

Gilles Prod'homme

# **S'exercer au bonheur**

La voie des stoïciens

© Groupe Eyrolles, 2008  
ISBN : 978-2-212-54050-5

**EYROLLES**



# 1.

## Les trois grandes périodes du Portique

### *L'origine du terme*

Le terme stoïcisme a été forgé à partir du grec *Stoa*, mot qui signifie « portique ». Zénon de Citium (dates probables : vers 333/332-262/263), son fondateur, avait en effet pour habitude de dispenser son enseignement au public athénien, sous le *Stoa Poikilé*, ou *Poecile*, le portique à fresques (Poecile signifie : « recouvert de peinture »). L'expression « philosophes du Portique » désigne, par extension, les stoïciens dans leur ensemble.

Les spécialistes de l'histoire de la philosophie antique découpent le développement de la doctrine en trois grandes périodes :

- **Le stoïcisme ancien ou Ancien Portique** (III<sup>e</sup> siècle av. J.-C.), dont les principaux représentants sont Zénon de Citium, bien sûr, Cléanthe d'Assos (331-232) et Chrysippe de Soli (280-210) ;
- **Le stoïcisme moyen ou Moyen Portique** (II<sup>e</sup> siècle av. J.-C.), dont les noms à retenir sont notamment Diogène le Babylonien, Antipater de Tarse, Panétius de Rhodes (185-112) ou bien encore Posidonius d'Apamée (135-51) ;
- **Le stoïcisme nouveau ou stoïcisme impérial** (I<sup>er</sup> et II<sup>e</sup> siècles de notre ère). Les figures dominantes de cette époque sont Musonius Rufus (25-80), Sénèque (4 av. J.-C./1 apr. J.-C.-65), mais surtout Épictète (50-125/130) et l'empereur romain Marc Aurèle (121-180).

Géographiquement, le Portique est un enfant de la Méditerranée. Historiquement, il couvre la période hellénistique qui s'étend du règne d'Alexandre le Grand (356-323) jusqu'à la domination romaine. Son fondateur a vu le jour à Chypre alors que beaucoup de stoïciens sont originaires de villes réparties sur l'actuelle Turquie (Assos, Tarse, Hiérapolis...). Certains viennent même de Syrie comme Posidonius, né à Apamée. Géographiquement et historiquement, le stoïcisme couvre l'ensemble du monde gréco-latin, du Proche-Orient à l'Espagne, en passant par l'Afrique du Nord. Plaque tournante intellectuelle entre l'Europe et l'Asie, il a subi diverses influences et métissages liés aux croyances philosophiques et religieuses orientales et sémitiques (*cf.* les thèmes de la palingénésie\* et de la conflagration\* universelle, l'unicité de la Divinité, un des traits marquants du monothéisme...). Rien d'étonnant, donc, si le Portique est invariablement associé à la notion de cosmopolitisme. Comme le souligne Jean Brun<sup>1</sup>, « *le sage n'est pas seulement le citoyen du pays où il est né, il est un citoyen du monde* ». Du reste, Zénon de Citium aurait affirmé que « *tous les hommes sont concitoyens* ». Une idée audacieuse et quasiment « révolutionnaire » pour l'époque.

## ***La place du stoïcisme dans la philosophie occidentale***

Pour autant, plus prosaïquement, les deux foyers de rayonnement de l'École ont été Athènes et Rome, lieu de naissance de Marc Aurèle. Cette longue citation que j'emprunte à Joseph Moreau<sup>2</sup>, situe la portée de ce courant philosophique dans le destin de l'Occident – par souci de clarté, j'ai choisi de la scinder en trois tronçons.

---

1. *Le stoïcisme*, coll. « Que sais-je ? », PUF, 1958.

2. *Stoïcisme, épicurisme, tradition hellénique*, J.Vrin, 1979.

- Le premier rappelle la place occupée par le stoïcisme dans la civilisation occidentale :

« Le stoïcisme est un vaste mouvement intellectuel et moral, qui a animé pendant plusieurs siècles notre civilisation. Si l'on regarde seulement la formation intellectuelle de l'esprit européen, d'autres philosophies y ont contribué plus profondément, ont exercé une influence plus grande sur la pensée théologique, métaphysique, scientifique ; citons seulement le platonisme et l'aristotélisme. »

- Le deuxième illustre un aspect historique très important, à savoir la rivalité entre le Portique et le christianisme dans la conquête des esprits :

« Si l'on regarde, d'autre part, l'éducation morale et religieuse de l'humanité occidentale, le stoïcisme le cède en importance à un autre mouvement, spécifiquement religieux, avec lequel il fut quelque temps en rivalité : le christianisme. Mais l'originalité du stoïcisme, c'est d'avoir été un mouvement à la fois intellectuel et moral, philosophique et religieux, de n'avoir pas été seulement une pensée spéculative, à l'usage des philosophes et des savants, mais une doctrine d'action et une promesse de salut, s'adressant à tous, depuis l'esclave comme Épictète, jusqu'au prince comme Marc Aurèle, faisant appel à la méditation du penseur, mais se tournant vers les foules par la propagande. S'il a pu entrer en rivalité avec le christianisme, c'est en raison de ses affinités avec lui : l'un et l'autre ont en commun un sentiment de confiance dans la Providence et une soif de pureté morale. Ces affinités ont donné lieu à la légende des relations personnelles entre Sénèque, le philosophe stoïcien, et l'apôtre saint Paul, qui vint à Rome sous Néron. Il ne serait pas inexact de dire que la rivalité des deux doctrines s'est résolue par une spécification des rôles : si le christianisme l'a emporté en ce qui concerne la direction des âmes, l'éducation religieuse et morale, c'est le stoïcisme qui, à travers le droit romain, a inspiré l'organisation politique. Le stoïcisme a défini le droit et la justice ; le christianisme a enseigné et développé la charité. Enfin, entre les deux doctrines, s'est opérée une conciliation. »

- Le troisième, enfin, évoque l'influence et la pérennité du message stoïcien chez plusieurs grands philosophes :

« À l'époque de la Renaissance, vers la fin du XVI<sup>e</sup> siècle, on voit se constituer avec Juste-Lipse et Guillaume du Vair un stoïcisme chrétien, qui revit chez Descartes. Malgré la défiance janséniste à l'égard de l'antiquité païenne, les réserves de Pascal touchant le stoïcisme, dans son *Entretien avec Monsieur de Saci* sur Épictète et Montaigne, le stoïcisme est incorporé à l'humanisme\* classique tel qu'on l'enseigne dans les collèges des Jésuites. L'influence stoïcienne s'étend donc bien au-delà du monde antique : on la trouve vivante chez Spinoza, Rousseau et Kant ; Épictète et Marc Aurèle sont encore un bréviaire moral pour quelques-uns de nos contemporains. »

## ***L'influence du Portique sur Descartes et Spinoza***

Épictète et Marc Aurèle ont été une puissante source d'inspiration morale pour au moins deux philosophes majeurs : Descartes (1596-1650) et Spinoza (1632-1677).

Pour bâtir sa « morale provisoire », présentée dans le *Discours de la Méthode*, (1637), le père de la philosophie moderne reprend un thème central du stoïcisme ; la culture de la liberté intérieure et la pratique du détachement comme antidote aux vicissitudes du monde extérieur :

« [...] Ma troisième maxime était de tâcher toujours plutôt à me vaincre que la fortune, et à changer mes désirs que l'ordre du monde, et généralement de m'accoutumer à croire qu'il n'y a rien qui soit entièrement en notre pouvoir que nos pensées, en sorte qu'après que nous avons fait notre mieux touchant les choses qui nous sont extérieures, tout ce qui manque de nous réussir est au regard de nous absolument impossible. »

Dans le droit fil des Anciens, Descartes nous invite à modérer nos désirs et à faire de notre mieux pour vivre une vie en accord avec la philosophie. Il nous recommande également de ne pas nous

émouvoir à l'excès si nous subissons des revers, lesquels sont en fait inséparables de l'existence humaine. Une belle leçon de sagesse à méditer, aujourd'hui comme hier.

Dans sa correspondance avec Élisabeth de Bohême, notamment lors de l'été 1645, le philosophe multiplie les références, explicites ou non, aux stoïciens (maîtrise des passions, goût de la modération, contrôle de l'imagination débridée, détachement intérieur...). Certes, Descartes ne se prive pas de critiquer les Anciens, spécialement Sénèque... tout en recommandant la pratique de plusieurs éléments de morale du Portique, à la jeune princesse.

Le penseur français ne s'est pas limité à une étude intellectuelle du stoïcisme. L'auteur du *Discours* fut l'heureux père de Francine, fille née en 1635 d'une liaison avec Hélène, sa servante hollandaise. Tout se présente bien jusqu'à ce que l'enfant tombe gravement malade. Elle meurt probablement de la scarlatine, le 7 septembre 1640. Descartes fut extrêmement affecté par cette perte. Pour surmonter l'épreuve, il eut recours à des consolations philosophiques... d'inspiration stoïcienne.

De son côté, Spinoza, autre pic de la philosophie occidentale, place à la fin de la quatrième partie de l'*Éthique* (1677) ce paragraphe, qu'un Marc Aurèle ou un Sénèque auraient pu signer :

*« La puissance humaine est très limitée et infiniment surpassée par la puissance des causes extérieures. Nous n'avons donc pas un pouvoir absolu d'adapter à notre usage les choses qui sont hors de nous. Cependant, tout ce qui nous arrive à l'encontre de notre avantage, nous le supporterons d'un esprit égal si nous avons conscience que nous avons rempli notre rôle, que nos moyens ne pouvaient l'éviter, et que nous sommes une partie de la Nature universelle dont nous suivons l'ordre. En comprenant cela de façon claire et distincte, alors la part de notre être qui se définit par l'intelligence, c'est-à-dire la meilleure part de nous-mêmes, se tranquilliserait complètement et s'efforcera de persévérer dans cette paix. »*

À l'instar de Descartes, Spinoza nous propose finalement de faire contre mauvaise fortune bon cœur. Mais le penseur hollandais fait

un pas supplémentaire vers le stoïcisme en disant explicitement que l'homme est une partie de la nature, la parcelle d'un Tout universel. Cette idée, on le verra dans la suite de ce livre, est au cœur de la pensée stoïcienne.

## *Un message qui perdure de nos jours*

S'ils rompent avec les maîtres antiques sur de nombreux points de doctrine, Descartes ou Spinoza ne trouvent rien à redire, ou si peu, aux bons vieux préceptes stoïciens lorsqu'il s'agit de passer aux travaux pratiques, c'est-à-dire de tenter de vivre « avec philosophie ». Ce double exemple en dit long sur le caractère efficace, aujourd'hui on dirait plutôt « opérationnel », des techniques stoïciennes. D'ailleurs, dès l'Antiquité, les Romains appréciaient les bénéfices tangibles des enseignements de l'École. Au risque d'en faire un catalogue de recettes pour mieux vivre au quotidien. Plus près de nous, des penseurs comme Schopenhauer (1788-1860) ou Nietzsche (1844-1900) s'y sont intéressés, ou, au siècle dernier, Michel Foucault (1926-1984). Aujourd'hui, les textes de l'époque impériale, les seuls dont une partie importante nous soit parvenue, sont proposés au public dans de nombreuses éditions. Ici, il faut insister sur un point essentiel : les productions des anciens stoïciens nous sont connues uniquement sous forme de fragments et de citations d'auteurs plus ou moins bien disposés envers l'École<sup>1</sup>.

En revanche, pour Épictète, Marc Aurèle ou Sénèque, nous disposons d'un corpus imposant. Et pourtant, les penseurs de l'Ancien Portique eux aussi écrivirent : on attribue plus de 700 traités au seul Chrysippe, dont il ne nous reste que des bribes. Cet état de fait a eu une conséquence historique considérable : **le stoïcisme est apparu essentiellement comme une doctrine morale. Nous verrons plus loin qu'il se fonde au contraire sur l'intégration**

---

1. Cf. Plutarque, *Des contradictions des stoïciens*, Diogène Laërce, *Vies et opinions des philosophes*.

**d'une physique, d'une logique et d'une morale, trois dimensions absolument indissociables.** Étudier l'une conduit inévitablement à étudier les autres. D'ailleurs, l'antique division de la philosophie en Physique (l'étude de la nature, au sens que lui donnent les penseurs du Portique), en Logique (la théorie de la connaissance, l'étude des lois du raisonnement et de la démonstration) et en Morale (l'accès à la sagesse) est largement d'inspiration stoïcienne. Les nombreuses préconisations morales sont évidemment l'aspect le plus « spectaculaire » de l'École. Toutes sont la conséquence pratique d'une vision théorique particulière.

## ***Des pensées et des exercices pratiques pour aujourd'hui***

À l'instar d'autres courants de pensée, le Portique a fait l'objet, dès sa création, de plusieurs critiques. On lui a notamment reproché d'être une simple compilation d'enseignements existants. Ainsi, Antiochus d'Ascalon, académicien et maître de Cicéron, expliquait que tout ce qu'il y a de bon et de vrai dans le stoïcisme se trouve déjà chez Aristote et Platon. La concurrence entre les écoles était parfois rude... et fort éloignée de l'idéal de sagesse !

Reste que le développement du mouvement sur plusieurs siècles et dans différents pays lui a permis d'évoluer. Dans cette dynamique de construction/métissage/refondation réside, à mes yeux, son grand intérêt. Pas d'orthodoxie mais plutôt un corpus d'idées, de concepts et bien sûr d'exercices. Ce que la doctrine a perdu en rigueur et en cohérence dans la durée, a largement été compensé, je le crois, par une exceptionnelle richesse. Entre l'intellectualisme d'un Chrysippe et le spiritualisme d'un Épictète, nourri de platonisme, l'éventail des nuances est quasiment infini.

Le lecteur moderne, un peu curieux, a donc la chance de puiser à volonté dans un héritage spirituel, intellectuel et moral unique. Une formidable opportunité !