comparer l'être humain en général à ce qu'il est en particulier (un individu doté d'un métier), ou à ce dont il est composé (des organes avec des fonctions particulières) ? Non seulement la base logique semble trop mince pour faire une quelconque analogie ou induction, mais de plus n'est-ce pas précisément mettre en évidence la diversité de l'être humain que de montrer qu'il peut se destiner à des métiers différents ? En mentionnant des métiers que peut exercer l'être humain, ou les fonctions que remplissent ses différents organes corporels, Aristote ne doit-il pas reconnaître que l'être humain ne peut se réduire à une seule et même fonction, mais qu'il est, par ses organes et par son métier, de multiples choses différentes, et ainsi doit nécessairement avoir des « fonctions » différentes ? Ainsi, la nature de l'homme n'est elle pas précisément de n'avoir aucune fonction prédéfinie ?

Et quand bien même nous admettrions que l'on puisse faire là une analogie, cette dernière se baserait sur l'idée que toute chose a une fonction particulière. Or, si une

21 Cf. II, 1.

22 *Ethique à Nicomaque*, Aristote, 1097b.

telle proposition est valide pour un organe tel que l'œil, elle l'est beaucoup moins pour la main que le philosophe cite en exemple, qui est précisément l'un des organes de l'être humain doté du plus grand nombre de fonctions différentes (prendre un objet, serrer la main, saluer de la main, donner un coup de poing, etc).

Parler de « fonction » à l'égard de l'homme est donc difficilement acceptable. Il faut cependant comprendre que par ce terme, Aristote recherche l'activité, ou la capacité, qui est exclusive à l'homme, et en cas de pluralité d'activités propres à l'homme, la « meilleure » d'entre elles. Dans cette optique, la recherche est donc la suivante : Quelle est l'activité humaine la plus excellente qui soit donnée à l'être humain d'exercer ?

Reste que le lien entre cette recherche et le bonheur repose sur deux postulats non démontrés : D'une part, que le bonheur de l'homme (le suprême bien) rejoint ce qu'il y a plus d'excellent chez l'être humain (la vertu), et d'autre part que ce qui est le plus excellent à l'homme est ce qui lui est le plus exclusif²³. Sur le premier point, Aristote précise ainsi qu'il ne conçoit pas le bien, le bon et le beau séparément, sans toutefois l'expliquer.²⁴ Il n'étaye pas non plus le second postulat, qui repose sur l'idée qu'il y a chez l'être humain une partie qu'il partage avec les animaux, et une autre qui lui est propre. Or, c'est une approche que récuse Maslow, qui considère que tout chez l'être humain, ce qu'il partage avec les animaux et ce qui lui est exclusif, fait partie de sa nature propre. Pourquoi, pour définir la nature humaine, recherche uniquement « ce qui est propre à l'homme »²⁵ ? Pour quelle raison faudrait-il « laisser de côté la nutrition et la vie de croissance », la « vie sensitive » ?

23 « La vertu [l'excellence] est ce qui autorise non seulement l'accomplissement, mais l'accomplissement optimal de l'ergon [la fonction] », G.Aubry, *Dunamis et Energeia dans l'éthique aristotélicienne : L'éthique du démonique*.

24 Cf. II, 1.

25 *Ethique à Nicomaque*, 1097b.

La force de la théorie de Maslow par rapport à Aristote est de ne pas avoir à fonder le bonheur sur ce qui serait absolument exclusif à l'homme, et ainsi échapper au besoin de démontrer une telle position. Ainsi, si le psychologue postule lui aussi l'existence d'une « *structure intérieure [...] en partie naturelle, innée et en un sens inaltérable* »²⁶, celle-ci est beaucoup plus inclusive que chez Aristote. Non seulement parce qu'elle ne se limite pas à ce qui serait exclusif à l'homme pour décrire le moyen d'accéder au bonheur, mais aussi et surtout parce qu'elle prend davantage en compte la diversité du genre humain et la part individuelle présente dans la « nature humaine ». Le psychologue américain considère ainsi que :

*« La structure intérieure de chacun est pour une part unique et pour une part commune à l'espèce »*²⁷

La différence d'approche entre Aristote et Maslow est-elle celle qui caractérise la différence entre le général et l'individuel ? Ce serait là une conclusion trop rapide et superficielle. Car en réalité, l'approche d'Aristote est moins dogmatique qu'il n'y paraît, puisqu'il est conscient de la dimension individuelle du bonheur. Il indique par exemple en ce sens que « *le bien est quelque chose de personnel à chacun et qu'on peut difficilement nous ravir* »²⁸. Et inversement, la théorie de Maslow a bien évidemment une prétention à la généralité, et même à l'universalité : Le psychologue cherche bien à saisir la nature de l'être humain en général. Simplement, il considère que si cette nature humaine se retrouve dans les grandes lignes (dans sa structure générale) en chaque individu, et prend des formes différentes selon les cas particuliers²⁹. Ainsi, la théorie de Maslow a-t-elle l'ambition de dégager une théorie du bonheur général qui s'applique à tous, mais qui prend des formes concrètes uniques selon les individus.

26 *Vers une psychologie de l'être*, p. 3.

27 *Vers une psychologie de l'être*, p. 3.

28 *Ethique à Nicomaque*, 1096a.

29 « La forme que prendront ces besoins variera considérablement d'une personne à l'autre », *Devenir le meilleur de soi-même*, p. 33.

Reste que pour ce faire, le psychologue doit lui aussi accepter les postulats qui semblent propres à une théorie de « l'épanouissement humain » : L'existence d'une nature humaine, la capacité pour chacun de développer celle-ci, et enfin la définition du bonheur comme développement de cette nature humaine. Maslow écrit ainsi, en termes psychanalytiques, que par contraste la « répression » ou la « forclusion » de la « structure intérieure » de chacun est la principale source de malheur psychologique.

Par exemple :

« Si un élément essentiel de la personnalité est ignoré ou réprimé, la maladie se manifeste quelquefois de façon évidente, d'autres fois par une voie détournée, immédiatement ou au bout d'un certain temps »³⁰

Une fois ces postulats propres à l'approche naturaliste acceptés, selon lesquels le bonheur est la réalisation de la nature humaine présente en chacun, il nous reste à comprendre ce que recouvre plus précisément cette nature humaine.

30 *Vers une psychologie de l'être*, p. 5.

Chapitre 3

La nature humaine comme âme et psyché

Aristote définit la « fonction » de l'homme comme étant une « activité de l'âme en accord avec une vertu parfaite ». Cette définition l'amène à faire une analyse approfondie de l'âme humaine dans l'*Éthique à Nicomaque* : Car si le bonheur est une activité de l'âme, c'est la nature de la vertu qu'il faut examiner ; or la vertu humaine est pour le philosophe la vertu de l'âme.

Il est intéressant de noter à ce propos que lorsque l'on parle de « nature humaine » dans le cadre des travaux d'Aristote et de Maslow, on parle principalement de « l'âme » humaine, de sa « psyché », et non de son corps³¹. Il est frappant que les deux auteurs ont en commun de peu prendre en compte le corps dans la définition de « l'essence » de l'homme. Ce dernier n'est abordé que lorsqu'il est directement en rapport avec l'âme, comme dans le cadre des besoins physiologiques tels que la faim, la soif ou même le « besoin » sexuel chez Maslow.³²

Pour comprendre la définition que donne Aristote de la fonction humaine, il faut donc suivre l'analyse qu'il fait de l'âme humaine. Pour le philosophe grec, l'âme se divise en deux grandes parties : La partie rationnelle et la partie irrationnelle. Ces deux parties sont-elles mêmes sous-divisées en deux. La partie irrationnelle se compose de la partie « nutritive » ou « végétative », commune à tous les êtres vivants, incontrôlable et responsable de la nutrition et de l'accroissement, et de la partie « désirante » qui a une part de rationnel en ce qu'elle peut être contrôlée par la partie intellectuelle de l'âme. Les vertus propres à cette seconde partie sont les vertus morales, qui consistent à réagir avec médiété (c'est-à-dire selon le juste milieu) vis-à-

31 « Par vertu humaine nous entendons non pas l'excellence du corps, mais bien celle de l'âme, et le bonheur est aussi pour nous une activité de l'âme », Aristote dans *Éthique à Nicomaque*, 1102a.

32 Voir à ce propos le chapitre 4.

vis des passions, ou bien encore d'avoir des émotions (des états d'ethos) qui nous font réagir selon la « droite règle ». La partie rationnelle quant à elle se compose de la partie « scientifique », qui permet la contemplation des principes métaphysiques et abstraits, dont la vertu est la « sophia » (la sagesse), et de la partie « calculative », qui permet de « connaître les choses contingentes », et dont la vertu est la « phronesis » (la prudence). Or pour le philosophe, si la prudence est une vertu dont il reconnaît la grande utilité pratique³³, la sagesse est bel et bien la vertu supérieure dans la nature humaine, et celle qui permet en dernier lieu à l'être humain d'atteindre le bonheur. En ce sens, on peut donc dire que la fonction de l'être humain consiste en dernier lieu dans l'exercice de la sagesse, de l'activité théorique.

Cet aspect « intellectualiste » de la conception que se fait le philosophe antique de la nature humaine lui sera reproché, et notamment, nous allons le voir, par Maslow. Ce dernier affirme en effet que si sa propre conception de l'épanouissement humain peut être rapprochée de celle d'Aristote, elle n'a pas son défaut de se concentrer uniquement sur la contemplation intellectuelle. Le psychologue américain cite à ce propos Erich Fromm, un de ses collègues psychanalystes humanistes :

« La raison, en devenant un garde destiné à surveiller son prisonnier, la nature humaine, est devenue elle-même captive et, de ce fait, les deux aspects de la nature humaine, la raison et l'émotion, ont été amoindries »³⁴

Maslow appelle donc à redonner toute sa place à l'émotion dans la nature humaine. En réalité, comme nous l'avons aperçu, ce n'est pas un procès que nous pouvons faire à Aristote, qui consacre une grande partie de *l'Éthique* à décrire les différentes émotions humaines, et les différentes vertus leur correspondant, et même la part de bonheur que cela peut procurer à l'agent. En ce sens, Maslow ne tranche donc pas

³³ La prudence permet d'atteindre les buts pratiques que l'homme se fixe, couplée à l'habileté, et en cela participe au bonheur de l'homme. *Éthique à Nicomaque*, 1143b.

³⁴ *Devenir le meilleur de soi-même*, p. 193.

d'une manière radicale avec Aristote lorsqu'il écrit que :

« l'accomplissement de soi ne se réalise pas seulement à travers des actes de pensée mais plutôt par l'accomplissement de la personnalité humaine tout entière, laquelle comprend l'expression active non seulement des capacités intellectuelles mais aussi de celles qui relèvent de l'émotion et de l'instinct »

La différence existe toutefois, et notamment dans la manière de considérer les émotions naturelles de l'être humain. Aristote considère que par nature un individu humain n'est ni bon ni mauvais, ce qui le conduit à mettre l'accent sur l'éducation, en charge de forger les bonnes habitudes chez l'individu, de sorte que ce dernier ressente du plaisir à être vertueux en matière éthique. Or, être vertueux, pour le philosophe, c'est se situer dans le « juste milieu » par rapport à ses émotions. Cela n'est pas sans rappeler l'idée chez Maslow qu'il puisse y avoir une manière saine d'exprimer ses émotions (et une manière pathologique), mais il y a une idée de contrôle par la raison chez le philosophe que l'on ne retrouve pas chez le psychologue. Maslow écrit à ce propos :

« Nous avons un [...] avantage sur Aristote, celui d'avoir appris de ces mêmes spécialistes de la psychologie dynamique que l'on ne peut parvenir à l'accomplissement de soi par la seule démarche intellectuelle ou rationnelle. [...] Dans sa hiérarchie des capacités humaines, Aristote plaçait la raison au sommet. De cela procéda inévitablement que la raison s'opposait, luttait et était en conflit avec la nature humaine émotionnelle et instinctive »³⁵

Or, à la différence d'Aristote, le psychologue se fait une haute opinion de la nature humaine émotionnelle et instinctive. Loin d'être mauvaise en soi ou même neutre (comme chez Aristote), la nature humaine serait peut-être même bonne. Pour Maslow, « la nature humaine est loin d'être aussi mauvaise qu'on l'a pensé ». A ce sujet, on peut cependant reprocher un trop grand optimisme à l'auteur, dont la vision est peut-être biaisée, lui qui déclarait qu'il entendait « prouver que les êtres humains sont quelque chose de plus grand que la guerre, le préjugé et la haine »³⁶

³⁵ *Devenir le meilleur de soi-même*, p. 192.

³⁶ *Devenir le meilleur de soi-même*.

Cet optimisme n'est pas aussi grand qu'on pourrait le croire cependant, car comme Aristote, le psychologue reconnaît que l'individu reste très « malléable », et que la nature humaine peut rapidement disparaître derrière une culture, une éducation, un environnement inadéquat à sa réalisation. De plus, le psychologue corrigera une vision trop positive de la nature humaine dans ses œuvres plus tardives, en admettant qu'il existe une tendance naturelle « mauvaise » chez l'être humain autant qu'une bonne tendance naturelle.³⁷ Reste que la conception qu'il se fait de la nature humaine l'amène à défendre la libre expression des émotions et de l'instinct, autant que la raison, plutôt que leur contrôle, leur répression ou même semble-t-il leur régulation, comme chez Aristote. Cependant, on peut remettre en partie en cause cette posture à la lecture même de Maslow. Car il semble que les individus épanouis dont il fait le portrait font preuve d'un comportement où émotion et raison se rejoignent. Or, n'est-ce pas également le comportement le plus vertueux dans la philosophie d'Aristote, où la raison ne contredit pas les émotions, mais où les émotions sont ressenties en accord avec la « droite règle » ?

Chez Maslow, la nature de l'être humain est avant tout d'être sans cesse en état de désir. Ces désirs sont variés, mais les plus importants en vue du bonheur sont ceux qui se rapportent aux « besoins fondamentaux ». Car comme nous allons le voir, la satisfaction préalable de ces besoins fondamentaux est chez Maslow un préalable au stade ultime du bonheur. Pour le psychologue, ces « besoins fondamentaux » sont constitutifs de la nature humaine :

« L'essence ou la nature intérieure des hommes ne se borne pas simplement à leur anatomie et à leur physiologie, mais comprend également leurs besoins fondamentaux, leurs aspirations et leurs capacités psychologique »³⁸

En cela, la nature humaine est chez Maslow plus large que chez Aristote, qui

³⁷ *Etre humain.*

³⁸ *Devenir le meilleur de soi-même*, p. 195.

l'aborde dans une perspective fonctionnaliste. Cependant, ils se rejoignent en ce que les deux auteurs considèrent que l'épanouissement humain ne peut se réaliser qu'une fois des conditions préalables réunies. C'est donc sous cet angle que nous allons aborder la description que fait le psychologue américain des « besoins fondamentaux » de l'humain.

Car l'épanouissement désigne un mouvement, ce qui suppose un point de départ – la nature décrite ici -, un état final – le bonheur que nous avons encore à définir -, et le développement qui relie les deux, que nous allons aborder dorénavant. Tendre vers le bonheur, c'est par conséquent en premier lieu réunir les conditions préalables à l'exercice de ce bonheur.

Chapitre 4

Conditions préalables d'accès au bonheur : Biens extérieurs et Besoins fondamentaux

Avant de se demander en quoi consiste précisément la vie bonne, interrogeons-nous sur les conditions préalables qui doivent être nécessairement remplies pour y parvenir. Nous n'entendons pas par là les conditions efficaces d'accès à la vie bonne, mais les prérequis qu'elle exige. Il est intéressant de noter que chacun des auteurs admet que la vie bonne nécessite avant tout de remplir certaines conditions de base, nécessaires mais pas suffisantes.

Cela est d'autant plus évident chez Maslow que ces besoins préalables sont systématisés et relativement détaillés. Le psychologue est à l'origine d'une hiérarchie des besoins humains fondamentaux, connue sous l'appellation « pyramide de Maslow ». Cette hiérarchie est composée de cinq grandes catégories de besoins fondamentaux pour l'homme, classés par ordre de priorité vitale. Selon le psychologue, tout être humain recherche essentiellement à combler ces besoins, en commençant par les besoins de base, qui constituent la première étape de sa hiérarchie. Dès lors qu'un besoin est satisfait à un degré jugé suffisant par l'agent, ce dernier se met à chercher à combler le besoin directement supérieur.

Cette hiérarchie des besoins fondamentaux se présente comme suit :

- 1) En premier lieu, on trouve les « besoins physiologiques ». Comme leur nom l'indique, il s'agit des besoins du corps, qui se manifestent à travers la faim, la soif ou encore le sommeil. Ces besoins sont prioritaires et se manifestent avant tout autre désir, en ce qu'ils sont directement nécessaires à la survie.
- 2) Ensuite viennent les « besoins de sécurité », qui correspondent à un désir de

stabilité minimale, à une structure minimale, permettant de libérer de la peur et de l'angoisse que généreraient une situation d'instabilité (la vie sauvage dénuée de repères, par exemple, ou dans sa forme extrême, le chaos).

- 3) Une fois ces besoins de base directement liés à la survie satisfaits, on trouve les besoins liés à la forme davantage positive de la vie (pensée comme n'étant pas seulement la résistance à la mort). Ainsi la troisième catégorie de besoins fondamentaux est-elle celle « d'appartenance et d'amour ». Ces besoins incluent le fait d'appartenir à un groupe social, à une ou plusieurs relations intersubjectives, à même de permettre à l'agent de « donner et recevoir de l'affection »³⁹.
- 4) Au-delà du besoin d'affection se trouve un besoin plus précis encore, le « besoin d'estime ». Cela renvoie au désir de reconnaissance dont on a pu faire l'apanage de la relation intersubjective.⁴⁰ Ce besoin se manifeste selon Maslow sous la forme de désirs divers, tels que le « désir de puissance », « de réputation ou prestige (défini comme le respect ou l'estime des autres), de reconnaissance, d'attention, d'importance ou d'appréciation ». Nous pourrions objecter qu'un tel besoin semble fortement rejoindre le besoin d'affection, mais en réalité les deux ne se confondent pas toujours : Car être reconnu pour son mérite, ce n'est pas nécessairement être aimé ; et inversement l'affection ne signifie pas nécessairement la reconnaissance. Qui pourrait croire que l'amour se base sur un critère de « mérite » comme celui de reconnaissance ?
- 5) Enfin, en dernier lieu, on trouve le besoin que Maslow tient pour suprême (du moins, jusqu'à ses écrits les plus tardifs), et que nous identifions donc pour cette raison au bonheur proprement humain : Le « besoin de réalisation de

39 *Devenir le meilleur de soi-même*, p. 63.

40 Cf. la dialectique du maître et de l'esclave dans la *Phénoménologie de l'esprit* de Hegel, 1807.

soi », ou « d'accomplissement de soi ».

Le lecteur d'Aristote ne peut s'empêcher d'être frappé du parallèle qui peut être tracé entre les « besoins fondamentaux » de base et les « biens extérieurs » décrits par le philosophe. Ce dernier écrit en effet, sous la forme de ce qui semble être une concession, que le bonheur nécessite que l'agent réunisse un certain nombre de conditions dans son existence, qu'il rassemble sous l'expression de « bien extérieurs » :

« [...] il n'est pas possible sans l'aide bien extérieurs d'être parfaitement heureux [...] »⁴¹

Ainsi, à propos des besoins physiologiques le philosophe reprend-il à son compte l'idée que « nul ne peut philosopher le ventre vide ». D'où la locution latine : « Primum vivere deinde philosophare » (Vivre d'abord, philosopher ensuite)

On peut également retrouver l'équivalent du besoin d'appartenance et d'amour à travers l'amitié, dont Aristote vante la nécessité pour la vie bonne, puisqu'il écrit que l'amitié « est ce qu'il y a de plus nécessaire pour vivre »⁴²

La « richesse » minimale, autre bien extérieur nécessaire au bonheur selon le philosophe, renvoie quant à elle sans doute au besoin de sécurité mis en avant par Maslow.

Aristote va même plus loin que Maslow semble-t-il, puisqu'il prend en compte des critères que le psychologue n'aborde pas, ou peu : La beauté et la chance. Pour le philosophe en effet, si ces deux « biens » ne sont pas en soi nécessaires au bonheur (en tant que causes efficientes), leur absence empêche toutefois bel et bien

41 *Ethique à Nicomaque*, 1179a.

42 *Ethique à Nicomaque*, 1155a.

l'agent d'atteindre le bonheur :

« [...] l'absence de certains avantages gâte la félicité : c'est le cas, par exemple, pour la noblesse de race, une heureuse progéniture, la beauté physique. On est pas, en effet, complètement heureux si on a un aspect disgracieux, si on est d'une basse extraction, ou si on vit seul et sans enfants ; et, pire encore sans doute, si on a des enfants ou des amis perdus de vices, ou si enfin, alors qu'ils étaient vertueux, la mort nous les a enlevés. Ainsi donc [...] il semble que le bonheur ait besoin [...] d'une prospérité de ce genre [...]. »⁴³

Il y a donc une part de chance dans l'accès au bonheur, et en cela une forme d'élitisme dans l'épanouissement : Car l'homme qui a le « malheur » de naître moche ou pauvre (ou dans le cas d'Aristote, d'une race inférieure), ou qui a la malchance d'être confronté dans son entourage aux vicissitudes de la vie, ne pourra être pleinement épanoui.

Ces critères peuvent paraître étranges au lecteur contemporain, ce qui explique peut-être qu'on ne les retrouve pas chez Maslow. On peut concevoir en effet que la chance joue un rôle important dans l'accès au bonheur, au sens où elle permet d'éviter que des événements extérieurs trop contraignants pour l'agent en terme d'accès à l'épanouissement humain adviennent. Mais la beauté, si elle facilite incontestablement l'amour, l'estime, et peut-être même indirectement d'autres besoins fondamentaux, est-elle pour autant nécessaire à l'épanouissement humain ? Gageons qu'il y a là une part de contingence culturelle, les athéniens de l'antiquité ayant la réputation d'accorder force importance à la beauté. Cela s'explique également par la conception du « bon » que se fait Aristote, qui est selon lui inséparable du « beau » et du « bien ».

Cependant, sans doute y-a-t-il là une vérité en partie valable pour nos sociétés contemporaines, que le philosophe permet de cerner davantage que le psychologue américain. Car l'individu considéré comme trop repoussant aura bien du mal à se

43 *Ethique à Nicomaque*, 1099b.

faire accepter, et a fortiori apprécier, par ses pairs. Tel le Bossu de Notre-Dame⁴⁴, l'individu hideux est en effet rejeté pour sa différence (esthétique et génétique) par la société, et dans ce sens il ne pourra pas subvenir à ses besoins d'appartenance, d'amour et d'estime. Nous devons donc admettre avec Aristote, non pas que la beauté est nécessaire au bonheur, mais que la laideur, lorsqu'elle est si grande qu'elle constitue une différence à part entière, contrarie grandement l'épanouissement humain.

S'ils l'expriment en des termes différents, tant Aristote que Maslow s'accordent donc à dire que des « biens de base » sont indispensables à l'être humain afin de pouvoir envisager une vie humainement épanouie. Il semble donc qu'il s'agisse là d'un élément qu'une théorie de l'épanouissement humain doive prendre en compte.

Une fois ces « biens de base » acquis et les besoins fondamentaux satisfaits, l'être humain est en mesure d'envisager l'exercice de la vie bonne. La question qui se pose alors naturellement est la suivante : En quoi consiste cette vie bonne, proprement humaine ?

⁴⁴ *Le Bossu de Notre-Dame*, classique d'animation des studios Disney, 1996, librement inspiré de *Notre-Dame de Paris* de Victor Hugo, 1831.

Chapitre 5

Une méthode commune : L'observation des modèles épanouis

Avant de savoir ce en quoi consiste précisément le « bonheur », pour Aristote et pour Maslow, se pose la question de la méthode employée pour parvenir à sa connaissance. Nous avons montré que les deux auteurs partageaient le postulat selon lequel le bonheur est l'épanouissement de la nature humaine. Seulement, comme nous l'avons vu, la connaissance de ce qu'est la nature humaine est problématique, puisqu'elle est en grande partie spéculative : Difficile d'imaginer pouvoir observer scientifiquement la nature humaine en soi. C'est pourquoi on retrouve chez le philosophe et le psychologue une méthode supplémentaire, destinée à combler le défaut d'une telle spéculation : L'observation scientifique de modèles-types, c'est-à-dire d'individus « épanouis », ou dans un vocabulaire aristotélicien, de « l'homme bon ».

Car les deux auteurs partagent un but commun, celui de dégager une théorie proprement pratique du bonheur, et résolument tournée vers le réel. Il ne s'agit pas d'inventer un modèle *ex nihilo* et de manière purement spéculative ou transcendante, mais plutôt de construire celui-ci à partir de l'observation immanente d'individus modèles. Et en la matière, Maslow marque son accord avec Aristote :

« Aristote s'applique à merveille ici : « Ce que l'homme supérieur estime être bon, voilà ce qui est réellement bon » »⁴⁵

On peut en effet vérifier cette approche du philosophe à divers moments des « *Éthiques* ». Cela est par exemple frappant lorsque, confronté à la diversité à la diversité des plaisirs humains, il considère que « l'homme de bien » est le critère qui

⁴⁵ *Être humain*, p. 30.

permet de définir le plaisir réellement propre à l'homme :

« [...] Si la vertu et l'homme de bien, en tant que tel, sont la mesure de chaque chose, alors seront des plaisirs les plaisirs qui à cet homme apparaissent tels, et seront plaisantes en réalité les choses auxquelles ils se plaît »⁴⁶

Cette idée selon laquelle la norme de l'être humain se trouve dans « l'homme de bien » ou les « individus supérieurs » n'est pas exempte de toute critique : N'est-ce pas là un élitisme qui postule une trop grande unité du genre humain, qui fait preuve d'une foi exagérée dans la capacité de chacun à s'élever au « meilleur » ? N'est-ce pas une méthode contingente et relative ? Ou encore, n'est-ce pas un critère qui amène nécessairement à un modèle trop dogmatique ? Nous ne répondrons pas directement à ces critiques ici, mais nous les aborderons indirectement au long de notre exposé⁴⁷. Disons simplement qu'un critère étant nécessaire, celui-ci présente au moins l'avantage d'être directement relié au réel, et d'être moins relatif et moins médiocre qu'un critère de la normalité « moyenne » mathématique. C'est pour cela qu'il est choisi par Maslow, et qu'il constitue l'un des fondements de sa théorie :

« Ma théorie de la métamotivation repose finalement sur cette opération qui consiste à prendre des individus supérieurs, qui sont des sujets qui perçoivent mieux non seulement les faits mais aussi les valeurs, et de postuler que les valeurs suprêmes qu'ils choisissent pourraient être celles de l'espèce toute entière »⁴⁸

De plus, en ce qui concerne Maslow, l'observation fait partie intégrante de la discipline qu'il enseigne : La psychologie, en tant que science moderne, se base avant tout sur l'observation et l'expérimentation comme moyens de valider ses hypothèses. Sur ce point, Maslow se démarque toutefois de ses contemporains : L'homme avait peu de goût pour l'expérimentation, et la vérification scientifique, de ses théories. Il admettait lui-même qu'il était vite lassé une fois qu'il avait dégagé une théorie. De ce point de vue, le psychologue n'est donc pas tout à fait un scientifique « moderne ».

46 *Ethique à Nicomaque*, 1176a.

47 Cf. aussi II, 4.

48 *Être humain*, p. 30.

Par conséquent, les données viennent à manquer lorsqu'il s'agit de saisir précisément la démarche scientifique suivie par l'auteur. Quels sont les critères objectifs qui lui ont permis de sélectionner les « individus les plus mûrs » ? Il semble à première vue qu'il y ait une part d'arbitraire dans cette approche, que le psychologue reconnaît lui-même, puisqu'il parle « d'admiration » pour les premiers modèles qu'il a rencontrés (deux de ses professeurs) :

« Mes recherches, qui n'ont pas été prévues et planifiées, ont démarré alors que, jeune intellectuelle, je cherchais à cerner deux professeurs adulés qui se trouvaient être des personnes particulièrement attachantes. On peut parler de dévotion d'un QI élevé : non content de les vénérer, je me devais en plus de comprendre en quoi ces deux individus, qui n'étaient autres que Ruth Benedict et Max Wertheimer, étaient si hors du commun. »⁴⁹

En tant que scientifique, Maslow s'efforce toutefois à mettre au point un protocole qui soit le plus objectif possible. Il décrit par exemple une des premières expériences à grand échelle qu'il ait conduit, sur des étudiants de l'université à laquelle il enseignait. Le psychologue a tenté de sélectionner les individus les plus sains psychologiquement, les plus équilibrés, les plus « mûrs », ceux « en voie de réalisation de soi », à partir de critères de la psychothérapie, afin de tirer un modèle général de « l'individu sain », ou dirons-nous, de « l'individu heureux ». Il a étendu cette expérience à des personnages historiques tels que « Lincoln pendant ses dernières années » et « Thomas Jefferson ». ⁵⁰ Mais une telle expérience est loin d'être satisfaisante sur le plan de la méthode scientifique, comme l'admet le chercheur :

« Le nombre limité de sujets et le caractère incomplet des données sur plusieurs d'entre eux nous interdisent de présenter des données quantitatives : nous proposerons donc un ensemble d'impressions pour ce qu'elles valent »⁵¹

Nous pouvons donc mettre en doute les résultats de telles observations, malgré la grande confiance affichée par Maslow dans la validité de ses découvertes.

49 *Etre humain*, p. 63.

50 *Devenir le meilleur de soi-même*, chapitre 11.

51 *Devenir le meilleur de soi-même*, p. 209.

A fortiori, on peut contester la même méthode de l'observation dont Aristote avait le goût, dans un environnement et une époque où les outils de l'observation étaient moindres encore que ceux d'aujourd'hui. Toutefois paradoxalement, la dimension de l'observation chère au philosophe grec (que l'on présente classiquement comme tournée vers le réel, vers l'immanent, à l'inverse de son maître Platon, philosophe de la transcendance et du ciel des Idées⁵²) transparaît moins dans les « Éthiques » que dans d'autres de ses écrits, concernant l'analyse des animaux⁵³ ou des constitutions de l'époque⁵⁴, par exemple. Il faut toutefois se garder d'y voir là le signe d'une approche radicalement différente. Tout au plus cela met-il en évidence la rareté des modèles pleinement épanouis, et la difficulté conséquente qu'il y avait pour le philosophe à les observer en nombre suffisant. Malgré cette difficulté, les « Éthiques » restent fondées en partie sur l'observation. Nous en voulons pour preuve que le philosophe se réfère à plusieurs reprises au modèle de « l'homme de bien ». Et de même que Maslow après lui emploie des figures historiques ou fictives pour construire son modèle de l'individu épanoui, Aristote n'hésitait pas à se référer à des personnages fictifs de la poésie ou mythologie grecques, utilisant notamment les personnages d'Homère comme références. Il fait également mention de personnages réels, tels que Pythagore ou Solon.

Nous devons toutefois admettre qu'Aristote ne se réfère directement à aucun modèle réel lorsqu'il décrit l'individu « pleinement heureux », bien qu'il renvoie volontiers à « l'opinion commune » comme gage de la véracité de sa théorie.

Cette méthode de l'observation, si elle est loin d'être parfaite, permet de nourrir la réflexion spéculative sur le modèle de l'homme épanoui, de l'homme

52 Cf. *L'école d'Athènes*, tableau de Raphaël, 1510.

53 *Histoire des animaux*.

54 *Politique* ou *Constitution d'Athènes*.

heureux. Les deux auteurs arrivent toutefois à ce sujet à des résultats qui semblent bien différents, comme nous allons le voir, à propos de la nature même du bonheur pour l'être humain.

Chapitre 6

Nature du bonheur

Activité contemplative ou réalisation de soi ?

Comme nous avons eu l'occasion de l'apercevoir, les deux auteurs se font une conception bien différente de ce qu'est concrètement le dernier stade de l'épanouissement humain, celui qui lui permet d'atteindre le bonheur authentique.

Pour Aristote, le bonheur proprement humain réside rappelons-le dans sa fonction, c'est-à-dire dans l'activité en accord avec la plus haute excellence de son âme. Or, au terme de son exposé sur l'âme humaine et ses différentes vertus, le philosophe arrive à la conclusion que la vertu la plus élevée de l'âme est la « sophia », la sagesse. Par conséquent, il en déduit que le bonheur consiste substantiellement dans l'exercice de l'activité en accord avec la sagesse, autrement dit, dans l'activité contemplative ou « théorétique ».⁵⁵

Aristote développe alors un argumentaire pour justifier que l'activité contemplative est ce qui correspond le plus au bonheur. Il rappelle que le bonheur ne peut être une disposition, et est donc nécessairement une activité :

« Le bonheur n'est pas une disposition, car alors il pourrait appartenir même à l'homme qui passe sa vie à dormir, menant une vie de végétal, ou à celui qui subit les plus grandes infortunes »⁵⁶

Cela nous permet d'éclairer une incertitude qui pouvait peser à ce sujet dans la théorie de Maslow : Il semble que le « réalisation de soi » doive être considérée comme étant heureuse dans la mesure où c'est une réalisation active.

Ensuite, le philosophe grec avance l'argument que l'activité théorétique est non seulement la moins fatigante de toutes les activités humaines, mais qu'elle est aussi la plus plaisante. Car si la philosophie, en tant que recherche du savoir, renferme déjà

⁵⁵ *Ethique à Nicomaque*, 1177b.

⁵⁶ *Ethique à Nicomaque*, 1176a.

de grands plaisirs, il faut conclure que l'exercice de la sophia même représente une joie encore plus grande :

« L'activité selon la sagesse est, tout le monde le reconnaît, la plus plaisante des activités conformes à la vertu ; [...] et il est normal que la joie de connaître soit une occupation plus agréable que la poursuite du savoir »⁵⁷

On peut soupçonner le philosophe d'être ici biaisé par sa propre activité et son propre milieu socio-culturel (si tant est que l'on puisse parler en ces termes de l'Athènes antique). Car aujourd'hui, peut-on encore affirmer que « tout le monde » reconnaisse dans l'exercice de la sagesse le plus grand des plaisirs ? En ce sens, la conception que propose Maslow du bonheur me semble plus juste et moins dogmatique, puisque davantage malléable.

Le psychologue du siècle dernier nous propose en effet de voir le bonheur non pas dans l'activité purement théorique, mais dans l'activité qui correspond le plus à la nature de l'agent. Selon l'interprétation que nous en faisons, la « self realization » que Maslow positionne au sommet de l'épanouissement humain consiste en effet à exercer ce pour quoi l'agent « est fait ». Il y a en ce sens une dimension fonctionnaliste chez Maslow également, mais celle-ci se fonde non pas sur l'ensemble de l'espèce humaine, ce qui serait excessivement étouffant pour l'agent au vu de la diversité humaine, mais sur le « soi ». Chacun posséderait en effet une « structure intérieure » qui le destinerait à exercer telle ou telle activité, et à trouver son bonheur dans celle-ci. Ainsi, pour le psychologue américain, on « est » peintre, sportif, ou autre, dans son essence, avant même de le devenir dans la pratique. L'individu, pour être heureux, doit faire « ce pour quoi il est compétent, doué » :

« Un musicien doit faire de la musique, un artiste doit peindre, un poète doit écrire, s'il veut trouver le bonheur. Un homme doit être ce qu'il peut être. Il doit être vrai avec sa propre nature »⁵⁸

57 *Ethique à Nicomaque*, 1176a.

58 *Devenir le meilleur de soi-même (Motivation and Personality)*, Maslow, p. 66.

Une telle affirmation de l'existence d'une « structure interne » propre à chacun est difficilement vérifiable scientifiquement, bien que Maslow prétende le contraire⁵⁹, cependant elle correspond bien à l'expérience que nous faisons du monde humain quotidiennement. Ne voit-on pas que l'un semble « s'épanouir » dans telle ou telle activité artistique, tandis qu'un autre passe son temps à lire et à penser sur le monde, alors même qu'un autre encore se transforme lorsqu'il pratique son « sport de prédilection » ? Notre vision du monde et notre langage sont chargés du postulat maslowien que chacun aurait un « noyau » propre, une « voie » propre menant au bonheur. Cela ne prouve pas qu'une telle position est vraie ; mais elle est au moins compatible avec notre culture actuelle.

Certes, on pourrait objecter qu'une telle position tend à enfermer l'individu dans une seule et même activité à laquelle il serait doué. N'est-il pas imaginable que certains individus soient particulièrement doués à quelque chose mais n'y prennent aucun plaisir ? L'emploi du critère de la compétence et du talent est en effet gênant : C'est exagérer la caractère inné de la compétence et occulter qu'elle puisse être acquise. Sans doute nous faut-il reformuler la position de Maslow pour trouver un équilibre entre le plaisir et la compétence. Les deux sont probablement liés : Un individu doué pour le tennis prendra probablement plus de plaisir qu'un autre à y jouer, et aura par la même plus de probabilité d'y passer du temps et de devenir meilleur. Il faut également atténuer le déterminisme de Maslow, selon lequel chacun serait prédestiné à un certain type d'activité : Les philosophes, et récemment les existentialistes, n'ont-ils pas mis en évidence la force de la volonté ? Et de plus, ne constate-t-on pas que certains individus au moins semblent être naturellement dénués de talent ou de passion particuliers, de telle sorte qu'ils ont à chercher et à construire artificiellement

59 « Il est possible d'étudier scientifiquement cette structure intérieure et de découvrir ce qu'elle est (découvrir et non inventer) », *Vers une psychologie de l'être*, p. 3.

leur devenir ? Cela signifierait-il que de telles personnes ne pourraient pas être heureuses ? Le psychologue répondrait sans doute à cela que si la « structure intérieure » paraît parfois inexistante, c'est parce qu'elle constitue un instinct particulièrement faible et fragile, que l'environnement peut presque faire disparaître :

« Les structures intérieures n'ont pas la force, la puissance, l'infaillibilité des instincts des animaux. Elles sont délicates, fragiles, subtiles. Elles peuvent être affaiblies par les habitudes, les pressions culturelles, les attitudes mauvaises »⁶⁰

Quelles que soient les objections que l'on puisse faire à la théorie de Maslow, et bien qu'elle paraisse plus difficile encore à démontrer scientifiquement que celle d'Aristote, elle reste plus fidèle à la diversité des formes que le bonheur humain peut prendre, tout en proposant une théorie générale. C'est d'ailleurs le reproche que fait le psychologue moderne au philosophe de l'Antiquité : D'avoir un approche trop intellectualiste du bonheur humain.

On peut toutefois nuancer ce reproche : Si en effet Aristote place l'activité théorique au sommet du bonheur humain, il conçoit que l'être humain puisse accéder au bonheur de manière différente. Il considère ainsi que l'exercice des vertus morales, c'est-à-dire la réaction émotionnelle selon le juste milieu que la raison commande, dans la vie d'homme d'État par exemple, est également une source de bonheur, bien que ce soit une source secondaire :

« C'est d'une façon secondaire qu'est heureuse la vie selon l'autre sorte de vertu [les vertus morales] : car les activités qui y sont conformes sont purement humaines : les actes justes, en effet, ou courageux, et tous les autres actes de vertu, nous les pratiquons dans nos relations avec les autres, quand, dans les contrats, les services rendus et les actions les plus variées ainsi que dans nos passions, nous observons fidèlement ce qui doit revenir à chacun, et toutes ces manifestations sont choses simplement humaines »⁶¹

Si le bonheur dans l'expression des émotions existe donc chez Aristote, c'est toutefois d'une manière qui semble différente de Maslow, en ce qu'elle fait intervenir la raison

60 *Vers une psychologie de l'être*, p. 4.

61 *Ethique à Nicomaque*, 1178a.

comme guide, alors que Maslow considère que les passions naturelles de l'homme ne doivent pas être réprimées, et en ce qu'elle ne prend que peu en compte l'individu. Ces deux différences ne sont toutefois pas aussi grandes qu'elles pourraient le paraître. D'une part, la raison est davantage présente dans la théorie de Maslow que ce dernier ne le dit parfois : Il admet que ce n'est qu'à quelqu'un de sain et de raisonnable que l'on peut dire « fais ce qu'il te plaît, et ce sera bien »⁶². La raison se trouve dans ce qui est « sain » chez Maslow. Or, c'est bien ce qu'exprime Aristote, lorsqu'il écrit que les vertus morales ont pour objectif de rechercher la « réaction droite », ou la « réaction droite ». En ce sens, la « réaction droite » et la « réaction saine » présentent des similitudes indéniables.

Car chez les gens sains, raison et émotion sont pour le psychologue en synergie :

« Il est possible d'enseigner que se maîtriser n'est pas toujours synonyme de réprimer. Les individus accomplis ont un système de contrôles apolliniens dans lequel maîtrise et gratification travaillent en synergie afin de rendre la récompense plus agréable »⁶³

N'est-ce pas là précisément ce qu'évoque Aristote lorsqu'il écrit que la bonne éducation est celle qui permet d'allier juste milieu dans le domaine moral et plaisir ?

D'autre part, Aristote prend davantage en compte l'individu que le contraste avec la théorie de Maslow ne pourrait le laisser le croire. En ce qui concerne les vertus morales, il précise ainsi que le juste milieu n'est pas un point universel et général, mais toujours un juste milieu par rapport à soi.⁶⁴

Malgré les apparentes différences, les conceptions du bonheur qu'avancent Aristote et Maslow ne sont donc pas si éloignées.

62 *Vers une psychologie de l'être*, p. 196.

63 *Être humain*, p. 216.

64 *Ethique à Nicomaque*, 1109b.

Par ailleurs, ce que reproche le philosophe grec au bonheur selon les vertus morales, c'est d'être « simplement humain». Humain, trop humain... Voilà un reproche bien étrange pour une théorie du bonheur que nous avons qualifié « d'épanouissement humain » ! Est-ce à dire que le stade ultime de l'épanouissement humain n'est en réalité non pas le bonheur proprement humain, mais un bonheur qui le dépasse, un bonheur « divin » ?

Chapitre 7

Le bonheur suprême : Un bonheur divin ?

Maslow fait clairement valoir la rupture qu'il souhaite entériner avec le lien commun de la pensée occidentale selon lequel l'homme serait « mi-bête mi-ange »⁶⁵, et que par conséquent son bonheur ultime consisterait à s'élever au statut d'ange. Il récuse ainsi l'idée que ce qu'il y a de supérieur chez l'être humain est de nature divine : Pour le psychologue, cela fait autant partie de la nature humaine que les « bas instincts » que sont les besoins physiologiques.

En cela, il s'oppose à Aristote. Ce dernier en effet considère à la fois que si l'activité contemplative est « le parfait bonheur de l'homme », une vie purement contemplative serait toutefois « trop élevée pour la condition humaine »⁶⁶. En effet, l'être humain ne peut se maintenir dans la simple activité de la contemplation : Non seulement il doit inmanquablement répondre à d'autres besoins (physiologiques) et obligations, mais il est en plus exposé à l'inconstance de la vie. Mais le raisonnement du philosophe ne s'arrête pas là : Pour lui, si la vie selon l'intellect est « divine comparée à la vie humaine », c'est aussi parce que « l'intellect est quelque chose de divin comparé à l'homme ». C'est la seule partie de l'être humain qui lui permette réellement de s'élever au-dessus des « choses humaines » et des « choses mortelles », de s'immortaliser dans la mesure du possible :

« [...] car même si cette partie est petite par sa masse, par sa puissance et sa valeur elle dépasse de beaucoup tout le reste »⁶⁷

Aristote va jusqu'à affirmer de manière paradoxale que cette activité contemplative est à la fois ce qu'il y a de plus divin dans l'homme et de plus proprement humain, et doit par conséquent être la vie la plus désirable pour l'homme :

65 *Discours sur la dignité de l'homme*, Pic de la Mirandole, 1486.

66 *Ethique à Nicomaque*, 1177b.

67 *Ethique à Nicomaque*, 1178a.

« On peut même penser que chaque homme s'identifie avec cette partie même, puisqu'elle est la partie fondamentale de son être, et la meilleure. Il serait alors étrange que l'homme accordât la préférence non pas à la vie qui lui est propre, mais à la vie de quelque chose d'autre que lui »⁶⁸

Le philosophe résume parfaitement son raisonnement aboutissant au résultat qui est le sien, lorsqu'il écrit :

« [...] ce qui est propre à chaque chose est par nature ce qu'il y a de plus excellent et de plus agréable pour cette chose. Et pour l'homme, par suite, ce sera la vie selon l'intellect, s'il est vrai que l'intellect est au plus haut degré l'homme même. Cette vie là est donc la plus heureuse »⁶⁹

Ce que décrit Aristote sous l'expression de « activité théorique » n'est pas sans rappeler la description que fait Pierre Hadot des « exercices spirituels » de la philosophie antique. A propos d'Aristote, Pierre Hadot estime que l'activité théorique qu'il décrit est loin d'être une simple « vie de savant » : Elle est une tentative sans cesse renouvelée, et parfois réussie, de s'élever à une forme d'extase divine, de « béatitude divine ».⁷⁰

Or, Maslow emploie également une expression qui rappelle les « exercices spirituels » décrits par Hadot : Il s'agit des « expériences paroxystiques ». Celles-ci prennent de plus en plus d'importance à mesure des écrits du psychologue, si tant et si bien qu'il finit par les considérer comme les manifestations les plus authentiques de la « joie » humaine :

« Une vie sans joie ne vaut pas d'être vécue. Bien des gens, malheureusement, ne connaissent jamais la joie, ces moments trop rares d'affirmation totale de la vie que nous appelons les expériences paroxystiques »⁷¹

Les expériences paroxystiques sont donc aussi rares que les expériences de béatitude décrits par Hadot. Mais ils ont pour le psychologue une acception plus large : Car si

68 *Ethique à Nicomaque*, 1178a.

69 *Ethique à Nicomaque*, 1178a.

70 *Qu'est-ce que la philosophie antique ?*, Pierre Hadot, pp. 136-137.

71 *Etre humain*, p. 42.

chez Aristote ou chez Hadot, ces expériences paroxystiques ne sont envisagées que sous la forme d'une béatitude contemplative, par le moyen de l'exercice de la sagesse, il semble que chez Maslow les moyens de parvenir à un tel état soient plus divers. Pour mieux cerner quelle réalité recouvrent les « expériences paroxystiques », nous devons nous pencher sur le bilan que le psychologue a tiré de près de trois-cent témoignages, au travers desquels les personnes interrogées faisaient part « de la plus merveilleuse expérience de [leur] vie : moment de bonheur, moment d'extase, moment de ravissement [...] »⁷², car c'était là la définition sommaire que le psychologue donnait aux expériences paroxystiques. Le critère de Maslow était donc peu précis, car il considérait contre Aristote que les expériences paroxystiques pouvaient aussi bien se réaliser dans la sphère physique ou dans la sphère affective que dans la sphère intellectuelle :

« [C'est] une tentative pour donner une description simple et générale de l'expérience cognitive réalisée dans l'amour de l'autre, dans l'expérience parentale, dans l'expérience mystique et cosmique, dans la perception esthétique, dans la vie créatrice, dans la recherche intellectuelle, dans la pratique thérapeutique, dans l'expérience orgastique, dans certaines formes de plénitude physique. Ce sont de tels moments que j'appelle expérience paroxystique »⁷³

Or, en réalité, les résultats de l'enquête de Maslow le poussent à tirer des conclusions qui ne sont pas si éloignées de celles de Hadot et d'Aristote sur l'expérience de la béatitude.

D'abord, parce que les expériences paroxystiques présentent des caractéristiques similaires : Expansion du champ de perception de l'agent qui rappelle « l'expansion du moi », concentration de la lucidité et de la perspicacité sensorielle de l'agent qui rappelle la « concentration du moi », transcendance du moi, détachement et oubli de soi, perte de l'évaluation spatio-temporelle, expérience intrinsèquement bonne pour

⁷² *Vers une psychologie de l'être*, p. 81.

⁷³ *Vers une psychologie de l'être*, p. 83.

elle-même, passivité, « saveur particulière de merveilleux, de crainte, de respect, d'humilité, d'abandon devant l'expérience comme devant quelque chose de grand », perception holiste du monde ou d'un objet, complétude de l'abstrait et du concret, dépassement des dichotomies.⁷⁴

Or, cette description ne correspond-elle pas en tout point à la « béatitude contemplative » que met en avant Hadot chez les philosophes grecs antiques, et notamment dans l'œuvre d'Aristote ? Ainsi, loin de s'éloigner en ce point du philosophe grec, Maslow semble au contraire le rejoindre : Le stade suprême de l'épanouissement humain ne se trouve pas dans la réalisation de soi, mais au-delà, dans la transcendance du moi. Ainsi, tout comme Aristote, le psychologue observe que le plus grand bonheur qui soit donné à l'être humain est celui qui semble le dépasser, celui qui semble être plus grand que lui, « divin ». Il écrit par exemple à propos des expériences paroxystiques :

« La personnalité qui vit une expérience paroxystique est « comme un dieu » non seulement à cause de ce que j'ai déjà dit [voir la liste ci-dessus], mais encore parce qu'elle est capable d'aimer, de ne pas condamner, de compatir et d'accepter avec humour le monde et les êtres aussi mauvais qu'ils puissent habituellement paraître »⁷⁵

La ressemblance entre la réalisation de soi maslowienne et la vie de contemplation aristotélicienne est encore frappante lorsque le psychologue exprime ce que le philosophe écrivait déjà, à savoir que l'être humain en voie d'épanouissement saisit les choses dans leur essence, dans leur principe même, ce qu'il appelle « valeurs ontiques », les valeurs de l'être, et transcende par là-même son moi :

« Les individus en cours d'accomplissement sont, sans aucune exception, engagés dans une cause qui ne les concerne pas personnellement. [...] Tous la consacrent, d'une façon ou d'une autre, à la recherche de ce que j'ai nommé les « valeurs ontiques », les valeurs intrinsèques suprêmes impossibles à tamiser vers plus suprême. »⁷⁶

74 *Vers une psychologie de l'être*, p. 84-105.

75 *Vers une psychologie de l'être*, p. 105.

76 *Être humain*, p. 65.

Il semble donc que la dernière étape de l'épanouissement humain soit paradoxalement la transcendance ce qui est proprement humain, permettant d'atteindre une forme de connaissance et de bonheur suprême, voire de « divin », aussi éphémère soit-il.

Cela nous amène à nous poser la question concrète de l'atteinte de ce bonheur dans la vie pratique. Car si les deux auteurs parlent de « transcendance », de « divin », leur visée est avant tout pratique : Concrètement, qu'est-ce qu'être épanoui, et surtout, qu'est-ce que rester heureux ? Dans quelle mesure cela est-il humainement atteignable ?

Chapitre 8. Le bonheur humain, nécessairement imparfait ?

La description que nous avons faite jusqu'alors peut aisément nous faire douter de la réalité pratique d'un tel bonheur, ou de notre capacité à l'atteindre. Certes, il y a sans doute comme nous l'avons noté une part de foi dans toute démarche volontaire d'épanouissement humain, au sens où il faut croire non seulement à l'existence d'un bonheur propre à la nature humaine, mais aussi à notre capacité à l'atteindre.

Mais cette « foi » n'est pas aussi irrationnelle que cela. Car le bonheur décrit par Aristote et par Maslow est loin d'être aussi parfait que l'on pourrait le croire.

Tout d'abord par sa durée. Si l'individu épanoui existe, on peut considérer qu'il ressent une sentiment diffus et relativement durable de bien-être. Toutefois, l'atteinte du bonheur authentique reste bien éphémère, comme nous avons pu l'apercevoir : L'activité humaine, fut-elle théorique ou réalisation de soi, a nécessairement une fin. De même, les expériences paroxystiques sont par nature éphémères. Il n'est donc pas question de penser que le bonheur puisse réellement être un état durable indéfiniment dans toute son intensité.

De plus, les deux auteurs sont bien conscient que la vie humaine comporte nécessairement sa part d'imprévu : Et la malchance peut ravir le bonheur à l'être le plus heureux du monde.

« [...] il peut arriver à l'homme le plus prospère de tomber dans les plus grands malheurs au temps de sa vieillesse, comme la légende héroïque le raconte de Priam : quand on a éprouvé des infortunes pareilles aux siennes et qu'on a fini misérablement, personne ne vous qualifie d'heureux »⁷⁷

Cela étant, le philosophe et le psychologue ont en commun de noter que l'individu

⁷⁷ *Ethique à Nicomaque*, 1100a.

heureux aura tendance à mieux résister aux vicissitudes de la vie, par sa vertu, sa force de caractère, ou son recul amusé. Aristote écrit ainsi à ce propos que:

« L'homme véritablement bon et sensé supporte toutes les vicissitudes du sort avec sérénité et tire partie des conséquences pour agir toujours avec le plus de noblesse possible [...]. S'il en est ainsi, l'homme heureux ne saurait jamais devenir misérable, tout en n'atteignant pas cependant la pleine félicité s'il vient à tomber dans des malheurs comme ceux de Priam. »⁷⁸

L'individu heureux, enfin, ne mène pas nécessairement une vie qui sorte objectivement de l'ordinaire. Maslow note ainsi que les sujets qui lui ont paru le plus développés et les plus mûrs avaient pourtant une vie relativement normale, ou « moyenne », et qu'elle pouvait comporter la même part d'obligations, d'habitudes, en somme de routine quotidienne, que celle des autres citoyens.⁷⁹

⁷⁸ *Ethique à Nicomaque*, 1101a.

⁷⁹ *Vers une psychologie de l'être*.

PARTIE II

CRITIQUE DES THEORIES DE L'EPANOUISSEMENT HUMAIN

Chapitre 1

Le problème du sophisme naturaliste

Dans *A Treatise of Human Nature*, David Hume soulève un problème qu'il observe dans la plupart des traités de morale :

« Dans tous les systèmes de morale que j'ai rencontrés jusqu'alors, j'ai toujours remarqué que les auteurs, pendant un certain temps, procèdent selon la façon habituelle de raisonner et établissent l'existence de Dieu ou font des observations sur les affaires humaines ; puis, soudain, je suis surpris de voir qu'au lieu des habituelles copules est et n'est pas, je ne rencontre que des propositions reliées par un doit ou un ne doit pas. Ce changement est imperceptible mais néanmoins de la première importance. En effet, comme ce doit ou ne doit pas exprime une nouvelle relation ou affirmation, il est nécessaire qu'on la remarque et qu'on l'explique. En même temps, il faut bien expliquer comment cette nouvelle relation peut être déduite des autres qui en sont entièrement différentes car cela semble totalement inconcevable. Mais, comme les auteurs n'usent pas habituellement de cette précaution, je me permettrai de la recommander aux lecteurs et je suis persuadé que cette petite attention renversera tous les systèmes courants de morale et nous fera voir que la distinction du vice et de la vertu ne se fonde pas simplement sur les relations des objets et qu'elle n'est pas perçue par la raison. »⁸⁰

Cette observation a eu un grand retentissement dans la philosophie morale et politique, et est connu comme le « no ought from is problem », ou « la loi de Hume ». L'idée, en somme, est qu'il est impossible d'un point de vue purement logique de déduire un discours prescriptif ou normatif à partir d'un discours descriptif.

Or, n'est-ce pas exactement ce que fait Maslow, mais également, de façon plus indirecte, Aristote ?

Abraham Maslow considère en effet que l'individu « doit être ce qu'il est ». En effet, tout l'intérêt de ses recherches n'est pas seulement de proposer une description de ce qu'est la nature humaine, il est aussi et surtout de permet de comprendre comment être, ou devenir, pleinement heureux. Et puisque le bonheur est

80 *A Treatise of Human Nature*, David Hume, 1739, Livre III, Partie 1, Section 1.

ce que recherchent en dernier lieu tous les êtres humains, décrire la manière pour atteindre ce stade, c'est aussi formuler une morale pratique, qui répond à la question : « Que dois-je faire ? ».

La morale n'est en effet pas séparé de la question du bonheur chez Maslow. En cela il rejoint Aristote, qui autant dans l'Éthique à *Nicomache* que dans l'Éthique à *Eudème* marque son désaccord avec ceux qui croiraient que le plus beau, le meilleur, et le plus agréable seraient des choses différentes :

*« Ainsi donc le bonheur est en même ce qu'il y a de meilleur, de plus beau et de plus agréable »*⁸¹

Ce lien que nous affirmons chez ces deux auteurs entre bonheur et morale au sein de l'épanouissement peut paraître contradictoire avec l'insistance que le philosophe grec et le psychologue américain disent accorder à l'observation. Ainsi Maslow écrit-il, en parlant du modèle de l'homme heureux :

*« Je ne dis pas : « Il doit choisir ceci ou cela », mais seulement : « On observe que les gens sains, qui ont pu choisir librement, choisissent ceci ou cela ». La question se formule ainsi : « Quelles sont les valeurs des êtres humains les meilleurs ? » et non : « Quelles doivent être leurs valeurs ? » ou encore : « Que doivent-ils être ? » »*⁸²

Maslow cite d'ailleurs à ce propos Aristote :

*« Ce qui est convenable et bon pour l'homme bon, voilà ce qui est réellement convenable et bon »*⁸³

Seulement, il ne s'agit pas là de réfuter que l'on puisse faire un lien entre la description des hommes heureux et la prescription envers les autres êtres humains. Il s'agit avant tout pour Maslow d'affirmer le caractère scientifique de sa démarche : Il ne cherche pas à créer un discours « moraliste », prescriptif ex nihilo, ou selon des

81 *Ethique à Nicomaque*, Aristote, 1099e

82 *Vers une psychologie de l'Être*, Maslow, p. 179.

83 *Vers une psychologie de l'Être*, Maslow, p. 179.

principes qui seraient supérieurs à l'homme, mais à partir de l'observation afin d'élaborer une morale pratique, ou une éthique humaine. En somme, Maslow ne s'oppose pas au discours prescriptif en soi, mais sur la manière de l'élaborer : Pour lui, un discours prescriptif doit être élaboré à partir de la description de l'individu modèle. Les principes moraux doivent être dérivés de l'observation de l'être humain heureux même. La morale doit par ailleurs correspondre à la nature humaine, sous peine d'empêcher le bonheur ou la santé psychologique.

C'est ainsi que l'on retrouve cette relation entre nature humaine et morale, entre discours descriptif et prescriptif, à divers endroits de son œuvre.

Il décrit par exemple l'intérêt moral pratique de sa démarche scientifique :

« Mieux nous connaissons les tendances naturelles de l'homme, plus il sera facile de lui dire comment être bon, comment être heureux, comment vivre d'une manière féconde, comment se respecter lui-même, comment aimer, comment réaliser ses plus hautes potentialités »⁸⁴

Autrement dit, la connaissance de la nature humaine permet de mieux saisir la manière d'atteindre la vie bonne.

Encore plus explicitement, il affirme peu après :

« Ce que chacun doit faire découle de ce qu'il est réellement, profondément, comme membre de l'espèce humaine et comme individu particulier »⁸⁵

Cette perspective n'est pas sans rappeler la célèbre injonction nietzschéenne « *Deviens ce que tu es ; fais ce que toi seul peut faire* »⁸⁶, qui fait plus clairement encore le lien entre le prescriptif et le descriptif.

Ce lien est également présent chez Aristote : Bien que le discours de l'Éthique à *Nicomache* soit essentiellement descriptif et logique, il découle naturellement de l'idée que le bonheur est la cause finale de l'homme qu'une description de celui-là est

84 *Vers une psychologie de l'Être*, Maslow, p. 4.

85 *Vers une psychologie de l'Être*, Maslow, p. 5.

86 *Ainsi parlait Zarathoustra*, Nietzsche, 1885.

également un appel à une existence davantage en accord avec les caractéristiques qui en sont données.

Car décrire le bonheur, c'est pour le lecteur qui souhaite atteindre le bonheur, mettre sa vie en conformité avec la description qui est faite du bonheur. Or, qui ne veut pas être heureux ? Cette prémisse n'a aucun sens dans une perspective aristotélicienne (ou maslowienne), puisque tout être humain veut atteindre le bonheur. Cela devient donc l'équivalent de « Si tu fais partie de l'espèce humaine », qui n'a pas davantage de sens, puisque seul un être humain est en mesure de lire ou d'écouter la description que fait Aristote du bonheur. Dès lors, la fin étant inscrite naturellement en chacun, seul le moyen demeure, et se transforme en une injonction morale en vue du bonheur : Tout lecteur doit mettre sa vie en conformité avec la description qui en est faite.

Ce lien entre bonheur et morale est donc tellement évident et naturel à l'homme que cela explique qu'Aristote n'aborde pas directement ce point. Il faudra toutefois nuancer cela, dans le sens où puisque nous savons que le philosophe antique s'inscrivait dans une vision relativement restrictive de l'homme, nous ne pouvons raisonnablement considérer qu'en son temps cette injonction morale implicite concernait tout être humain. Mais elle considérerait assurément tout interlocuteur ou élève d'Aristote.

Ces deux théories du bonheur comme épanouissement se fonderaient-elles sur un « sophisme naturaliste », sur l'erreur logique, en brisant la « loi de Hume » ?

Si l'on considère qu'il s'agit en effet là en effet d'un « sophisme », au sens d'erreur logique d'apparence valide, alors la réponse est assurément oui : Car tant Aristote et Maslow font en effet le lien entre la description de la nature de l'homme et la

prescription morale en vue du bonheur, comme nous l'avons vu.

Mais poser cette question, c'est également renvoyer au débat contemporain sur le lien entre discours descriptif et prescriptif. Car la « loi de Hume » n'est pas si évidente que cela. Il faudrait certainement plus de temps et d'espace pour traiter cette question comme elle le mériterait. Mais il me semble à première vue qu'il ne s'agit pas d'une loi logique infaillible.

Je serais tenté de penser en effet qu'au contraire, les discours descriptif et prescriptif entretiennent souvent, si ce n'est toujours, un lien intime, a fortiori dans le domaine pratique. Car peut-être pourra-t-on admettre que dans le domaine purement scientifique, le discours est majoritairement descriptif, et détaché de tout discours prescriptif. Mais dans la vie pratique, un discours prescriptif ne se base-t-il pas inmanquablement sur un discours descriptif, explicite ou implicite ? A l'inverse, certains discours prétendument descriptifs ne dissimulent-ils pas un discours prescriptif ?

Prenons des exemples courants. Pour indiquer à une personne dans la rue quelle chemin emprunter (discours prescriptif), ne faut-il pas d'abord avoir en tête la géographie du lieu en question (discours descriptif) ? Il serait absurde de demander à quelqu'un son chemin tout en sachant que ce dernier n'a aucune connaissance des lieux alentours. Dans le même ordre d'idées, John Searle affirmait en 1963 dans un article célèbre qu'il était possible de déduire le « devoir-être » de « l'être ».⁸⁷

Si nous ne pouvons ici donner une réponse définitive à cette controverse, reste il me semble que l'existence même d'un dissensus autour de la « loi de Hume » montre qu'il ne s'agit pas, pour le moment du moins, d'un argument qui soit en

⁸⁷ *How to derive « ought » from « is »*, John R. Searle, dans *The Philosophical Review*, Vol. 73, No. 1 (Jan., 1964), pp. 43-58

mesure d'invalider totalement les diverses théories de l'épanouissement humain, qui dérivent son « devoir-être » (le bonheur) à partir de son « être » (sa nature, ou sa fonction). Par conséquent, nous pouvons maintenir que d'un point de vue logique, ni Aristote ni Maslow ne commettent de « sophisme naturaliste » invalide. Au contraire, ils ont la force de replacer le siège de la morale et de l'éthique dans l'être humain même, permettant par là même de revitaliser le domaine de la philosophie morale dans la vie pratique, dont la transcendance et le dogmatisme, idéaliste ou religieux (et surtout, chrétien), ont été largement remis en cause par la modernité.

Chapitre 2

La critique du culturo-centrisme

Nous avons dit que ces théories de l'épanouissement humain avaient l'avantage de correspondre davantage que d'autres morales à l'époque moderne et contemporaine. Nous avons également pu mentionner que la théorie d'Aristote s'ancrait dans une certaine conception de la société qui était celle de son époque. Ce sont là des indices qui doivent nous amener à nous poser la question suivantes : Ces théories du bonheur humain ne sont-elles pas culturo-centrées ? Peuvent-elles réellement prétendre à l'universalité, et donc à une quelconque vérité sur « l'être humain », ou bien ne sont-elles valides que dans la mesure où elles correspondent à leur époque ?

La théorie d'Aristote, tout d'abord, s'inscrit dans un contexte particulier : Celui de l'Athènes de l'Antiquité, de la démocratie certes parfois, mais aussi à une époque où le système de citoyenneté était fermé aux femmes et aux esclaves, à une époque aussi où la collectif de la polis primait sur l'individu. Nous avons déjà vu en quoi ce dernier point contraste avec l'époque contemporaine, et rend plus difficile (mais pas impossible) son appropriation contemporaine. Il s'agissait d'une époque également, qui en cela n'était pas si éloignée de la nôtre, qui montrait un certain mépris envers les « métiers » à proprement parler, les occupations considérées comme les plus dignes d'intérêt étant celles du guerrier, de l'homme public ou encore du philosophe. Cela a également pu influencer la pensée du philosophe, comme nous l'avons vu.⁸⁸

De manière générale, tous ces points que nous avons abordés indirectement à

⁸⁸ Cf. I, 6.

plusieurs endroits tendent à faire porter une suspicion d'élitisme sur l'éthique d'Aristote, et à restreindre sa portée. Maslow lui-même ne manque pas de le remarquer. Certains de ses contemporains l'ont comparé à Aristote, et lui-même reconnaît la similitude qu'il peut y avoir parfois. Mais ses références au philosophe antique restent étonnamment rares, et l'une d'entre elles notamment est faite pour mieux marquer la différence. Ainsi dans une note de bas de page de son premier ouvrage majeur, il indique :

« A première vue, cette conception rappelle certaines idées d'Aristote et de Spinoza dans le passé. En vérité, nous devons avouer que cette nouvelle conception offre beaucoup de points communs avec les philosophies anciennes. Mais il nous faut également souligner que nous connaissons mieux la véritable nature de l'être humain qu'Aristote et Spinoza. Nous pouvons être d'accord avec Aristote lorsqu'il postulait que la vie adéquate consistait à vivre selon la véritable nature de l'homme, mais nous devons ajouter qu'il ne connaissait pas suffisamment cette véritable nature. [...] La seule chose qu'Aristote avait le pouvoir de faire, était de construire une image du bon individu dans sa propre culture et à cette époque particulière. Vous vous souvenez que, dans sa conception de la vie adéquate, Aristote acceptait totalement le fait fait de l'esclavage et qu'il commettait l'erreur fatale de supposer que, parce qu'un homme était esclave, il était tel de par sa nature et qu'il était par conséquent bon pour lui d'être esclave. Ceci révélé dans toute son étendue la faiblesse de l'observation superficielle lorsqu'on entreprend de bâtir une conception de ce qu'est le bon individu ou l'individu normal ou l'individu en bonne santé »⁸⁹

Plus généralement, la critique du scientifique contemporain se situe sur le plan de la méthode, qui était nécessairement limitée dans l'Antiquité grecque, et qui limite dès lors la portée de la théorie d'Aristote aujourd'hui : Qui accepterait en effet le raisonnement selon lequel puisqu'un homme est esclave, c'est qu'être esclave est dans sa nature ? Toute la tradition philosophique occidentale, du 18ème siècle à aujourd'hui, va a rebours d'une telle manière de raisonner.

Maslow, à l'inverse, ambitionne de dégager une théorie qui puisse prétendre à l'universalité. Il écrit par exemple à propos de la réalisation de soi :

⁸⁹ *Devenir le meilleur de soi-même (Personality and Motivation)*, Maslow, p. 191.

« [...] je pense qu'il est possible d'étendre ces découvertes à une grande part de l'espèce humaine ; il me semble en effet, et je ne suis pas le seul à le penser, que la plupart des gens tendent vers la réalisation de soi [...]. En principe au moins, la plupart des gens sont capables de se réaliser eux-mêmes »⁹⁰

On peut cependant se demander si la même critique ne pourrait pas trouver à s'appliquer à Maslow lui-même : N'écrit-il pas dans un contexte occidental moderne très marqué par l'individualisme ? Mais aussi dans un contexte américain des années soixante marqué par l'exploration, ou la redécouverte, des « potentialités » humaines ? (pensons au mouvement américain « New Age », qui commençait à émerger à l'époque où Maslow écrivait)

Ainsi, lorsque le psychologue écrit que sa théorie vise « le développement intégral des possibilités de l'homme »⁹¹, n'est-il pas marqué par une idéologie contingente, rendant difficile l'expansion de sa portée à l'universel ?

Ainsi par exemple, vouloir développer l'ensemble de ses capacités, n'est-ce pas du même coup faire fi de l'aspect ascétique qu'il peut y avoir dans la recherche du bonheur ?⁹² En réalité, sur ce point, les critiques des philosophes sur le « développement personnel » ne s'appliquent que partiellement à la théorie de Maslow : Car si celle-ci reflète bien l'idéologie de notre époque (technique, capitaliste, performative, pro-croissance), elle n'est toutefois pas aussi caricaturale que les ouvrages de développement personnel. Elle ne promet pas une « vie parfaite »⁹³, mais cherche à comprendre les individus épanouis. Ces derniers ne sont d'ailleurs pas exempts de défauts et d'imperfections, et connaissent également des moments de colère, de tristesse, comme le note le psychologue. Ils vivent cependant ces moments d'imperfection différemment des autres individus, s'en amusant plutôt que s'en affligeant, les acceptant plutôt que s'en frustrant.

90 *Vers une psychologie de l'être*, p. 180.

91 *Vers une psychologie de l'être*, Maslow, p. 4.

92 *Egobody*, Robert Redeker, 2011.

93 *Votre vie sera parfaite : Gourous et charlatans*, Roger Pol-Droit, 2005.

La théorie de Maslow peut donc difficilement échapper à la critique de sa contingence culturelle, temporelle et géographique. Et c'est en cela qu'elle est également intéressante : Car elle est révélatrice de notre époque et de sa manière de penser.

Cela ne doit pas cependant nous conduire nécessairement à rejeter l'ensemble de l'œuvre de Maslow. Il me semble en effet que la structure dégagée par Maslow reste valable, au moins pour la culture et l'époque qui sont les nôtres. Peut-être les valeurs qu'il en a extrapolées, ou que l'ordre de sa hiérarchie des besoins, n'ont pas de portée générale. (Ce que du reste il reconnaissait volontiers, puisqu'il mentionnait les diverses exceptions à sa théorie générale qu'il avait pu rencontrer)

Quant à la critique selon laquelle sa théorie serait excessivement individualiste, elle est en partie fondée, mais il faut la relativiser. Maslow a en effet bien conscience de l'importance de la société et des relations interpersonnelles dans la construction et l'épanouissement d'un individu. Il rejoint en cela la philosophie politique d'Aristote en ce qu'il croit non seulement à la nature sociale de l'homme, mais aussi que le but de la société organisée est ultimement de permettre le bonheur de ses citoyens.

Chapitre 3

Épanouissement humain et nature sociale de l'homme

Certains commentateurs ont pu reprocher à Maslow de ne pas prendre en compte assez la nature sociale de l'homme⁹⁴, l'opposant en ce sens à Aristote, et à sa conception de l'homme comme « animal politique »⁹⁵ (zoon politikon). Il est vrai, comme nous l'avons nous-même remarqué, que la place faite au « soi » en tant qu'individu est importante dans la théorie de la « self-realization ».

Cependant, il me semble que c'est là un faux procès. Car Maslow n'ignore pas l'importance de la société dans la vie individuelle. Certes, c'est le bonheur individuel qui est la fin, et la société peut dans cette optique être davantage considérée comme l'un des moyens au service de cette fin. Mais au-delà de cette prévalence accordée au bonheur individuel sur le bonheur de la société, ce qui peut contraster avec les théories aristotéliennes, individu et société ne sont pas à opposer à proprement parler.

Le psychologue américain décrit à plusieurs reprises le rôle que joue la société dans l'épanouissement humain. Et pour cause : L'épanouissement de l'individu passe nécessairement par les relations interpersonnelles, directement ou indirectement.

C'est ainsi qu'il écrit d'une manière plutôt radicale que :

« [...] la satisfaction des besoins fondamentaux est exclusivement interpersonnelle »⁹⁶

Peut-on imaginer en effet, a fortiori à l'époque contemporaine, ne serait-ce que l'on puisse se nourrir exclusivement seul ? Dès que l'on cherche à combler un des

94 *What Maslow Missed Out On ?*, Dr. Pratik Surana.

95 *La Politique*, Aristote.

96 *Devenir le meilleur de soi-même* (Personality and Motivation), Maslow, p. 167.

« désirs fondamentaux » maslowiens, on le fait nécessairement dans le cadre d'un tissu social plus ou moins étendu. Cela est d'autant plus vrai pour les besoins de sécurité, et surtout, d'estime, d'appartenance et d'amour. Il me semble donc à cet égard que prétendre que Maslow ignore la nature sociale de l'homme, c'est mal l'interpréter.

Ce qui est vrai en revanche, c'est que l'être humain selon Maslow semble relativement égoïste : Il n'a des amis, des amours, que parce qu'il en a « besoin ». Lorsque Maslow aborde la capacité de l'humain à donner de l'amour à autrui, il le fait également sous l'angle du besoin individuel. Cet « égocentrisme » de la théorie du bonheur est assurément une marque de notre temps, et ne concorderait probablement pas avec toutes les cultures humaines.

Remarquons toutefois qu'à la fin de sa vie, dans ses écrits les plus tardifs, Maslow ait abordé la possibilité qu'il existe un stade supérieur, dans l'épanouissement humain, à la « self-realization ». Ce dernier stade, que le psychologue n'a pas toutefois systématiquement observé chez les individus qu'il considérait « en voie de réalisation », et à l'inverse qu'il a pu remarquer chez des individus qu'il ne considérait comme n'étant pas réellement épanoui, est resté assez énigmatique dans la pensée de Maslow. Il a toutefois été considéré comme étant à l'origine du mouvement de la « psychologie transpersonnelle » : Il s'agirait d'un stade de « dépassement du moi », d'une expansion du moi vers une « transcendance » qui dépasse l'individu.⁹⁷

Cela étant, si ce stade ultime de développement dépasse l'homme lui-même, il dépasse également sa dimension sociale. C'est pourquoi Aristote note que « *la vie*

⁹⁷ Voir I, 7.

pratique n'est pas nécessairement dirigée vers autrui, comme le pensent certain »⁹⁸.

En ce sens, l'épanouissement humain, s'il s'inscrit nécessairement dans un cadre social, le dépasse en vue du « soi », qu'il dépasse semble-t-il enfin en vue du « tout ».

Enfin, notons que tout comme Aristote considère que le but de toute société humaine est le bonheur de ses membres, Maslow espère qu'à terme la société pourra n'être composée que d'être psychiquement sains et heureux. L'« eupsychie » de Maslow est avant tout une utopie sociale.

⁹⁸ *La politique*, Aristote, VII, 3, 8, 1325 b.

Chapitre 4

Un nouvel eugénisme ?

Enfin, on peut reprocher à ces théories qui se basent sur la « nature » de l'homme, qu'ils définissent de manière plus ou moins arbitraire, d'être une forme d'eugénisme.

L'une des difficultés qui se pose en effet à la théorie de Maslow, qui prône (au moins dans ses premiers écrits), la libération des émotions, est la prise en compte des « déviants », des individus malsains : Le potentiel violeur, meurtrier, etc. Il semble en effet que la méthode du psychologue présente une faille inhérente : Elle ne se base que sur des individus non plus sains. Et pour cause, le chercheur a adopté une telle méthode en réaction aux recherches basées exclusivement sur les données psychothérapeutiques, nécessairement biaisées puisque ne comportant (presque) que des patients névrosés. Dès lors, le défaut de la théorie de Maslow est d'élaborer une vision trop optimiste de la vision de l'homme, en rejetant tous ceux qui n'y satisfont pas comme étant des « non-humains » ou des « sous-humains ».

On retrouve d'ailleurs ce même ordre d'idées chez Aristote, lorsque le philosophe prétend que si l'on peut trouver des exceptions au modèle du bonheur qu'il élabore à partir de « l'homme bon », c'est qu'il s'agira nécessairement d'individus « décadents », en proie à la « corruption de l'espèce ».

Or, n'est-ce pas là refuser de prendre en compte des données empiriques au titre qu'elles invalideraient en partie la théorie générale ?

Maslow permet de résoudre un tant soit peu ce problème, puisqu'il considère dans ses écrits plus tardifs qu'il existe en réalité deux tendances naturelles chez l'homme, l'une vers le bonheur et la santé mentale, l'autre vers les pulsions plus destructrices, et que c'est la première qu'il faut encourager. Il semble donc qu'il rejoigne Aristote sur

le rôle nécessaire essentiel que joue l'éducation dans l'accès au bonheur. En ce sens, ces théories de « l'épanouissement humain » ne sont pas des eugénismes : Tout individu peut parvenir au bonheur en théorie, à partir de sa nature (de ses gènes) propre, si tant est qu'il réunit les conditions nécessaires en pratique⁹⁹, et qu'il reçoive une éducation qui lui permette de se développer de la meilleure manière.¹⁰⁰

99 Voir I, 4.

100 Sur l'éducation, voir *Ethique à Nicomaque*, livre X, et *Etre Humain*, partie IV.

TABLE DES MATIERES

INTRODUCTION.....	2
Chapitre 1. Objet du mémoire.....	2
Chapitre 2. Intérêt philosophique de la comparaison.....	4
PARTIE I.....	5
Chapitre 1. Une approche eudaimoniste.....	6
Chapitre 2. Une approche naturaliste.....	15
Chapitre 3. La nature humaine.....	20
Chapitre 4. Conditions préalables d'accès au bonheur.....	25
Chapitre 5. Une méthode commune : L'observation des modèles épanouis.....	30
Chapitre 6. Nature du bonheur : Activité contemplative ou réalisation de soi ?.....	35
Chapitre 7. Le bonheur suprême : Un bonheur divin ?.....	41
Chapitre 8. Le bonheur humain, nécessairement imparfait ?.....	46
PARTIE II.....	48
Chapitre 1. Le problème du sophisme naturaliste.....	49
Chapitre 2. La critique du culturo-centrisme.....	55
Chapitre 3. Épanouissement humain et nature sociale de l'homme.....	59
Chapitre 4. Un nouvel eugénisme ?.....	62

BIBLIOGRAPHIE

1) Principale

Éthique à Nicomaque, Aristote,

traduction par J. Tricot, ed. Vrin, 2007.

Éthique à Eudème, Aristote,

traduction par J. Barthelemy-St-Hilaire et A. Gomez-Muller, ed. Poche, 1992.

La Politique, Aristote,

traduction par J. Barthelemy-St-Hilaire, 1874.

Devenir le meilleur de soi-même,

traduction par Laurence Nicolaieff de *Motivation and Personality*, Maslow, 1954.

Vers la psychologie de l'être,

traduction par Mesrie-Hadesque de *Towards a Psychology of Being*, Maslow, 1968.

Être humain,

traduction par Agnès Prigent et Laurence Nicolaieff de *The Farther Reaches of Human Nature*, Maslow, 1971.

2) Secondaire

L'excellence de la vie : sur l'Éthique à Nicomaque et l'Éthique à Eudème d'Aristote, sous la direction de G. Romeyer-Dherbey et Gwenaëlle Aubry, 2002.

Qu'est-ce que la philosophie antique ?, Pierre Hadot, 1995.

Se réaliser : Petite philosophie de l'épanouissement personnel, Michel Lacroix, 2009.

Egobody, Robert Redeker, 2011.