

K@iros

revue

interdisciplinaire
en sciences de l'information et de la communication
et civilisations étrangères



Pour citer cet article :

Lu LIU, Dana MARTIN et Ny Aina RAKOTOMALALA HARISOA, « Le bonheur est-il universel ou culturel? », *K@iros* [En ligne], 1 | 2015,

URL : <http://revues-msh.uca.fr/kairos/index.php?id=357>

DOI : <https://dx.doi.org/10.52497/kairos.357>



La revue *K@iros* est mise à disposition selon les termes de la Licence Creative Commons Attribution 4.0 International.

L'Université Clermont Auvergne est l'éditeur de la revue en ligne *K@iros*.

LE BONHEUR EST-IL UNIVERSEL OU CULTUREL ?

Analyse de discours et de perceptions d'internautes allemands, malgaches et chinois

Is Happiness Universal or Cultural? Analysis of Speeches and Perceptions of German, Malagasy and Chinese Internet Users

Lu LIU, Dana MARTIN, Ny Aina RAKOTOMALALA HARISOA

Mots-clés : bonheur, interculturalité, sociologie
Keywords: happiness, interculturality, sociology

À l'heure actuelle, le bonheur semble être une notion omniprésente, non seulement dans les sociétés du monde entier, mais aussi en tant qu'objet de recherche. Il est également un sujet couramment abordé dans la vie quotidienne : « As-tu trouvé ton bonheur ? », « Es-tu heureux ? » Ces questions sont souvent posées dans les échanges sur la famille, les relations amoureuses, le travail, les projets de vie en général et les soucis quotidiens en particulier. Les publicitaires font de même et s'adonnent à une surenchère de slogans pour vendre des boissons (« Ouvre Coca-Cola, ouvre du bonheur »), des pâtes à tartiner (« Nutella, chaque jour, c'est du bonheur à tartiner »), des fromages (Babybel : « 360° de bonheur »), des assurances (MMA : « Zéro tracas, zéro blabla. C'est le bonheur assuré »), des cuisines (Teissa : « Le bonheur se cuisine tous les jours ») et des voyages (Club Med : « Et vous, le bonheur, vous l'imaginez comment ? »). La notion de bonheur est tellement omniprésente au quotidien qu'il s'avère compliqué de faire l'inventaire des innombrables déclinaisons, significations et connotations qu'elle engendre et qui lui sont attribuées.

Force est de constater que les enquêtes portant sur le bien-être, la prospérité, la satisfaction et la qualité de vie de la population mondiale se sont multipliées au cours

des dernières années. Or, il n'est pas rare de voir que les résultats publiés divergent¹. Notre étude comparative, menée par trois chercheurs en sciences humaines et sociales (sciences de l'information et de la communication et civilisations étrangères/études germaniques), porte sur le bonheur en tant que concept universel ou culturel. Nous nous intéressons plus précisément à la perception du bonheur d'internautes vivant dans nos trois pays d'origine, à savoir l'Allemagne, Madagascar et la Chine. L'analyse s'appuiera sur un triple corpus textuel de discours écrits et postés sur Internet.

Les éléments caractéristiques du bonheur

Le dictionnaire Larousse propose trois définitions du bonheur, à savoir « bonne chance, circonstance favorable », « état de complète satisfaction » et « joie, plaisirs liés à une circonstance² ». Ruut Veenhoven (1997), sociologue spécialiste du sujet, définit le bonheur comme un état d'esprit, un degré selon lequel une personne évalue positivement la qualité de sa vie dans son ensemble. Le point commun entre ces définitions est l'association du bonheur avec la perception qu'un individu pourrait avoir de lui-même en relation avec un événement marquant de sa vie. Un individu s'estime heureux, lorsqu'il est satisfait de ses propres réalisations ou lorsqu'un événement se déroule favorablement, comme il le souhaite.

Dans un premier temps, le bonheur est donc d'ordre individuel. Chaque individu a sa propre conception du bonheur et de la manière dont il définit cet état. Si les uns pensent que le fait de posséder des biens matériels peut les rendre heureux, les autres associent le bonheur à des aspects immatériels, ou encore à la combinaison du matériel et de l'immatériel. Le bonheur est souvent attribué à un objectif que veut atteindre un individu, tout en correspondant à des valeurs précises. Kasser et Ryan (1996) distinguent les valeurs intrinsèques (besoin de développement personnel, de relations avec autrui et d'appartenance à une communauté) des valeurs extrinsèques (besoin de contrôle, de possession matérielle et de prestige). Il appartient ainsi à chaque individu de choisir entre les deux, afin qu'il puisse se sentir heureux. La satisfaction à l'égard de sa propre vie dépend du jugement global que porte un individu sur son niveau de bien-être (Chiasson, 1999 : 8). Les résultats des travaux de Kasser et Ryan ont montré que les personnes aux valeurs extrinsèques sont moins heureuses que celles aux valeurs intrinsèques. D'autres études proposent des critères d'évaluation pour pouvoir mesurer le bonheur. Ainsi, Tafarodi et ses collègues suggèrent 30 critères différents³ (Tafarodi *et al.*, 2012). Considéré comme « un phénomène différent pour

-
1. À titre d'exemple, on peut citer le fait que pour la Chine et Madagascar, les données des deux index les plus largement médiatisés – « *Happy Planet* » et « *OECD Better Life* » – ne se correspondent pas du tout en 2012. Cf. <http://www.gfmag.com/tools/global-database/ne-data/11940-happiest-countries.html#axzz2w1whJP16> (source consultée le 15-03-2014).
 2. <http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/bonheur/10144> (source consultée le 13-05-2014).
 3. À titre d'exemple : l'amitié, la famille, l'influence positive sur les autres, le bien-être, l'amour, la santé, la réussite privée et professionnelle, la réalisation de soi, les valeurs morales et religieuses, les expériences

différentes personnes » (Brickman *et al.*, 1987), le sentiment de bonheur est subjectif, et sa représentation varie d'un individu à l'autre.

Cette vision subjective renvoie ensuite à un deuxième élément important : la temporalité. La conception du bonheur évolue dans le temps, en fonction des événements qui marquent la vie d'un individu. Si une personne pense à un moment donné que construire une famille puisse la rendre heureuse, elle se tournera vers d'autres objectifs (maison, enfants, carrière), dès que le but fixé au départ sera atteint. Le bonheur n'est donc pas statique, il est évolutif. L'impression de bonheur peut augmenter ou diminuer, mais ne restera pas identique. Certains travaux scientifiques vont plus loin en analysant la corrélation entre le bonheur, l'âge et l'état émotionnel. Mroczek et Kolarz (1998) montrent dans leurs études que les personnes plus âgées sont souvent plus heureuses. Selon eux, les émotions négatives comme la tristesse, la nervosité et le désespoir sont plus fréquentes chez les jeunes, tandis que les individus plus âgés ont une plus grande capacité à les gérer efficacement.

La quête est le troisième élément qui caractérise le bonheur. « Les gens veulent être heureux. » (Chiasson, 1999 : 2) et de ce fait, ils sont continuellement en quête du plus, du mieux et du différent. Le bonheur est donc un objectif permanent qui exige un effort ou une démarche pour ceux qui le recherchent : « Il n'y a pas de bonheur sans quête. » (Kanyinku Kabue, 2010 : 46).

Méthodologie

Afin de pouvoir évaluer si le bonheur est perçu de la même façon (de manière universelle) ou différemment (de manière culturelle) dans les trois pays en question, un corpus d'items a été constitué. Trois questions conductrices ont été formulées au départ : quel est le type de bonheur qui s'exprime le plus sur la toile allemande, chinoise et malgache ? Quelles sont les spécificités de chaque pays par rapport à la vision qu'ont les internautes du bonheur ? Comment et pourquoi ces spécificités s'inscrivent-elles dans leur culture respective ? Pour répondre à ces questions, nous avons procédé à une analyse de contenus textuels tirés de discours d'internautes allemands, chinois et malgaches, qui ont été relevés pendant une durée de cinq mois consécutifs, entre le 1^{er} janvier 2014 et le 1^{er} juin 2014. Les discours qui nous ont intéressés portent sur le bonheur et la perception du bonheur. Ils sont issus de plusieurs types de sources : principalement Twitter (pour l'Allemagne et Madagascar) et Sina Weibo (pour la Chine), mais aussi les forums, les blogs et les sites Internet.

L'idée de départ était de retenir uniquement les messages postés sur les réseaux sociaux de microblogage, et en particulier sur Twitter, pour comprendre la manière

de vie réussies, la paix, les opportunités, les voyages et loisirs, la réalisation d'un défi personnel, le respect des autres, la sécurité financière et le confort, la reconnaissance, le statut social, le niveau d'études et le parcours professionnel, le bénévolat, la sociabilité, l'autonomie, l'harmonie avec soi-même, la nature, Dieu.

dont les Allemands, les Malgaches et les Chinois définissent le bonheur. Nous avons choisi cet outil, parce qu'il est devenu un nouveau terrain de communication, un nouvel espace d'expression où les membres s'inscrivent pour recevoir, suivre et partager des informations. Le microblogage permet d'établir et de maintenir des contacts avec des personnes connues et inconnues ainsi que de créer un réseau personnel ou professionnel sur la base d'intérêts communs. Le choix de Twitter et de Sina Weibo permet d'analyser, à partir d'un échantillon restreint et sur une période donnée, des discours d'internautes sur un sujet précis. Les abonnés s'expriment, relayent des informations et suivent des fils d'information⁴. Les messages diffusés sont courts et concis. Il s'agit donc d'un premier terrain de recherche intéressant, dans le sens où il peut fournir les données recherchées, tout en permettant au chercheur de se limiter à l'essentiel.

Avant de nous lancer dans l'analyse des discours des internautes, nous avons procédé à un test sur Twitter et sur Sina Weibo. Nous avons utilisé comme mot clé le terme de « bonheur » traduit dans les trois langues : *Glück* en allemand, *fahasambarana* en malgache et 幸福 en chinois. Entre le 1^{er} janvier 2014 et le 1^{er} juin 2014, nous avons trouvé seulement 11 tweets malgaches sur le bonheur, contre 453 messages chinois issus de Sina Weibo et un nombre encore beaucoup plus important (donc très difficilement chiffrable) de tweets allemands. L'écart entre la quantité de messages relevés dans les trois pays est énorme. Le nombre de personnes connectées et le taux d'utilisation de ces réseaux sociaux sont les deux facteurs principaux qui expliquent cet écart. Les résultats de ce test nous ont amenés à définir une méthodologie commune pour pouvoir aborder notre objet d'étude de manière appropriée. L'analyse textuelle des discours, c'est-à-dire des contenus produits et recueillis sur Internet, s'est faite à partir d'un corpus d'items électroniques de provenance variée ainsi que de critères et d'une période d'analyse communs. Par la suite, les corpus ont été adaptés aux particularités de chaque pays.

Pour l'Allemagne, le corpus comprend un échantillon de 100 tweets communiqués sur Twitter ainsi que 10 blogs, 10 forums et 30 sites Internet qui ont été sélectionnés pour leur représentativité, dans le cadre d'une triple recherche sur les termes « bonheur » (*Glück*), « heureux » (*glücklich*) et « être heureux » (*Glücklichsein*). La prise en compte de trois types de mots complémentaires (substantif, adjectif et substantif composé) et de quatre types de textes différents avait pour objectif d'intégrer et d'équilibrer au mieux les flux de données numériques, tout en procédant à un choix pertinent. Le fait d'opter pour des filtres d'analyse thématique (travail, loisirs, consommation, spiritualité) plutôt que pour des statistiques détaillées relève de l'orientation disciplinaire des civilisations étrangères qui, tout comme les études culturelles (*cultural studies*), se situent au croisement des sciences littéraires, linguistiques, humaines et sociales (notamment l'histoire, mais aussi les sciences politiques, économiques et sociologiques). L'une des approches les plus courantes des civilisationnistes consiste

4. Pour plus d'informations sur les utilisateurs des réseaux sociaux, en particulier Twitter : <http://blog.digitalinsights.in/social-media-users-2014-stats-numbers/05205287.html> ; <http://www.statista.com/statistics/303684/regional-twitter-user-distribution/> (sources consultées le 28/02/2015).

à constituer un corpus de sources primaires, ici les items relevés sur la toile, et de sources secondaires, à savoir un choix d'études scientifiques, afin d'établir un tour d'horizon synthétique et fiable.

Afin de comprendre la manière dont les Malgaches définissent le bonheur, nous avons relevé des tweets incluant le mot « bonheur » et des posts (messages émis par les internautes) sur plusieurs forums malgaches consacrés à ce sujet. Étant donné que ce nombre de tweets n'est pas considérable, comparé à celui que nous avons recueilli dans les autres pays dans le même intervalle de temps, nous avons eu recours aux forums consacrés au bonheur pour appuyer notre argumentation.

Concernant la Chine, il s'agissait de trouver – dans un contexte médiatique on ne peut plus différent – le meilleur moyen de répondre à la même série de questions. Quel est le type de bonheur qui, à présent, s'exprime le plus sur l'Internet chinois ? Quelles sont les spécificités chinoises de la perception du bonheur ? Comment s'inscrivent-elles dans la culture des internautes chinois ? Est-ce que ce sont les mêmes critères que ceux appliqués dans des enquêtes déjà réalisées (dont il sera question par la suite) ? Afin d'appréhender toutes ces interrogations, la recherche s'est appuyée sur les données en provenance de Sina Weibo, la principale source d'information et le premier réseau social en Chine⁵. Rappelons que Twitter est censuré en Chine sauf à Hongkong, Macao et Taiwan. Les sources provenant de Twitter ne sont donc pas pertinentes. Sina Weibo est l'équivalent chinois de Twitter. Cette plateforme compte plus de cinq cents millions d'utilisateurs dont plus de soixante millions sont actifs chaque jour⁶. Pour comprendre la perception du bonheur des internautes chinois de Sina Weibo, une recherche quantitative a été effectuée. En faisant un test sur Sina Weibo avec le mot-clé « le bonheur », 65 920 réponses ont été obtenues du 1^{er} juin 2013 au 1^{er} juin 2014. En raison de ce nombre élevé de réponses, la période de consultation a été réduite et limitée au temps entre le 1^{er} janvier 2014 et le 1^{er} juin 2014. Le terme clé choisi, plus ciblé que celui utilisé dans le premier test, est « ce que c'est le bonheur ». Par la suite, 488 messages Sina Weibo ont été recueillis à des fins d'analyse, dont 453 se sont avérés pertinents. 35 Sina Weibo contenant des publicités et des répétitions ont été exclus.

Le relevé d'informations s'est donc fait de manière sélective pour l'Allemagne, pour les raisons indiquées, et de manière non sélective pour la Chine et Madagascar, dans le sens où l'ensemble des messages et commentaires diffusés sur le bonheur ont été considérés, répertoriés, analysés pour être ensuite interprétés. L'analyse des perceptions, c'est-à-dire des images véhiculées, s'est effectuée sur la base de travaux réalisés par des chercheurs de disciplines et de nationalités différentes. Notre approche, qui se veut à la fois transdisciplinaire et transversale, s'inscrit dans la perspective de croiser les regards, non seulement sur le plan du temps et de l'espace, mais aussi au niveau épistémologique. Les énoncés du groupe cible des internautes s'exprimant sur le

5. <http://www.marketing-chine.com/e-marketing/sina-weibo-premier-reseau-social-en-chine> (source consultée le 26-06-2014).

6. <http://it.sohu.com/20140315/n396647661.shtml> (source consultée le 26-06-14).

bonheur, groupe à la fois restreint et transnational, ont initialement été communiqués dans les quatre langues respectives. Par conséquent, leur évaluation a donné lieu à une réflexion scientifique collaborative, qui a aussi été un exercice de traduction et de médiation linguistique et culturelle.

Le bonheur des Allemands

En allemand, un seul terme – *Glück* – désigne le bonheur, qu'il s'agisse de la chance d'obtenir un bien matériel ou immatériel (en anglais *luck*) ou alors du bien-être subjectif à court et long terme (en anglais *pleasure* et *happiness*). Avoir de la chance (*Glück haben*) et éprouver du bonheur (*Glück empfinden*) représentent donc les deux revers d'une même médaille, et le locuteur natif, bien que conscient de la différence, doit faire un petit effort de réflexion linguistique pour arriver à clairement distinguer l'un et l'autre⁷. Or, si on part du principe que langue et culture sont étroitement imbriquées (Deutscher, 2010), ce n'est peut-être pas par hasard si les concepts de destin et de fortune, mais aussi de réussite et de satisfaction se rejoignent dans ce mot unique. Ainsi, le terme de « bonheur » sert de trait d'union, pouvant désigner aussi bien le cadeau inattendu que le sentiment de plénitude profonde.

Au cours de l'enquête, quatre tendances principales ont pu être décelées : les internautes allemands trouvent leur bonheur dans le travail, les loisirs, la consommation et la spiritualité. Ces quatre aspects s'inscrivent dans une logique de quête du bonheur plutôt individuel que collectif qui se traduit par le concept de « réalisation de soi », valeur clé des habitants de la République fédérale d'Allemagne (RFA). Contrairement à la République démocratique allemande (RDA), où le collectivisme avait été plus valorisé, l'individualisme peut être considéré comme l'une des caractéristiques les plus significatives de l'Allemagne de l'Ouest, puis de l'Allemagne unifiée. En revanche, l'Allemagne de l'Est apporte une forte tendance à la sécularisation de la société qui ne cesse de se propager, contribuant ainsi à l'émergence de nouvelles formes de recherche de sens. Il convient de noter que la famille et la religion sont les grands absents du tableau.

Le bonheur se travaille : l'importance de l'effort

« Le bonheur, c'est du travail bien fait », dit le peintre Wolfgang Mattheuer⁸. Le travail est un facteur de bonheur qui se retrouve essentiellement dans des blogs⁹. Dans la perception des internautes allemands, deux aspects ressortent, l'un relatif au

7. Cf. <http://www.duden.de/rechtschreibung/Glueck> ; http://www.gluecksarchiv.de/inhalt/begriff_glueck.htm (sources consultées le 29-05-2014).

8. Cf. <http://gutezitate.com/zitat/234522> (source consultée le 20-06-2014).

9. Voir <http://www.gluecksdetektiv.de/>, <http://erfolgdurchglueck.blogspot.fr/>, <http://glueckundfreude.wordpress.com/>, <http://reise-zum-glueck.blogspot.fr/>, <http://www.blog.glueck-1-ich-sein.de/#home>, <http://isi-im-glueck.blogspot.fr/> (sources consultées le 13-06-2014).

primat du professionnalisme, qui implique la volonté de réaliser des produits et des services de qualité, l'autre en relation avec le principe de récompense, qui repose sur l'établissement d'un lien entre investissement et rendement. Faire preuve de professionnalisme, c'est travailler avec assiduité, conviction et dévouement :

Vivre dans le flow : L'un des pas les plus importants vers une vie plus heureuse et plus épanouie consiste à s'inscrire avec plaisir dans le déroulement de la vie en elle-même, et ce en acceptant les défis qui nous rendent plus forts¹⁰.

Les propos des blogueurs passionnés par leurs projets professionnels ou personnels témoignent de cette détermination à s'investir corps et âme dans une mission confiée ou choisie. La capacité d'aller jusqu'au bout des projets et ambitions, est ainsi considérée comme une compétence clé qui est très valorisée dans la société allemande. Dans le prolongement de ce raisonnement, pouvoir prétendre à une récompense signifie être en droit de bénéficier des fruits de son travail :

Le mode d'emploi pour être heureux : [...] Choisis des objectifs et fais-toi confiance. [...] Apprends de la vie, toujours et à tout moment. Ne pense qu'à des choses qui ont vocation à devenir réalité. Mise sur l'autoformation et le développement personnel, tout au long de ta vie. Ne fais que des choses qui font sens à tes yeux et qui te rendent plus fort.

La devise selon laquelle tout effort mérite récompense constitue une certitude irrévocable pour la plupart des Allemands, qui se montrent particulièrement attachés non seulement à leurs devoirs mais aussi à leurs droits.

Dans le contexte de la culture allemande, cet état de fait s'explique par deux facteurs principaux, à savoir l'éthique du travail et le modèle dit rhénan. La performance et la concurrence, l'esprit de compétitivité et la recherche de l'excellence sont des concepts clés qui s'appliquent dans de nombreux domaines, y compris les plus éloignés, ayant trait à l'intimité de l'individu plutôt qu'à la sphère de l'espace public :

Utilise ton énergie vitale pour ton épanouissement individuel. [...] Prends tes distances avec le hasard et le destin. Ton bonheur est entre tes propres mains¹¹.

Les Allemands accordent beaucoup d'intérêt aux défis et à la recherche de solutions rationnelles à des problèmes donnés. Remédier aux inégalités et aux injustices

10. Citation en allemand : « *Ein Leben im Flow : Ein wichtiger Schritt zu einem glücklicheren und erfüllteren Leben liegt darin, Freude am Prozess des Lebens selbst zu finden, indem man sich Herausforderungen stellt und an ihnen wächst.* », <http://www.gluecksdetektiv.de/ein-leben-im-flow/> (source consultée le 13-06-2014).

11. Citation en allemand : « *Nutze deine Lebensenergie für deine Selbstverwirklichung. (...) Löse dich von Zufall und Schicksal. Du hast dein Glück selbst in der Hand.* », <http://www.lebeblog.de/geist-und-selbstanleitung-zum-gluecklichsein/> (source consultée le 13/06/2014).

fait partie de cette démarche. En ce sens, l'économie sociale de marché, ce fameux « modèle allemand », continue à jouer un rôle décisif :

La liberté est l'un des facteurs clés pour comprendre le sentiment de bonheur des êtres humains. [...] Plus la prospérité est importante, moins on doit se soucier de sa sécurité matérielle et individuelle. [...] L'idée de la liberté trouve sa réalisation dans le système de l'économie de marché¹².

Basée sur le double principe de la réussite économique et sociale, elle tend à garantir la liberté des entrepreneurs, tout en faisant appel à la responsabilité des acteurs privés et publics, en charge de maintenir l'équilibre entre ces deux enjeux.

L'aspect universel de la quête du bonheur au et par le travail réside sans doute dans le désir de tout être humain, au-delà de satisfaire ses besoins primaires, d'accomplir quelque chose de gratifiant et de valorisant :

Le travail est l'un des aspects décisifs pour le bonheur existentiel. [...] Des personnes qui se disent très satisfaites de leur vie, sont également perçues comme telles par les autres¹³.

L'aspect culturel consiste à en faire une priorité plus ou moins forte (Neumann et Schmidt, 2013 : 22-23). Dans les pays germaniques, l'attachement aux valeurs traditionnelles du monde du travail domestique, agricole, artisanal et industriel demeure un repère marquant, même si les loisirs ont progressivement gagné en visibilité et en importance au cours des dernières décennies. Par certains aspects, il pourrait même y avoir transfert entre travail et loisirs. L'utilisation courante du concept de *work-life-balance* (équilibre entre vie professionnelle et vie privée) dans le monde médiatique et économique en témoigne¹⁴. La recherche – ou non – d'un meilleur équilibre entre vie professionnelle et vie privée divise les esprits. Les uns plaident pour le respect du manager ou employé *workoholic* mais heureux de l'être, les autres défendent les vertus de la paresse et du lâcher-prise (Maier, 2004 ; Hohensee, 2012 ; Barbey, 2012). Dans

12. Citation en allemand : « *Freiheit ist ein Schlüssel zum Glücksempfinden der Menschen. [...] Je höher der Wohlstand ist, desto geringer wird die Sorge um die materielle und persönliche Sicherheit. [...] Der Gedanke der Freiheit wird in einem marktwirtschaftlichen System verwirklicht.* », Michael Neumann, « Von Marktwirtschaft und Moral, Freiheit und Glücksempfinden. » (Économie de marché et morale, liberté et sentiment de bonheur), *Wirtschaftliche Freiheit. Das ordnungspolitische Journal* (18-04-2012), <http://wirtschaftlichefreiheit.de/wordpress/?p=8993> (source consultée le 14-06-2014).

13. Citation en allemand : « *Der Job entscheidet mit über das Lebensglück. (...) Menschen, die sich als hochzufrieden bezeichnen, werden von anderen auch so wahrgenommen.* », Uwe Jean Heuser, « I love my work. », *Die Zeit*, n°44/2013 (23-10-2013), <http://www.zeit.de/2013/44/glueck-arbeit-zufriedenheit-essay> (source consultée le 14-06-2014).

14. À titre d'exemple : <http://www.harvardbusinessmanager.de/blogs/a-849103.html>, <http://sebastianluetzig.de/blog/>, <http://www.zeit.de/online/2009/35/coaching>, <http://www.wiwo.de/erfolg/beruf/work-life-balance-ein-plaedoyer-fuer-den-feierabend/8770102.html>, <http://www.spiegel.de/karriere/berufslieben/workaholics-viele-top-manager-kommen-mit-stress-gut-klar-a-865400.html> (sources consultées le 15-06-2014).

tous les cas, la recherche de l'efficacité maximale génère souvent des conséquences complexes et parfois contradictoires.

Un bonheur bien mérité : l'impact des loisirs

Pourquoi toujours vouloir aller plus loin ? / Regarde, le bien se trouve si proche ! / Apprends donc à saisir le bonheur/car le bonheur est toujours là.

Ce vers de Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832), le poète le plus célèbre de langue allemande, se réfère à la recherche du bonheur modeste, mesuré, à portée de main¹⁵. Les loisirs, par définition source de bonheur solidement ancrée dans le quotidien, sont le facteur de bonheur qui se discute avant tout dans des forums¹⁶. Les internautes allemands les traitent de diverses manières, en mettant l'accent sur deux dimensions complémentaires : d'une part, sur l'importance de pratiquer des activités en amateur (attachement à l'amateurisme, au sens positif du terme), et d'autre part, sur l'importance de se faire plaisir (attachement à l'hédonisme, concept aux connotations toutes aussi positives). Traditionnellement, la pratique de loisirs créatifs et récréatifs est l'une des préoccupations favorites des Allemands. Ils ont pour habitude de s'organiser en associations, ce dont témoignent les expressions (auto) ironiques de « culte de clubs » (*Vereinsmeierei*)¹⁷ et de « stress de loisirs » (*Freizeitstress*). Ainsi, de nombreux expatriés allemands recherchent le contact avec des compatriotes pour échanger et s'entraider. Les forums en ligne deviennent des points de rencontre électroniques, animés par des bénévoles qui hésitent souvent entre adhésion et scepticisme, comme dans ce commentaire en provenance de Namibie :

À vrai dire, je suis tout sauf un fan d'associations, mais ils peuvent être bien utiles pour faire des rencontres. Ici nous avons des clubs de sport, des clubs de chiens

15. Citation en allemand : « *Willst du immer weiter schweifen ? / Sieh das Gute liegt so nah ! / Lerne nur das Glück ergreifen, / denn das Glück ist immer da.* », http://www.gutzitiert.de/zitat_autor_johann_wolfgang_von_goethe_thema_gluecklichwerden_zitat_10550.html (source consultée le 16-06-2014).

16. Voir http://www.gofeminin.de/forum/show1_f572_1/psychologie/glueck-und-lebensfreude.html, <http://glueckteilen.com/glueck-teilen/gluecksforum/list/>, <http://www.psychologieforum.de/gluecklich-sein-wie-geht-das-5938.html>, <http://www.geo.de/GEOfinoforum/showthread.html?t=46220>, <http://www.familie.de/forum/threads/3356-M%C3%BCssen-M%C3%BCtter-gl%C3%BCcklich-sein> (sources consultées le 16-06-2014).

17. Sur le paradoxe entre diversité et uniformité socioculturelle, dans le monde des loisirs (non) partagés voir Michael Mierschl, « Kulturelle Vereinsmeierei in der digitalen Welt », *Die Welt* (20-02-2010), <http://www.welt.de/debatte/kommentare/article6479749/Kulturelle-Vereinsmeierei-in-der-digitalen-Welt.html>. L'auteur arrive à la conclusion que la tendance au « bonding » (établir des relations avec ceux qui nous ressemblent, y compris sur la toile) l'emporte sur le « bridging » (nouer des contacts avec ceux qui sont différents).

(même de bergers allemands), des chorales, un club de voitures anciennes et deux associations de radioamateurs¹⁸.

La prédilection pour les activités collectives, notamment sportives et artistiques, se traduit par l'existence d'innombrables structures associatives, tels les clubs de sport ou les chœurs paroissiaux. Ils servent non seulement de lieu de sociabilité, mais aussi de point de rassemblement par rapport à un centre d'intérêt partagé. Historiquement, la dimension collective était plus importante que la dimension individuelle. Ce n'est que dans l'Allemagne de l'Ouest de l'après-guerre que l'individualisme a connu le même essor que dans d'autres pays occidentaux. La notion de plaisir se retrouve dans le terme de « société du divertissement » (*Spaßgesellschaft*), telle qu'elle est étudiée par le philosophe Hans Georg Zilian (2005), et dans celui de « société du vécu » (*Erlebnisgesellschaft*), décrite par le sociologue Gerhard Schulze (2005). À titre d'exemple, deux internautes constatent qu'au cours d'une seule décennie, les sorties en discothèque sont devenues une nouvelle norme de sociabilité, omniprésente et presque contraignante :

Les gens font la fête comme s'il n'y avait pas de lendemain¹⁹.

Conformément à la doctrine de l'eudémonisme²⁰, qui pose la quête du bonheur au centre de l'existence humaine, l'épanouissement personnel l'emporte sur des valeurs plus conventionnelles, comme la solidarité, le sacrifice, la discipline, la patience et l'effort.

Étant donné que la culture allemande s'est constituée en grande partie grâce et à travers une bourgeoisie cultivée (*Bildungsbürgertum*), dont l'influence était plutôt d'ordre socio-économique que politique, la notion du bonheur reste imprégnée par les orientations choisies depuis la fin du XVIII^e siècle. L'âge d'or du classicisme et de l'humanisme allemands se prolonge par le romantisme et d'autres courants littéraires et artistiques, toujours en lien étroit avec le monde philosophique et intellectuel. L'Allemagne devient le « pays des poètes et des penseurs » (*Land der Dichter und Denker*). L'héritage le plus perceptible en est l'engouement pour la créativité et le génie humain, l'intérêt pour la musique et le théâtre qui se perpétue au sein des familles et des écoles. L'amour des arts et des lettres reste une valeur sûre au sein des classes supérieures et moyennes qui n'ont jamais cessé d'en faire une source de bonheur par-

18. Citation en allemand : « *Naja, ich bin auch kein solcher Vereinsmensch, aber um Kontakte zu knuepfen koennen Vereine und Clubs schon ganz sinnvoll sein. Hier gibt es Sportvereine, Hundclubs (sogar einen Schaeferhundverein), Choere, einen Oldtimerclub und zwei Amateurfunkvereine.* » (*Makis*, 27-02-2013), <http://www.auswandererforum.de/threads/5978-vereinsmeierei-im-ausland> (source consultée le 18-06-2014).

19. Citation en allemand : « *Die Leute feiern, als wenn es kein morgen mehr geben wuerde.* » (*Bockwurscht*, 03-01-2013), http://www.mogelpower.de/forum/thread.php?thread_id=270158 (source consultée le 18-06-2014).

20. Cf. <http://www.universalis.fr/encyclopedie/eudemonisme/> (source consultée le 18-06-2014).

tagé. Par conséquent, les loisirs ne sont pas considérés comme un simple passe-temps, mais comme un legs précieux²¹. Le passage à la société des loisirs, puis à la société numérique ne change pas fondamentalement la donne. La culture demeure un aimant puissant, susceptible de fédérer et de fidéliser, de mobiliser et de séduire. Dès leur plus jeune âge, les enfants sont sensibilisés à l'importance du patrimoine culturel et de sa transmission d'une génération à l'autre. Des pratiques culturelles très représentatives, comme apprendre un instrument de musique, s'abonner au journal local et à l'opéra-théâtre régional, aller aux expositions et aux lectures d'auteurs, constituent un bagage solide en la matière qui n'a pas d'équivalent en Europe. Même au XXI^e siècle et en dépit des mutations technologiques, le concept de « nation culturelle » (*Kulturnation*) n'a en rien perdu de son sens. En matière de références identitaires, la culture dite « sérieuse » (*E-Kultur = ernste Kultur*) prime sur la culture de divertissement (*U-Kultur = unterhaltsame Kultur*). La discussion de ces deux notions antinomiques est loin d'être close, y compris dans les forums :

La littérature nécessite de la force, ne peut être lue que quand on en dispose. Qu'on la trouve au final dans le U ou dans le E, cela dépend des individus²².

La dimension universelle de la recherche du bonheur par les loisirs consiste, comme pour le travail, à réaliser des projets personnels ou collectifs satisfaisants. Une internaute, comparant la nature et le foot, l'exprime en ces termes :

Tout est lié. Tout être vivant voudrait s'épanouir et grandir et croître et vaincre²³.

L'épanouissement en harmonie avec l'univers est l'un des motifs les plus récurrents dans le discours dédié au développement de la personnalité. Les relations interpersonnelles apparaissent davantage comme une composante parmi d'autres que comme une condition *sine qua non*. L'alter ego est un miroir plutôt qu'un appui. La dimension culturelle y étant le passage des valeurs traditionnelles – les vertus secondaires, telles que l'investissement au service d'une cause commune – aux valeurs postmodernes, bâties autour de l'authenticité et de l'accomplissement de l'individu. En tant qu'acteur de sa propre trajectoire biographique, celui-ci est censé pouvoir choisir en toute

21. Le courant de la psychologie positive, dont l'un des représentants principaux est le psychologue américain Martin Seligman, considère que la créativité est l'un des vecteurs essentiels pour donner un sens à l'existence.

22. Citation en allemand : « *Und Literatur, die Kraft verlangt, kann nur gelesen werden, wenn man diese Kraft hat. Ob man die Kraft nun aus U oder E schöpft, ist individuell verschieden.* » (Melanie M, 13-02-2014), <http://autorenforum.montsegur.de/cgi-bin/yabb/YaBB.pl?num=1391762709/235> (source consultée le 19-06-2014).

23. Citation en allemand : « *Alles ist miteinander verbunden. Jedes Lebewesen möchte sich entfalten können und wachsen und gedeihen und siegen.* » (happygirl), <http://glueckteilen.com/glueck-teilen/gluecksforum/list/?page=3> (source consultée le 19-06-2014).

liberté les options récréatives lui permettant de se réaliser. Un adepte de chemin de fer miniature l'explique ainsi :

Bien sûr qu'il devient vite ennuyeux de faire tourner en rond, mais au lieu de renoncer tout de suite, on devrait réfléchir et essayer de trouver des solutions plus intéressantes. [...] Et cela n'est pas une question d'argent, mais une question de créativité et de réalisation de soi.

La volonté de s'écouter, d'agir en accord avec soi-même, quitte à oser s'opposer aux conventions établies, se traduit de deux façons : premièrement la quête de l'épanouissement de soi (*Selbstverwirklichung*), et deuxièmement la détermination de trouver sa propre voie, par ses propres moyens (*Selbstbestimmung*) (Hüger / Knoblauch/Mockler, 2009).

Le bonheur s'achète : la consommation de biens matériels

« Qui est heureux ne devrait pas vouloir l'être encore plus », estime l'écrivain allemand Theodor Fontane (1819-1898) et pourtant l'accès au bonheur achetable et consommable, aussi éphémère, ambivalent et superficiel qu'il soit, reste l'une des préoccupations les plus présentes sur la toile. L'investissement matériel, la dépense comme moyen non seulement de se faire plaisir, mais aussi de parvenir à être (plus) heureux, est le facteur de bonheur qui est particulièrement présent sur Twitter. Le microblogging est, par définition, propice à la diffusion de messages courts qui ressemblent à s'y méprendre à des aphorismes, citations ou maximes postés par des particuliers intéressés par la thématique du bonheur. Or, en réalité ces internautes sont très souvent des acteurs commerciaux qui cherchent à vendre des publications (auteurs et éditeurs) ou des prestations de service (coachs, conseillers, experts, professionnels du tourisme et des loisirs). Leurs présentations et représentations du bonheur reposent sur deux tendances antagonistes, à savoir la recherche de l'optimisation et la recherche d'alternatives. Par optimisation, il faut comprendre la quête du bonheur par le pilotage et le perfectionnement. Les deux tweets suivants en sont des exemples typiques :

Rossana Condoleo @RossanaCondoleo : HEUREUX MALGRÉ #DIVORCE aide à retrouver le contrôle de #L'AVENIR <http://amazon.de/dp/BooEABI462> #aga3

Onlineuniversity24 : Vous souhaitez la réussite #confiance en soi #motivation #santé #bonheur #énergie #liberté ? <http://www.goo.gl/5gfHGTA>

L'individu aspire, sur le plan mental et physique, au développement et à la progression. Cette notion de progrès s'avère fondamentale, car elle implique une linéarité établie par l'enchaînement de petits et grands pas en avant. L'accent est mis sur la succession de réussites, les échecs étant considérés comme des éléments perturbateurs à combattre. La recherche d'alternatives en revanche place l'aspiration au bonheur

dans un contexte tout autre, celui de l'accomplissement par la détente et la relaxation, le lâcher-prise et le détachement. Deux autres tweets peuvent servir d'illustration :

Roland Rettke @RolandRettke : #richesse, #bonheur, #sérénité, #confiance en soi, vient de l'intérieur. C'est en vous que vous devriez changer. Facilement possible aujourd'hui : <http://glueckreichtum.blog.de>

Gluecklich Sein @glueck_freude : sérénité podcast Mme la ministre pour la convivialité, le plaisir et la détente : Mme la ministre pour la convivialité, le p... <http://y-v.de/iUyo8T>

La découverte de la plénitude de l'existence passe ici par la volonté d'ouvrir son corps et son esprit à des expériences nouvelles, susceptibles d'apporter des réponses à des questions existentielles, des solutions à des problèmes donnés. Paradoxalement, le fait de vouloir acquérir un surplus de capacités en matière de bien-être peut de nouveau engendrer des phénomènes d'efficacité et de compétitivité. La transformation de la quête spirituelle – dont il sera question par la suite – en bien de consommation témoigne de l'imbrication entre immatériel et matériel.

Dans la culture allemande, ce lien étroit entre l'être et l'avoir doit être interprété dans une double perspective, celle de la vision du monde des classes moyennes, à plus d'un égard le milieu prédominant de la société allemande contemporaine, et celle du passage de la société de pénurie à la société d'abondance, qui représente l'une des césures les plus marquantes de l'époque d'après-guerre. Les classes moyennes attachent une grande importance au pouvoir d'achat et à l'acquisition de produits de consommation. Sur le ton de la boutade, la rédaction de l'émission de télévision *My Spass* évoque les produits de puériculture de luxe :

MySpasde @MySpasde : Les poussettes sont des #symboles de statut social. Tout élément non esthétique doit disparaître – même le bébé : <http://ow.ly/yHCFr> #Ladykracher

Parmi les symboles de réussite sociale, il convient de citer la maison individuelle ou mitoyenne, les voitures et les vacances, de préférence passées à l'étranger. Depuis le « miracle économique » (*Wirtschaftswunder*) des années 1950 et 1960 pour les Allemands de l'Ouest et la réunification en 1990 pour les Allemands de l'Est, la société d'abondance est devenue le modèle de référence, au-delà des pays européens et occidentaux. Le lien étroit entre « bonheur » et « prospérité » apparaît clairement dans ce tweet d'une agence matrimoniale s'adressant à une clientèle aisée :

pressetext.service @pressetext_pts : #Ernestine propose de l'aisance et du bonheur aux célibataires. Agence matrimoniale sérieuse pour célibataires, à partir de 30 ans, d'un certain niveau, <http://bit.ly/1zatZqE>

L'existence de traumatismes historiques plus ou moins récents, allant de la Guerre de Trente Ans à la Guerre froide, en passant par les deux guerres mondiales, a pour résultat que l'expérience du manque et de la privation est un élément constitutif de la mémoire collective. Pour plusieurs générations d'Allemands, la perte – de proches, du toit, de biens, de l'épargne – reste un souvenir sous-jacent qui se transmet dans les familles. Notamment le vécu de plusieurs dépréciations monétaires successives (sous la République de Weimar et suite à la chute du nazisme, puis du communisme) a profondément marqué une grande partie de la population.

À quelques exceptions près, les achats et la consommation peuvent certainement être qualifiés de sources de bonheur un peu partout dans le monde :

L'être humain n'est satisfait que s'il s'en sort mieux que d'autres.

L'universalisme du phénomène s'explique par le primat des quêtes de survie et de plaisir qui précèdent celles de la transcendance et de la spiritualité. Le caractère culturel revêt un sens très différent selon les périodes et contextes historiques. Le dénominateur commun étant l'existence d'interférences fortes entre préoccupations matérielles et immatérielles. Réussir sa vie signifie avant tout la réussite de façon visible, sous et dans le regard de l'autre, comme l'exprime ce tweet d'un coach psychologue :

JETZT ERFOLGREICH ! (= RÉUSSIR MAINTENANT) @jetzterfolg : Seulement celui qui trace sa propre route ne se fera doubler par personne... <http://www.jetzterfolgreich.com> Plus... <http://fb.me/1qDpAChQw>

Par conséquent, l'affirmation de soi passe tout d'abord par l'accès à l'emploi, à un salaire et aux conditions de travail correctes. Ensuite, elle se matérialise dans des objets physiques qui servent à la fois d'indicateur de richesse et de témoin de comparaison. La présence – pour ne pas dire omniprésence – de rapports concurrentiels contribue à maintenir un climat de compétition qui, par ailleurs, est loin d'être considéré comme problématique, au contraire. Tout comme la compétitivité sportive, la réussite économique demeure une référence très puissante, qui est perçue comme une évidence, en raison de ses vertus stimulantes et bénéfiques.

Le bonheur se cueille : la quête du spirituel

Ton premier devoir consiste à te rendre heureux toi-même. Si tu es heureux, tu rendras les autres heureux.

Cette citation du philosophe allemand Ludwig A. Feuerbach (1804-1872) illustre l'aspiration à un bonheur intime, exclusif, spirituel. La spiritualité est le facteur de bonheur qui s'avère prédominant dans le domaine des sites Internet. Un grand nombre d'amateurs de pratiques contemplatives, méditatives et énergétiques présente, propose et partage des espaces numériques dédiés à la découverte de soi et aux

soins thérapeutiques. L'échantillon de sites étudiés comporte majoritairement des sites consacrés à l'enseignement de compétences spécifiques et à la transmission de savoirs d'ordre philosophique, moral, religieux ou spirituel. Les internautes allemands semblent s'intéresser plus particulièrement à deux types de recherches spirituelles : la quête de sens (*Sinnsuche*) et la quête de décélération (*Entschleunigung*). Les deux reflètent le désir individuel et collectif de réfléchir à l'existence en général et à son propre parcours biographique en particulier. Tout comme le concept de « durabilité » (*Nachhaltigkeit*) en politique, celui d'« attention » (envers soi-même et les autres, en allemand : *Achtsamkeit*) est censé traduire une nouvelle sensibilité, une vigilance accrue par rapport aux êtres et aux choses (Thich Nhat Hanh, 2014 ; Hofmann, 2011). Cette exigence fondamentale, présente chez chaque être humain, prend souvent la forme de recherche de conseils, de soutien ou d'entraide. L'écoute et le respect sont d'autres notions clés, comme le prône l'un des auteurs de « *Visionen*, magazine pour une vie holistique » à travers le titre et l'introduction d'un article :

LE BONHEUR DU CŒUR À L'ÉCOUTE [...]. Trouver le silence et écouter avec son cœur, avec tout son être – la perception attentive et respectueuse de tout ce que la vie nous offre jour après jour est source de joie et de reconnaissance.

L'ésotérisme est un marché florissant en Allemagne. Il en est de même pour la médecine dite douce et d'autres pratiques curatives en faveur du bien-être physique, émotionnel, spirituel et social. D'une manière plus globale, ce désir d'épanouissement personnel s'inscrit dans une logique de ralentissement et d'apaisement volontaire. L'un des exemples les plus éclairants est le succès de l'auteur britannique Tom Hodgkinson (2014) qui vante les bénéfices de l'oisiveté existentielle et parentale. Depuis le romantisme, ce rêve du retour à une vie campagnarde, prétendument plus simple, plus saine et plus authentique, fait partie de l'imaginaire collectif des Allemands. L'essor de magazines tels que *Landleben* (vie campagnarde), la présence de marques alimentaires comme *Landliebe* (amour de la campagne), mais aussi la tradition des jardins ouvriers et des dachas (est-allemandes) ainsi que la redécouverte du jardinage en ville prouvent à quel point le citoyen-citadin-consommateur contemporain reste attaché à cet idéal. Notamment les classes moyennes, de gauche comme de droite, cultivent le mythe du refuge dans la nature et de l'autosubsistance, loin des dérives de la grande ville et du monde moderne. Face à l'accélération du rythme de vie et à la multiplication – ou au manque – d'options, un besoin d'orientation et d'encadrement se fait sentir. Le guidage moral, auparavant assuré par des instances de socialisation bien précises, telles que la famille, la paroisse et l'école, est dorénavant pris en charge par une multitude d'acteurs spécialisés dans le « coaching de vie » ainsi que dans l'accompagnement personnalisé en cas de difficultés temporaires ou durables. Un spécialiste de « formation de pensée » promet ceci :

L'homme qui cherche à réussir, doit tout d'abord orienter son esprit vers la réussite. [...] Et si tu arrives à orienter tes pensées vers le résultat que tu voudrais obtenir, tu pourras obtenir ce que tu souhaiterais avoir de tout cœur et ce pourquoi tu es né.

Malgré une orientation globalement individualiste, la réussite du couple et celle de la parentalité sont les deux secteurs les plus représentés (Jellouschek, 2009 ; Gottman, 2006 ; Dreikurs et Soltz, 2014 ; Biddulph, 2008).

Le patrimoine culturel de l'Allemagne s'est constitué sur les deux piliers fondamentaux que sont la religion et la philosophie. À présent, il serait néanmoins plus judicieux de parler de désacralisation et de compensation. De toute évidence, la perte de l'influence des deux religions chrétiennes prédominantes dans les pays germaniques, le catholicisme et le protestantisme, ne reste pas sans répercussions sur la construction identitaire et spirituelle des individus. Comme en Autriche et en Suisse, les sites Internet informant sur la sortie d'Église sont nombreux. Or, si la religion joue un rôle infiniment moins important que par le passé, cela veut dire qu'il peut y avoir vide, manque et besoin de substituts. L'exemple de la RDA montre cependant que le remplacement systématique de rites de passage chrétiens (baptême, communion/confirmation, mariage, enterrement) par des cérémonies laïques a fini par profondément modifier les pratiques des Allemands de l'Est, désormais très majoritairement athées, et ce au-delà de la réunification. La cérémonie d'initiation civique pour les jeunes (*Jugendweihe*) en est l'exemple le plus connu. En matière de religiosité, le clivage entre continuité dans les anciens *länder* (régions) et discontinuité dans les nouveaux *länder* prouve à quel point le changement des valeurs peut être aléatoire. Dans ce cas précis, il a été engendré par des forces opposées, favorisant et entravant la tendance à la laïcisation de la société dans un sens comme dans l'autre.

La part universelle et intemporelle dans la recherche d'un bonheur spirituel semble assez évidente, car elle correspond à ce qui peut s'observer dans toutes les civilisations et communautés. La page d'accueil d'un particulier le met en évidence :

Le sens de la vie confère à l'homme sa signification individuelle et avant tout son accomplissement. [...] De toute évidence, cette valeur continue à disparaître dans notre monde de plus en plus petit et mécanisé. [...] Vous êtes maître de votre vie. Personne d'autre.

Or, dans les sociétés occidentales de tradition chrétienne, *a fortiori* protestante, c'est la logique d'un avancement linéaire, basé sur l'effort et l'ambition, qui l'emporte sur celle des mouvements cycliques et ondulés qui sont caractéristiques pour la plupart des cultures non occidentales. Sur le plan culturel, la spiritualité des Allemands est donc soumise à un paradoxe. Comme démontré précédemment, la qualité de vie se mesure davantage en termes de progrès et de prospérité qu'en termes de contentement et de contemplation. Les notions de l'avoir et du vouloir sont plus importantes que celles de l'être et du savoir. Or, la confrontation au revers de la médaille – pression, stress, anxiété – favorise l'émergence de contre-courants pouvant potentiellement

servir de remèdes. À titre d'exemple, on peut citer l'engouement pour la méditation et le yoga (Bodian, 2014 ; Kataria, 2002 ; Rücker, 2005) et les séjours *wellness* (bien-être), mais aussi le retour du pèlerinage et la fascination pour les aventuriers en quête de rupture avec le quotidien. Il s'agit des fameux « dissidents » (*Aussteiger*), terme à connotation plutôt positive qui désigne ceux qui décrochent, qui se rebellent, qui prennent le large, comme les globe-trotters Gabi et Christian qui affirment « n'avoir que cette seule vie, mais tant de possibilités ».

Si l'on cherche à comprendre la nature des rapports que les Allemands d'aujourd'hui entretiennent avec le bonheur, il faut avant tout tenir compte du fait que leur État n'a émergé qu'à la fin du XIX^e siècle. Son enracinement démocratique remonte seulement à une soixantaine d'années pour l'Allemagne de l'Ouest et à une vingtaine d'années pour l'Allemagne de l'Est. D'un point de vue historique et politique, l'héritage est donc très ambivalent : le meilleur côtoie le pire. Le meilleur, c'est le patrimoine culturel, notamment artistique et philosophique, ainsi que les avancées techniques et scientifiques. Le pire, c'est le legs de deux guerres mondiales, de l'holocauste et de plusieurs régimes autoritaires ou totalitaires. Pour des raisons on ne peut plus évidentes, ce poids pèse beaucoup plus lourd que le contre-poids de la démocratisation, contrairement à beaucoup d'autres pays européens. Tentatives d'abord échouées, puis finalement réussies, à travers la création d'une république parlementaire en RFA (1949) et la dissolution de la RDA lors de la réunification (1990). Contrairement à d'autres pays aussi, la soumission de l'individu au collectif a été discréditée par les deux régimes totalitaires que sont le national-socialisme et le communisme. L'endoctrinement idéologique a même considérablement contribué à l'émergence de contre-cultures encourageant la critique, voire la contestation des autorités établies. Il en résulte un appel permanent au courage – y compris le courage civique – et à l'encouragement de l'individu qui est invité à sortir des chemins battus, s'il le juge utile. Ainsi, les Allemands s'appliquent à chercher, non sans succès, un équilibre entre travail, loisirs, consommation et spiritualité, tout en essayant de trouver le juste milieu entre conformisme et anticonformisme.

Le bonheur des Malgaches

Sur Twitter, nous avons effectué la recherche de tweets avec le mot *fahasambarana*, la traduction en malgache du mot « bonheur ». Le relevé des 11 tweets s'est fait de manière non sélective dans le sens où tous les tweets diffusés sur le bonheur pendant la période indiquée ont été considérés, répertoriés, analysés pour être ensuite interprétés. Nous avons inventorié des sites web malgaches, afin d'analyser – entre octobre 2012 et juin 2014 – des forums qui traitent particulièrement le sujet du bonheur. Nous avons ainsi repéré deux forums en langue malgache où les internautes échangent sur la manière dont ils conçoivent le bonheur. Ces forums sont hébergés sur deux sites internet d'information et d'échanges connus par les internautes malgaches : moov.mg et serasera.org. Les informations échangées sur Twitter et dans les forums ont

permis de classer en trois catégories la représentation que les Malgaches ont du bonheur : le rapport avec la religion, le rapport avec autrui et le rapport avec le temps.

Le rapport avec la religion : « mon bonheur ? Dieu seul »

Ce tweet résume la représentation du bonheur chez la grande majorité des internautes malgaches. 61,5 % des tweets et des posts relevés mettent en relation le bonheur et la religion. Chez les Malgaches, le bonheur consiste à croire en l'existence de Dieu et à pouvoir être en lien permanent avec lui. « Savoir/croire que Dieu accompagne l'homme dans toutes les circonstances est amplement suffisant pour être heureux » (extrait d'un post relevé sur un forum malgache). La place importante qu'occupe la religion dans le quotidien des Malgaches explique cet aspect de leur conception du bonheur. Selon les statistiques de l'Université de Sherbrooke, environ 50 % des Malgaches sont de confession chrétienne (église catholique romaine, église de Jésus-Christ à Madagascar, église luthérienne, église anglicane, église orthodoxe), plus de 20 % des Malgaches pratiquent la religion traditionnelle et environ 1 % sont de confession musulmane en 2005. Les églises chrétiennes interviennent dans l'éducation, dans le social et même dans la politique. Les écoles, les collèges, les lycées, les universités catholiques et protestantes sont présentes dans toute l'île et éduquent les jeunes Malgaches au même titre que les établissements scolaires et universitaires publics.

Les valeurs religieuses basées sur la justice, sur l'égalité et sur l'espérance d'un monde meilleur au-delà de la mort sont transmises dans ces institutions. Sur le plan social, les églises aident les plus démunis par la construction d'infrastructures publiques (écoles, dispensaires, centres de soins,...) et par la mise en place de projets de développement. Ces actions humanitaires renforcent encore le positionnement des églises dans la société. Sur le plan politique, les chefs religieux possèdent une autorité morale et spirituelle sur la population et les dirigeants. Par conséquent, la société malgache accorde une grande importance à leur discours. Quant à la religion traditionnelle malgache, ses adeptes considèrent que Zanahary – l'être suprême ou le Dieu créateur – veille sur eux en permanence dans leur quotidien. Pour eux, la religion ancienne « règle l'ordre familial, social et politique » (Rahamefy-Ramarolaly, 2007 : 12).

Pour les Malgaches, le bonheur se construit dans la religion. Dieu ou Zanahary, selon la communauté spirituelle de chacun, dirige leur destin et emmène ceux qui croient en lui au bonheur éternel. Selon ces croyants, le bonheur ne se situe donc pas seulement sur terre mais bien au-delà de la vie qu'on mène tous les jours et même au-delà de la mort. L'approfondissement spirituel constitue l'une des sources de bonheur principales des Malgaches.

Le rapport avec autrui : le bonheur d'être entouré par des proches

28 % des tweets et des posts sur Internet montrent que les Malgaches se sentent heureux, lorsqu'ils sont entourés et accompagnés par des proches :

Mon bonheur est d'avoir un partenaire que j'aime et qui m'aime en retour (extrait d'un post sur un forum).

J'ai bien aimé ma journée aujourd'hui. Car tu étais là, tu étais avec moi. Tu m'as donné le bonheur et l'amour. Jtm (extrait d'un tweet).

Ce résultat n'est pas très surprenant, car toutes les personnes dans n'importe quel pays peuvent en général ressentir le même sentiment – celui d'être heureux – lorsqu'elles sont entourées par des proches. Le résultat devient plus intéressant, lorsque nous apprenons que ce n'est pas seulement l'identité du proche qui est importante, mais aussi la nature du moment partagé :

Mon bonheur est de pouvoir partager avec toi ma joie, ma réussite, mes peines et mes larmes (extrait d'un tweet).

Dans ce tweet, le fait de pouvoir confier ses sentiments négatifs ou positifs à quelqu'un d'autre est considéré comme une source de bonheur. L'« autre » prend ainsi une part importante dans l'atteinte du bonheur individuel, comme le précise l'extrait de tweet suivant :

Le vrai bonheur n'est pas de faire ce que l'on veut, mais de faire ce qui rend heureux les autres.

Cette place importante que les Malgaches accordent aux « autres » et cet esprit de partage prennent leur origine dans leur culture. Dans l'univers des valeurs culturelles malgaches, le collectif l'emporte largement sur l'individuel. La philosophie malgache est fondée autour du *fihavanana* (l'entraide). Le *fihavanana* est un système de règles, normes et coutumes qui régissent la dynamique de la société locale, édictent les comportements interpersonnels, les modes de sociabilité et les stratégies anti-risques (Sandron, 2008 : 507). Ce système de règles sociétales repose sur la nécessité de s'appuyer sur autrui pour pouvoir réussir dans la vie, et ensuite pour être heureux. Vouloir être indépendant et vouloir se détacher de la communauté sont mal vus, voire considérés comme honteux par la société malgache. Les Malgaches sont encouragés dès leur plus jeune âge à vivre avec l'autre, à coopérer avec l'autre, à agir comme l'autre. Ils sont invités à obéir aux règles de vie commune, à ne pas exprimer ouvertement leur position, lorsque leur avis va à l'encontre des idées des autres. Selon la conception malgache, un vrai Malgache doit vivre avec, comme et pour l'autre pour pouvoir se sentir heureux.

La comparaison de sa situation avec celle des autres est identifiée, à travers l'analyse des données recueillies dans notre étude, comme un élément permettant à un Malgache d'évaluer s'il est heureux ou pas. Le post suivant, tiré dans un forum malgache sur le bonheur, montre comment la comparaison avec le vécu des autres pourrait influencer le ressenti personnel du sentiment de bonheur :

Nous sommes déjà heureux. C'est parce que nous nous comparons toujours aux autres, à notre société et aux autres pays, que nous ne sentons pas le bonheur en nous. Il faut accepter ce que l'on est pour être heureux. Sinon, les Noirs veulent devenir blancs, les hommes veulent être des femmes, les subordonnés veulent devenir chefs, les chefs veulent avoir un statut plus élevé... Je suis sûr que vous êtes déjà heureux, mais vous ne voyez que l'autre côté qui ne vous rend pas heureux. Même la possibilité de vous connecter à Internet fait que vous pouvez vous considérer comme « heureux », car beaucoup de gens ne sont pas encore connectés dans beaucoup d'endroits.

En résumé, pour les Malgaches, il n'existe pas de bonheur sans l'autre.

Le Malgache est un homme de groupe et n'apprécie pleinement son existence qu'au milieu des siens (Razafimahatratra, 2008 : 161).

Cet autre et ses siens incluent la famille, les amis, les proches, la société à laquelle ils appartiennent, avec qui ils partagent leur quotidien, auxquels ils s'identifient et se réfèrent.

Le rapport avec le temps : le bonheur hier, aujourd'hui et demain

Les 10,5 % restants des tweets et des posts que nous avons relevés montrent que les internautes malgaches font la liaison entre le bonheur et le temps : 5,2 % associent le bonheur au passé, 2,7 % au présent et 2,6 % au futur.

5,2 % des tweets et des posts des internautes malgaches associent le bonheur au passé :

Avant, c'était le bonheur ; c'était autre chose. (extrait de post relevé).

Ils comparent le passé et le présent en tenant compte de l'évolution de leur qualité de vie, de leur situation personnelle, de leur environnement et de leur pays. Le bonheur est fréquemment lié à un événement qui a marqué le cours de leur vie. Très souvent, la comparaison aboutit à conclure que le passé est meilleur que le présent. Ces Malgaches estiment que par le passé, ils étaient plus heureux et qu'ils en gardent toujours un bon souvenir. Cette sensation d'avoir été heureux, mélangée avec la nostalgie d'un passé plus ou moins lointain, est également évoquée dans les études de la société malgache et plus particulièrement dans les études des œuvres littéraires malgaches. Dans ses travaux, Razafimahatratra (2008) explique que :

[Le Malgache] ressent la nostalgie de son enfance, du bonheur vécu auprès des siens (grands-parents, parents et amis, etc.), de la vie sans tracas [...] l'homme malgache avait caressé l'espoir d'un avenir meilleur, mais la réalité a coupé court à cet espoir. Il doute sur ce que sera son avenir, et, sans avenir, on se raccroche aux souvenirs de son passé.

Le mode de vie et les modèles de société malgaches ont changé à cause des événements qui ont marqué l'histoire du pays (la colonisation, l'indépendance, les orientations politiques adoptées, les crises économiques et politiques). Selon cet auteur, les Malgaches vivent mal ces situations de changement, parce qu'ils trouvent que leur vie actuelle est beaucoup plus difficile qu'avant et que « la nostalgie est le fruit de cette désespérance ». Les problèmes ressentis au quotidien par les Malgaches sont donc à l'origine de leur attachement au passé, et ce passé tant désiré représente pour eux un semblant de réconfort. Les tweets et extraits de forum confirment cette thèse. Ils affirment que le bonheur est la capacité de pouvoir revivre l'enfance et de retrouver son âme d'enfant.

La vision des enfants est toujours extraordinaire. Ils se sentent heureux et contents. Il vaudrait mieux pouvoir rester un enfant pour être comblé de bonheur et de joie (extrait d'un post dans un forum malgache).

Les enfants sont encore purs d'esprit, et ils ne s'inquiètent pas comme les adultes. Cela explique leur réponse simple et ouverte quand on leur demande ce qu'est le bonheur. Les enfants ne se cassent pas la tête à la recherche d'argent, pour faire leurs devoirs, au réveil pour ne pas louper les horaires de travail, aux réunions... Quand nous reviendrons enfant, c'est-à-dire quand notre corps et notre esprit seront en paix, le bonheur nous sera proche (extrait d'un post dans un forum malgache).

Mais pourquoi l'enfance et non pas d'autres étapes de la vie humaine ? La réponse à cette question est double : d'abord, l'enfance remonte au passé et comme expliqué précédemment, les Malgaches accordent une très grande importance au passé ; ensuite, l'enfant possède des qualités particulières qui le différencient de l'adolescent, de l'adulte et des personnes âgées. Ces qualités sont listées dans les extraits précédents : la pureté d'esprit, l'insouciance, la joie et la paix intérieure. Pour définir le bonheur, les Malgaches en question idéalisent ainsi leur enfance. Ils estiment qu'ils seront heureux lorsqu'ils arriveront à avoir les mêmes états d'esprit que pendant leur enfance. Or, l'impossibilité de revenir en arrière dans le temps fait que cet idéal de bonheur précis ne restera à tout jamais que de l'ordre de l'imaginaire. C'est un état d'esprit d'autant plus difficilement atteignable qu'il correspond à une vision idéale, voire idéaliste de la sérénité et de la plénitude absolue.

Dans les tweets et les posts recueillis, une partie des internautes malgaches (2,6 %) voit aussi le bonheur dans le présent. Sans vouloir être totalement coupés de leur passé, ils pensent qu'il est important de profiter de la vie au jour le jour comme l'indique cet extrait :

Le bonheur est l'art de prendre goût aux détails de la vie au moment présent et dans un endroit donné. C'est ma conception du bonheur [...] qui peut peut-être changer dans le temps, je ne sais pas. Comme dit maître Oogway : « Hier c'est déjà

de l'histoire, demain est un mystère, mais aujourd'hui est un cadeau. C'est pourquoi nous le nommons le présent. » (extrait d'un post dans un forum malgache).

Si ces Malgaches sont d'un commun avis par rapport au fait que le bonheur se trouve dans le présent, leur position est partagée quant à la manière de parvenir à être heureux dans le moment présent. D'une part, certains d'entre eux pensent que le bonheur est un état d'esprit à chercher ou à retrouver. Pour cette catégorie de personnes, il appartient à l'homme d'être actif, de se donner les moyens de maîtriser et de contrôler la situation présente pour atteindre les idéaux qu'il recherche. Le bonheur est alors conçu comme le résultat d'un travail d'investissement personnel, c'est-à-dire comme la récompense d'une action ciblée.

Pourtant, le bonheur et le paradis sont ici et maintenant. Car c'est ici et maintenant que vous pouvez les sentir, et c'est seulement le présent que vous pouvez changer (extrait d'un post dans un forum malgache).

D'autre part, convaincue que le bonheur se situe dans le présent, une autre catégorie d'internautes affirme que le bonheur se trouve dans l'acceptation du moment présent et dans la connaissance de la limite des choses. Pour ces Malgaches, il est inutile de se poser beaucoup de questions sur l'existence humaine et de vouloir contrôler les situations et les événements pour être heureux. Selon eux, le bonheur réside dans la passivité, dans l'inaction et dans l'acceptation de ses propres conditions de vie.

Je suis sûre que tu es heureux, mais tu ne vois que ce qui ne te rend pas heureux (extrait d'un post dans un forum malgache).

Est-ce qu'on est obligé d'avoir une raison de vivre ? À votre naissance, vous n'avez pas demandé d'être en vie. Pourquoi, quelques années plus tard, vous vous interrogez sur le but de votre vie ? Ne pouvez-vous pas simplement être en vie et vivre tranquillement sans vous poser des questions ? (Extrait d'un post dans un forum malgache).

Contrairement aux deux visions idéalisées du bonheur évoquées précédemment, l'une orientée vers le passé (le paradis perdu de l'enfance), l'autre vers le présent et l'action, la conception du bonheur reposant sur le présent et l'inaction est ici conjuguée sans aucune idéalisation, comme dans ce tweet qui se veut aussi simple que pragmatique :

Soyons heureux aujourd'hui (extrait d'un tweet malgache).

Des posts et des tweets que nous avons relevés indiquent que certains Malgaches associent le bonheur très fortement au futur. Ce futur apparaît comme l'aboutissement d'une vie imaginaire, une vie de rêve supposée merveilleuse que personne n'a jamais connue, une vie au-delà du quotidien, voire au-delà de la mort. Cette conception du

bonheur prend de nouveau son origine dans la religion. Comme nous l'avons évoqué précédemment, la religion a beaucoup influencé la société malgache. Elle a apporté un changement dans la manière de vivre et de penser de la population, en introduisant notamment la notion de paradis, considéré comme un havre de paix dans un monde meilleur. Pour ceux qui y croient, le paradis n'est pas un lieu physique, mais un état spirituel où demeurent les âmes des justes après leur mort et où ils peuvent goûter au bonheur éternel. À travers les tweets et les posts recueillis, les auteurs nous livrent leur conception du bonheur en prenant appui sur les discours religieux, et en particulier sur la croyance en l'existence d'une vie après la mort :

Le bonheur n'existe pas si la mort est considérée comme la fin de notre existence (extrait d'un post dans un forum malgache).

Sur terre, la souffrance et le malheur dominant sur le bonheur. Mais au ciel, c'est l'inverse : le bonheur l'emporte. Pourquoi autant de douleur ? (Extrait d'un tweet malgache).

Toujours dans ce même cadre spirituel, le bonheur est considéré comme le résultat et la récompense des bonnes actions entreprises. Selon ces internautes croyants, le bonheur est un cadeau que Dieu fait à ceux qui suivent ses recommandations :

Offrez votre cœur à Dieu aujourd'hui. Il vous offrira joie et bonheur en retour et vous attendra au ciel (extrait d'un tweet malgache) ; Vous êtes le sauveur, vous nous délivrez, vous nous avez promis que tous ceux qui vous reçoivent auront le bonheur (extrait d'un tweet malgache).

En résumé, même si certains d'entre eux estiment que le bonheur consiste à jouir du moment présent (en se montrant actif ou passif), la majorité des internautes malgaches pense qu'ils étaient plus heureux par le passé et que, de ce fait, le bonheur était hier. Les Malgaches croyants considèrent également que le bonheur se situe plutôt dans le futur, en se référant à un au-delà religieux. L'idéal de bonheur des Malgaches est la plupart du temps une projection, c'est-à-dire un état à rechercher dans un ailleurs, que celui-ci soit atteignable (action ou inaction au présent) ou insaisissable (nostalgie du passé, récompense future).

Le bonheur des Chinois

Le bonheur en chinois se traduit par 幸福. Comme la majorité des caractères chinois, celui-ci est un pictogramme. Il possède un sens intrinsèque issu des différents éléments qui le composent et, de ce fait, il en véhicule le sens. Le terme de « bonheur » en chinois prend ses racines dans la notion originale du bonheur tel qu'il a été conçu par les anciens Chinois. En effet, d'après eux, le bonheur 幸福 signifie avoir une terre

fertile et nourricière 土, produisant facilement des légumineuses 豆, nourriture de base des anciens, être béni des dieux 祿 et posséder un champ 田.

D'après le plus ancien livre évoquant le bonheur en Chine, la présence concomitante de cinq facteurs de vie permet d'accéder au bonheur : la longévité, la richesse, la paix/la santé, la vertu et l'absence de maladie au grand âge. Il en résulte que les facteurs et les critères de bonheur du peuple chinois peuvent être interprétés sous différentes perspectives, étant donné qu'ils varient entre autres en fonction des spécificités géographiques régionales, de l'ethnie et de la religion ainsi que des pratiques traditionnelles. Il est donc difficile de décrire toutes les conceptions du bonheur des différents peuples chinois. Ce texte, outre le fait qu'il permettra une première présentation de la perception du bonheur des Chinois en ce début du XXI^e siècle, mettra surtout l'accent sur la relation existante entre le ressenti du bonheur et les valeurs traditionnelles transmises par les grands courants philosophiques chinois. L'analyse de cette dialectique permettra de mieux comprendre la vision contemporaine du bonheur des internautes chinois. Elle repose sur les quatre aspects qui seront traités par la suite, à savoir la famille, la modestie, l'entraide et l'acceptation.

Selon les résultats de la dernière grande enquête sur le bonheur des Chinois, menée en 2010 par la chaîne de télévision centrale la plus grande de Chine, CCTV-finance, sur 80 000 réponses valides, 44,7 % des Chinois interrogés se disent très heureux ; 11,1 % se considèrent comme pas heureux ou pas du tout heureux. D'après cette enquête, le revenu est le critère le plus prééminent pour accéder au bonheur. Cela veut dire que dans la société chinoise actuelle où le développement économique est très rapide, le bonheur ressenti par la population chinoise est en lien étroit avec le revenu ou la situation financière. Selon la même enquête, plus les Chinois des classes populaires et moyennes gagnent, plus ils sont heureux. Par contre, pour les classes supérieures, le lien entre la situation financière et le bonheur n'est pas forcément tout aussi présent.

Le bonheur est la famille

Selon cette recherche, 42 % des internautes sur Sina Weibo trouvent leur bonheur dans les réunions de famille. Il est important pour eux que « les parents soient tous vivants et les frères tous en bonne santé ». Les exemples suivants, tirés des messages sur Sina Weibo, témoignent de l'importance de cette dimension familiale dans la conception du bonheur chez les internautes chinois :

Je pense que le bonheur consiste d'abord à avoir une famille heureuse et qui a réussi, et de continuer la tradition en créant une autre famille heureuse et qui réussit. C'est un don du ciel de grandir dans une famille, aimante et chaleureuse et qui a réussi, et cela devrait être possible pour tout un chacun.

Le bonheur, ce sont les nouilles précuites préparées par ma maman quand j'ai faim. Même si le goût n'est pas terrible, elles te remplissent l'estomac et c'est bon pour la

santé. Le bonheur, c'est le sourire de mes parents quand ils me voient m'occuper des affaires de la famille. Le bonheur, c'est le moment où je peux parler avec mes parents comme dans mon enfance, et quand nous pouvons débattre en profondeur. On ne peut pas faire attendre nos parents. Il est dommage que quand les enfants ont envie de s'occuper de leurs parents, ceux-ci ne sont souvent déjà plus là. Si tes parents sont encore là, tu nages en plein bonheur.

D'après Geert Hofstede, la société chinoise est une société de type collectiviste où les liens entre les personnes sont très étroits. Les objectifs du groupe et son bien-être ont plus de valeur que ceux de l'individu. Selon les recherches de Fons Trompenaars (1994), les cultures latines et les cultures asiatiques appartiennent à la catégorie de la culture diffusée. Au sein de ce groupe, la Chine fait partie des pays qui en sont les plus représentatifs. Dans la culture diffusée, les gens accordent beaucoup d'importance à la qualité de la relation. Par ailleurs, d'un point de vue historique, la culture traditionnelle chinoise repose fortement sur la notion du collectivisme. Depuis plus de 2 000 ans, soit depuis l'antiquité de la Chine, les relations sociales, autrement dit les formes politiques et les normes éthiques des liens sociaux constitués, ont été principalement élaborées en référence au cadre familial, puisque la famille est considérée comme le terrain naturel par excellence des rapports d'amour, d'harmonie et d'obligations mutuelles (Le Pichon, 2011). C'est la raison pour laquelle les Chinois accordent une importance toute particulière à la famille.

Ainsi, en chinois, le nom de famille se place devant le prénom. Le premier est plus important que le second, parce que le Chinois est plutôt considéré comme le membre d'une famille que perçu comme un individu. Si un individu réussit en étant heureux juste pour lui-même, cet état de fait n'est pas censé ou jugé être ni une vraie réussite ni un bonheur authentique. L'individu se doit en toute circonstance de penser à sa famille. Par conséquent, c'est uniquement la réussite de toute la famille et le bonheur de tous ses membres qui sont considérés comme un vrai bonheur. Citons un autre exemple tiré de Sina Weibo :

À partir de 2010, notre famille s'est très peu réunie. Cette fois-ci, c'est la fois où nous sommes restés le plus longtemps ensemble. La réussite de nos carrières est moins importante que la réunion de notre famille. Le soir, notre bébé est adorable quand il dort !

La culture du particularisme familial a plus de 4 000 ans d'histoire. Selon la pensée confucéenne, la famille est un système de référence pour accéder à la réussite et au bonheur. Un ancien proverbe chinois met en lumière le fait que « l'harmonie familiale est la base de la réussite de milliers de choses ». Autrement dit, qu'il est impossible de réussir dans la vie si l'individu ne vit pas dans une famille où règne l'harmonie. L'harmonie familiale est le prérequis au succès en affaires. Aujourd'hui, face à la mondialisation, la Chine connaît un développement important à tous les niveaux, ce qui a provoqué la remise en question des notions culturelles traditionnelles. Toutefois,

malgré tous ces bouleversements, le concept de famille reste encore profondément ancré dans la culture et la société chinoises contemporaines.

Le bonheur est la modestie

Dans la culture chinoise traditionnelle, la valeur du « bonheur » prend sa racine dans les plus grands courants de pensée, tels que le confucianisme, le bouddhisme et le taoïsme. Au cours de la longue histoire de la Chine, et en fonction des époques et des différents régimes politiques, chacune de ces trois pensées a beaucoup influencé la conception du bonheur de la société chinoise. 37,5 % des Sina Weibo relevés indiquent que le bonheur provient de la satisfaction de besoins minimes. Le confucianisme attribue l'importance du bonheur à la joie et à la satisfaction procurées par le moment présent ; ce bonheur est donc basé sur la satisfaction de besoins fondamentaux pour pouvoir mener une vie normale. Pendant les époques où le confucianisme était le courant de pensée prédominant dans la société, le bonheur au quotidien chez les peuples chinois correspond à la satisfaction matérielle, la bonne santé, les bonnes vertus et une vie tranquille.

Dans la pensée traditionnelle chinoise, contenir le désir est également une ligne de conduite courante, elle se voit surtout dans la pensée bouddhique. D'après la culture chinoise, il est vrai que tout un chacun a le droit de partir à la recherche de la liberté, mais il lui est également demandé de prendre conscience du fait que le bonheur ne peut exister que dans l'équilibre entre désir individuel et tranquillité intérieure.

Le bonheur dépend de notre être intérieur. Il faut découvrir et chercher à comprendre dans la vie le secret du bonheur (李泽厚 : 302).

Avoir des désirs démesurés par rapport à ses propres possibilités est source de déséquilibre. Par rapport à la notion temporelle, les Chinois cherchent à « profiter du moment présent ». Un poème chinois dit « si à tel instant vous avez de l'alcool à disposition, alors vous pouvez trinquer sans tarder ». Selon cette philosophie, il convient de vivre le présent et de le savourer pleinement pour être heureux. Citons quelques exemples de messages relevés sur Sina Weibo :

Le bonheur c'est quand tu grimpes les escaliers de la maison, et que tu es déjà connecté sur le réseau wifi de chez toi.

Pour une gourmande, le bonheur, c'est quand tous les jours, tu peux manger ce que tu as envie, et si tu peux manger gastronomique chaque jour, c'est le bonheur suprême.

En outre, la culture chinoise n'accorde pas de valeur à la plainte. Les individus mettent toute leur énergie et leur esprit dans l'effort d'atteindre un objectif, mais c'est quand même le ciel tout puissant qui leur assigne telle ou telle tâche et leur donne la possibilité d'atteindre tel ou tel résultat. Si les choses ne se déroulent pas comme

ils le souhaiteraient, il convient de ne pas s'en plaindre pour autant, puisque c'est le ciel qui en a décidé ainsi. Aujourd'hui, la qualité de vie est le but le plus recherché en Chine, mais cela n'empêche pas la population chinoise des classes sociales les moins favorisées de savourer les joies et les petits bonheurs au quotidien.

Le bonheur est l'entraide

D'après la philosophie chinoise, une société dans laquelle existent des relations harmonieuses entre individus rend les gens heureux. Mais que recouvre alors le concept d'harmonie ? Il s'agit d'aspirer à la paix et aux relations cordiales avec autrui. Dans le corpus des témoignages recueillis sur Sina Weibo, 12 % des réponses montrent que pour de nombreux internautes, le bonheur résidait également dans le simple fait de recevoir un coup de main, c'est-à-dire de l'entraide. Citons des exemples en provenance de Sina Weibo :

La vie est courte. Il faut d'abord s'efforcer d'être heureux pour soi-même. Faire en sorte d'être soi-même heureux, c'est le plus important. Puis, il faut rendre heureuses les personnes que tu aimes et aider les autres si tu peux. Si tu as aidé quelqu'un du mieux que tu as pu, et que grâce à toi, il a pu avoir de meilleurs résultats, tu te sens très heureux.

Le bonheur se situe également en rapport étroit avec l'intelligence et la sagesse, selon le confucianisme. Chacun devra faire de son possible pour soutenir ceux qui en ont besoin, pour aimer et aider les autres. Confucius a dit que :

Si vous donnez une rose, son parfum s'attarde sur vos mains.

Donner peut procurer plus de bonheur que recevoir. Il a aussi expliqué que pour atteindre le bonheur, il fallait faire preuve d'humanité. Selon lui :

La vertu de l'humanité, c'est d'élever autrui comme on souhaiterait l'être soi-même ; c'est de le faire parvenir là où l'on voudrait soi-même qu'il soit. Qui est capable de s'en faire le modèle offre la recette de cette vertu.

Le reste des réponses de notre recherche sur Sina Weibo, qui représentent 8,5 % des réponses, est très varié. Elles se réfèrent par exemple à un mariage, une naissance, une promotion, un voyage ou encore à une expérience particulière liée à un événement. Comme notre recherche n'a pas pour vocation d'entrer dans les détails de la vie quotidienne des internautes chinois, cette partie des résultats n'a pas été traitée.

Le bonheur est l'acceptation

Du point de vue du taoïsme, tout est mouvement, la vie est mouvement et tout dans la nature peut connaître des changements. Cette règle s'applique à la nature, mais

aussi à toutes les activités de l'être humain. Le bonheur n'est donc pas seulement sentiment, mais aussi transaction potentielle, grâce à une révélation d'intelligence. Autrement dit, il est demandé aux hommes de prendre conscience de cette règle, de la respecter et d'accepter d'en épouser les rythmes pour atteindre l'harmonie entre l'homme et la nature. Une recommandation de la philosophie traditionnelle chinoise illustre ce principe, qui consiste à suivre les rythmes circadiens et à respecter l'horloge chronobiologique interne de l'organisme – et ce d'une part pour rester en santé, et d'autre part pour préserver l'harmonie entre les individus et la nature, ainsi qu'entre individus.

Il en résulte que dans le taoïsme, il existe une dialectique entre bonheur et malheur. Selon Laozi, « Le bonheur naît du malheur, le malheur est caché au sein du bonheur ». Le bonheur peut générer le malheur, et le malheur peut également générer le bonheur. D'après certains chercheurs (Gao, Zheng et Yan, 2010 ; E. et M. Diener, 1995), cette approche exerce une grande influence notamment sur ceux parmi les Chinois qui ne considèrent pas le bonheur comme un facteur important, parce que tout peut changer à tout moment. En un instant, il est possible de vivre des moments de joie et de bonheur intenses, mais au moment suivant, cette plénitude peut se ternir ou disparaître complètement, et tout peut s'inverser. Une fois que l'individu atteint le plein bonheur, il ne peut connaître que du moins bon, voire du malheur. Dans cette logique, bonheur et malheur coexistent en permanence et se suivent sur un mode cyclique.

C'est pour cette raison que certaines personnes ont la capacité non seulement d'accepter les choses avec plus de tranquillité que d'autres, mais aussi de faire face à l'alternance bonheur/malheur. En raison de cette prise de conscience, elles souhaitent rester discrètes, sans extérioriser leur bonheur qu'elles modéreront. Pendant la période d'analyse, c'est-à-dire du 1^{er} janvier 2014 au 1^{er} juin 2014, une phrase très en vogue en Chine ces dernières années est souvent revenue :

Si tu manifestes ton bonheur de manière ostensible, alors ton bonheur disparaîtra rapidement.

Ce dicton a été mentionné 732 fois ; beaucoup plus que « ce que c'est le bonheur » qui a été mentionné 488 fois. En outre, il faut remarquer que dans la société chinoise actuelle, un grand écart existe entre personnes pauvres et personnes riches. Des conflits naissent entre ces deux classes sociales. Ainsi, l'étalage de signes extérieurs de richesse, même sur le réseau social, peut susciter des réactions violentes et générer de la haine et du ressentiment chez les moins nantis. C'est pourquoi les Chinois qui s'expriment sur Internet n'évoquent pas ou très rarement le bonheur procuré par une situation financière confortable. Par contre, la recherche CCTV 2010 menée conjointement avec la poste chinoise sur support papier-courrier, et donc plus discrète et moins exposée au regard d'autrui, a bien montré que revenu et bonheur sont quand même fortement liés.

Cette recherche est une approche parmi tant d'autres pour arriver à mieux comprendre ce que c'est que le bonheur en Chine. Elle mériterait d'être affinée en prenant compte des paramètres suivants : l'âge des contributeurs sur Sina Weibo, leur niveau d'éducation, leur milieu social d'origine, leur région géographique et leurs valeurs culturelles. Pour conclure, d'après les données recueillies sur le réseau social Sina Weibo, le bonheur des internautes chinois est constitué par la concomitance de quatre types de relations harmonieuses. Le premier est la relation harmonieuse de l'individu avec lui-même. Pour maintenir son équilibre et sa paix intérieure, celui-ci doit rester humble, tenir éloigné toute source de désirs inaccessibles, se préserver de tout ce qui peut créer des soucis. Trouver la paix intérieure est un concept fortement influencé par les cultures confucianiste et bouddhiste. Le deuxième type de relation harmonieuse : les relations familiales comme source de bonheur. Sous l'empreinte de l'esprit collectiviste prévalant en Chine, beaucoup de Chinois considèrent que le bonheur ne se décline pas au singulier mais bien au pluriel. Le bonheur collectif mis en avant est celui procuré par les réunions familiales ou bien celui issu de la réussite de tous les membres d'une même famille. Les valeurs transmises à travers cette conception du bonheur sont celles de la cohésion familiale et de la solidarité intergénérationnelle. Troisièmement, le bonheur se manifeste dans la relation harmonieuse avec les autres. Le bonheur est aussi favorisé par un esprit serviable qui met l'individu en valeur, grâce au don de soi et à l'attention portée à autrui. Quatrièmement, la Chine étant à présent la deuxième économie mondiale, le bonheur des Chinois, en particulier de ceux qui appartiennent aux classes sociales moyennes et inférieures, dépend directement de leur situation financière. Mais sous l'influence de la philosophie chinoise qui dit que « Le bonheur attire le malheur et le malheur attire le bonheur », certains internautes chinois restent très réservés par rapport au bonheur procuré par l'argent. Ils évitent ainsi de faire des envieux. Le quatrième niveau de bonheur se réfère donc à la relation harmonieuse avec l'environnement sociétal chinois.

Le bonheur est-il universel ou culturel ?

Le questionnement principal qui s'est posé au départ de cette réflexion était de savoir si le bonheur est un concept universel, qui signifie partout la même chose, ou plutôt un concept culturel, dont le contenu et le sens varient selon les endroits et les sociétés. Dans cette interrogation, les rapports au lieu et à la culture viennent s'ajouter à la notion de subjectivité, de temporalité et de quête mentionnées dans la description des éléments caractéristiques du bonheur. S'il a été dit que chaque individu dispose de sa propre conception du bonheur, que cette conception évolue dans le temps et que chacun est en quête du bonheur, la question clé était de savoir de quelle manière l'endroit et la culture, l'environnement et les contextes (historique, social, économique, politique) interviennent dans sa conception spécifique du bonheur.

Il se trouve que cette problématique précise n'est que rarement traitée dans la littérature scientifique. Cependant, des études plus générales visant à analyser l'homme sous tous ses aspects ont montré que l'environnement d'un individu joue

un rôle important dans les significations qu'il attribue à chaque événement de sa vie (Bruner, 1990 ; Hofstede, 1980 ; Triandis *et al.*, 1986 ; Schwarz, 1992). Selon ces études, le comportement d'un individu est influencé par le milieu dans lequel il vit. De la même façon, la culture, définie comme l'ensemble des valeurs, des normes et des attitudes caractéristiques d'une société et transmises d'une génération à l'autre, conduit à des schémas communs de comportement. Deux types de sociétés sont souvent représentés : la société individualiste et la société collectiviste (Hofstede, 1980 ; Triandis, 1994). Ces sociétés se distinguent par les valeurs, les normes et les attitudes des individus qui les constituent. Dans une société individualiste, l'individu accorde plus d'importance à lui-même qu'aux autres. Il recherche l'épanouissement personnel, aspire à une certaine liberté d'action et agit pour atteindre des objectifs précis. En revanche, dans une société collectiviste, l'individu accorde la priorité au groupe et au lien social entre ses membres, recherche l'harmonie et le consensus, privilégie l'égalité et agit pour atteindre des objectifs communs.

Le travail réalisé visait donc à aborder la perception du bonheur par cette entrée culturelle qui est indissociable de toute communauté. Au départ de cette réflexion, nous sommes partis du postulat suivant : dans toute société, qu'elle soit individualiste ou collectiviste, l'individu est en quête du bonheur et possède sa propre conception du bonheur qui évoluera tout au long de sa vie. Si, en Allemagne, les intérêts de l'individu priment sur ceux du collectif, il en est tout autrement en Chine et à Madagascar, où les structures collectives, et notamment familiales, ont beaucoup d'importance. Dans une perspective universelle, les valeurs fondamentales se ressemblent : l'aspiration au bonheur se décline dans des termes tout à fait comparables, à savoir la réussite de la vie privée et professionnelle. Or, la dimension culturelle pèse de tout son poids pour que les déclinaisons en question se réalisent à travers des registres fondamentalement différents. D'un côté, il s'agit de s'accomplir et de s'épanouir – dans le doute au singulier. De l'autre côté, il est question d'exécuter et de réaliser – et ce en toutes circonstances au pluriel. Au-delà de l'aspect linguistique, l'utilisation systématique de verbes pronominaux en allemand indique clairement que pour les Allemands, il est primordial de réussir grâce à et pour soi-même, tandis que pour les Chinois, il importe de réussir avec et au service de ses proches. Les Malgaches accordent, de surcroît, beaucoup d'importance à la religion. Celle-ci s'avère déterminante pour aborder le bonheur sous l'aspect de sa dimension (in) temporelle, en mettant l'accent sur son caractère aléatoire, fluctuant et éphémère (sur terre), par opposition à son contraire (au paradis).

En Chine et à Madagascar, le fait de se réaliser pleinement dans une action ou à travers une mission n'est considéré comme valable et valorisant qu'à une seule condition : que la réalisation s'inscrive dans un cadre collectif. Toute finalité purement individuelle n'est pas cautionnée, ni par l'entourage ni par la société, bien au contraire. Celui qui fait passer ses propres intérêts avant ceux des autres se verra reprocher son comportement égoïste, voire irresponsable. La bienveillance, la sollicitude et le respect des autres sont des valeurs clés profondément ancrées dans les deux cultures. L'importance du collectif l'emporte de loin sur le principe du soi, qui est tellement

prédominant en Allemagne. L'affirmation des intérêts individuels et des aspirations individualistes ne peut se concevoir qu'en lien avec autrui. Sur la base de concepts universels similaires à d'autres aires culturelles, la particularité des sociétés collectivistes consiste donc à porter une attention sans relâche à cette préoccupation omniprésente que sont les obligations relationnelles et sociales au sein de la famille, des réseaux et des communautés. À l'heure de la mondialisation, les interactions croissantes entre les deux types de sociétés conduisent cependant à des évolutions de plus en plus complexes, voire contradictoires. Par conséquent, le recours aux schémas binaires ne dispense pas de faire l'effort de déceler les nuances entre les différentes approches du bonheur, concept aussi fascinant que fluctuant.

Bibliographie

- ARGYLE, Michael, Schwarz, Norbert et Strack, Fritz (dir.) (1991), *Subjective Well-Being: An Interdisciplinary Perspective*, Oxford, Pergamon, 291 p.
- BAUER, Wolfgang (BAO, Wugang) (1971), *China und die Hoffnung auf Glück. Paradiese, Utopien, Idealvorstellungen*, München, Hanser, 703 p. Traduction du texte en chinois "每一种幸福的形式-不管是个人幸福还是集体幸福-根本上都是难以描绘的。"
- BARBEY, Rainer (éd.) (2012), *Recht auf Arbeitslosigkeit? Ein Lesebuch über Leistung, Faulheit und die Zukunft der Arbeit*, Essen, Klartext, 149 p.
- BEGLEY, Sharon et Davidson, Richard (2012), *The Emotional Life of your Brain*, London, Hodder & Stoughton, 304 p.
- BODIAN, Stephan (2014), *Meditation für Dummies* [4^e éd.], Weinheim-Bergstraße, Wiley-VCH, 360 p.
- BONN, Gregory et Tafarodi, Romin W. (2013), « Visualizing the good life : a cross-cultural analysis », *Journal of Happiness Studies*, n° 14, p. 1839-1856.
- BIDDULPH, Steve (2008), *Das Geheimnis glücklicher Kinder und Weitere Geheimnisse glücklicher Kinder : die beiden Weltbestseller in einem Band*, München, Heyne, 448 p.
- BRICKMAN, Philip, Sorrentino, Richard M. et Wortman, Camille B. (1987), *Commitment, Conflict and Caring*, New York, Englewood Cliffs, Prentice Hall, 317 p.
- BRUNER, Jerome (1990), *Acts of Meaning*, Cambridge (Mass.), Harvard University Press, 181 p.
- BRUNI, Luigino et Porta, Pier Luigi (dir.) (2007), *Handbook on the Economics of Happiness*, Cheltenham / Northampton, Edward Elgar Publishing, 596 p.
- CARDON, Dominique (2010), *La démocratie Internet : promesses et limites*, Paris, Éditions du Seuil, 101 p.
- CASILLI, Antonio (2010), *Les liaisons numériques : vers une nouvelle sociabilité ?*, Paris, Éditions du Seuil, 331 p.
- CHIASSON, Nicole (1999), *Les croyances à l'égard du bonheur et son évaluation subjective chez*

- des gens d'Amérique du Nord et d'Amérique Centrale*, PhD Dissertation, Université de Montréal (Canada), 203 p.
- CSIKSZENTMIHALYI, Mihaly (1991), *Flow: The Psychology of Optimal Experience*, New York, Harper Perennial, 303 p.
- DARBELLAY, Frédéric et Paulsen, Theres (dir.) (2011), *Au miroir des disciplines : réflexions sur les pratiques d'enseignement et de recherche inter- et transdisciplinaires [Spiegel der Disziplinen : Gedanken über inter- und transdisziplinäre Forschungs- und Lehrpraktiken]* Bern-Berlin-Bruxelles, Peter Lang, 231 p.
- DEBRU, Claude (dir.) (2011), *La transdisciplinarité : comment explorer les nouvelles interfaces*, Paris, Hermann, 222 p.
- DEUTSCHER, Guy (2010), *Im Spiegel der Sprache : warum die Welt in anderen Sprachen anders aussieht*, Munich, Beck, 320 p.
- DIENER, Ed. et Diener, M. (1995), « Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem », *Journal of Personality and Social Psychology*, n° 68, p. 653-663.
- DIENER, Ed., Kahneman, Daniel et Schwarz, Norbert (dir.) (1999), *Well being. The Foundations of Hedonic Psychology*, New York, Russel Sage Foundation, 593 p.
- DREIKURS, Rudolf et Soltz, Vicki (2014), *Kinder fordern uns heraus. Wie erziehen wir sie zeitgemäß [19^e éd.]*, Stuttgart, Klett-Cotta, 365 p.
- EASTERLIN, Richard A., Hinte, Holger et Zimmermann, Klaus F. (dir.) (2010), *Happiness, Growth, and the Life Cycle*, Oxford, Oxford University Press, 283 p.
- FERGUSON, Niall (2011), *Civilization. The West and the Rest*, New York, Penguin Press, 402 p.
- FREY, Bruno S. et Stutzer, Alois (2002), *Happiness and Economics. How the Economy and Institutions Affect Human Well-Being*, Princeton, Princeton University Press, 220 p.
- FOWLER, James H. et Christakis, Nicholas A. (2008), « Dynamic spread of happiness in a large social network : longitudinal analysis over 20 years in the framingham heart study », *British Medical Journal*, vol. 337, n° a2338, doi : 10.1136/bmj.a2338, p. 1-9.
- GAO, Liang, Zheng, Xue, Yan, Biaobin (2010), « 幸福感的中西差异：自我建构的视角 », *Advances in psychological science*, vol. 18, n° 7, p. 1041-1045, <http://bit.ly/1we3Mrf> (source consultée le 10-07-2014).
- GIRA, Dennis (2012), *Le dialogue à la portée de tous ou presque*, Montrouge, Bayard, 295 p.
- GOTTMAN, John M. et Silver, Nan (2006), *Die 7 Geheimnisse der glücklichen Ehe*, Berlin, Ullstein, 319 p.
- HODGKINSON, Tom (2014), *Anleitung zum Müßiggang*, Berlin, Insel-Verlag, 375 p.
- HODGKINSON, Tom (2014), *Leitfaden für faule Eltern*, Berlin, Rogner & Bernhard, 316 p.
- HOFMANN, Claudio (2011), *Achtsamkeit als Lebenskunst : 128 Übungen für den Alltag*, Bergisch Gladbach, EHP, 246 p.
- HOFSTEDDE, Geert (2001), *Culture's Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions*

- and organizations across Nations*, [2^e éd.], Thousand Oaks-London-New Delhi, Sage, 596 p.
- HOHENSEE, Thomas (2012), *Lob der Faulheit : Warum Disziplin und Arbeitseifer uns nur schaden*, Gütersloh, Gütersloher Verlagshaus, 191 p.
- HÜGER, Johannes, Knoblauch, Jörg et Mockler, Marcus (2009), *Dem Leben Richtung geben. In drei Schritten zu einer selbstbestimmten Zukunft*, München, Heyne, 265 p.
- JELLOUSCHEK, Hans (2009), *Wie Partnerschaft gelingt, Spielregeln der Liebe. Beziehungskrisen sind Entwicklungschancen*, Freiburg im Breisgau-Basel-Wien, Herder, 221 p.
- KANYINKU KABUE, François (2010-20112), *La quête du bonheur dans l'œuvre romanesque de Mudimbe*, Paris, Publibook, 336 p.
- KASSER, Tim et Ryan, Richard M. (1996), « Further examining the American dream : differential correlates of intrinsic and extrinsic goals », *Personality and Social Psychology Bulletin*, vol. 22, n° 3, p. 280-287.
- KATARIA, Madan (2002), *Lachen ohne Grund, eine Erfahrung, die Ihr Leben verändern wird*, Petersberg, Verlag Via Nova, 204 p.
- LAYARD, Richard (2005), *Happiness. Lessons from a New Science*, New York, The Penguin Press, 310 p.
- LE PICHON, Alain (2011), *Le renversement du ciel*, Paris, CNRS Éditions, 615 p.
- MAIER, Corinne (2004), *Bonjour Paresse : de l'art et de la nécessité d'en faire le moins possible en entreprise*, Paris, Michalon, 118 p.
- MROZCEK, Daniel K. et Kolarz, Christian M. (1998), « The effect of age on positive and negative affect: A developmental perspective on happiness », *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 75, n° 5, p. 1333-1349.
- NEUMANN, Michael et Schmidt, Jörg (2013), *Was bestimmt unsere Lebenszufriedenheit ? Glücksfaktor Arbeit*, München, Roman Herzog Institut, 32 p. http://www.romanherzoginstitut.de/uploads/tx_mpublication/RHI-Diskussion_21_2te.pdf (source consultée le 10-07-2014).
- RAHAMEFY-RAMAROLALY, Adolphe (2007), *Sectes et crises religieuses à Madagascar*, Paris, Karthala, coll. « Tropiques », 183 p.
- RAZAFIMAHATRATRA, François-Xavier (2008), « De l'exil à la nostalgie au travers de la littérature malgache », in Solotiana Nirhy-Lanto Ramamonjisoa (dir.), *De l'éclosion à l'épanouissement de la littérature malgache. Variations littéraires*, Paris, Institut national des langues et civilisations orientales, *Études Océan Indien*, n° 40-41, p. 161-186.
- RÜCKER, Ursula (2005), *Kraftquelle Lächeln. Ihr Schlüssel zu Gesundheit, Schönheit, Erfolg, persönlicher Lebensfreude und spirituellem Wachstum*, Petersberg, Verlag Via Nova, 172 p.
- SANDRON, Frédéric (2008), « Le fihavanana à Madagascar : lien social et économique des communautés rurales », *Revue Tiers Monde*, 3, n° 195, p. 507-522.
- SCHMID, Wilhelm (2007), *Glück : alles, was Sie darüber wissen müssen, und warum es nicht das Wichtigste im Leben ist*, Frankfurt-sur-le-Main-Leipzig, Insel-Verlag, 79 p.

- SCHULZE, Gerhard (2005), *Die Erlebnisgesellschaft. Kultursoziologie der Gegenwart* [2^e éd.], Frankfurt am Main ; New York, Campus Verlag, 589 p.
- SCHWARTZ, Shalom H. (1992), « Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries », *Advances in Experimental Social Psychology*, vol. 25, p. 1-65.
- SELIGMAN, Martin (2012), *Flourish - wie Menschen aufblühen : die positive Psychologie des gelingenden Lebens*, Munich, Kösel, 473 p.
- TAFARODI, Romin W., Bonn, Gregory, Liang, Hanyu, Takai, Jiro, Moriizumi, Satoshi, Belhekar, Vivek, Padhye, Amruta (2012), « What makes for a good life? A Four-Nation Study », *Journal of Happiness Studies*, vol. 13, p. 783-800, <http://www.psych.utoronto.ca/users/tafarodi/Papers/JOH2012a.pdf> (source consultée le 10-07-2014).
- THICH NHAT HANH, Thich (2014), *Achtsam sprechen - achtsam zuhören : Die Kunst der bewussten Kommunikation*, Munich, Droemer Knauer, 144 p.
- TRIANDIS, HARRY C., Bontempo, Robert, Betancourt, Hector, Bond, Michael, Leung, Kwok, Brenes, Abelando, Georgas, James, Hui, C. Harry, Marin, Gerardo, Setiadi, Bernadette, Sinha, Jai B. P., Verma, Jyoti Spangenberg, John, Touzard, Hubert, De Montmollin, Germaine (1986), « The measurement of the etic aspects of individualism and collectivism across cultures », *Australian Journal of Psychology*, vol. 38, n° 3, p. 257-267.
- TROMPENAARS, Fons (1994), *L'entreprise multiculturelle*, Boulogne, Maxima, 309 p.
- VAN PRAAG, Bernard et Ferrer-I-Carbonel, Adal (2008), *Happiness Auantified : A Satisfaction Calculus Approach*, [2^e éd.], Oxford-New York, Oxford University Press, 370 p.
- VEENHOVEN, Ruut (1997), « Progrès dans la compréhension du bonheur », *Revue Québécoise de Psychologie*, vol. 18, n° 2, p. 29-74.
- ZILIAN, Hans Georg (2005), *Unglück im Glück : Überleben in der Spaßgesellschaft*, Graz, Wien, Styria, 231 p.
- 李泽厚, 《实用理性与乐感文化》, 生活·读书·新知三联书店, 2005, 302 p.