

28
nov
2016

Et si le bonheur et
le malheur
divisaient les gens ?

Analyse de nos états
d'âme, témoignages
et histoires en images

FRONTIÈRES SOCIALES



Le bonheur et le malheur

Thibault Guichard
Pauline Legros



Sommaire

LE BONHEUR	4
Manifestations et symboles	6
Le bonheur chez les enfants	14
Le bonheur chez les adultes	24
LE MALHEUR	32
Les symboles du malheur	34
L'extériorisation du malheur	42
La dissimulation du malheur	52
UNE VIE EN DEMI-TEINTE	60
Représentations et symboles	62
Quelques histoires...	64
Index	74

LE BONHEUR





Qu'est ce que le bonheur ?

Le bonheur est un état de satisfaction complète caractérisé par sa stabilité et sa durabilité. Il ne suffit pas de ressentir un bref contentement pour être heureux. Une joie intense n'est pas le bonheur. Un plaisir éphémère non plus. Le bonheur est un état global. L'homme heureux est comblé. Il vit une forme de plénitude.

Sa situation est stable : elle présente un équilibre et seul un élément extérieur pourrait la modifier.

En tant qu'optimum de la vie humaine, le bonheur est universellement recherché. On le présente souvent comme le but le plus élevé de l'existence. Celui que tout homme cherche à atteindre, consciemment ou non.

*Manifestations et
symboles*





Il y a bien des manières de représenter et de symboliser le bonheur : fleurs épanouies, papillons virevoltants, soleil irradiant, ... Cependant, la plus courante et significative reste sans doute l'utilisation des couleurs. La raison à cela est que, depuis tout petit, nous avons en permanence l'occasion d'observer chaque couleur dans des contextes particuliers, ce qui nous permet à la longue de les associer à des stéréotypes et de leur attacher - plus ou moins inconsciemment - une signification symbolique. Sans compter le fait que les couleurs ont également un léger effet physiologique sur le corps humain.

Ainsi, le jaune va représenter la joie, le rouge symbolisera l'amour, tandis que le noir évoquera plutôt la mort. Le blanc est la couleur de la paix, le vert est associé à la santé...

Méfiance cependant, car il y a un piège : si ces assimilations sont manifestes dans notre culture occidentale, elles ne le sont pas nécessairement dans le reste du monde ! A travers les âges et les cultures, les couleurs se sont vues assigner toutes sortes de connotations et de symboles qui, aujourd'hui encore, sont sources de frontières sociales interculturelles.

Rapide tour d'horizon sur la façon dont vous serez perçu selon la couleur que vous portez et le pays où vous vous trouvez.



Le Rouge

Le rouge est une couleur forte, profonde et très ambivalente. En effet, dans notre culture occidentale, elle symbolise à la fois le bonheur et le danger, la passion et la violence, le désir et la haine. D'une manière générale, on l'associe à tous les sentiments forts car, outre

son aspect visuel, le rouge a aussi un effet physiologique qui tend à faire accélérer les battements de notre cœur. C'est pourquoi on l'utilise souvent, notamment pour évoquer l'amour. C'est sans doute la couleur la plus apte à suggérer le bonheur en Occident.

Du côté de l'Orient, le rouge est surtout associé à la chance et

à la fête. En Chine et en Inde, c'est la couleur que portent les jeunes mariés. La connotation reste donc proche.

A l'inverse, la culture hébraïque associe plutôt cette couleur au sacrifice et au péché.

Enfin, en Afrique du Sud, c'est la couleur de la mort et du deuil.



Le Vert

Physiologiquement, le vert a un effet reposant pour la vue. En Europe, il symbolise la santé, le renouveau, la croissance ou encore la chance. Il peut aussi être assimilé au maléfique et au poison. Cette utilisation négative du vert est un héritage de l'âge d'or du théâtre,

car il a toujours été difficile de mettre cette couleur en valeur sur scène. Cependant, son utilisation reste majoritairement positive, car le vert symbolise aussi tout ce qui concerne la nature.

Aux Etats-Unis, le vert est une couleur plutôt négative, qui est assimilée à la jalousie et à l'envie, alors que la culture mexicaine l'associe,

au contraire, à l'indépendance.

Au Moyen-Orient, c'est la couleur de l'Islam, évoquant donc la fertilité et la fortune, tandis qu'en Chine, on l'associe au mensonge, à l'exorcisme ou encore à l'infidélité.





Le Jaune

Le jaune est la couleur du soleil et de la lumière. Il évoque donc la joie, la bonne humeur, l'énergie, l'optimisme et le dynamisme. Ainsi il stimule l'attention, la compréhension et par extension l'apprentissage. Cependant, on peut aussi lui associer la jalousie, la tromperie

ou encore la lâcheté dans la culture occidentale.

En Asie, le jaune est la couleur impériale depuis des millénaires. Autrefois réservé aux rois, il est donc symbole de noblesse, de puissance, de force et de courage. Mais il évoque aussi la spiritualité, la sagesse et la sérénité. C'est pourquoi certains moines bouddhistes

portent cette couleur.

A l'inverse, le jaune est la couleur de la mort et du deuil en Egypte, tandis que l'Inde l'associe plutôt au commerce et à la négociation.



Le Bleu

En Europe, le bleu représente généralement la paix, la tranquillité, le calme, l'harmonie ou encore la patience. D'un point de vue physiologique, il a tendance à ralentir les battements du cœur, nous procurant un sentiment d'apaisement et de sérénité, faisant officielle-

ment du bleu la couleur la plus appréciée. En outre, étant la couleur du ciel et de la mer, et plus globalement de notre planète Terre, le bleu évoque la stabilité, l'équilibre, l'impassibilité. Et bien sûr, dans la culture occidentale, c'est aussi la couleur associée au sexe masculin.

Cependant, le bleu est la couleur de la mort et du deuil en Iran,

tandis qu'il symbolise l'immortalité en Chine.

Enfin, certaines tribus amérindiennes comme les Cherokees faisaient partie des rares cultures à donner au bleu une connotation négative, l'associant à la défaite et aux ennuis.

Le Blanc

Le blanc est la combinaison de toutes les couleurs en ce qui concerne la synthèse additive. Il représente donc l'unité, l'équilibre, l'union, mais aussi la simplicité, la pureté, l'élégance, l'innocence, la spiritualité, la sécurité et bien sûr, la paix.



Cependant, on peut noter qu'en Orient, son utilisation est différente. En effet, tandis qu'elle symbolise le malheur en Inde, elle est en Chine et au Japon la couleur de la mort et du deuil.







*Le bonheur
chez les enfants*



Quelle que soit notre culture, il existe pour chaque couleur une signification parfois différente. Néanmoins, il y a toujours une couleur pour évoquer le bonheur. Une couleur qui éveille un sentiment de joie et de bien-être. Nous pouvons en abuser car, comme Walt Disney nous l'a dit :

« Rêve ta vie en couleurs, c'est le secret du bonheur. »

Ce grand homme avait pour qualité d'avoir gardé son âme d'enfant, d'avoir continué à regarder et à partager le monde comme tel. Les enfants ont cette grande qualité que tant d'adultes ont perdu, cette qualité que l'on appelle innocence...

Il n'est pas difficile de remarquer que, contrairement aux adultes, il en faut peu à nos bambins pour être joyeux et heureux. Un bon goûter, un grand jardin, quelques jouets et ils sont sur un nuage. Pourquoi les adultes ont-ils perdu cette innocence ? Comment les enfants voient-ils le monde pour pouvoir ainsi se contenter et se réjouir de tout ce qui les entoure ?





Idées reçues sur le monde de l'enfance

Pour un enfant, le monde des adultes est mystérieux. Et pour les adultes le monde de l'enfance est redevenu étrange. Nous souvenons-nous encore de ce qui nous trottait dans la tête quand le bout de notre nez n'arrivait pas à la hauteur de la table ?

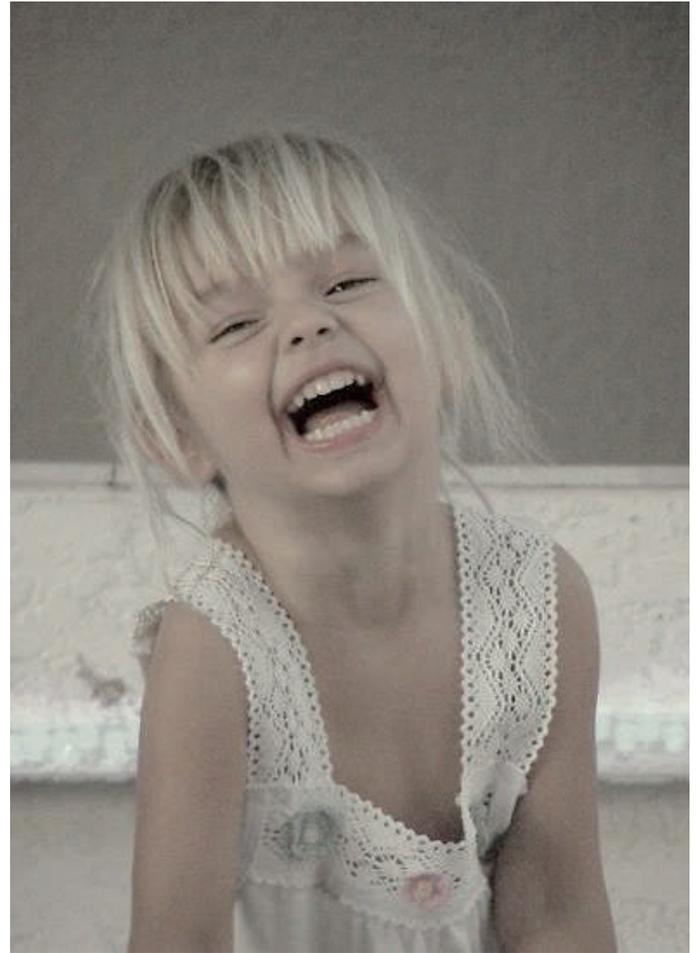
Tout se passe comme si les enfants et les adultes étaient des étrangers, vivant chacun sur sa planète. L'idée qu'il existe une distance infranchissable entre l'univers de l'enfant et celui de l'adulte a été renforcée par un siècle de psychologie.



La pensée de l'enfant a été décrite tour à tour comme magique, égocentrique, naïve, irrationnelle. L'apprentissage de la vie consisterait donc à sortir de cette bulle pour entrer dans le monde réel des adultes, supposé pragmatique, rationnel et réaliste.

Ce clivage entre le monde de l'enfance et celui des adultes est trompeur. Une radicale remise en cause est en cours[...]

Jean-François Dortier, fondateur et directeur de la publication du magazine
Sciences Humaines.



**Leur
insouciance...**

L'enfance

*Qu'ils étaient doux ces jours de mon enfance
Où toujours gai, sans soucis, sans chagrin,
je coulai ma douce existence,
Sans songer au lendemain.
Que me servait que tant de connaissances
A mon esprit vinsent donner l'essor,
On n'a pas besoin des sciences,
Lorsque l'on vit dans l'âge d'or !
Mon coeur encore tendre et novice,
Ne connaissait pas la noirceur,
De la vie en cueillant les fleurs,
Je n'en sentais pas les épines,
Et mes caresses enfantines
Étaient pures et sans aigreurs.
Croyais-je, exempt de toute peine
Que, dans notre vaste univers,
Tous les maux sortis des enfers,
Avaient établi leur domaine ?
Nous sommes loin de l'heureux temps
Règne de Saturne et de Rhée,
Où les vertus, les fléaux des méchants,
Sur la terre étaient adorées,
Car dans ces heureuses contrées
Les hommes étaient des enfants.*

- Gérard de Nerval, *Poésies de jeunesse*





Nous avons pu observer que les enfants se réjouissent très vite de ce qu'ils ont, ils peuvent s'amuser avec ce qu'ils trouvent. Un rien les rend joyeux et heureux. Laissons parler ces images d'enfants qui décrivent parfaitement le bonheur, tel qu'ils le vivent.







Le bonheur d'un enfant dépend aussi d'une chose élémentaire qu'est l'amour de ses parents.

Son épanouissement passe par des besoins fondamentaux comme se sentir en sécurité, se sentir aimé, se sentir encouragé et écouté.

Le sentiment de sécurité ne peut se développer que dans un cercle de relation stable avec sa mère, son père et un entourage restreint. D'après Alicia Lieberman, professeur de psychologie à San Francisco « Les prémices de cette théorie, c'est que les tout-petits ne peuvent acquérir une autonomie et des compétences qu'à condition de pouvoir se reposer sur un adulte qui les

sécurise et les protège. ». Cela se déroule chez l'enfant entre 1 et 3 ans.

C'est ainsi que l'enfant va développer sa confiance en soi et sa confiance en l'autre.

Les enfants ont également besoin de se sentir aimé. Ce sentiment passe par le fait de se sentir exister pour quelqu'un, particulièrement pour ses parents. C'est pourquoi les enfants ont besoin de beaucoup de présence et d'affection.

Enfin, le sentiment d'utilité est essentiel au bon développement de l'enfant. Il a donc besoin de savoir que sa présence est souhaitée par ses proches, sentir que lui aussi contribue à leur bonheur.

«Il m'arrive de souhaiter redevenir enfant. Je me souviens de cette époque si simple et si belle pourtant. Pour un enfant rien n'est impossible, oui car il découvre le monde il ne peut donc déterminer ce qui est possible ou non. Pour lui rien n'est étrange, ou tout l'est. Enfaite pour un enfant, il n'y a pas de limites. Il peut voir quelqu'un voler, avoir la peau verte, cracher du feu il ne trouvera pas cela bizarre, pas comme nous autres. Pour lui tout est possible, on dit qu'il ne connaît rien à la vie, mais on se trompe! Oui car il connaît tout, il détient cette chose qui

fait de son monde un monde extraordinaire, cette chose que l'on perd peu à peu à force de grandir, cette chose magique que j'aimerai tant retrouver quelque fois: la faculté de croire que tout est possible.»

Jade et Véronika

A lire ce témoignage poignant, certains adultes , pour ne pas dire la majorité, perdent leur innocence et surtout, leur insouciance. Cela peut parfois leur manquer. Dans le monde d'aujourd'hui, les adultes sont heureux pour bien d'autres raisons que les enfants. D'ailleurs, pour certains adultes, le bonheur est, justement, leurs enfants...





*Le bonheur
chez les adultes*

Pour la plupart des adultes, le bonheur se construit à deux. Il passe par le fait de rendre une autre personne heureuse. Le mariage représente très bien cette conception du bonheur. Celui-ci passe également par le fait de fonder une famille. Mais pour certains adultes, leur bonheur dépend de leurs accomplissements professionnels, leurs réussites et leur niveau de vie. Le proverbe « l'argent ne fait pas le bonheur » ne semble jamais avoir été aussi incorrect que par les temps qui courent ! Petite anthologie de ce qui rend les adultes heureux.



«le bonheur est la seule chose qui se double si on le partage»

Albert Schweitzer



Leurs enfants

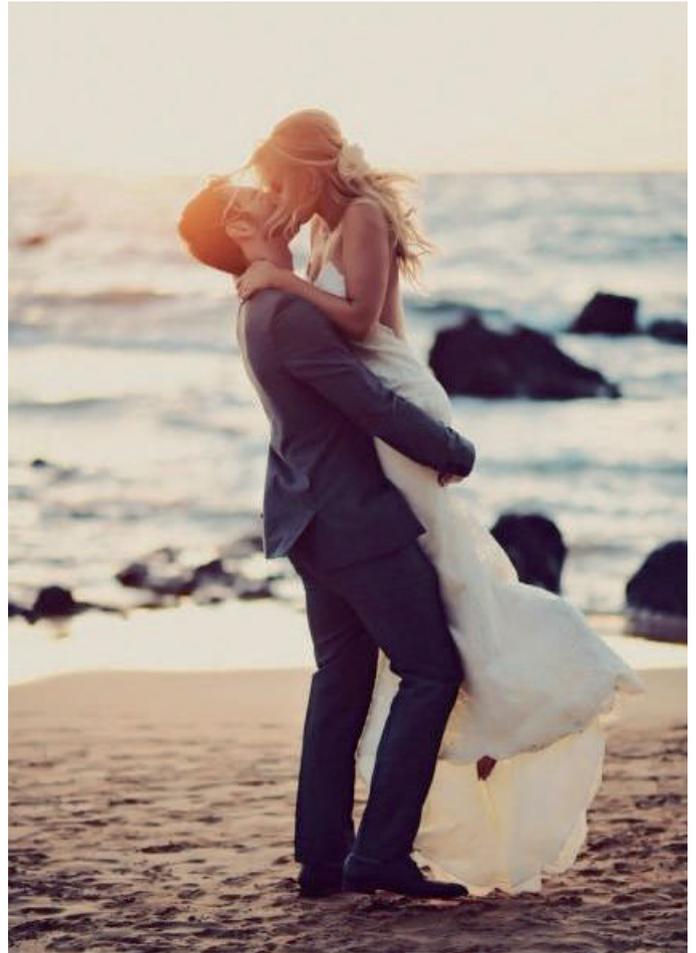




Comme nous avons pu le voir, les adultes contribuent fortement au bonheur de leurs enfants en favorisant leur épanouissement et leur bien-être. Mais les enfants sont aussi une source de bonheur pour leurs parents. Avoir un enfant est le début d'une nouvelle vie. Cette conception du bonheur diffère entre les hommes et les

femmes. Il semblerait même que le désir d'enfant se fasse de manière opposée. Alors qu'avoir un enfant est souvent un désir, voire un besoin pour les femmes, les hommes ont plutôt tendance à ne l'envisager que plus tard, ou pour combler le désir de leur compagne.

Le mariage



Faut-il être marié pour être heureux ?

Alors que le mariage reste pour la plupart des couples l'accomplissement du bonheur, le célibat devient de plus en plus courant. Les célibataires épanouis et heureux expliquent leurs choix par le nombre de divorces qu'ils voient autour d'eux, par le besoin d'indépendance (particulièrement chez les femmes), ou encore par les souffrances vécues auparavant à cause d'une relation. Malheureu-

sement pour eux, le couple reste la norme et beaucoup essuient des remarques de leurs amis ou leur famille leur demandant quand est-ce qu'ils trouveront leur « moitié ».

« Vouloir rendre un être heureux, voilà le principe sentimental du mariage. Donner à une femme l'occasion d'exercer les vertus qu'elle porte en elle, de faire rayonner les forces et fructifier les facultés dont elle est dépositaire, lui ouvrir la carrière conjugale, maternelle, sociale, humaine, pour laquelle elle est née, vers laquelle la poussent les instincts de sa nature, les élans de son cœur, les soupirs de son âme, c'est une belle tâche, c'est presque un devoir. »

- Citation de Henri-Frédéric Amiel
Journal intime, le 30 octobre 1860.



«L'argent ne fait pas le bonheur»

Cette vérité ne semble pas encore évidente pour tout le monde. Mais alors, référons-nous aux sociologues et psychologues plus avertis :

Le sujet est à nuancer, un ménage plus riche aura tendance à être plus heureux qu'un ménage vivant sous le seuil de pauvreté. Mais une étude a pu démontrer qu'à partir d'un certain revenu (environ 75.000\$) le bien-être n'est plus relié à l'argent. Autrement dit, lorsque l'on atteint un revenu qui nous permet de subvenir à nos besoins, être encore plus riche ne nous rendra pas plus heureux. Il apparaît aussi que les personnes visant à tout prix l'argent et la notoriété sont

celles qui, en réalité, seraient les plus anxieuses voire dépressives. Ces personnes sont en proie aux modèles de notre société. Les publicités n'ont de cesse de montrer des gens heureux au volant de leur nouvelle voiture. Le consommateur ressent alors le besoin de posséder le bien. On pense que pour être heureux il faut subvenir à ce nouveau besoin et donc avoir de

l'argent pour pouvoir l'acheter. Ce cercle vicieux consistant à toujours recréer des besoins rendrait donc les gens plus malheureux.

Alors, pour être heureux, il faudrait se détacher du modèle de société dans lequel on vit. Le bonheur ne s'achète pas. Il est lié aux toutes petites choses, aux toutes petites joies de la vie qui, misent bout à bout, rendent un Homme heureux. Etre heureux c'est être épanoui, être libre, avoir une bonne estime de soi et avoir de bonne relation avec ses proches. Chacun à sa conception du bonheur, mais l'argent ne peut pas rendre plus heureux.



A composite image featuring two elderly women. The woman on the left is shown in a sepia-toned photograph, smiling warmly. She has long, wavy hair and is wearing a necklace of small, round beads. The woman on the right is shown in a black and white photograph, also smiling. She has short, reddish hair and is wearing a patterned necklace. Both women are holding cigars. The image is split diagonally from the top right to the bottom left, with the sepia-toned side on the left and the black and white side on the right.

**«Le bonheur n'est pas d'avoir tout
ce que l'on désire mais d'apprécier
ce que l'on a»**

Auteur inconnu

LE MALHEUR





Il existe une multitude de raisons pour lesquelles les Hommes sont malheureux. Cela peut atteindre le stade de la dépression, où l'individu vit une période sombre dans laquelle la joie et l'épanouissement sont absents. Les causes de ce malheur peuvent être liées à des événements tristes comme la mort, ou bien à des envies, des rêves impossibles. Nous venons de parler des Hommes à la recherche de la notoriété et de la

richesse, ces personnes sont souvent malheureuses car ont un objectif sans cesse repoussé et jamais atteint. Cette mentalité du « toujours plus », les rends finalement anxieux et malheureux.

Le malheur peut se manifester à différents degrés ; certaines personnes dissimulent leurs souffrances alors que d'autres, au contraire, l'extériorise.

*Les symboles
du malheur*



Mais d'où vient le malheur ?

Afin de comprendre ce qui symbolise le malheur, interrogeons nous quelques instants sur ses causes...

Quelle est la source du malheur chez l'être humain, et en quoi est-ce une frontière sociale ?

Nous, humains, nous redoutons plus que tout de mourir. Pourquoi ? Parce que nous appréhendons l'inconnu, nous craignons l'oubli, et nous détestons le sentiment d'impuissance. Hors, rien à faire face à l'inéluctable et mystérieuse mort qui nous attend tous. L'une des principales sources du malheur humain est donc la peur de la mort.

Corroborant cette thèse, de nombreux philosophes tels qu'Epicure affirment qu'il est possible

d'accéder au bonheur, mais seulement en se débarrassant de la crainte de la mort.

La peur de la mort ainsi que tout ce qui lui est lié sont donc les symboles les plus courants du malheur, de manière plus ou moins universelle...

Outre la mort elle-même, on peut aussi trouver comme symbole du malheur la guerre et la maladie (annonceurs de mort), ou encore les larmes et le deuil (répercussions de la mort).





Le dormeur du val

*C'est un trou de verdure où chante une rivière,
Accrochant follement aux herbes des haillons
D'argent ; où le soleil, de la montagne fière,
Luit : c'est un petit val qui mousse de rayons.*

*Un soldat jeune, bouche ouverte, tête nue,
Et la nuque baignant dans le frais cresson bleu,
Dort ; il est étendu dans l'herbe, sous la nue,
Pâle dans son lit vert où la lumière pleut.*

*Les pieds dans les glaïeuls, il dort. Souriant comme
Sourirait un enfant malade, il fait un somme :
Nature, berce-le chaudement : il a froid.*

*Les parfums ne font pas frissonner sa narine ;
Il dort dans le soleil, la main sur sa poitrine,
Tranquille. Il a deux trous rouges au côté droit.*

- Arthur Rimbaud





Le malheur est une frontière sociale dans la mesure où certaines personnes vont avoir tendance à rejeter la cause de leur malheur sur autrui : Dieu, un rival, un patron... Par conséquent, le malheur aura tendance à diviser ces gens, à les monter les uns contre les autres...

Cependant, cela n'est pas vrai pour tout le monde. Chaque humain possède en lui une dualité



égoïste/altruïste, c'est pourquoi si certaines personnes auront tendance à rejeter la faute et à se barricader, d'autres se rapprocheront des gens qui sont dans le même état de malheur qu'eux.

C'est ce que pensait Auguste Guyard, lorsqu'il a dit que «le bonheur, se suffisant à lui-même, isole les hommes ; le malheur les rapproche. Le malheur a donc sa



grande utilité sociale relative.»

Mais cela n'en reste pas moins une frontière sociale, non plus entre personnes malheureuses, mais entre heureux et malheureux. Bien sûr, tout est relatif, car le malheur comme le bonheur ne sont pas des états binaires ; ils sont subjectifs et inquantifiables.





Par extension, le malheur peut aussi être représenté par ce qui nous effraie ou ce qui nous évoque le danger, et donc potentiellement la mort.

Si l'Homme a instinctivement peur des ténèbres depuis toujours, c'est notamment parce qu'il n'est pas en capacité de s'y défendre. Il se sent impuissant car il ne peut momentanément plus utiliser son sens favori : la vue. Tout ce qui amène son lot de ténèbres effraie donc l'Homme, et peut donc généralement être associé au malheur.

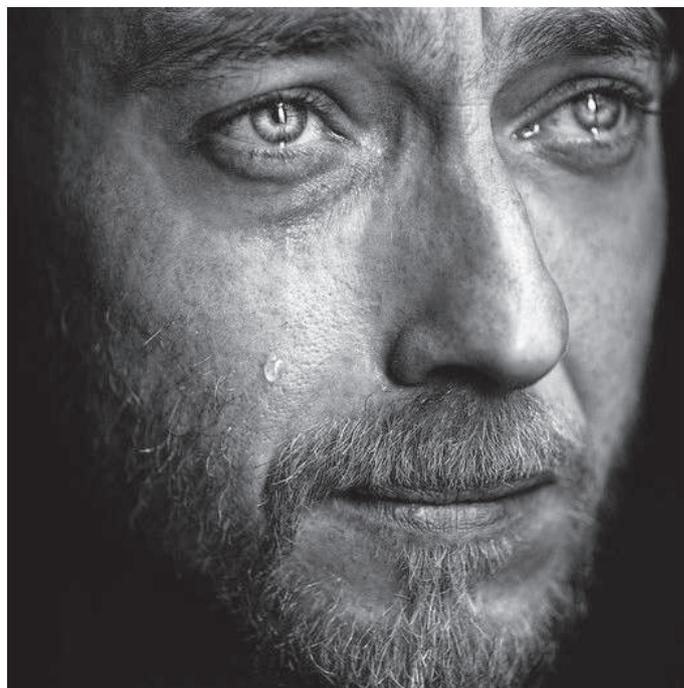
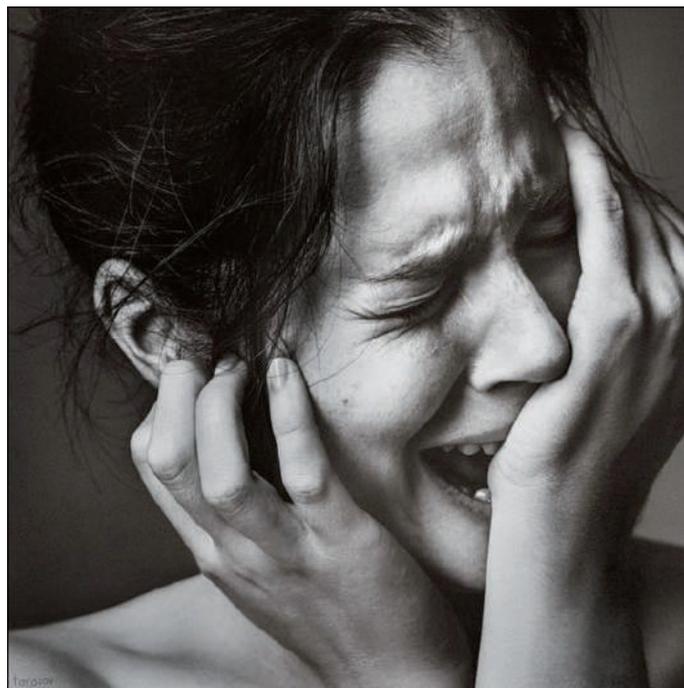
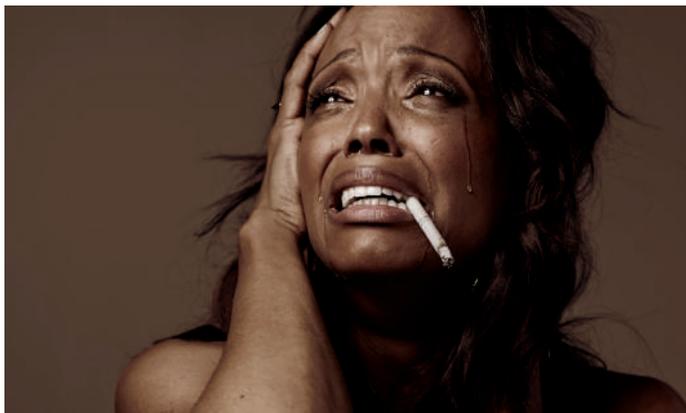


*L'extériorisation
du malheur*



Larmes

La première façon que l'on a d'extérioriser son malheur, celle qui nous vient instinctivement, généralement contre notre volonté, ce sont les larmes. Pleurer est une réponse émotionnelle qui fait souvent suite à un sentiment très fort. Bien sûr, ce sentiment n'est pas toujours négatif, mais finalement, la plupart des larmes versées sont un écho à la tristesse et au malheur de leurs détenteurs.



*Si les larmes servaient de remède au malheur,
Et le pleurer pouvait la tristesse arrêter,
On devrait, Seigneur mien, les larmes acheter,
Et ne se trouverait rien si cher que le pleur.*

*Mais les pleurs en effet sont de nulle valeur :
Car soit qu'on ne se veuille en pleurant tourmenter,
Ou soit que nuit et jour on veuille lamenter,
On ne peut divertir le cours de la douleur.*

*Le coeur fait au cerveau cette humeur exhaler,
Et le cerveau la fait par les yeux dévaler,
Mais le mal par les yeux ne s'alambique pas.*

*De quoi donques nous sert ce fâcheux larmoyer ?
De jeter, comme on dit, l'huile sur le foyer,
Et perdre sans profit le repos et repas.*

- Joachim du Bellay

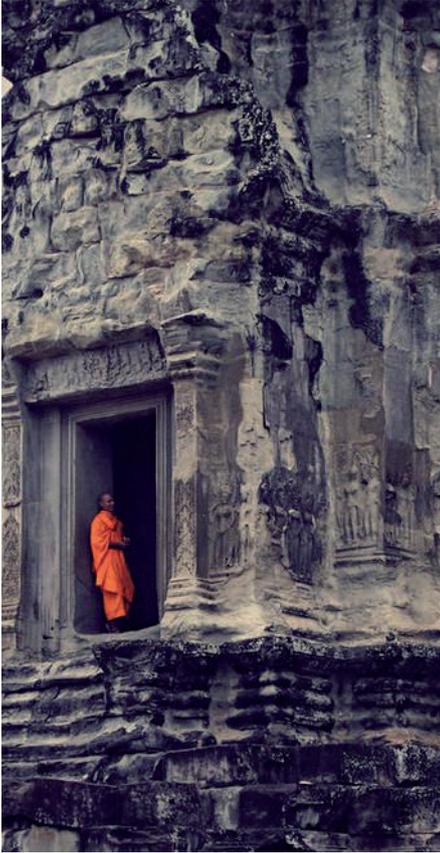




***"Les seules larmes vraiment
amères sont celles qui se
versent
dans la solitude."***

Simon-Nicolas-Henri Linguet

Solitude et isolement



Dans notre société ultra-connectée, être seul peut sembler paradoxal. Pourtant, la **solitude** touche bien plus de personnes qu'on ne le pense. Qu'il s'agisse d'une solitude volontaire ou infligée, elle est souvent synonyme d'un mal-être ancré. La définition même de la solitude renvoie à l'idée de n'être engagé dans aucun rapport social. Se sentir seul est à la base [une] impression : celle d'être triste, isolé, celle de manquer de quelque chose. [...] L'impression de solitude peut être ressentie même en étant entouré, au milieu d'un groupe. [...]

De nombreux événements factuels ou plus abstraits peuvent être source de solitude. Une déprime passagère, [...] une maladie, une rupture,... Le cerveau a vite fait d'interpréter certaines situations

comme une solitude. Et une fois que l'idée est ancrée, il est difficile de l'en détacher. [...]

L'isolement est lui à différencier. Être isolé signifie être dans un état de solitude absolue. L'isolement, social le plus souvent, touche les personnes [...] qui vivent en marge de la société. [...] La communication avec les amis, avec les voisins ou la famille, est rompue.

L'isolement est très souvent la résultante d'une forte différence de point de vue, [...] de compréhension de l'autre. [...] Parmi les causes de l'isolement, on retrouve également certaines maladies, comme les troubles du comportement, la dépression ou encore l'angoisse et l'anxiété. Autant de pathologies [...] qui sont souvent incomprises de l'entourage. Irrémédiablement, le malade s'enferme dans la solitude puis dans l'isolement.

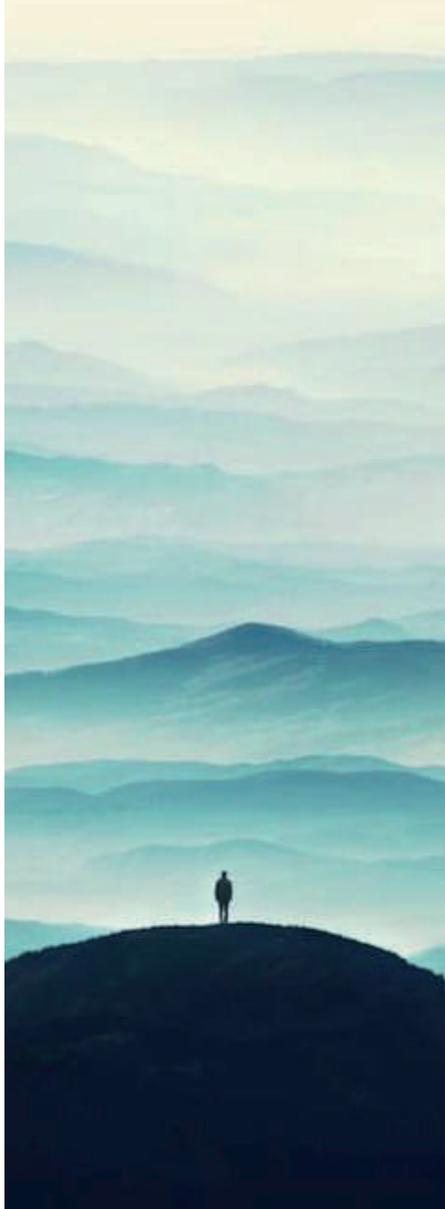


**“L’enfer est tout entier dans
ce mot : solitude.”**

Victor Hugo

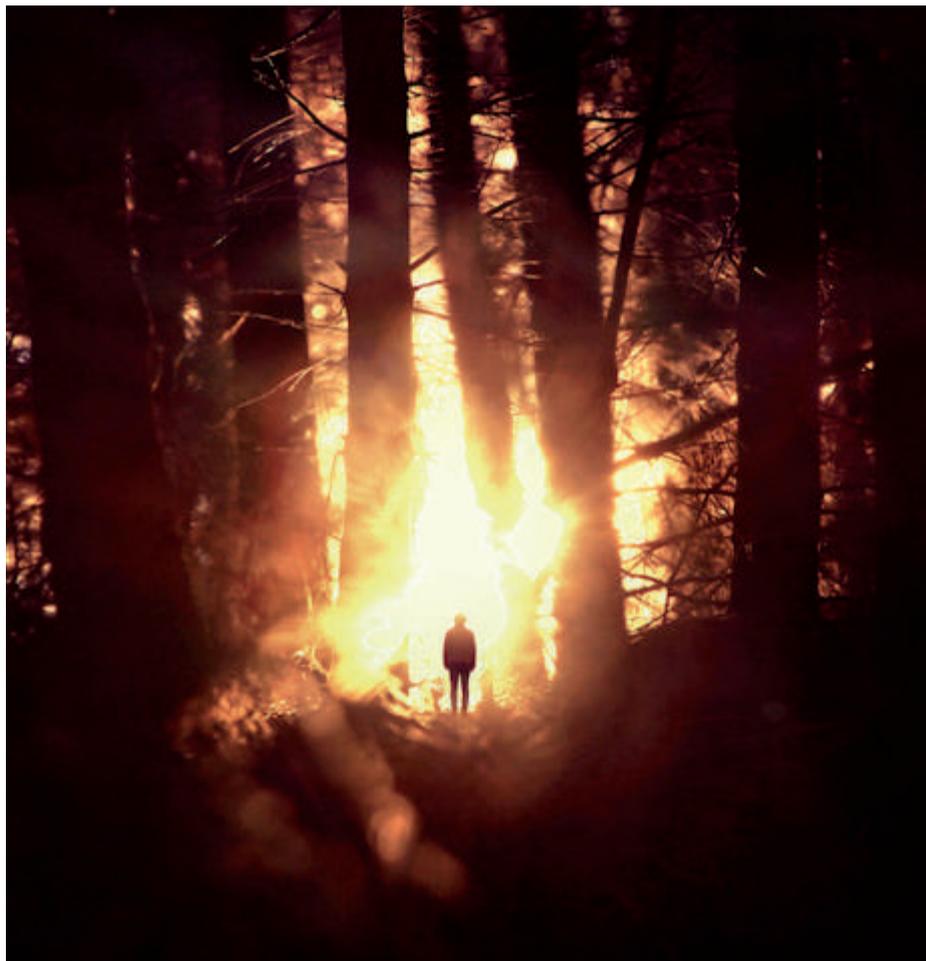


Photographies de
Felicia Simion sur le
thème de l'isolement.



Paradoxalement, la vraie prison est souvent la solitude et non l'isolement, car elle est souvent créée par notre esprit. La solitude peut pourtant avoir son utilité et son attrait, à doses modérées.

Ce qui effraie l'Homme, c'est l'isolement total. Pire encore : l'ostracisme. Nous avons peur d'être rejeté de la société, car depuis que celle-ci a été instaurée, très peu d'entre nous seraient capables de survivre seuls. C'est pourquoi un mécanisme instinctif nous pousse à nous sociabiliser, à ne pas rester seuls. L'isolement, et par abus de langage la solitude, nous rend donc généralement malheureux. Comme si le malheur était un réflexe d'alerte de l'inconscient servant à indiquer à la conscience que quelque chose ne va pas. Le problème étant que paradoxalement, le malheur s'accompagne généralement d'une paralysie virtuelle et d'une perte de volonté !



A person is silhouetted against a blue sky, standing on the edge of a dark, rocky cliff. Below the cliff, a wide valley opens up, showing a river or lake winding through the landscape. The scene is captured in a monochromatic blue and teal color palette, with a diagonal line separating the sky from the valley. The overall mood is contemplative and solitary.

**"La tristesse vient
de la solitude du coeur"**

Montesquieu



Il n'est même pas nécessaire d'expliquer en quoi la solitude et l'isolement sont une frontière sociale. Intrinsicquement, être isolé est l'inverse d'être avec d'autres



personnes. Or, le mot social renvoi directement à la notion de collectivité, de groupe. Et quand on est seul, on n'est pas en groupe !

Cette lapalissade prouve que l'isolement, puisqu'il paralyse par définition toute interaction sociale, est en quelque sorte la *frontière sociale ultime* !



*La dissimulation
du malheur*



Pourquoi dissimuler son malheur ?

L'être humain dissimule souvent sa peine, par réflexe. Il y a des raisons à cette réaction : d'abord, nous avons souvent honte de notre tristesse. Nous la dissimulons par peur de paraître trop faible ou trop sensible.

Nous la dissimulons également par pudeur. En effet, pleurer révèle

une part très intime de notre être, où réside notre sensibilité.

Nous pouvons également cacher notre peine pour protéger et ne pas inquiéter notre entourage ou encore par peur de se laisser aller, par peur de ne pas pouvoir surmonter cette peine.





Parmi les dissimulations, il en existe une ayant pour caractéristique d'être inconsciente et involontaire : le déni. Il consiste pour le sujet au refus de la réalité. Son caractère inconscient fait que le malheur se dissimule lui-même au sujet.

Le plus classique est bien-sûr le déni de grossesse. La femme occulte complètement le fait d'être enceinte au point qu'aucun signe de grossesse n'apparaît.

Un déni moins bien connu est celui de la rupture amoureuse. Pourtant, beaucoup de personnes

en sont victimes. Il consiste simplement à refuser de regarder la vérité en face et de toujours espérer qu'il ou elle revienne.





Enfin, certains troubles ne sont pas connus comme étant des dénis et pourtant, ils se caractérisent justement par le fait d'être caché. Parmi ces troubles, on retrouve l'anorexie mentale. Le malade n'a tout simplement pas conscience qu'il est malade et ne voit aucun changement quand ses

proches sont effrayés par sa maigreur. Ce déni est en parti expliqué par un phénomène physique : le jeûne provoque la libération de neuromédiateurs cérébraux qui mettent le malade dans un état d'euphorie proche de l'hallucination.



Le masque

Parfois, nous sommes tout à fait conscients de notre peine et de ce que nous vivons, mais, toujours par peur, par honte ou par pudeur, nous préférons cacher notre peine. Nous nous inventons alors un masque. Parfois, ce n'est rien de plus qu'un faux sourire, un rire artificiel.

Les personnes cachant leur malheur s'isolent parfois involontairement. Sois parce qu'elles profitent de la solitude pour ne pas avoir à parler de leurs problèmes. Sois parce qu'à cause de cette fausse image, les gens ne les connaissent pas telles qu'elles sont réellement.



Mais les blessures de l'âme, les traumatismes de l'enfance peuvent forcer un individu à prendre un masque de manière inconsciente. Il se caractérise alors par un comportement, une habitude de la personne qui est due au traumatisme. Le psychiatre

américain John Pierrakos a été le premier à identifier ces traumatismes et à définir quel masque cachait quelle blessure. Ainsi, les attitudes de chacun, parfois allant même jusqu'à l'apparence, sont des conséquences de notre vécu et de nos traumatismes. Cela caracté-

rise chacun de nous et nous amène parfois à nous rapprocher de certaines personnes en nous éloignant d'autres. C'est en analysant ces blessures que nous pouvons également considérer la solitude comme une forme de masque.



Silence et dépression

Cette œuvre de Füssli s'intitule « Le silence » .

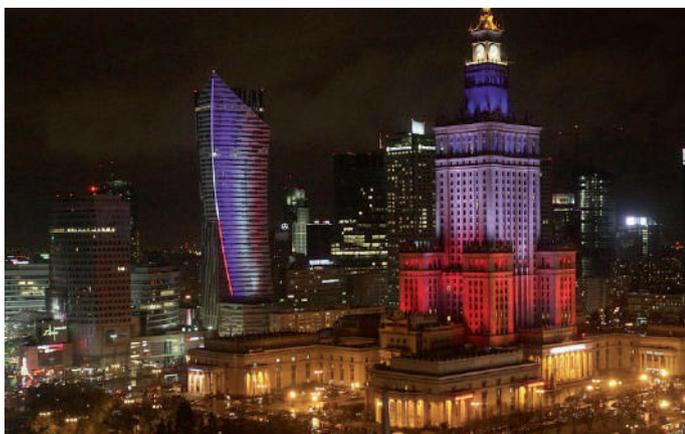
Elle représente de manière iconographique la dépression lorsque la personne ne parvient pas à mettre de mots sur ce qu'elle vit. On peut en effet voir que le silence envahit l'espace avec cette obscurité, mais aussi le personnage interne avec cet effondrement physique ; comme si le corps ne pouvait plus s'exprimer.

« Parler et exprimer ses ressentis permet de sortir de ce silence et de se distancier de ses propres émotions afin d'éviter qu'elles nous submergent. Dans le silence, la douleur est froide et précipite celui qui en souffre dans un désespoir sans fin. »

par Psy & Blogger



Johann Heinrich Füssli,
« Le silence » (1799).



Nous avons pu vous montrer tout au long de ce magazine comment les notions de malheur et de bonheur pouvaient diviser des personnes, les éloigner ou les rendre trop différentes. Mais ces états ne divisent pas toujours. Par exemple, lors de grands malheurs comme les catastrophes naturelles ou les attentats relativement récents que nous avons vécu, le

malheur a pu réunir les gens. La fraternité et la solidarité sont très souvent des conséquences du malheur. Beaucoup ont été pris de compassion, sont aller reconforter les victimes. Ces notions unissent les gens en communauté dans une démarche humaniste, leur permettant de partager les mêmes valeurs sociales.



**UNE VIE EN
DEMI-TEINTE**



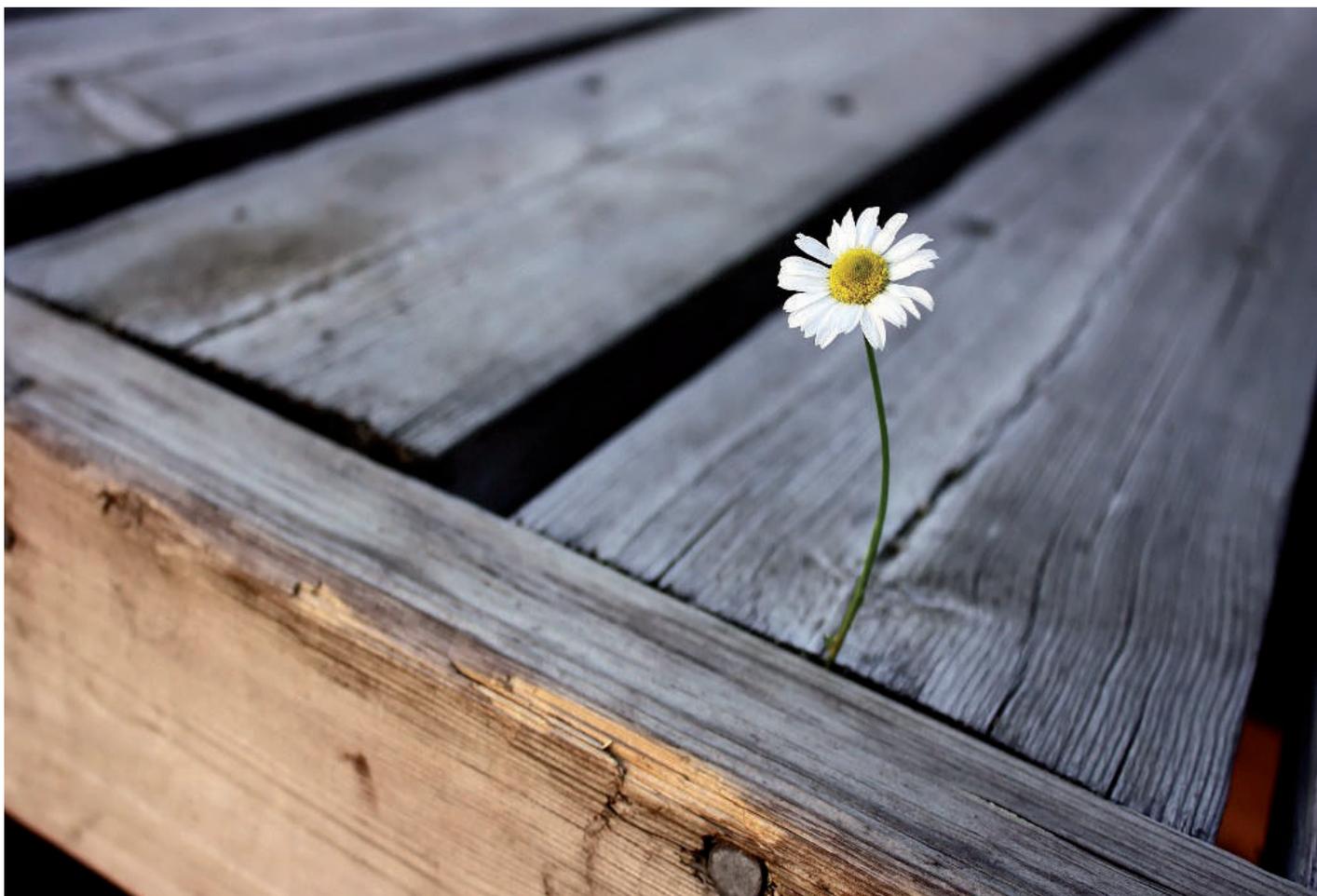
Les moments de bonheur ou de malheur sont des moments particulièrement significatifs pour les Hommes, des moments qui laissent des traces, bonnes ou mauvaises. Certains photographes ont eu la chance de pouvoir capter des scènes ou ces deux états, jusqu'ici confrontés, se mêlent dans une

même personne, un même instant. Nous avons voulu vous raconter l'histoire de quelques photographies ayant immortalisé les états d'âme de leurs sujets. Ces histoires sont vraies et témoignent en particulier de notre faculté à ressentir le bonheur dans un moment de malheur.

Représentations et symboles



Il est assez simple de symboliser l'ambivalence de certaines situations. Il suffit généralement d'associer dans une même image un symbole du malheur et un symbole du bonheur. L'un doit être dominant pour situer le contexte, et l'autre restreint mais puissant, pour statuer le décalage et renforcer la dissonance.





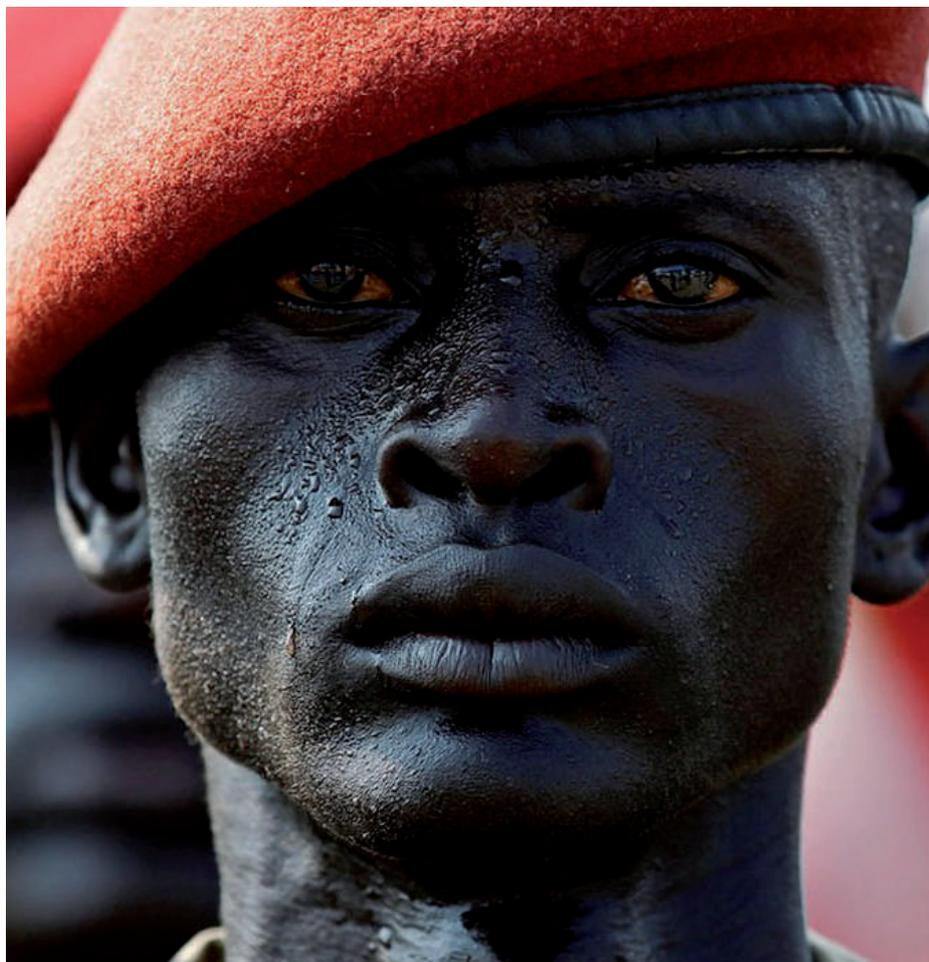
*Quelques
histoires...*

Dans des moments de pur malheur et de désespoir tels que les guerres, qui pourrait se vanter d'être heureux ?

Pourtant, les petites lignes de l'Histoire nous prouvent qu'il est toujours possible de trouver un court moment de joie et de réconfort au milieu de l'atrocité quotidienne. Parfois il sera si fort qu'il vous délivrera de tout votre fardeau, transformant le malheur en euphorie et la peur en allégresse. Parfois, il sera futile et éphémère. Mais dans tous les cas, il sera là pour redonner à une âme brisée la force de faire un pas de plus...

Cet instant de bonheur volé au milieu du malheur est sans doute le plus unificateur d'entre tous. C'est lorsqu'ils sont associés que le bonheur et le malheur deviennent unificateurs, faisant tomber des frontières sociales qu'ils avaient parfois eux-même érigées !

Explorons quelques histoires touchantes de personnes prises en flagrant délit de réconfort et de délivrance, fugace ou durable...



Un soldat de l'Armée de la Libération du Peuple Soudanais est au garde-à-vous à la veille de la déclaration de l'indépendance du Soudan du Sud.

Ici, le moment d'allégresse douce-amère de ce soldat va avoir tendance à le rapprocher de toutes les autres personnes qui ressentent la même chose que lui.

Sans surprise, la guerre est au centre du grand récit de Leo Tolstoï, **Guerre et Paix**. Parmi les nombreuses lignes de lecture qu'il offre, l'une des morales de cette histoire intemporelle est que la Guerre à un côté cruellement unificateur...

On nous présente au long du récit toute une gamme de personnages extrêmement différents, qui entrent dans de terribles conflits relatifs à l'argent, au pouvoir ou à l'amour. Mais lorsque la Guerre éclate, lorsque chacun des personnages goûte, à sa manière, à l'horreur innomable de la Guerre dans toute sa violence et sa désolation, ils s'aperçoivent qu'il y a tellement pire que ces conflits futiles et inutiles dans lesquels ils étaient enga-

gés. Des personnes qui se considéraient avant comme des ennemis et des rivaux, qui avaient parfois essayer de s'entretuer, de se ruiner, de se déchirer, ressentent finalement le plus grand soulagement du monde lorsqu'ils se retrouvent, vivants, au milieu d'un champ de bataille où sang et poudre ne font plus qu'un.

Pour aller plus loin, on pourrait dire que le bonheur et le malheur ne sont pas des états constants, et encore moins binaires. Cet état n'est rien de plus qu'un sismographe, qui oscille parfois vers le bas, et parfois vers le haut. Lorsque l'on a été très heureux pendant une période, et que le sismographe dessine un pic, on ne pourra plus

se considérer comme pleinement heureux tant que l'on n'aura pas dépassé ce pic. De même, lorsqu'on vit une expérience aussi traumatisante et épouvantable que la Guerre, le pic du sismographe est si bas, que tout ce qu'on considérait auparavant comme triste, injuste ou odieux semble tout d'un coup joyeux...

En d'autres termes, comment peut-on prétendre être heureux sans avoir connu le malheur au préalable ? L'un n'existe pas sans l'autre, et c'est ensemble qu'ils font tomber les frontières sociales, rapprochent les gens, puisent dans la source intarissable de la générosité et de la compassion humaine.



Retrouvailles



Un prisonnier allemand de la Seconde Guerre Mondiale est réuni avec sa fille après avoir été libéré par l'Union Soviétique.

Les journalistes Euna Lee et Laura Ling, arrêtées en Corée du Nord et condamnées à 12 ans de travaux forcés, sont réunies avec leurs familles en Californie après une intervention diplomatique couronnée de succès par les USA.



Lt. Col. Robert Stirm, un pilote de l'armée de l'air, s'est crashé à Hanoi en 1967. Il a passé les six années suivantes à être torturé dans différentes prisons Nord-Vietnamiennes, dont la tristement célèbre Hanoi Hilton. Il a été relâché en Mars 1973 grâce à l'opération «Homecoming» dans le cadre de l'échange POW. Sa femme et ses quatre enfants l'attendaient sur le tarmac de la base aérienne Travis en Californie.

Le photographe Sal Veder a alors vu une adolescente courir vers la foule avec ses bras grands

ouverts, comme si elle allait s'envoler. C'était en réalité Lorrie Stirm, la fille de 15 ans de Robert, qui était suivi de près par le reste de sa famille. Veder appela cette photographie «Burst of Joy» et gagna plusieurs prix grâce à elle.

Hélas, le retour à la maison de Stirm était doux-amer, car trois jours avant d'arriver en Californie, il reçut une lettre de sa femme lui annonçant qu'elle était tombée amoureuse d'un autre homme pendant son emprisonnement, et qu'elle souhaitait divorcer.

Robert Stirm, retraité de l'armée de l'air, travailla comme pilote de ligne jusqu'à sa retraite à 72 ans. Ses quatre enfants ont grandi et ont fondé leurs propres familles, et chacune à une copie de «Burst of Joy» accrochée à un mur de leur maison. Seul Robert n'arrive pas à se résoudre à afficher la sienne...

Cette histoire montre bien à quel point les sentiments de malheur et de bonheur peuvent se mélanger et s'entrecroiser étroitement certaines fois...



Bien sûr, la guerre n'a pas le monopole de l'atrocité. Ainsi, lorsqu'une calamité naturelle telle qu'un cyclone, une éruption volcanique, ou encore une vague de maladie apparaît, les humains réagissent généralement de la même façon qu'avec la guerre : en se serrant les coudes. Et lorsque le dénouement advient, les larmes de joie pleuvent et s'entremêlent dans le fracas silencieux des accolades fraternelles...

Greg Cook fait un câlin à sa chienne Coco après qu'elle ait été retrouvée à l'intérieur de sa maison détruite par la tornade de mars 2012 en Alabama, USA.



Un soldat sourit en tenant une petite fille de quatre mois retrouvée avec toute sa famille après un Tsunami à Ishinomaki, au Japon en mars 2011.

La vie est belle

Lorsque l'on est entouré d'un mal-être profond et omniprésent, on a tendance à bien plus apprécier les petites choses, à transformer le superflu et le futile en joie. C'est le message que veut faire passer Roberto Benigni dans son film culte *La Vie est Belle*.

De plus ce film fait passer un message capital sur l'importance du rire et de ne jamais sombrer dans le désespoir, de toujours chercher le petit instant de joie, aussi fugace et futile soit-il, au milieu de tout ce malheur, afin de ne pas s'effondrer.

Comme le dit si bien Benigni lui-même : «rire nous sauve, réussir à imaginer le côté irréel et amusant des choses nous aide à ne pas être réduits en miettes, à ne pas être écrasés comme des brindilles, à résister pour réussir à passer la nuit, même quand elle s'annonce très, très longue.»

***"Rien n'est plus précieux
que le superflu."***

Roberto Benigni





En 2011, des émeutes éclatent à Vancouver suite à la défaite des Canucks de Vancouver face aux Bruins de Boston en finale de la Stanley Cup de hockey. Les CRS chargent, et au coeur du chaos, Alex Thomas, une jeune femme, est projetée à Terre. Son petit ami Scott Jones lui aussi tombé non loin, la rejoint et lui offre un baiser pour l'apaiser. Le photographe Ri-

chard Lam, lui-même ballotté entre manifestants et policiers, immortalise ce geste.

«J'étais à une vingtaine de mètres. Il y avait ces deux personnes au sol dans cette rue désertée. J'ai d'abord pensé qu'un des deux était blessé. C'était le chaos total.» raconte-t-il.

L'adage «faites l'amour, pas la guerre», ne semble avoir jamais été aussi approprié qu'à cet instant intemporel où deux scènes que tout semblaient séparer se sont superposées.



Des protestants déguisés en clowns pendant une rencontre du G20. (Canada, 2010)

Un enfant roumain tend un ballon en forme de cœur aux policiers anti-émeutes lors des manifestations contre les mesures d'austérité en 2012, à Bucarest.



A photograph of an elderly man, Robert Peraza, kneeling on a paved surface. He is wearing a dark suit and glasses, and has his hands clasped in prayer, resting his head on a dark, reflective surface. The background is bright and out of focus, suggesting an outdoor setting. A diagonal teal overlay covers the left side of the image.

Robert Peraza rend hommage au nom de son fils inscrit sur le mémorial du 11 septembre, au dixième anniversaire de l'effondrement des tours jumelles.

Index

Page 1 :

Couple sous la pluie
Source : <https://lamodealafrancaise.files.wordpress.com>

Page 2 :

Petite fille et sa peluche
Source : <http://wallpapersglad.com/>

Page 4 :

Couleurs en poudre
Source : Divinatix.com

Page 6 :

Sakura du Japon
Source : dominiquedecoratrice.wordpress.com

Page 7 :

Lever de soleil
Source : hittravel.ru

Fleur jaune
Source : 123hdwallpapers.com

Page 8 :

Cœur rouge
Source : pt.forwallpaper.com

Mandela rouge
Source : alamy.com

Page 9 :

Maléfique feu vert
Source : newsperuse.com

Trèfle vert
Source : beekoz.fr

Page 10 :

Jeune moine bouddhiste
Source : flickr.com

Deuil linceul jaune
Source : ynetnews.com

Smiley jaune
Source : wall.alphacoders.com

Page 11 :

Symbole de paix bleu
Source : flickr.com

Deuil bleu
Source : worldbulletin.net

Dragon bleu
Source : worldofmythology.tumblr.com

Page 12 :

Indien à barbe blanche
Source : dailygeekshow.com

Deuil blanc
Source : lejdd.fr

Robe de mariée
Source : www.sophiatolli.co.uk

Page 13 :

Robe et chapeau noir
Source : embed.creativemarket.com

Chat noir
Source : bloglovin.com

Mort
Source : blackgothics.skyrock.com

Voiture noire
Source : stageauto.tumblr.com

Pull capuche noire
Source : mediatrackers.org

Montre noire
Source : materialiste.com

Zorro
Source : seriesdimaixx.blogspot.com

Page 14 :

Laughter in her eyes
Source : clashdaily.com

Page 15 :

Portrait de Walt Disney
Source : www.justdisney.com

Sourires d'enfants asiatiques
Source : www.duitang.com

Page 16 :

Mains d'un enfant tenant la main d'un adulte
Source : archzine.fr

Page 17 :

Photo en noir et blanc – Sourire d'une petite fille noir
Source : <http://buzzly.fr> (Les plus beaux sourires d'enfants autour du monde, la vie est belle)

Page 18 :

Enfant dans un seau
Source : lusiler17.centerblog.net – Enfants du monde

Rire d'une petite fille blonde
Source : Blog enregistré sur Pinterest

Page 19 :

Illustration oiseau chantant ;
Source : Version-Prod

Illustration florale ;
Source : Fotolia

Page 20 :

Petite fille dans un champ d'herbe
Source : shutterstock_4953286

Petite fille dansant dans la rue
<http://buzzly.fr> (Les plus beaux sourires d'enfants autour du monde, la vie est belle).

Petite fille à couette
Source : <http://buzzly.fr> (Les plus beaux sourires d'enfants autour du monde, la vie est belle).

Page 21 :

Enfants jouant dans une brouette
Source : enregistré depuis Pinterest.

Enfants de Mongolie
Source : enregistré depuis Pinterest

Enfant riant avec un chien
Source : <https://www.2toutzrien.fr> (22 photos historiques d'enfants qui montrent qu'ils n'ont pas tant changé)

Page 22 :

Photo d'un bébé et son papa
Source : <http://toutpetitpixel.com> (Naissance de Jade)

Page 23 :

Témoignage provenant de <http://one-cloud.skyrock.com>

Photo de parents avec leur enfant
Source : <http://www.mesechantillonsgratuits.fr/>

Page 24 :

Photo d'un couple de marié
Source : <http://larchenarrative.fr>

Page 25 :

Photo d'un couple marié dans la campagne
Source : <http://www.zankyou.fr> (Chloé & Pierre-Antoine)

Page 26 :

Couple avec femme enceinte
Source : <http://www.wombconcept.com/>

Couple avec leur enfant
Source : <http://www.manuella-aubin.fr> -Manuella Aubin – Séance Maternité-naissance Victoire, Bruna & Bruno.

Page 27 :

Mère et son enfant
Source : <http://www.omum.fr>

Père et son enfant
Source : <http://www.meilleurfaire-part.fr>

Page 28 :

Couple de mariés à gauche
Source : <http://blog.happy-chantilly.com> (Mariage rustique)

Couple de mariés à droite
Source : <https://www.mariages.net>

Page 29 :

Baiser de couple
Source : <http://explore-sens.fr>

Page 30 :

Tableau : Le Prêteur et sa femme de Quentin Metsys (1514)

Page 31 :

Photo de femmes âgées riantes ensemble
Source : sony world photographie Award 2013

Page 32 :

Photo d'un robot dans un paysage pluvieux
Source : <http://fr.tubgit.com>

Page 34 :

Parure de corbeau
Source : desaforos.wordpress.com

Page 35 :

Cœur brisé
Source : askideas.com

Page 36 :

Fleur jaune fanée
Source : convertistoislam.fr

Rose glacée
Source : <http://123hdwallpapers.com>

Dessin de fleur violette fanée
Source : alittlemarket.com

Bouquet de fleurs fanées
Source : jflafon.photodeck.com

Page 37 :

Illustration de « Le dormeur du val »
Source : lacrymosa.tuxfamily.org

Page 38 :

Soldat français
Source : pages14-18.mesdiscussions.net

Poilus
Source : pages14-18.mesdiscussions.net

Corde à nœud coulant
Source : hitonwhatsup.blogspot.com

Pieds de pendus
Source : Martin Stranka

Illustration de la peste
Source : iltesorodisiena.net

Suicide sur des rails
Source : jaimejustelaphoto.tumblr.com

Page 39 :

Tableau tristesse
Source : eduscol.education.fr

Malheur et déprime
Source : Lee Jeffries

Femme dans l'ombre
Source : flickr.com

Page 40 / 41 :

Marais lugubre
Source : tumblr.com

Nuages sombres
Source : 67.media.tumblr.com

Pluie dans une flaque
Source : quotesgram.com

Page 42 :

Femme dos au mur
Source : digitalrev.com

Page 43 :

Soldat pleurant
Source : trueactivist.com

Femme pleurant
Source : Joey L.

Femme pleurant 2
Source : pinterest.com

Homme larme
Source : secretdreamlife.tumblr.com

Page 44 :

Dessin de femme pleurant
Source : queeky.com

Page 45 :

Femme pleurant sur la tombe de son mari
Source : statesman.com

Page 46 :

Bouddhiste seul
Source : guiddoo.com

Arbre seul
Source : arcturius.org

Page 47 :

Homme seul
Source : Kyle Thompson

Page 48 / 49 :

Felicia Simion

Page 50 :

Homme seul sur une falaise
Source : postris.com

Page 51 :

Homme seul vague
Source : precieuse-damenature.tumblr.com

Homme seul falaise coucher de soleil
Source : pinterest.com

Homme seul dans le désert
Source : demotivateur.fr

Page 52 :

anxiety black-white photography Hungary 8
Source : Noell Oszvald - www.123inspiration.com

Page 53 :

Masque et faux sourire
Source : www.tunisienumerique.com -
(Quand la Tunisie revêt le masque hideux de la tristesse)

l'm Fine
Source : Enregistré depuis le web

Page 54 :

Expression de l'anxiété
Source : www.2tout2rien.fr - Expression de l'anxiété en photos surréalistes noir et blanc par Noell Oszvald

Déni de rupture
Source : www.jercuperemonex.com

Page 55 :

Anorexie mentale
Source : www.glamourparis.com/

Page 56 :

Dessin de masque
Source : weheartit.com

Page 57 :

Portrait surréaliste
Source : www.designer-daily.com - Noelle Oszvald takes surreal self-portraits in black and white

Draps de masque et femme recroquevillée
Source : www.anjamatko.com/

Page 58 :

Tableau de Johann Heinrich Füssli, « Le silence » 1799
Source : schabrieres.wordpress.com

Page 59 :

Monuments en bleu blanc rouge
Source : www.lemonde.fr - Des monuments du monde entier s'allument en bleu, blanc, rouge

Page 60 :

Fleur en feu
Source : www.cbesudluberon.com

Page 61 :

Bougie sur la route
Source : alwaysonliness.blogspot.com

Page 63 :

Bottes rouges et parapluie noir
Source : tulipnight.tumblr.com

Bateaux en papier dans une flaque
Source : thisivyhouse.tumblr.com

Pâquerette dans une planche de bois
Source : fotoblogx.info

Page 64 :

Soldate serrant sa fille
Source : buzzfeed.com

Page 65 :

Soudanais pleurant
Source : buzzfeed.com

Page 66 :

Napoléon se retire de Moscou
Source : Wikipédia

Page 67 :

Enfant et parent réunis
Source : buzzfeed.com

Journalistes relachées
Source : buzzfeed.com

Page 68 :

Burst of Joy
Source : cs540109.vk.me

Page 69 :

Petite fille secourue après un Tsunami

Source : [cs540109.vk.me](https://www.vk.com/profile/cs540109)

Homme retrouve son chien après un Tsunami

Source : [buzzfeed.com](https://www.buzzfeed.com)

Page 70 :

Images tirées du film «La vie est belle» de

Roberto Benigni

Page 71 :

Couple s'embrasse pendant les émeutes

Source : [geeko.lesoir.be](https://www.lesoir.be)

Page 72 :

Manifestants déguisés en clown

Source : [teepr.com](https://www.teepr.com)

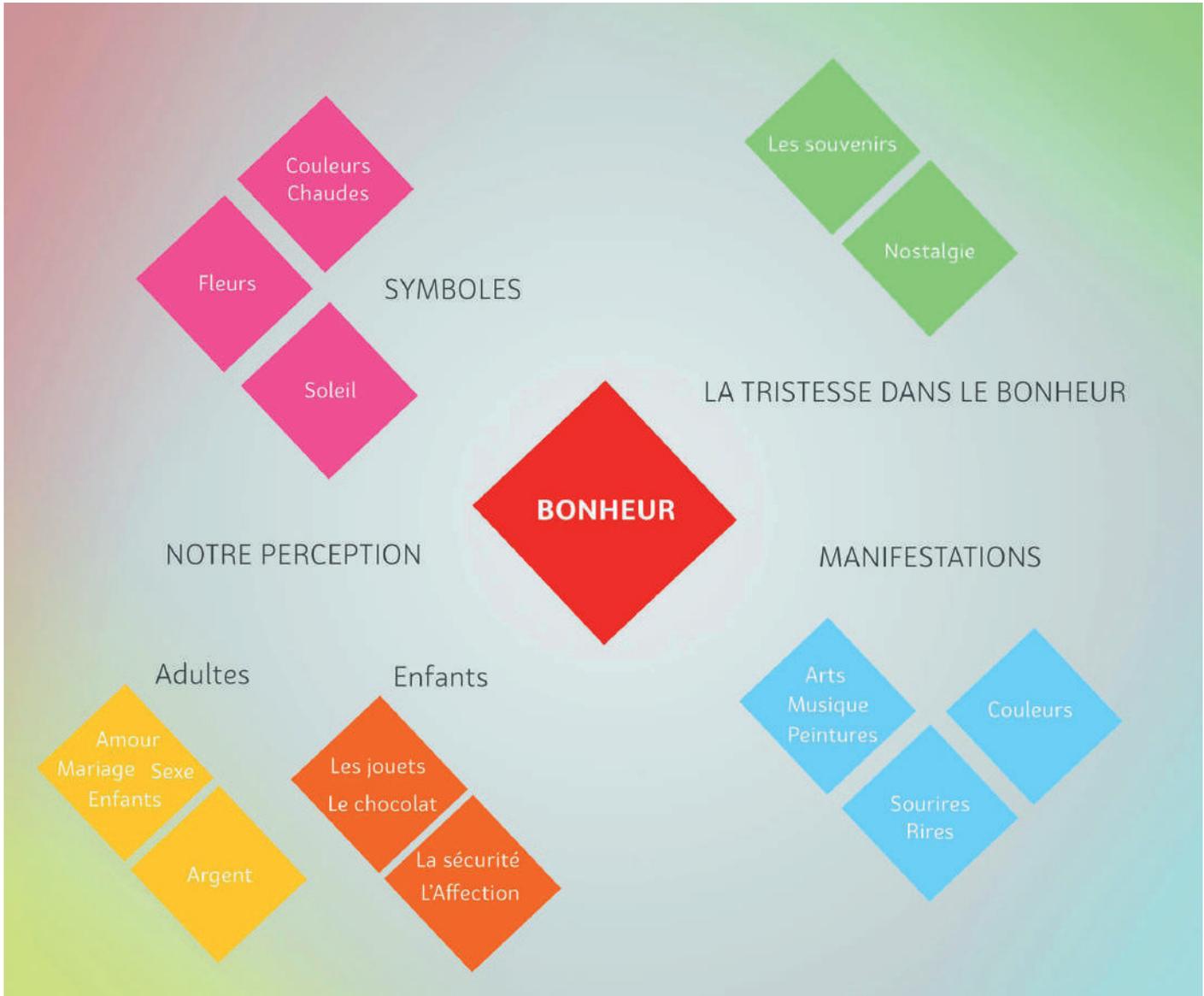
Enfant donne un ballon a un CRS

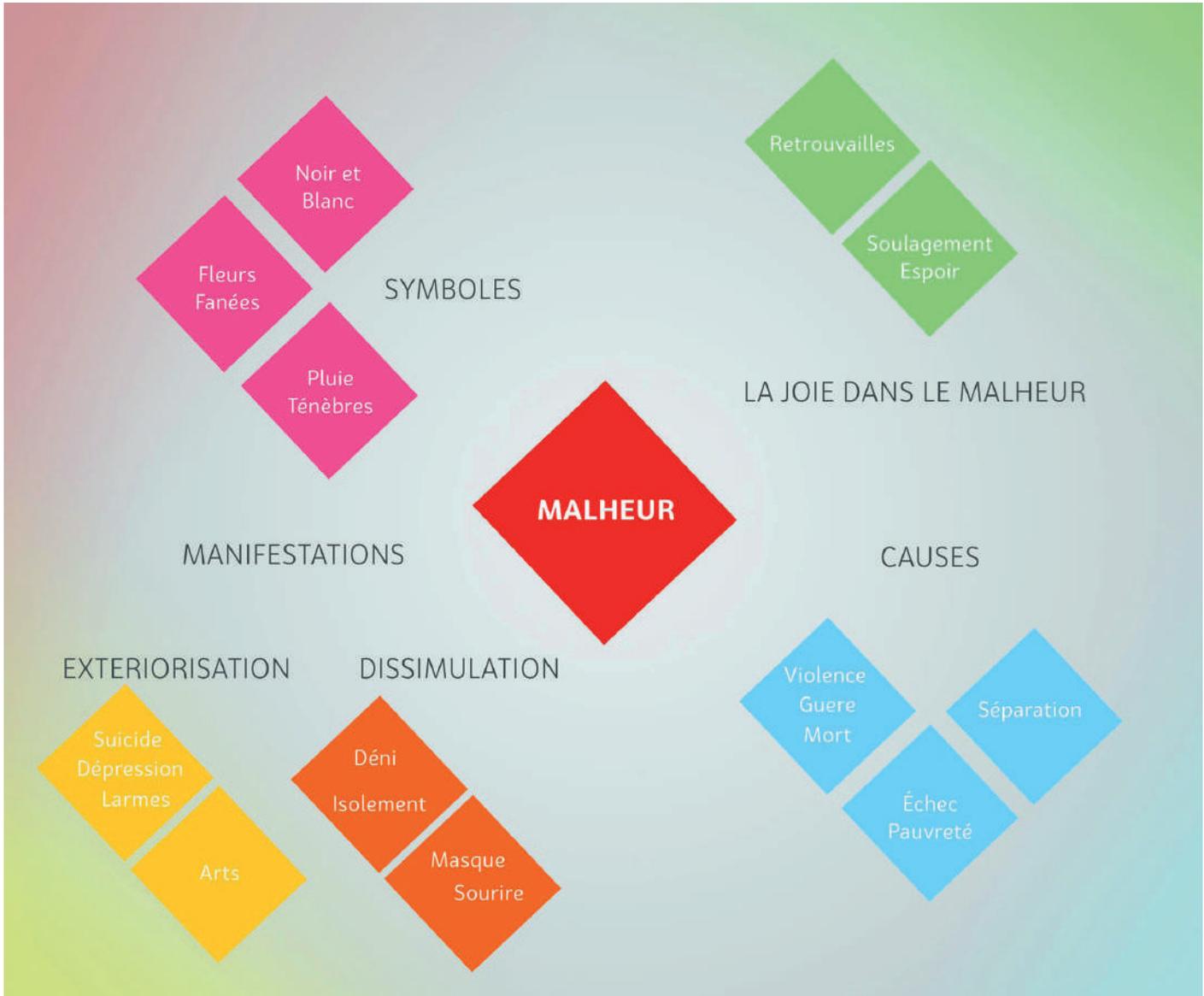
Source : zuirangertonggandongdeshunjian.sokutu.com

Page 73 :

Hommage au 9-11 Memorial

Source : [buzzfeed.com](https://www.buzzfeed.com)







Frontières sociales
Le bonheur et le malheur
divisent-t-ils les gens ?

Rédaction :
Pauline Legros
Thibault Guichard
novembre 2016