

Entre bonheur, altruisme et durabilité



Des livres et des revues explorent le gaspillage, le consumérisme, les façons d'avoir moins et de vivre mieux. Dans le viseur: le bonheur et le partage. Par Joëlle Longchamp Reuge et Amanda Morina, Haute école de travail social et de la santé Lausanne.

Des livres et des revues explorent le gaspillage, le consumérisme, les façons d'avoir moins et de vivre mieux. Dans le viseur: le bonheur et le partage. Par Joëlle Longchamp Reuge et Amanda Morina, Haute école de travail social et de la santé Lausanne (HETSL).

L'exposition [«Global Happiness, de quoi avons-nous besoin pour être heureux ?»](#) d'Helvetas tourne actuellement au Liechtenstein et sera en Suisse romande dès mai 2021. Un extrait de cette exposition - sous forme de six posters et d'un film - est destiné aux Hautes écoles. L'association écologique de la HETSL, Reespire l'a fait venir et l'extrait est exposé jusqu'au 15 octobre 2020 à la bibliothèque de la HETSL.



- Sous la direction de Valérie Guillard
- Du gaspillage à la sobriété : avoir moins et vivre mieux ?
- Louvain-La-Neuve : De Boeck supérieur, 2019

Comment passer du gaspillage des objets à la sobriété matérielle ? Alors que les médias ne cessent de parler du gaspillage alimentaire, de l'eau ou de l'énergie, celui des objets matériels est largement moins médiatisé. Ce livre questionne les relations des individus aux objets matériels via leur perte d'utilité, autrement dit via leur gaspillage. Il révèle les enjeux sociaux, politiques, individuels ou encore économiques du gaspillage. [Éditeur]



- **Rébecca Shankland ; Christophe André**
- Ces liens qui nous font vivre : éloge de l'interdépendance
- Paris : Odile Jacob, 2020

Nous avons plus que jamais besoin les uns des autres. Avancer ensemble nous rend plus heureux et plus à même de faire face aux difficultés de la vie. Recevoir et accorder du soutien sont autant d'occasions de resserrer les liens et cet échange est bénéfique tant à celui qui donne qu'à celui qui reçoit. L'interdépendance positive contribue à donner du sens à notre existence et favorise la relation avec les autres. La conscience d'être interdépendants facilite l'engagement et rend la vie sur cette planète plus belle. Un livre qui nous aide à nous rapprocher les uns des autres, à resserrer nos liens. [4e de couverture]



- **Sous la direction de François Durpaire**
- Histoire mondiale du bonheur
- Paris : Le Cherche midi, 2020

Cro-Magnon était-il plus ou moins heureux que nous le sommes dans notre monde connecté ? Comment les Indiens d'Amérique ou les esclaves aux Caraïbes, confrontés aux pires tragédies, ont-ils maintenu des formes de joie ? Quels moyens d'accéder au bonheur les différentes spiritualités nous offrent-elles ? Plus de 60 historiens, philosophes, sociologues, anthropologues, psychologues ont travaillé sur la notion de «bonheur» et livrent le récit magistral de la manière d'être heureux en tout lieu et en tout temps. [4e de couverture]



- **Michel Maxime Egger**
- Se libérer du consumérisme : un enjeu majeur pour l'humanité et la Terre
- Genève : Éditions Jouvence, 2020

Le consumérisme est si omniprésent qu'il est devenu normal, quasi invisible. Aujourd'hui, l'enjeu ne consiste pas uniquement à apporter des correctifs au système, à réguler, réparer et réduire les impacts, mais à effectuer un véritable changement de paradigme. À travers l'exploration de trois questions essentielles où se joue notre passion de la consommation, notre obsession de la croissance et notre participation au système capitaliste : qui suis-je ? quel est mon désir ? de quoi ai-je peur ? Ce sont ces dimensions intérieures – à la fois individuelles et collectives – de la transition écologique et sociale que l'auteur déploie au carrefour de la sociologie, de la psychologie, de l'écopsychologie et des traditions de sagesse. [4e de couverture]



- **Eric Lambin**
- Une écologie du bonheur
- Paris : Éditions le Pommier, 2020 (2e éd. revue et augmentée)

Avons-nous besoin de la nature pour être heureux ? Aux yeux d'Éric Lambin, cela ne fait aucun doute : l'altération du monde appauvrit l'expérience humaine ; elle altère nos affects, notre santé, notre sécurité. En d'autres mots, la défense de l'environnement, en plus d'en appeler à notre responsabilité, est condition de notre bonheur. L'homme moderne est sévèrement séparé de la nature, et les lieux les plus nantis de la planète – qui sont à la source de sa dégradation – sont aussi les plus éloignés des nuisances occasionnées. Double constat aux conséquences sévères, dont l'émergence de nouvelles maladies comme de nouvelles sources d'insécurité seraient les premiers symptômes. Essai remarquablement documenté, cet ouvrage témoigne de l'importance pour l'homme des satisfactions émotionnelles et spirituelles qu'il éprouve au contact du monde naturel. [4e de couverture]



- **Gaël Brulé**
- Petites mythologies du bonheur français : essai
- **Malakoff : Dunod, 2020**

Il y a plusieurs moyens d'approcher le bonheur. Un prisme est souvent négligé et influence pourtant la façon dont les individus se perçoivent, jugent ce qui leur arrive et bâtissent les sociétés : la culture. Gaël Brulé, sociologue spécialiste du bonheur, propose une représentation du bonheur français à travers six dimensions qui caractérisent la culture française. C'est à partir d'objets du quotidien révélateurs de chacune de ces dimensions qu'il décrypte et analyse les particularités de notre bonheur national. [4e de couverture]



- **Philippe Bihouix**
- Le bonheur était pour demain : les rêveries d'un ingénieur solitaire
- **Paris : Seuil, 2019**

Pendant des siècles, les chantres du progrès par la technique et la science appliquée ont promis à l'humanité le bonheur pour demain, ou au plus tard après-demain. L'emballage numérique, la perspective de technologies «révolutionnaires» ou «disruptives», les limites sans cesse repoussées, les annonces tonitruantes de milliardaires high-tech ont redonné un nouveau souffle aux promesses d'un monde technologique meilleur, d'abondance et de bonheur pour tous, de l'immortalité à la conquête spatiale, en passant par les énergies «propres» et la capacité à «réparer» une planète bien fatiguée. Non content de tailler en pièces ce «technosolutionnisme» béat, du passé comme du présent, ignorant les contraintes du monde physique et de ses ressources limitées, l'auteur questionne aussi les espoirs de changement par de nouveaux modèles économiques plus «circulaires» ou le pouvoir des petits gestes et des «consomm'acteurs», face aux forces en présence et à l'inertie du système. Et si, finalement, le bonheur était bien pour demain ? [4e de couverture]



- **Fabrice Neyrolles**
- En quête d'un bonheur durable et partagé : et si quelques principes clés nous rendaient la vie plus heureuse ?
- **Lyon : Chronique sociale, 2020**

La quête du bonheur est une aspiration quasiment universelle. Il est pourtant invraisemblable de pouvoir en donner une recette miracle, tant la notion est complexe. L'auteur propose donc une méthode originale et pragmatique pour progresser vers cet éden, peut-être utopique mais à rechercher. Sont explorés des sujets aussi variés que la biodiversité, la démographie, l'éducation, l'économie, la santé, la religion et l'amour : sujets variés mais tous fortement liés les uns aux autres car tous essentiels à un bien-être global. Les principaux défis du XXIe siècle, tels que la lutte contre le réchauffement climatique ou la coordination internationale face au terrorisme, sont ainsi abordés au service d'une seule ambition : un bonheur durable et partagé. [4e de couverture]



- **Sous la direction de Michèle Gally**
- Le bonheur : dictionnaire historique et critique
- **Paris : CNRS Éditions, 2019**

«C'est que du bonheur», s'exclame-t-on désormais communément à tout propos ! Mais qu'est-ce que le bonheur ? Un désir, une aspiration ? Une disposition d'esprit, une aptitude que chacun posséderait à des degrés différents,

l'humanité se divisant entre optimistes et pessimistes ? Notre époque, pourtant lourde d'angoisses en l'avenir, semble en effet obsédée par le bonheur (...). L'enjeu de ce dictionnaire réside surtout dans la volonté de questionner les nouveaux clichés sur le bonheur. [4e de couverture]



- Dossier coordonné par Martine Fournier
- Altruisme et solidarité : s'entraider est-il naturel ?
- Sciences humaines, n° 326, juin 2020

Durant l'hiver 2020, l'éruption d'un minuscule virus a bouleversé la planète. Face à une pandémie qui a fauché des milliers de vies dans le monde, on a pu assister à de nombreuses manifestations d'entraide et de solidarité. Les racines de l'altruisme ont fait l'objet de multiples théories. Faut-il y voir un penchant naturel ? La manifestation d'une empathie enracinée dans la psychologie humaine ? Ou une forme détournée d'égoïsme dans laquelle chacun trouverait des gratifications et des bénéfices personnels ? De la psychologie aux neurosciences, de l'anthropologie jusqu'à l'éthologie, les recherches nous montrent un monde animal où ne règne pas que la loi de la jungle, de tout jeunes enfants doués d'empathie bienveillante, ou encore des adultes prêts à donner un organe pour sauver un inconnu. [Éditeur]



- Dossier réalisé par Vincent Monnet, Anton Vos et Jacques Érard
- C'est quand le bonheur ?
- Campus : le magazine scientifique de l'Université de Genève, n° 142, septembre 2020

En limitant notre liberté de mouvement, en bouleversant nos relations sociales, notre rapport au travail, aux loisirs et à la consommation, le COVID-19 questionne la notion de bien-être. Mais au fond, c'est quoi le bonheur ? Les scientifiques se sont emparés de la question. [Éditeur]

[Bibliothèque](#) de la Haute école de travail social et de la santé Lausanne