

La philosophie comme mode de vie

DANIEL DESROCHES



La philosophie comme mode de vie

Daniel Desroches

La philosophie
comme mode de vie



Presses de
l'Université Laval

Les Presses de l'Université Laval reçoivent chaque année du Conseil des Arts du Canada et de la Société de développement des entreprises culturelles du Québec une aide financière pour l'ensemble de leur programme de publication.

Nous reconnaissons l'aide financière du gouvernement du Canada par l'entremise du Fonds du livre du Canada pour nos activités d'édition.

Mise en page : In Situ

Maquette de couverture : Laurie Patry

© Presses de l'Université Laval. Tous droits réservés.

Dépôt légal 2^e trimestre 2014

ISBN : 978-2-7637-2001-2

PDF : 9782763720029

Les Presses de l'Université Laval

www.pulaval.com

Toute reproduction ou diffusion en tout ou en partie de ce livre par quelque moyen que ce soit est interdite sans l'autorisation écrite des Presses de l'Université Laval.

Je dédie ce livre aux étudiants, aux collègues et aux auditeurs qui, à travers les années, m'ont encouragé à faire connaître la philosophie comme mode de vie. La fortune est parfois favorable.

Table des matières

Table des sigles	XIII
Présentation des notes	XV
AVANT-PROPOS	
Prendre la philosophie au sérieux	1

PREMIÈRE PARTIE VERS LA PHILOSOPHIE

CHAPITRE I	
À la croisée des chemins	11
<i>En guise d'exhortation</i>	
Premières questions.....	15
Une évidence paradoxale.....	16
La redécouverte de la philosophie comme manière de vivre.....	17
Un premier aperçu de la vie philosophique	18
Les trois dimensions de la vie philosophique	22
Qu'est-ce que la philosophie comme mode de vie ?	25
Pourquoi procéder à une telle étude aujourd'hui ?	26
Comment faire l'étude de la vie philosophique ?	27
Notes.....	28
NOTICE	
Pierre Hadot	30
CHAPITRE II	
Aux origines de la philosophie	37
<i>De la question de la vérité à l'emploi du mot philosophe</i>	
Mise en contexte de la philosophie antique	38
Les points de repère historiques et géographiques	41
Les sphères de l'existence antique	46

Pratiques de transformation de soi chez les présocratiques.....	50
Philosophie et spiritualité: la question de l'accès à la vérité.....	51
Le mystérieux voyage de Parménide	53
Les pouvoirs prodigieux d'Empédocle.....	57
Le modèle de l'homme divin et la purification de l'âme.....	59
La naissance de la philosophie chez Pythagore et Platon.....	66
La philosophie est un genre de vie.....	67
Premiers emplois des mots « philosophe » et « philosophie ».....	68
La fonction du philosophe et la contemplation chez Pythagore	69
La philosophie comme amour de la sagesse chez Platon	72
Notes.....	75
NOTICE	
Exercices spirituels.....	80

DEUXIÈME PARTIE
LES MODES DE VIE PHILOSOPHIQUES

CHAPITRE III	
La figure remarquable de Socrate	91
<i>La justification de la vie philosophique</i>	
Les différents discours sur Socrate.....	92
Qui était Socrate ?.....	94
Socrate, un être inclassable.....	95
Socrate et l'Oracle de Delphes : la mission philosophique.....	97
La défense de Socrate lors de son procès	102
Une conduite qui expose Socrate à la mort.....	104
La justification de la vie philosophique.....	106
Le choix de vie socratique	109
Les maximes socratiques.....	110
« Il vaut mieux subir l'injustice que la commettre »	110
« Nul ne fait le mal par choix conscient ».....	111
La maxime delphique « Connais-toi toi-même »	113
La justification de l'éthique par des énoncés éthopoétiques	114
Le dialogue socratique comme exercice spirituel	115
L'exhortation : de l'insouciance à la reconnaissance de l'ignorance.....	116
La dialectique : de la probatoire à la maïeutique	119

La postérité étonnante de Socrate	123
Notes.....	127
NOTICE	
Vie philosophique	133
CHAPITRE IV	
Exploits à Cynosargès : Diogène et les cyniques	139
<i>La vraie vie selon les cyniques</i>	
Mise en contexte de l'école cynique	141
Vie et doxographie de Diogène de Sinope	144
Le rattachement de Diogène au mouvement socratique.....	147
Le choix de vie cynique comme quête de liberté	150
La panoplie du cynique	151
La suffisance à soi : l'autarcie conduit à l'apathie	152
Les principales pratiques cyniques.....	156
La réduction du discours au minimum.....	157
Vivre en accord avec la nature.....	160
La parrèsia et la résistance politique : Alexandre et Diogène....	162
Dénoncer les vices par l'observation des citoyens	166
La vie cynique comme entraînement et épreuve de vérité	168
Le courage de la vérité et la vraie vie.....	169
Notes.....	170
NOTICE	
Michel Foucault	174
CHAPITRE V	
La médecine de Pyrrhon et des sceptiques	183
<i>De la question de la vérité à celle de la santé de l'âme</i>	
Mise en contexte de l'école sceptique.....	184
Retour sur la période hellénistique	185
L'école sceptique : précurseurs, fondateurs et héritiers.....	187
Pyrrhon d'Élis parmi ses contemporains	189
Convergences et divergences par rapport à Socrate	191
Le pyrrhonisme d'après Timon	194
Ce que sont les choses	195
De la disposition à adopter à l'égard des choses	197
Les conséquences attendues de cette disposition.....	198
De la question de la vérité à celle de la santé de l'âme	199

Le scepticisme selon Sextus Empiricus.....	200
L'école, la désignation et la définition du scepticisme.....	201
Le choix de vie: la visée de l'ataraxie.....	206
Les formes de la réfutation du dogmatisme.....	207
La thérapeutique sceptique.....	209
De l'indifférence au silence: les exercices du sceptique.....	211
La supériorité de la vie suspensive.....	214
Notes.....	217
CHAPITRE VI	
La recherche du plaisir au Jardin d'Épicure.....	223
<i>L'art de vivre épicurien et le discours thérapeutique</i>	
Considérations introductives.....	224
Mise en contexte de l'école épicurienne.....	227
Épicure, un héritier des petits socratiques.....	227
Les influences doctrinales et l'autodidaxie.....	229
Œuvre d'Épicure et parties de la philosophie.....	231
Le choix de vie au Jardin d'Épicure.....	232
Les sources du malheur: souffrance et craintes injustifiées.....	233
La solution épicurienne: la réjouissance au présent.....	234
L'étude épicurienne des désirs et des plaisirs.....	237
La tripartition des désirs.....	237
Les deux grandes formes du plaisir.....	238
Du plaisir de vivre au bien vivre: l'éthique est une thérapeutique.....	239
La fonction thérapeutique du discours vrai.....	241
Le discours vide et les troubles de l'âme.....	241
Le traitement selon la médecine épicurienne.....	243
Les exercices de l'art de vivre épicurien.....	245
La méditation et l'appropriation des vérités épicuriennes.....	245
Les pratiques de la direction spirituelle.....	246
L'ascèse des désirs et le dosage des plaisirs.....	248
Notes.....	250
NOTICE	
André-Jean Voelke.....	255

CHAPITRE VII

Affronter les événements à l'école du Portique 261*Des stoïciens grecs à ceux de la période impériale*

La plus haute forme de réconciliation.....	262
Mise en contexte de l'école du Portique.....	263
Deux illustres précurseurs : Héraclès et Héraclite.....	264
L'école stoïcienne: découpage historique et grandes figures.....	266
Les trois parties du discours philosophique.....	268
Le choix de vie des stoïques.....	269
La source des malheurs humains : l'inaccessible et l'inévitable	269
Un fondement proprement socratique.....	271
Vers la citadelle intérieure : apathie et accord avec soi.....	274
Étude sommaire des exercices spirituels.....	276
Les écrits pour soi-même et leur fonction pragmatique.....	276
Les trois disciplines d'Épictète dans les <i>Pensées</i> de Marc Aurèle.....	278
Le véritable progrès philosophique.....	282
La conception cosmique de Marc Aurèle.....	283
L'exercice de la mort quotidienne.....	285
Notes.....	287

NOTICE

L'appropriation des exercices par le christianisme 293

CHAPITRE VIII

La vie contemplative : Platon et Aristote 299*De la conversion de l'âme à la vie de l'esprit*

Introduction à la vie philosophique à l'Académie.....	302
La philosophie comme activité de l'âme.....	303
La conversion à la vie contemplative.....	306
Vers la contemplation : la nécessité des formes intelligibles.....	308
L'allégorie de la caverne comme illustration.....	311
Les exercices spirituels à l'école de Platon.....	316
Vertu éthique et vie contemplative au Lycée d'Aristote.....	319
Le bonheur : une activité de l'âme conforme à la vertu.....	321
Le mode de vie théorétique : la vie selon l'esprit.....	322
Notes.....	324

NOTICE	
La tâche politique et le réel de la philosophie	328
NOTICE	
L'exercice de reprise.....	346
TROISIÈME PARTIE	
LA VIE PHILOSOPHIQUE AUJOURD'HUI	
CHAPITRE IX	
La vie examinée	359
<i>Sur le mode de l'entretien</i>	
Notes.....	372
NOTICE	
Actualiser la philosophie comme mode de vie	374
NOTICE	
L'éthique aujourd'hui.....	383
Annexes.....	391
Bibliographie sélective.....	399

Table des sigles

Ouvrages de Pierre Hadot

- MV *La philosophie comme manière de vivre*. Entretiens, Albin Michel, 2001.
- QP *Qu'est-ce que la philosophie antique ?*, Gallimard, 1995.
- ES *Exercices spirituels et philosophie antique*, Albin Michel, 2002.
- CI *Introduction aux Pensées de Marc Aurèle : La Citadelle intérieure*, Fayard, 1995.

Ouvrages de Michel Foucault

- DEE *Dits et écrits II : 1976-1988*, Gallimard, 2001.
- HSU *L'herméneutique du sujet (Cours 1981-1982)*, Seuil-Gallimard, 2001.
- GSA *Le gouvernement de soi et des autres (Cours 1982-1983)*, Seuil-Gallimard, 2008.
- CV *Le courage de la vérité (Cours 1984)*, Seuil-Gallimard, 2009.

Ouvrage de André-Jean Voelke

- PTA *La philosophie comme thérapie de l'âme*, Cerf, 1993.

Présentation des notes

Pour les textes classiques de la philosophie antique, nous ne renverrons qu'à la pagination de référence (par exemple : Platon, *Apologie de Socrate*, 33b-c). Sauf indication contraire, le choix d'édition et de traduction sera toujours le même. On se reportera à la bibliographie pour connaître celui-ci (par exemple : Platon, *Œuvres complètes*, édition et traduction sous la direction de L. Brisson, Flammarion, 2008).

Lorsqu'un écrit ancien est cité dans notre propre texte et que le passage choisi a été isolé et dégagé de la marge, le nom de l'auteur de la traduction est mentionné en note.

Lorsque nous citons le texte d'une traduction collective, nous mentionnerons le nom du traducteur (par exemple : Laërce, *Vies des philosophes illustres*, X, 1-2, trad. Balaudé dans la seconde édition de la traduction dirigée par M.-O. Goulet-Cazé, Le Livre de poche, 1999).

Pour les ouvrages de Hadot, Foucault et Voelke, nous utilisons les sigles présentés à la page précédente. Pour les leçons de Foucault au Collège de France, nous indiquerons la date de la leçon suivie de l'abréviation. Lorsque c'est pertinent, nous ferons précéder le sigle de l'ouvrage par celui du chapitre ou de l'article cité (par exemple : Voelke, « Santé de l'âme et bonheur de la raison. La fonction de la philosophie dans l'épicurisme », PTA, 35-57).

Enfin, tous les autres ouvrages utilisés seront cités selon la convention habituelle. Nous ne mentionnerons pas le traducteur puisque la description complète des sources se trouve en bibliographie. Nous n'utiliserons les abréviations *op. cit.*, *art. cit.* et *ibid.* que pour alléger certaines notes.

Par les dieux, Socrate, répondit-il, je croyais fermement que la philosophie que j'étudie était le moyen par excellence de me former aux choses qui conviennent à l'homme qui aspire à ce qui est beau et bon. Mais à quel point, crois-tu, je suis maintenant découragé, lorsque je vois que malgré mes efforts passés je ne suis même pas en mesure de répondre aux questions qui portent sur ce qu'il importe le plus de savoir, et qu'il n'y a aucune autre voie que je pourrais emprunter pour devenir meilleur ?

Alors Socrate lui demanda : « Dis-moi, Euthydème, n'es-tu jamais allé à Delphes ? [...] As-tu donc remarqué qu'il y a inscrit quelque part sur le temple "Connais-toi toi-même" ? [...] Est-ce que cette inscription est demeurée pour toi lettre morte, ou bien t'es-tu appliqué et efforcé d'examiner toi-même qui tu pouvais bien être ? »

XÉNOPHON, *Mémorables*, IV, 2, 23-24.

Avant-propos

Prendre la philosophie au sérieux

« Il n'y a qu'un problème philosophique vraiment sérieux », écrivait Albert Camus dans le *Mythe de Sisyphe*, c'est celui qui traite du sens de sa propre vie. « Juger que la vie vaut ou ne vaut pas la peine d'être vécue, ajoutait-il, c'est répondre à la question fondamentale de la philosophie. » Si Camus a raison, montrer qu'une *vie examinée vaut la peine d'être vécue* répondrait, par le fait même, à toute question d'ordre philosophique. Qu'est-ce qu'une vie examinée ? Voilà en une seule phrase le problème que cet ouvrage, consacré en majeure partie à la philosophie gréco-romaine, pose au lecteur contemporain.

Ce livre débute par une évidence devenue paradoxale. Si nous choisissons presque tous les objets qui nous entourent, si la plupart des gens choisissent leurs amis et leur conjoint, leur domaine d'étude et leur emploi, il n'est pas évident pour autant que nous choisissons notre *vie*, je veux dire notre *mode de vie*. Sommes-nous conscients de l'importance que revêt le choix d'une existence propre ? En quoi différons-nous d'Euthydème, incapable de répondre aux questions que lui posait Socrate ? Comme chez les Grecs, ce qu'il importe le plus de savoir, ce qu'il faut chercher avant toutes choses, passe toujours inaperçu. Mais quelle voie emprunter pour examiner sa vie ? Dans quelle direction nous tourner pour oser cette navigation ? Quels écueils faut-il éviter pour ne pas nous égarer en cours de route ?

Choisir sa vie, sa manière de vivre, cela peut-il être l'objet d'une décision *philosophique*, d'une décision éclairée et conséquente, d'un acte posé en toute connaissance de cause ? Après Socrate, Épicure et Marc Aurèle, nous ferons le pari que *oui*, à la seule condition que

la philosophie puisse à nouveau se présenter sous son meilleur jour, retrouver son sens premier et redevenir un choix de vie. C'est à cette fin que ce livre propose une étude des six principales « écoles » antiques, autant de manières d'aborder la vie philosophique que d'examiner sa propre existence. Et pour nous servir d'image, nous verrons au tout premier chapitre dans quel sens l'allégorie du choix d'Héraklès illustre à la fois la gravité de la décision qui nous occupe et ce que signifie ici prendre la philosophie au sérieux.

Le lieu de la philosophie

Contrairement à l'impression qu'elle nous laisse parfois, la philosophie ne se trouve pas dans les livres ! Pour comprendre cela, il faut prendre congé des conventions habituelles. En effet, la philosophie *change quelque chose* : elle peut nous aider à transformer notre vie. Depuis une dizaine d'années, justement, je m'intéresse à *ce qui*, en philosophie, change la personne, la transforme, l'incite à rendre compte de sa propre existence. Je m'intéresse, autrement dit, à la possibilité pour la philosophie d'*agir* sur nous, de produire un *effet*. Le lecteur me répondra peut-être : mais vous avez trouvé cela dans les livres, pourquoi faire comme s'il fallait les jeter aux orties ? Certes je suis un lecteur, je conçois la lecture comme un exercice spirituel, mais je ne crois pas que le livre soit le *lieu* propre de la philosophie. À ce propos, j'aimerais citer un passage de la vingtième des *Lettres à Lucilius* de Sénèque qui nous ramène à l'essentiel au moment d'aborder l'expérience philosophique :

Or il est une chose, cher Lucilius, dont je te prie, à quoi je t'exhorte : fais descendre au fond de ton cœur la philosophie ; fonde l'expérience de ton progrès non sur la chose dite ou écrite, mais sur la fermeté de l'âme et la réduction des désirs. Vérifie les paroles par les actes [...] La philosophie enseigne à agir, non à parler.

Je crois pouvoir affirmer que je comprends pourquoi la philosophie académique se réduit parfois à une histoire de systèmes, de doctrines et de problèmes, bref à un travail de haute voltige sur des concepts abstraits. Je crois savoir aussi qu'il existe, presque à l'opposé, une philosophie qui se présente plutôt comme une littérature en multipliant les essais à l'infini. À distance de Charybde

et de Scylla, j'aimerais montrer dans ce livre que la philosophie peut être une expérience englobante, non seulement un choix d'existence singulier, mais surtout une manière de retrouver une cohérence perdue : cohérence entre soi et soi-même, accord entre soi et les autres et, enfin, cohérence entre soi-même et la nature à laquelle nous appartenons. Pour cela, il nous faudra naviguer jusqu'à Delphes, car cette décision ne doit pas demeurer lettre morte... C'est une exigence de cohérence qui se tient derrière l'énoncé selon lequel il nous faut prendre la philosophie au sérieux. C'est cette exigence, en somme, qui justifie l'odyssée philosophique que je proposerai dans ces pages.

À propos de la navigation

Ce voyage comportera trois étapes. Pour prendre la direction de la philosophie et entamer une première navigation, comme dirait Platon, la section introductive sera constituée d'une exhortation à la vie examinée et d'une étude des origines lointaines de la philosophie. En guise d'invitation, je rappellerai l'importance que revêt la décision initiale. C'est dans cette partie que nous trouverons une introduction à la philosophie antique par une étude du « philosophe archaïque ». La deuxième étape, celle qui forme le cœur de ce livre, présentera six grandes écoles ou approches philosophiques de l'Antiquité : le socratisme, le cynisme, le scepticisme, l'épicurisme, le stoïcisme et la vie contemplative. Formée de six chapitres, cette seconde navigation sera la plus longue, car elle exige une mise en contexte de chacune des écoles, une clarification du mode de vie choisi, un survol des exercices spirituels ainsi qu'une illustration du discours philosophique. Enfin, pour retrouver notre époque, je propose dans une troisième partie une réflexion brève sur la vie examinée et l'éthique aujourd'hui. Formé d'un seul chapitre et de deux notices, cette dernière partie prendra la forme d'un entretien avec l'auteur qui permettra de répondre à quelques questions laissées en suspens au cours de la recherche. La plus importante de ces questions est de savoir en quel sens la philosophie comme mode de vie peut être actualisée aujourd'hui.

Le lecteur remarquera que des notices ont été insérées entre les chapitres qui ponctuent ce parcours. On trouvera des notices

d'auteurs et des notices thématiques. De quoi s'agit-il au juste ? Si les chapitres sont des textes longs, les notices sont des textes brefs et spécialisés qui permettent soit de compléter soit de faire un retour sur ce qui a été présenté. On trouvera, par exemple, une notice portant sur la contribution de l'helléniste *Pierre Hadot* et une autre sur *la tâche politique du philosophe* : ces notices complètent les chapitres qui les précèdent et proposent des approfondissements sur des questions particulières. On trouvera également une notice thématique sur *la vie philosophique* et une autre intitulée *l'exercice de reprise* : ces notices ont plutôt comme objectif de permettre au lecteur de s'approprier des éléments déjà abordés. Enfin, les notices les plus exigeantes, comme celle qui est consacrée à *Foucault*, celle qui aborde *l'actualisation de la philosophie comme mode de vie* ou celle qui s'intitule *l'éthique aujourd'hui*, se liront davantage comme des contributions à la discussion actuelle.

À distance de Charybde et Scylla

Cet ouvrage aborde les écoles à la manière d'attitudes possibles, c'est-à-dire comme des choix de vie autonomes et distincts. Étant donné le primat toujours consenti à la diversité et à la nécessité de laisser le lecteur philosopher par lui-même et s'approprier à sa guise les pratiques, il y a deux choses que l'on ne trouvera pas dans ce livre. On ne trouvera pas une critique des autres approches philosophiques ni l'imposition d'une manière de lire la philosophie antique. Cela mérite une explication. D'abord, bien que la matière abordée puisse s'y prêter parfois, on ne trouvera pas une critique de la philosophie telle qu'elle est enseignée dans nos institutions. En effet, dans l'enseignement, nous n'insistons pas sur la manière de vivre mais sur ce qui est transférable, à savoir la connaissance philosophique. En revanche, on ne trouvera pas non plus une justification de la philosophie académique. Si nous évitons la discussion technique et érudite des doctrines et des concepts, c'est pour faire prévaloir la vie philosophique et les pratiques que l'on peut soi-même actualiser.

Ensuite, bien qu'une école philosophique pose toujours une question qui s'inscrit dans un contexte particulier et y réponde par une conception qui se voudrait une solution globale, nous ne trou-

verons pas dans les pages qu'on va lire une solution unique aux problèmes humains. J'ignore si une telle panacée existe et, si elle le pouvait, je doute qu'elle puisse guérir qui que ce soit. C'est pourquoi je ne disqualifierai aucune approche qui nous conviendrait moins, considérant, par exemple, que le spiritualisme est dépassé ou que le matérialisme répond mieux à notre époque. Dans ce livre, on ne choisit pas à la place de notre lecteur ; on se propose plutôt de présenter les écoles antiques sous leur meilleur jour afin de susciter une libre discussion sur leur pertinence et leur actualité. Cela dit, nous ne trouverons pas davantage le préjugé contraire selon lequel toutes les manières de vivre sont équivalentes et que tous les êtres humains sont, d'une manière ou d'une autre, un peu « philosophes ». Non, car l'élaboration d'une *vie philosophique* est une option exigeante qui, si elle ne peut convenir à tous, a pourtant le mérite d'être, par sa portée existentielle, matière à discussion par tous. Afin d'encourager le lecteur à élaborer son propre mode de vie, selon le bien qui lui semblera le plus digne d'être recherché, je l'inviterai surtout à se soucier de lui-même plutôt que de souscrire aux pistes d'actualisation proposées ici.

La destination et le destinataire

Qu'est-ce qu'une vie examinée ? Peut-on en donner ici une première idée ? À côté de la vie ordinaire, de la routine quotidienne et des multiples contradictions de l'existence, il y aurait place pour un savoir-vivre fondamental, pour un souci de soi qui conduit à la prise de conscience de ce qui forme l'essentiel des préoccupations humaines. La vie examinée annonce une réconciliation avec soi-même, la possibilité de se pacifier afin de cohabiter avec les autres ainsi qu'avec la nature. C'est peut-être la raison profonde pour laquelle les philosophes grecs accordaient plus de valeur à la vie de l'âme qu'à la vie du corps, plus de soin à la vertu morale qu'à la réussite matérielle, bref plus d'intérêt à devenir eux-mêmes meilleurs qu'à chercher les avantages éphémères que procure la réussite sociale.

À qui s'adresse cet ouvrage ? Il s'agirait d'offrir à toute personne curieuse et intéressée par la philosophie des pistes de réflexion pour examiner sa vie. Il s'agirait de présenter, à qui veut vivre

autrement, une introduction à la vie philosophique. Enfin, la personne formée à la philosophie trouvera ici l'occasion d'approfondir plusieurs thèmes qui ont fait l'objet de recherches érudites par Hadot, Foucault et Voelke. « Si la fortune lui est favorable », ce livre tombera entre les mains de personnes qui y trouveront un profit durable.

Encore un mot

Les réflexions que je présente au lecteur sont le fruit de différents cycles d'enseignement et de conférences publiques qui s'échelonnent sur une dizaine d'années. Je me propose de retracer brièvement ces étapes pour éclairer la démarche qui a été la mienne. Le matériau initial à la source de l'ouvrage, soit l'étude des écoles philosophiques, a été présenté pour une première fois lors de plusieurs cours offerts à la formation continue de l'Université Laval de l'automne 2002 à l'hiver 2006. Il a été approfondi et révisé à l'occasion de deux cours donnés aux étudiants de premier cycle à la Faculté de philosophie de l'Université Laval en 2006 et en 2007. Enfin, la troisième version de ce matériau fut l'objet de huit conférences publiques présentées aux Belles Soirées de l'Université de Montréal en 2013. Quant à mon travail sur Foucault, il a fait l'objet de conférences et de publications distinctes.

En terminant, j'aimerais exprimer ma profonde gratitude aux quelques personnes qui ont rendu ce livre possible ou qui en ont fait la première lecture. D'emblée, je suis redevable à Denise Leahy, ma conjointe, d'avoir suggéré qu'un premier texte soit établi à partir de conférences prononcées à Québec à l'automne 2011. Sans ses suggestions précieuses et son soutien indéfectible, cet ouvrage n'aurait probablement jamais vu le jour. Dans la même veine, j'aimerais remercier également Pierre-Alexandre Morneau-Caron qui a préparé, à partir d'enregistrements et de notes, la première version du texte qu'on va lire. Formé à la philosophie antique et ayant lui-même approfondi le rôle de l'exhortation dans le discours philosophique, je lui dois sans conteste l'intuition à la source du premier chapitre.

Si le milieu de l'enseignement favorise les rencontres, le destin de certaines d'entre elles se montre parfois favorable. C'est pourquoi il me faut remercier deux collègues qui ont bien voulu lire mon manuscrit afin de me faire parvenir des suggestions et des questions. En premier lieu, je dois au professeur de physique Robert Bernier une lecture intégrale. Autodidacte et pragmatique, surtout soucieux de ne jamais laisser le discours se nourrir de croyances et d'illusions, bref mieux à même de comprendre mon projet que je l'aurais imaginé, Robert Bernier m'a grandement aidé à améliorer la lisibilité de mon texte. Mais comme les ressources qui permettaient de confirmer mes hypothèses se trouvaient parfois à la porte voisine plutôt qu'à la bibliothèque, je tiens à remercier Alexandre Simard pour les échanges enrichissants que nous avons eus au cours de la dernière année. Professeur de philosophie, féru de culture antique, je lui dois de nombreuses références ainsi que d'innombrables hésitations. Quant à l'expression liminaire de l'éthique de la cohabitation que je propose ici, je la dois en partie aux discussions stimulantes que j'ai eues aux cours des dernières années avec le professeur Antoine Corriveau-Dussault.

Enfin, l'éditeur des Presses de l'Université Laval, André Baril, trouvera ici l'expression de ma reconnaissance pour son intérêt et sa collaboration. Partenaire enjoué de ce projet, premier lecteur du manuscrit et ami de la sagesse, je remercie André Baril d'avoir rendu ce livre possible, et ce même si la philosophie ne se trouve pas dans les livres !

PREMIÈRE PARTIE
Vers la philosophie

Chapitre I

À la croisée des chemins

En guise d'exhortation

« Je croyais, Socrate, que ceux qui s'adonnent à la philosophie devenaient forcément plus heureux ; mais c'est tout le contraire que tu me donnes l'impression d'avoir retiré de la philosophie. Tu vis de telle sorte que pas même un esclave ne resterait chez un maître qui lui imposerait ton régime. Les aliments que tu manges et les boissons que tu bois sont les plus médiocres [...] De plus, tu ne reçois pas d'argent, alors qu'il est réjouissant d'en gagner et que sa possession permet de vivre avec plus de liberté et de plaisir. [...] »

Et Socrate de répliquer à cela : « À en croire, Antiphon, la façon dont tu te la représentes, la vie que je mène est à ce point misérable que tu préférerais, j'en suis convaincu, mourir plutôt que de vivre comme moi. Eh bien, examinons ce qu'il y a de pénible, à ton impression, dans ma façon de vivre. »

XÉNOPHON, *Mémorables*, I, 6, 2-4.

Ailleurs donc ces misérables défaites : « Je n'ai pas encore tout ce qui suffit. Que j'arrive à telle somme, alors je me donne à la philosophie tout entier. » Eh ! ce que tu dois avant tout acquérir, c'est bien cette philosophie que tu ajournes, que tu veux acquérir en dernier lieu ; c'est par elle qu'il faut commencer. « Je veux, dis-tu, acquérir de quoi vivre. » Eh bien, apprendis aussi à faire l'acquisition de toi-même.

SÉNÈQUE, *Lettres à Lucilius*, 17, 5.

Car nul, s'il hésite entre deux routes, ne peut faire de progrès, mais si tu as préféré à tout autre cette voie, si c'est à elle seule que tu désires t'attacher, si tu veux y tendre tous tes efforts, laisse tout le reste ; sinon, cette hésitation produira ce double résultat : tu ne feras pas les progrès qu'il te convient de faire, et tu n'obtiendras pas non plus ce que jadis tu obtenais.

ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 2, 4-5.

Je me suis souvent demandé avec étonnement par quels arguments il était possible de justifier notre manière actuelle de vivre. En réfléchissant aux incohérences nombreuses qui nous habitent, en les remettant en question, j'ai réalisé que, malgré notre niveau de vie enviable et les discours rassurants que l'on entend partout, bref malgré les efforts faits pour nous donner bonne conscience, à l'évidence, nous ne savons plus vraiment vivre. Je sais que ce jugement soulèvera bien des questions ! Que veut-on dire ici par savoir *vraiment* vivre ? Existerait-il donc un *savoir* de la vie qui nous aurait échappé ? Y aurait-il une manière de vivre qui soit vraiment *supérieure* aux autres ? Faudrait-il *revenir* aux Grecs anciens ?

Il m'a paru que si nous acceptions seulement de nous interroger sur nos actions et les valeurs qui les motivent, il se pourrait bien qu'à la lumière d'un simple examen socratique nous nous découvririons incapables de justifier notre mode de vie. Loin de moi l'idée que les Grecs valaient mieux que nous ou que les progrès accomplis au cours de la modernité n'ont rien de positif, mais il me semble qu'une question essentielle ait peu à peu disparu de notre champ d'interrogation. Cette question est celle de l'*art de vivre*, celle de la *juste manière de vivre*, celle d'un *mode d'être* qui réaliserait un accord entre *ce qui est* et *ce que nous sommes*. Ce que les premiers philosophes illustraient par leur vie, c'est que l'élaboration d'un art de vivre est possible, et qu'un choix cohérent d'existence, loin d'être une option éthique parmi d'autres, demeure ce qui est le plus nécessaire au point de vue moral.

Comme la recherche du plaisir et l'idée de passer une vie heureuse nous concernent tous également, choisissons un exemple simple qui illustre qu'un art de vivre est possible et que l'on peut l'apprendre, pour peu que l'on s'en donne la peine. Dans les *Mémoires*, rédigés en souvenir des actes et des paroles de Socrate, son disciple Xénophon rapporte comment le philosophe faisait réfléchir son ami Aristippe au sujet de la vie agréable. Dans l'extrait suivant, Socrate cite les propos du sophiste Prodicos qui rappelait comment Héraklès, se trouvant à la croisée des chemins, en était venu à choisir le style d'existence qu'on lui connaît. Les chemins sont

représentés ici par deux belles femmes, le Vice et la Vertu, qui sont apparues au jeune homme méditant :

Au dire de Prodicos, le Vice lui coupa alors la parole : « Vois-tu, Héraklès, comme il est ardu et long le chemin que cette femme te trace pour arriver aux plaisirs ? Moi, c'est par un chemin facile et court que je te conduirai au bonheur. » Et la Vertu lui répondit : « Misérable, qu'as-tu de bon à offrir ? Et que sais-tu du plaisir, toi qui ne veux rien faire pour l'obtenir ? Toi qui n'attends même pas le désir du plaisir, mais qui te rassasie de toutes choses avant même d'en éprouver le désir : tu manges avant d'avoir faim, tu bois avant d'avoir soif ; pour manger avec plaisir, tu te déniches des cuisiniers ; pour boire avec plaisir, tu te procures des vins chers [...] ; pour dormir avec plaisir, tu te procures non seulement des couvertures moelleuses, mais aussi des lits et des supports pour les lits. Car ce n'est pas à cause de la fatigue, mais parce que tu n'as rien d'autre à faire, que tu désires le sommeil. Tu provoques les plaisirs de l'amour avant même d'en éprouver le besoin [...] c'est ainsi que tu formes tes propres amis : à se livrer à tous les excès durant la nuit, et à passer les heures du jour à dormir »¹.

Dans cet extrait, les paroles de la Vertu doivent être rapprochées du mode de vie de Socrate. En effet, l'art de vivre qu'il avait adopté correspondait à la voie longue et ardue dépeinte ici, soit celle d'une existence caractérisée non seulement par des exercices, mais surtout par la modération et la maîtrise de soi. Il faut remarquer aussi que l'art de vivre de Socrate, qui ne refusait pas le plaisir mais qui s'interrogeait sur la manière de l'éprouver, se présentait comme une vie simple, dénuée d'artifice, c'est-à-dire une vie conforme à la nature. Étant désormais convaincus que, comme le jeune Héraklès, nous sommes aussi à la croisée des chemins, ne faut-il pas, comme le demandait Socrate, revenir à l'essentiel ?

Pour bien faire, il faudrait donc partir de l'essentiel et y revenir constamment. C'est ainsi que nous ne perdrons pas notre temps et que, si l'on y demeure toujours attentif, nous ne nous laisserons pas égarer par les sirènes. Or qu'est-ce que l'essentiel ? On trouve dans le stoïcisme l'idée selon laquelle il faut vivre pleinement, faire en sorte que l'âme profite de toutes ses heures, se ressaisisse elle-même, afin que chaque action soit posée comme si elle devait être la dernière. Voici comment Sénèque exhortait son ami Lucilius à

fortifier son âme et comment, en écho, Marc Aurèle décrivait la perfection morale :

L'essentiel n'est pas de vivre longtemps, mais pleinement. Vivras-tu longtemps ? C'est l'affaire du destin ? Pleinement ? C'est l'affaire de ton âme. La vie est longue si elle est remplie. Or elle est remplie aussitôt que l'âme a repris possession du bien qui lui est dévolu et ne relève plus que d'elle-même.

À tout moment, songe avec gravité [...] à faire ce que tu as en main, avec une stricte et simple dignité, avec amour, indépendance et justice, et à donner congé à toutes les autres pensées. Tu le leur donneras, si tu accomplis chaque action comme étant la dernière de ta vie [...] La perfection morale consiste en ceci : à passer chaque jour comme si c'était le dernier, à éviter l'agitation, la torpeur, la dissimulation².

Ce qui est déterminant lorsqu'on songe sérieusement à la possibilité d'acquérir un art de vivre, c'est la question du temps. En effet, comme le remarquait Sénèque, « la vie court, pendant qu'on la remet à plus tard³ ». Dès lors, ne faut-il pas nous hâter quand on réalise l'implacable vérité de l'adage *Ars longa, vita brevis*⁴, qui rappelle que si la vie est courte, l'art médical, lui, est long à acquérir ? Faute d'avoir entrepris notre projet en temps utile, ayant accepté de nous disperser plutôt que de réformer notre mode de vie, la conclusion qui risque de s'imposer à nous sera celle contre laquelle nous mettais en garde le médecin Hippocrate : « Il est dommage qu'il faille mourir, juste au moment où l'on commence à se rendre compte de la façon dont on aurait vraiment dû vivre⁵. » C'est pourquoi Sénèque exhortait sans relâche son ami Lucilius qui, même à un âge avancé, se trouvait toujours à la croisée des chemins : « Ce que tu dois avant tout acquérir, c'est cette philosophie que tu ajournes, que tu veux acquérir en dernier lieu ; c'est par elle qu'il faut commencer⁶. »

Pourquoi cette exhortation à la vie philosophique ? Peut-être parce que l'idéal antique a presque disparu de la signification du mot *philosophie* que nous employons aujourd'hui. En effet, la philosophie s'enseigne et s'apprend presque exclusivement dans les collèges et les universités, des institutions qui ont transformé la signification de la philosophie en mettant surtout l'accent sur sa

dimension intellectuelle. Quoi qu'il en soit, la philosophie qui m'occupe depuis plusieurs années ne trouve pas sa source dans un discours savant, érudit ou spécialisé, mais plutôt dans des attitudes existentielles, des pratiques de vie et des genres d'existence. C'est ainsi que sous l'appellation de « philosophie comme mode de vie », que j'emprunterai d'abord au professeur Pierre Hadot⁷, je proposerai d'approfondir les attitudes fondamentales expérimentées par les premiers philosophes face à l'existence. J'examinerai les options existentielles qui ont donné lieu aux six « écoles » suivantes : le socratisme, le cynisme, le scepticisme, l'épicurisme, le stoïcisme et la vie contemplative⁸. Conscient de la différence qui sépare notre programme des exigences propres au genre théorique, nous partirons de l'expérience elle-même pour étudier la philosophie, car, s'il faut le dire tout de suite, c'est à leur genre de vie que se sont reconnus les premiers qui, au VI^e siècle avant notre ère, se sont appelés « philosophes ». Comme notre programme ne va pas sans questions, il est temps de préciser davantage notre route.

Premières questions

Il faut maintenant clarifier l'objet de cet ouvrage par des questions dont le mérite sera de resserrer notre propos. Au nombre de trois, ces questions seront les suivantes. 1) Si elle doit être distinguée des autres conceptions de la philosophie et qu'elle ne constitue pas une approche comme telle, *qu'est-ce que* la philosophie comme mode de vie ? Répondre à cette première question nous permettra de définir la philosophie comme mode de vie en faisant d'elle une approche qui, sans prétention, nous engage sur le chemin de la sagesse. 2) Si elle doit prendre appui sur les textes de la littérature antique, textes qui ne sont pas nécessairement actuels, *pourquoi* nous intéresser aujourd'hui à la philosophie comme mode de vie ? Répondre à la question de la pertinence et de l'actualité de cette approche sera l'occasion de rappeler la signification première et indéracinable du mot *philosophia*. 3) Si elle n'a rien à voir avec l'analyse érudite des textes anciens et qu'elle ne prétend pas constituer un exposé scientifique de la pensée antique, *comment* peut-on procéder à une étude rigoureuse du mode de vie philosophique ? En montrant comment une étude de la vie philosophique est