

*[Question du sujet]* Dépend-il de nous d'être heureux ? *[Première réponse]* A première vue, il semble que le bonheur ne dépende pas de nous, que nous ne sommes pas responsables de notre bonheur ou de notre malheur. En effet, on peut définir le bonheur comme un état de satisfaction complète et durable, un état de bien-être à la fois physique et mental. Or, bien souvent ce bien-être est lié à des circonstances que nous ne contrôlons pas : notre santé, notre condition sociale, le comportement des autres à notre égard... Qui pourrait dire qu'un homme pauvre et affamé est malheureux par sa propre faute, qu'il est forcément responsable de son état ? *[Deuxième réponse]* Cependant, ne peut-on pas penser que le bonheur dépend réellement de nous, c'est-à-dire qu'il ne tiendrait qu'à nous d'être heureux ? En effet, le bonheur n'est pas le simple résultat de la santé ou du confort matériel : c'est avant tout une capacité à se réjouir de ce que l'on a, à être satisfait de notre vie. Or, si nous ne contrôlons pas les circonstances de notre vie, nous pouvons changer notre regard sur ces circonstances et apprendre à être heureux. *[Alternative]* Le bonheur est-il donc le fruit d'un hasard que nous ne maîtrisons pas, ou plutôt le résultat de capacités que nous pouvons acquérir ?

*[Enjeux]* Nous accordons une très grande importance aux efforts individuels dans la recherche du bonheur, et nous pouvons avoir tendance à culpabiliser quand ces efforts ne portent pas leurs fruits : il est donc essentiel de se demander si nous avons raison de ne compter que sur nos propres forces, ou s'il faut abandonner l'idée que nous sommes entièrement responsables de notre propre bonheur.

*[Plan]* Le bonheur dépend-il de circonstances extérieures que nous ne pouvons pas maîtriser ? Ne peut-on l'atteindre par nos propres forces en changeant notre mode de vie et notre regard sur le monde ? Le bonheur dépend-il de moi comme individu, ou plutôt de nous comme communauté ?