

# Sommaire

- Le Bonheur
- Le bonheur et le plaisir
- La joie
- Heureux
- Comment mesurer le bonheur?

# Le Bonheur

- Le bonheur est un état durable de plénitude, de satisfaction ou de sérénité, état agréable et équilibré de l'esprit et du corps, d'où la souffrance, le stress, l'inquiétude et le trouble sont absents. Le bonheur n'est pas seulement un état passager de plaisir, de joie, il représente un état plus durable, un équilibre. Il existe plusieurs bonheurs, Etat de la conscience pleinement satisfaite, une chance,...
- Du point de vue de l'étymologie, le bonheur est l'aboutissement d'une construction, qui ne saurait être confondue avec une joie passagère.

# Le bonheur et le plaisir

- **Le bonheur et le plaisir** : sont deux notions qui portent à confusion. Le plaisir est une forme de satisfaction mais c'est une satisfaction comprise comme plus limitée et plus ponctuelle. Ce caractère fugace et éphémère du plaisir a souvent été mis en exergue par certains philosophes moralistes, comme si la quête du plaisir était obligatoirement une quête dont la satisfaction se trouvait limitée par la nature même de son objet. Le bonheur, quant à lui, est un état caractérisé par sa durabilité et sa stabilité, et désigne un bien-être complet du corps et de l'esprit, tandis que le plaisir concerne plus souvent le corps.

# La Joie

- **La joie** : La joie est une émotion ou un sentiment de satisfaction spirituelle, plus ou moins durable, qui emplit la totalité de la conscience. Elle se rapproche de ce qui forme le bonheur. Elle se distingue des satisfactions liées au corps (les plaisirs), qui n'affectent qu'une partie de la conscience.

# Heureux

- **Heureux:** Un état affectif et psychologique pour une personne se trouvant dans le bonheur.
- **Comment mesurer le bonheur?**
  - Est-ce que c'est quantifiable ou qualifiable?
  - La difficulté de mesurer le bonheur, c'est que le seul moyen de savoir que les gens sont heureux, c'est quand ils le disent. Le bonheur est une notion très impalpable, très difficile à cerner.