

Le stoïcisme



Et si une **véritable communion avec la nature** et la **maîtrise de nos affects** permettaient de tendre vers la **sérénité de l'âme** ? L'école du Portique propose une pratique exigeante, se limitant à ce qui relève de notre contrôle, dans un monde cosmopolite où chacun est citoyen du monde.

Zénon et l'école du Portique

Zénon de Citium (334-262 av. notre ère) naît à Citium (Kition) sur l'île de Chypre. À Athènes, il suit les cours des cyniques (Cratès) et des platoniciens. Il cherche à concilier ces deux courants en y intégrant une conception matérialiste. En 301 avant notre ère, il fonde sa propre école sous un portique (stoa) au cœur d'Athènes. Son enseignement exerce une influence considérable. Ces élèves et successeurs à la tête du Portique furent Cléanthe (- 330 à - 230) et Chrysippe de Soles (- 230 à - 206).

Sa philosophie fut ensuite approfondie et consolidée au fil des siècles, notamment durant l'époque romaine.

Une philosophie du devoir et de la vertu

Contrairement aux épicuriens, les stoïciens estiment qu'une raison divine conduit le monde. Dieu (ou les dieux) et l'Univers ne font qu'un. Une **cause finale** dirige, selon un plan défini, l'ensemble de l'Univers, orientée vers une fin. Le monde est ainsi constitué de matière, imprégnée par la raison universelle. Nous sommes dès lors, certes, citoyens d'une cité, mais avant tout **citoyen du monde**... dans lequel

nous devons agir.

En tant que citoyen du monde, les stoïciens ont le devoir de s'impliquer dans la vie politique. Parce que nous sommes des êtres sociaux et raisonnables, nous avons la responsabilité d'agir pour le bien général et la « chose » public. Selon **Chrysippe de Soles**, il nous faut « *arrêter le vice et encourager la vertu* » .

Distinguer ce qui dépend de nous et ce qui n'en dépend pas

Tout comme les épicuriens, le stoïcisme recherche la connaissance du vrai et une vie tournée vers la plénitude. La philosophie stoïcienne vise plus particulièrement l'**ataraxie**, c'est-à-dire l'absence de troubles. Ces troubles, ces affections et souffrances naissent de nos attentes erronées sur le monde. Pour bien mener notre vie, nous devons donc nous **conformer à la nature**, au cosmos. Si nous avons le devoir d'agir, il nous faut néanmoins **distinguer ce qui dépend de nous**, ce qui est sous notre contrôle, **de ce qu'il ne l'est pas**.

L'éthique stoïcienne repose sur la maîtrise de notre volonté et de notre jugement. La liberté, dans cette perspective, se limite à notre sphère de compétence : nos jugements. Si nous sommes dans l'incapacité d'agir, il nous faut changer et **maîtriser nos représentations, nos pensées et opinions** sur le monde. Le point d'orgue consiste en l'**apathie**, c'est-à-dire à l'**absence d'affects**, voir d'émotions inappropriées. Ainsi, après s'être blessé à un doigt de pied et de la main, Zénon, selon le biographe Diogène Laërce, se sachant condamné, se donne la mort, acceptant son destin.

Le stoïcisme demeure cependant bel et bien une philosophie de l'action. Dans bien des cas, nous avons non seulement le pouvoir, mais aussi le devoir d'agir et de changer le monde. L'enjeu consiste à reconnaître ce qui dépend de notre contrôle de ce qui en échappe.

L'un des exemples modernes et régulièrement mis en avant pour expliciter cette distinction est celui d'un embouteillage routier. Pris dans celui-ci, nous ne devons pas porter de jugement moral sur cette situation : « c'est terrible, j'arriverai en retard ». Il s'agit de préserver notre moi, afin de ne pas générer de la souffrance inutile. Il s'agit de tenir le rang et de faire preuve de dignité et de vertu.

Comme la plupart des philosophies antiques, le stoïcisme est une discipline, une pratique. Elle est en tout point tournée non pas vers la pure recherche du plaisir, mais vers celle de la **vertu**. Elle consiste à :

- **discipliner son corps**
- **contrôler ses affects**
- **faire son devoir**, ce d'autant plus que nous avons une tâche spécifique dans un Univers ordonné.
- **bâtir une forteresse intérieure**[1].

Une philosophie portée par un esclave...

La philosophie stoïcienne recoupe trois domaines : la physique, la logique et l'éthique. L'époque romaine consacrera le stoïcisme, en le complétant. Cette philosophie fut défendue et théorisée aussi bien par un esclave affranchi, Epictète, que par l'un des plus grands empereur de la Rome antique, Marc Aurèle.

Epictète (50- env. 125) : né esclave en Asie Mineure (à Phrygie), Épictète est vendu à Rome. Affranchi, probablement à la mort de son maître, il fonde une école stoïcienne. En 89, à la suite de l'édit de l'empereur Domitien, qui expulse les philosophes de la cité de Rome, Épictète se retire à Nicopolis (Grèce).

Ces œuvres sont les **Entretiens** et le **Manuel**.

... par un écrivain et un empereur

Sénèque (4 av. notre ère - 65) : homme politique, écrivain et philosophe, Sénèque est proche de l'empereur Caligula, assassiné en 41. Condamné à mort, Sénèque voit sa peine commuée en exil et part en Corse. En 49, l'empereur Claude le rappelle pour devenir précepteur de son fils adoptif Néron.

En 54, Agrippine, mère de Néron, fait assassiner son mari, Claude, permettant à son fils d'accéder au trône. Sénèque, devenu l'un des hommes plus influents et les plus riches de l'Empire, bénéficie dans un premier temps des largesses de l'empereur. Sénèque pousse Néron à se distancer de sa mère, Agrippine. Celle-ci finit par être assassinée. En 62, Sénèque tombe en disgrâce. Il se retire de la vie publique. Son destin est scellé : contraint au suicide, il s'exécute.

Marc Aurèle (121 – 180) : consul, puis empereur romain, succédant à Antonin, Marc Aurèle bénéficie d’une tradition helléniste, bercée de lettres. Philosophe et dernier empereur de la *Pax Romana*, il passe la presque totalité de son règne sur les champs de bataille contraint de défendre les frontières de l’Empire.

Sa philosophie stoïcienne nous est parvenue par ses ***Pensées pour moi-même***.

Les stoïciens contemporains

André Comte-Sponville (1952), philosophe français, athée et proche du marxisme, est lui-aussi adepte d’une certaine pensée stoïcienne. Pour lui, le **bonheur** n’est **pas la sérénité**, qui est par définition constante et immuable, **ni la plénitude**, c’est-à-dire la pleine satisfaction de nos désirs – ceux-ci étant infinis, alors que nous sommes finis -. **Le bonheur est le contraire du malheur**. Le bonheur est un concept, alors que le malheur est une expérience. Ayant perdu sa fille, il a fait l’expérience du malheur. **Le bonheur est cet état psychique où l’on sait que nous ne sommes pas affectés par le malheur**.

Citations

Les tourments des hommes ne viennent pas des choses, mais des idées qu’ils se font des choses, Épictète.

Notes

[1] Philosophie magazine, S’initier à la philosophie / Hors série, n° 59, 2024, p. 16.

L’épicurisme



Et si **supprimer les besoins superflus** (la richesse, la gloire...) et **viser la tranquillité de l'âme** étaient le véritable chemin du bonheur ? Et si la crainte de la mort et des dieux était tout simplement infondée ? Matérialistes et hédonistes, Épicure et Lucrèce nous guident pour atteindre l'ataraxie.

Épicure, le fondateur, et son jardin

Épicure (342-271 av. notre ère) fonde à Athènes une école dans un **jardin**. Matérialiste, atomiste et hédoniste (le plaisir comme principe premier), sa philosophie se répand sur l'ensemble du monde romain.

Épicure s'inscrit dans la continuité de **Démocrite** (460-370 av. notre ère). Démocrite et les atomistes pensaient que le monde était constitué de vide et d'éléments indivisibles : les **atomes**. Composé d'atomes possédant une masse et une surface, l'Univers est soumis à une causalité mécanique. Toutefois, contrairement à Aristote, la notion de « cause finale » est rejetée. De plus, selon Épicure : « *rien ne vient de rien et rien ne se perd dans le rien* ».

Le **matérialisme** d'Épicure lui permet de tendre sereinement vers une vie accomplie. Il lui permet d'**éradiquer la crainte des dieux et celle de la mort** :

- les **dieux** se désintéressent totalement de nos existences, puisque **le monde n'a pas besoin d'eux pour fonctionner**.
- la **mort**, quant à elle, n'est rien d'autre que **la fin de nos sensations**. Le corps, l'âme et les atomes qui la composent se dispersent. D'ailleurs, nous pensons souvent, égoïstement, que notre mort sera quelque chose de terrible, occasionnant la fin de tout un monde. En vérité, malgré notre dispersion, le Soleil continuera de se lever.

Le principe : le plaisir

Le but de la vie est le plaisir. Il consiste dans la recherche du bonheur et par là même l'absence de douleurs, tant psychiques que physiques. Contrairement à une idée reçue, l'épicurisme ne réside pas dans l'excès de plaisirs, le plus souvent éphémères, dionysiaques ou immédiats. Pour l'épicurisme, le plaisir est à rechercher dans les choses simples de la vie : la satisfaction de ses besoins vitaux, l'absence de douleurs... en écartant les faux plaisirs, qui corrompt et détruisent l'homme.

Pour Épicure, les désirs peuvent être :

- **naturels et nécessaires**: manger, boire et se réchauffer.
- **naturels et non nécessaires**: manger ou boire tel ou tel type de produits raffinés, avoir un véhicule, mais qui est cher, volumineux et polluant (considération contemporaine).
- **non naturels et non nécessaires**: la richesse et la célébrité.

Seuls les désirs naturels et nécessaires permettent de s'écarter du superflu et d'être libre. Lorsque nous parvenons à la plénitude et à la sérénité de l'âme, nous atteignons l'**ataraxie**.

Lucrèce, le poète

Lucrèce (98-56 av. notre ère) a vécu dans la toute fin de la République romaine. Considérant le plaisir comme le Souverain Bien, il reprend la pensée d'Épicure en y intégrant, dans sa physique, la notion de « déclinaison ». Dans leur chute, les atomes dévient très légèrement, ouvrant la porte au hasard et à la liberté. La **nécessité** et la **liberté** imprègne donc **le monde matérialiste de Lucrèce**, offrant une certaine **autonomie** à l'Homme. Il ne s'agit pas d'être nostalgique d'un âge d'or, mais de tendre vers le **progrès**[1], en maîtrisant – dans une certaine mesure – la nature.

Pour aller plus loin

L'Épicurisme, son matérialisme et son hédonisme connaîtront un nombre d'ennemis considérables, mais aussi une multitude de partisans, tels que les libertins ou Karl Marx. Cette pensée libératrice, dans laquelle le bonheur se construit sur Terre[2].

André Comte-Sponville rappelle que le bonheur se définit avant tout comme négation. Ainsi, le bonheur est « l'opposé du malheur ». Le bonheur est un idéal, relevant de l'imagination. Le malheur est, quant à lui, une expérience, un vécu.

[1] Hesch, Jeanne, p. 78.

[2] RUSS, Jacqueline, p. 54.