

*« C'est cela, mon cher Lucilius : revendique tes droits sur toi-même. Jusqu'ici on te prenait ton temps ; on te le dérobait ; il t'échappait. Recueille ce capital et ménage-le. Oui, sois-en convaincu, les choses vont comme je te le dis : il est de nos instants qu'on nous arrache ; il en est qu'on nous escamote ; il en est qui nous coulent entre les doigts. La perte, à bien parler, n'est jamais plus blâmable que lorsqu'elle provient d'incurie. Du reste, regardes-y de près : la part la plus considérable de la vie se passe à mal faire, une large part à ne rien faire, toute la vie à n'être pas à ce que l'on fait ».*

C'est par ce paragraphe extraordinaire que Sénèque commence la première des lettres qu'il adresse à son ami Lucilius. C'est aussi ce paragraphe qui me propulsa, et pour longtemps, dans la fréquentation des textes stoïciens, ceux de Sénèque d'abord, puis ceux, tout aussi percutants, de ces plumes que furent Marc Aurèle, Épictète, Musonius Rufus, et tant d'autres encore.

Par-delà les siècles, les textes stoïciens nous parlent en effet, toujours de manière aussi frappante. Pourquoi cela ? Ils nous parlent de l'homme d'une façon telle qu'on ne peut que les admirer, y puiser sa propre force et son inspiration quotidienne. Ils nous parlent d'un homme libre et puissant, fort d'une tranquille assurance, assurance acquise par le biais d'une approche ultra-rationnelle du monde. Approche trop brutale ? Rigueur excessive ? Le stoïcisme en tous cas nous propose un modèle d'une grandeur inégalée. Lire un texte stoïcien, ce n'est pas simplement être appelé à « faire mieux », à « donner son maximum », ou encore à « s'efforcer d'être meilleur ». C'est d'abord et avant tout, prendre une grande bouffée d'un air si frais qu'il pourra paraître glacé à certains, et peut-être impropre à toute respiration ultérieure. Ne plus jamais respirer comme avant. Ne plus jamais vivre comme avant. C'est ce que nous propose Sénèque, dans le paragraphe inaugural que j'ai cité. Sautons donc à pieds joints dans ce système, et aspirons à pleines bouffées l'air frais du stoïcisme.

De manière étonnante, cet air souffle en tous lieux et pour tout le monde. Il parcourt les temps et les époques sans s'altérer jamais, s'exhalant pour ainsi dire de manière universelle et transhistorique. Le stoïcisme naît vers 330 avant notre ère, d'un phénicien originaire de Chypre, Zénon de

Citium, qui, ruiné, s'installa à Athènes pour y fonder l'école du Portique. L'école stoïcienne tire en effet son nom du lieu où enseignait Zénon : la *Stoa Poikilê*, littéralement le Portique Peint, un ensemble de galeries ouvertes décorées de peintures, où l'on pouvait se promener et s'asseoir sur des bancs de pierre. Le disciple de Zénon, qui en fut aussi le successeur à la tête de l'école, Cléanthe d'Assos, était un lutteur grec si pauvre qu'il devait se faire puiser d'eau la nuit ; l'un de ses condisciples, Chrysippe de Soles, était coureur de fond, mais aussi logicien de génie : c'est à lui que l'on doit la forme systématique et définitive du stoïcisme tel qu'il sera transmis à la postérité. Les représentants ultérieurs du stoïcisme viennent de l'île de Chios ou de Rhodes, des cités que sont Tarse, Rome, Pergame, Apamée (en Syrie). Du pauvre Cléanthe au richissime Sénèque, de l'esclave Épictète à l'empereur Marc Aurèle, tous se reconnaissent dans l'enseignement stoïcien. De l'époque d'Alexandre le Grand à celle des empereurs romains, le stoïcisme déploie son histoire sur cinq siècles, conservant une force d'attraction toujours aussi puissante. Si les textes stoïciens connurent une relative éclipse après l'enseignement de Marc Aurèle, ils ne laissent pas d'imprimer durablement les consciences et les manières de penser, jusqu'à ce que Juste Lipse propose d'en restituer la doctrine systématique, tant physique qu'éthique, en 1604, dans la *Manuductio ad stoicam philosophiam* et la *Physiologia stoicorum*.

L'intérêt pour les thèses stoïciennes ne se dément pas, d'abord parce que les stoïciens nous parlent sans détours et sans fard. Ils nous appellent à de plus sages pensées, à des actions plus héroïques, ne considérant aucune excuse comme valide, nous poussant dans nos derniers retranchements comme vers nos dernières perfections. Ils nous promettent surtout que le bonheur ne dépend que de nous, au prix toutefois d'un réexamen radical de ce que nous sommes et de ce qui nous entoure – au premier chef, le temps, comme Sénèque l'a souligné. Ainsi le stoïcisme n'est-il pas une énième école qui prône la maîtrise de soi et la régulation des passions : si ce n'est que cela dit Sérénus, l'un des interlocuteurs de Sénèque dans son traité *De la constance du sage*, les stoïciens n'ont absolument rien inventé et ne promettent rien d'extraordinaire. Mais justement, le stoïcisme promet autre chose que ce travail sur soi et cet effort pénible et permanent qui doit nous amener à

« vivre mieux » ; il nous promet une libération totale, soudaine et absolue, par le seul truchement d'un déplacement mental qui paraît tout simple et qui se résume dans la formule suivante, énoncée par Épictète : « Ce ne sont pas les choses qui nous affectent, mais notre propre jugement sur ces choses » (*Manuel*, § 5). Facile ? Rien de plus simple en effet que de changer son regard sur les choses : il suffit de le décider ! Le Portique est un rappel brutal et sans concession de notre liberté, rappel qui nous fait souvenir que nos maux n'existent que parce que nous les laissons exister. Tout cela est prometteur, mais tout à la fois bien étrange, ainsi que le remarque Descartes dans sa morale provisoire :

*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. Et ceci seul me semblait être suffisant pour m'empêcher de rien désirer à l'avenir que je n'acquiesce, et ainsi pour me rendre content ; car notre volonté ne se portant naturellement à désirer que les choses que notre entendement lui représente en quelque façon comme possibles, il est certain que si nous considérons tous les biens qui sont hors de nous comme également éloignés de notre pouvoir, nous n'aurons pas plus de regret de manquer de ceux qui semblent être dus à notre naissance, lorsque nous en serons privés sans notre faute, que nous avons de ne posséder pas les royaumes de la Chine ou de Mexique ; et que faisant, comme on dit, de nécessité vertu, nous ne désirerons pas davantage d'être sains étant malades, ou d'être libres étant en prison, que nous faisons maintenant d'avoir des corps d'une matière aussi peu corruptible que les diamants, ou des ailes pour voler comme les oiseaux. Mais j'avoue qu'il est besoin d'un long exercice, et d'une méditation souvent réitérée, pour s'accoutumer à regarder de ce biais toutes les choses ; et je crois que c'est principalement en ceci que consistait le secret de ces philosophes qui ont pu autrefois se soustraire de l'empire de la fortune, et, malgré les douleurs et la pauvreté, disputer de la félicité avec leurs dieux. Car, s'occupant sans cesse à considérer les bornes qui leur étaient prescrites par la nature, ils se persuadaient si parfaitement que rien n'était en leur pouvoir que leurs pensées, que cela seul était suffisant pour les empêcher d'avoir*

*aucune affection pour d'autres choses ; et ils disposaient d'elles si absolument qu'ils avaient en cela quelque raison de s'estimer plus riches et plus puissants et plus libres et plus heureux qu'aucun des autres hommes, qui, n'ayant point cette philosophie, tant favorisés de la nature et de la fortune qu'ils puissent être, ne disposent jamais ainsi de tout ce qu'ils veulent.*

Descartes, *Discours de la méthode*, troisième partie.

De fait, riche de formules frappantes, le stoïcisme s'énonce volontairement de manière paradoxale : le sage est libre dans les chaînes, heureux sur le chevalet de torture ; il est le seul à être roi, poète, grammairien et orateur ; toutes les fautes sont égales et la vertu ne s'acquiert en aucun cas par le progrès ; tous les hommes sont fous, mais tout individu a une égale capacité à atteindre toutes les vertus ; toute passion est rationnelle, donc volontaire ; *etc.* Changer de regard sur tout ce qui est, et d'abord sur soi-même, en abdiquant les formules du sens commun, de ce bon sens qui n'est finalement que sottise, tel est le défi proposé par les stoïciens. Dans son rapport au temps<sup>1</sup>, à l'action morale, à sa propre individualité, au monde et au reste de l'humanité, le stoïcisme ne cesse de nous étonner et de nous guider vers le sommet escarpé de la vie bonne. La voie indiquée est exigeante, difficile et pleine d'embûches, mais elle est la seule possible. Les autres chemins, plus faciles et plus doux, ne mènent qu'aux impasses des systèmes antérieurs. Que n'ont-ils pas compris, que propose d'expliquer le stoïcisme ? Rien que cela : que je suis, en tant que liberté absolue, absolument libre d'être heureux ; que tout ce qui me concerne dépend de moi et de moi seul ; que je suis intouchable et parfaitement ce que je dois être, si tant est que je veuille bien raisonner correctement.

---

1. Nous avons tendance à penser, par exemple, que la mort est *devant nous*. Sénèque nous invite à penser qu'elle est en fait *derrière nous*, c'est-à-dire présente dans le temps que nous avons déjà perdu. Ce qui compte est par conséquent de bien employer le temps qui nous reste. C'est ce que souligne Montaigne dans ses *Essais*, I. 20 : « Le premier jour de votre naissance vous achemine à mourir *comme à vivre* ». Nous avons tendance à focaliser sur le premier membre de phrase, en oubliant le second.

Quelle mouche a donc piqué Zénon, fondateur du Portique, pour qu'il pense les choses de manière aussi étonnante ? Son passage chez les cyniques n'y est sans doute pas étranger. Diogène de Sinope était connu pour son comportement aberrant. Foulant aux pieds tous les usages, il mangeait dans les temples, urinait sur la place publique, se masturbait sans vergogne, crachait sur les passants, allait même jusqu'à les mordre, tout en hurlant ses principes désolants à la face des citoyens effrayés. Vivre comme un chien, voilà son programme : se contenter du strict nécessaire, se régler sur les besoins naturels, et pour cela, juger nulle et non avenue toute complication sociale. S'il est si difficile d'être heureux en amour, c'est parce que la société nous fait croire que l'acte d'aimer est compliqué : constamment contrariée par quantité de règles et d'interdits, la tendance naturelle à aimer se cimente en désirs contraires, jusqu'à faire souffrir celui qui l'éprouve tout en lui faisant commettre des actions contradictoires. La solution est d'écouter notre nature : le désir sexuel est facilement assouvi, si l'on n'y accorde que l'importance qu'il a ; comme n'importe quel besoin naturel, il disparaît dès lors qu'il est satisfait. Lorsque le nez me gratte, il me faut le gratter tout de suite, sous peine de faire advenir une démangeaison terrible qui occupera toute mon attention. De la même façon, se nourrir, se vêtir, sont des activités toutes simples, une fois reconduites à leur simplicité naturelle. C'est ce retour à une vie simple, frugale, sans apprêt ni faux semblants qui séduisit Zénon, et qui tout ensemble le conduisit à remettre en question toute valeur sociale à priori. Trouver notre règle et notre guide dans la nature, c'est-à-dire dans une appréciation correcte de ce que l'on appelle nature, voilà ce à quoi les cyniques comme les stoïciens nous engagent.

Se détachant des valeurs communément admises, les zénoniens cherchent donc à établir de nouveaux principes d'existence, à partir d'un réexamen de ce que nous pourrions appeler l'intériorité. Que suis-je, moi, et que dois-je faire ? Quel doit être mon rapport au monde ? On peut supposer que les conquêtes d'Alexandre y furent pour beaucoup dans ce changement de perspective. Tandis que Platon et Aristote définissaient l'individu d'abord comme le citoyen d'une cité, appelé par conséquent à remplir une série de devoirs civiques, politiques et militaires, les stoïciens prennent acte du

changement politique qui s'est produit. La période hellénistique se distingue en effet de la période classique d'abord par les bouleversements d'organisation effectués par les conquêtes d'Alexandre le Grand. Ce dernier avait pour objectif d'unifier le monde, en exportant les structures d'organisation macédoniennes à tous les peuples conquis, tout en respectant certaines de leurs spécificités. Dépourvu de son pouvoir politique local, c'est-à-dire des prérogatives que lui conférait sa cité, le citoyen grec était conduit à investir une autre sphère que la sphère politique, autrement dit, à chercher dans la sphère privée les éléments de son identité. Parce que la « petite cité », comme le dit Sénèque, n'est plus le lieu principal de son action, l'individu porte ses regards sur lui-même, comme le feront les Épicuriens, ou bien sur un ensemble plus grand : le monde tout entier. Investir la « cité cosmique », celle qui contient tous les hommes et qui les rend responsables les uns des autres, voilà ce que font les stoïciens. Ce geste leur était peut-être plus facile, eux qui étaient de diverses cités, ou qui vivaient en étrangers dans des cités autres que leurs cités d'origine. Investir la cité cosmique, c'est aussi investir un espace qui est dépourvu de lois, personne n'ayant encore formulé l'idée de droit des gens<sup>1</sup>, ce que fera Grotius, ou encore de droits universels de l'homme, imaginés à l'époque des Lumières. Ce que pensent les stoïciens, en revanche, c'est une unité possible par le truchement de la raison : l'enseignement cynique leur a appris à dénoncer les conventions sociales comme infondées, voire invalides, et à chercher dans leur nature rationnelle d'autres principes d'existence, qui par définition peuvent s'appliquer à l'humanité tout entière.

On ne peut cependant réduire le geste philosophique stoïcien à cette modification contextuelle, toute complexe soit-elle. Si les paramètres historiques, sociaux et politiques changent indubitablement, ce sont d'abord

---

1. L'ouvrage d'Hugo Grotius, *Du droit de la guerre et de la paix* (1625, adressé à Louis XIII) cherche à préserver les populations civiles des exactions commises par les armées, ainsi qu'à instaurer des règles entre assaillants. Son traité est à l'origine de la distinction entre le civil et le soldat, ainsi que de l'idée de prisonnier de guerre (lequel conserve des droits). Grotius thématise l'opposition entre droit naturel (divin) et droit volontaire (ou droit positif), reprenant ainsi la distinction stoïcienne entre la loi universelle de la cité cosmique et les lois particulières des petites cités.

et avant tout des individualités très diverses qui vont élaborer le système stoïcien, individualités non réductibles à ces déterminations extérieures. Le génie de l'invention philosophique relève d'explications multiples, dont nous n'entendons pas ici révéler les « véritables causes », si tant est qu'une telle chose existe, mais bien plutôt les manifestations.

Si Zénon fut d'abord élève du cynique Cratès, lui-même disciple de Diogène de Sinope, dit Diogène le Chien, il n'en fréquenta pas moins également, simultanément ou successivement, l'école académicienne en la personne de Polémon. Ce dernier accusa d'ailleurs Zénon d'en avoir dérobé les doctrines et de les avoir maquillées en des doctrines supposément nouvelles, grâce à de simples changements terminologiques. Cette accusation est symptomatique de ce qui se produit lorsque Zénon commence à enseigner : ses thèses sont si étranges qu'elles sont parfois inaudibles ; la seule manière de les comprendre est de les réduire à des thèses antérieures, qui ne leur ressemblent pas tout à fait, mais qui en sont parfois si proches qu'on peine à y voir quelque différence. Un seul exemple rendra la chose manifeste : pour ces philosophes antérieurs aux stoïciens que furent Platon ou Aristote, le bonheur s'atteint par la possession conjointe de la vertu et de biens dits « extérieurs » (la santé, la richesse, la renommée, la beauté). Zénon au contraire veut que la vertu toute nue suffise au bonheur ; tout le reste n'est qu'un « indifférent (*adiaphoron*) ». Certaines choses toutefois sont des indifférents préférables, comme la santé et la richesse ; si elles ne participent pas du tout à l'élaboration de notre bonheur, en tant qu'elles sont indifférentes, il est vrai cependant qu'elles possèdent une valeur et qu'il est préférable de les posséder plutôt que non. Dans ce cas, s'il est préférable de les posséder, un homme vertueux riche et en bonne santé devrait être plus heureux qu'un homme vertueux pauvre et malade. C'est justement ce que Zénon n'admet pas, en maintenant une distinction conceptuelle stricte entre ce qu'est le bien (la vertu, qui conduit au bonheur) et ce qui a une valeur d'usage (les indifférents, préférables ou non). Les adversaires peinent à comprendre cette distinction, et pensent que cette nouvelle appellation d'« indifférent préférable (*adiaphoron proëgmenon*) » cache en réalité

le concept antérieur platonicien de « bien extérieur ». Cette différence est pourtant capitale, car c'est par elle justement que se conquiert cette liberté absolue dont nous parlions tout à l'heure.

Outre ses références classiques (les cyniques, Platon, Aristote), Zénon est un homme de l'Orient, qui en tant que tel est influencé par des pensées moins familières à ses contemporains, ce qui peut éventuellement creuser encore l'incompréhension possible de ses doctrines. Tandis que Platon pense le monde de manière mathématique et dualiste, articulant un monde sensible changeant à un monde intelligible éternel qui en est la raison d'être, Zénon pense un monde homogène, traversé par un souffle divin unique qui lui confère ses propriétés. De la même façon, l'homme trouvera son équilibre en maîtrisant son souffle intérieur : ce souffle, autrement dit son âme, est partout répandu dans le corps, comme le dieu dans le monde, et confère au corps comme aux pensées l'équilibre qui est le sien. Cette manière de comprendre l'homme et le monde rappelle les pensées zen, qui nous fixent pour objectif de trouver une place harmonieuse dans l'équilibre formé par l'ensemble cosmique, en travaillant sur les forces qui le traversent – et qui, par conséquent, nous traversent. S'agit-il alors de faire du qi-gong, pour devenir stoïcien ? Pas exactement : le travail physique de son souffle ne consiste pas à faire des exercices de type physique (par exemple, de respiration), mais bien à le former intellectuellement. Une définition droite du monde est la seule manière de forger un souffle si stable et si puissant que rien ne pourra venir le renverser. Si le stoïcisme est une philosophie du dynamisme vivant, il n'en est pas moins d'abord et avant tout une philosophie au sens strict, c'est-à-dire une construction intellectuelle et rationnelle ayant pour objectif une augmentation du savoir, laquelle produit, *de facto*, une augmentation du savoir-vivre.

Zénon jette ainsi les bases d'une conception du monde et de l'individu qui ne ressemble à aucune autre. C'est à un voyage dans ces terres nouvelles que je vous invite. Ce voyage se fera en neuf étapes, en fonction des problèmes qui se posent à un esprit qui découvre le système stoïcien. Partant du principe que l'homme doit suivre la nature (I), il convient d'expliquer ce qu'est précisément cette nature (II). S'il s'agit de suivre l'ordre cosmique, décrit