

HÉLÈNE SOUMET

**MA DOSE QUOTIDIENNE  
DE PHILOSOPHIE**

**ARMAND COLIN**

## Du même auteur

*Le bac philo en 101 citations*, First Éditions, 2015.

*Le petit Larousse des grands philosophes*, Larousse, 2013.

*La philosophie pour ceux qui ont tout oublié*, Larousse, 2020.

*Platon à la plage*, Dunod, 2020.

Direction artistique : Élisabeth Hébert

Création de couverture et maquette intérieure : Élisabeth Hébert

Illustration de couverture : Rachid Marai

Le pictogramme qui figure ci-contre mérite une explication. Son objet est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit, particulièrement dans le domaine de l'édition technique et universitaire, le développement massif du photocopillage.

Le Code de la propriété intellectuelle du 1<sup>er</sup> juillet 1992 interdit en effet expressément la photocopie à usage collectif sans autorisation des ayants droit. Or, cette pratique s'est généralisée dans les établissements

d'enseignement supérieur, provoquant une baisse brutale des achats de livres et de revues, au point que la possibilité même pour

les auteurs de créer des œuvres nouvelles et de les faire éditer correctement est aujourd'hui menacée. Nous rappelons donc que toute reproduction, partielle ou totale, de la présente publication est interdite sans autorisation de l'auteur, de son éditeur ou du

Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).



© Armand Colin, 2021.

Armand Colin est une marque de Dunod Éditeur.

ISBN 978-2-200-62731-7

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2° et 3° a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

JANVIER

1<sup>ER</sup> JANVIER

# DES ORIGINES LOINTAINES, DES PENSÉES SI PROCHES

**D**ès l'aube de l'humanité, les hommes ont réfléchi au mystère de leur origine, au sens de leur vie, au monde étrange qui les entoure et à la merveilleuse capacité de parler, de penser qui les distingue de tous les êtres vivants. Les récits très anciens qui ont échappé à la destruction témoignent du désir impérieux de comprendre et d'éclaircir le mystère de la vie humaine.

*L'Épopée de Gilgamesh*, est un récit initiatique écrit en akkadien, en caractères cunéiformes, au XVIII<sup>e</sup> siècle avant notre ère. Écrit sur des tablettes d'argile

miraculeusement conservées, c'est le texte le plus ancien que nous connaissons. Gilgamesh, roi d'Uruk en actuelle Irak y affronte des épreuves, voyage à la recherche de l'immortalité et devient un sage. L'épopée recèle déjà des réflexions sur le sens de la vie, la mort, l'amitié. Émotions et sentiments si proches des nôtres! Dans le passage suivant du récit, des accents épicuriens évoquent la brièveté de la vie et conseillent à Gilgamesh, le héros en quête de l'impossible immortalité, de jouir du moment présent. Émouvant récit qui vient de si loin... ▲

## À PROPOS

« Où cours-tu, Gilgamesh ? La vie que tu poursuis, tu ne la trouveras pas. (...) Jour et nuit, réjouis-toi ! Chaque jour, fais la fête ! Danse et amuse-toi ! Que tes vêtements soient immaculés, baigne-toi à grandes eaux ! Contemple l'enfant qui te tient par la main. Que ta bien-aimée se réjouisse dans tes bras ! Telle est l'occupation des hommes. »

2 JANVIER

# PRÉMISSSES ÉGYPTIENNES ET QUESTIONS ÉTERNELLES

**P**ouvons-nous être heureux dans notre brève existence? Comment vivre selon la sagesse? Qu'arrive-t-il après la mort? Questions éternelles des hommes...

La civilisation raffinée de la vallée du Nil y répond en esquissant les prémisses de la philosophie.

La mort, omniprésente dans la pensée égyptienne, est vaincue par l'immortalité des pharaons divinisés, immortalité figurée par les pyramides qui résistent au temps. Le manuel de Ptahotep, vers - 2300 évoque les questions qui hantent l'humanité: la mort, les dieux, le sens de la vie, la douleur et édicte des règles morales dignes des penseurs stoïciens et épicuriens. « Ne sois pas avide de cœur en ce qui concerne le partage des biens, ne sois pas avide de cœur envers tes proches. »

Et, daté de - 2200, un poème, visible au musée de Leyde, chante le moment présent avec des accents épicuriens. « Multiplie les

plaisirs et ne laisse pas ton cœur languir. Célèbre le jour dans la joie. »

Vers - 1300, le papyrus d'Ipouwer nous touche par des interrogations si proches des nôtres à propos de l'existence du divin « si seulement ils pouvaient savoir où est le dieu »: quête immémoriale du divin et interrogation angoissée d'un être qui doute de l'existence des dieux. Plus loin sur ce même papyrus: un étonnant discours qui voit l'humanité comme une malédiction pour le monde, comme nous le déplorons actuellement pour la planète. « Puisse-t-il venir le jour où l'humanité cessera d'exister... où tout bruit cessera sur la Terre. » ▲

3 JANVIER

# MYTHES FONDATEURS EN GRÈCE ANTIQUE

Les hommes, dans ce monde peuplé de multiples êtres – les végétaux, les animaux et même les minéraux –, se sont toujours interrogés : comment tout a-t-il commencé, qui a créé ce monde ?

Aujourd'hui, malgré les avancées de la science, ces interrogations perdurent.

Les mythes sont des récits imaginaires qui relatent les origines du monde et répondent par des métaphores, par l'évocation de forces surnaturelles aux éternelles questions des hommes sur leur origine et leur destinée. Ils pallient ainsi l'ignorance des premières causes.

Le poète grec Hésiode, au VIII<sup>e</sup> siècle av. J.-C., inspiré par les Muses, conte dans *Théogonie* la naissance du monde. Dans ce récit mythique, après l'informe et l'indicible Chaos, Gaïa – la Terre – s'unit à l'immense Ouranos – le ciel – et engendra toutes les créatures :

« Avant toutes choses fut Khaos, et puis Gaïa au large sein, siège toujours solide

de tous les Immortels qui habitent les sommets du neigeux Olympos et le Tartaros sombre dans les profondeurs de la terre spacieuse [...] »

Le monde est ainsi créé progressivement selon les liens amoureux de Gaïa, la Terre et d'Ouranos, le ciel étoilé. Dans cette cosmogonie – ou création du monde –, ce ne sont pas les dieux qui créent la matière mais étonnamment, c'est la matière elle-même qui a fait surgir les dieux immortels. Peut-être cela explique-t-il le caractère des dieux grecs si semblable à celui des mortels que nous sommes. ▲

4 JANVIER

# CHAOS PRIMORDIAL ET NAISSANCE DE L'ORDRE

**O**n confond souvent le chaos et le désordre, en croyant que le chaos n'est qu'un plus grand désordre. Or, le chaos est ce mystérieux état primordial avant la création du monde, avant même l'ordre et le désordre.

Les cosmogonies partent toujours de cet état premier : le chaos en Grèce, le tohu-bohu dans la Bible, le *noun* en Égypte, *Nammu* à Sumer. Il y a dans ce concept de chaos une universalité étonnante. Le chaos, c'est l'indistinction, la matière informe qui interdit le surgissement de toute forme, une idée difficile à se représenter.

Cet état d'indescriptible confusion est antérieur au désordre qui, lui, présuppose déjà l'existence d'un ordre. La mise en ordre s'opère par une puissance supérieure qui vient des dieux, ou d'un dieu souvent au terme d'une lutte acharnée entre lui et le chaos. Lorsque l'ordre du monde est instauré, hélas, on n'en termine

pas avec le chaos : monstres, dragons, sorciers, titans sont autant de forces obscures qui menacent le fragile ordre du monde instauré par les dieux. Surgit alors le désordre, qui est l'ordre dérangé, bouleversé.

Mais, les héros de la mythologie combattent toujours les hideuses puissances du désordre qui subsistent et que l'on rencontre encore dans nos contes et légendes. Ainsi, Thésée combat le Minotaure, Hercule combat l'Hydre de Lerne, tous ces héros défendent l'ordre du monde contre la menace du désordre. ▲

5 JANVIER

# L'HYBRIS

**D**evant les progrès des sciences et des techniques, nous nous demandons avec inquiétude si nous n'allons pas contre la nature. Un tollé de protestations salua, par exemple, le premier « bébé éprouvette ». Au XX<sup>e</sup> siècle, l'humanité a montré l'étendue de sa démesure : bombe atomique, camps, attaque des gaz, guerres biologiques. La démesure de l'homme vient de ses aspirations infinies et se heurte à la hantise qu'il a de ses limites, des transgressions possibles et de la crainte immémoriale d'une vengeance des dieux ou de la nature...

Pour la pensée grecque, l'ordre du monde doit être respecté et il importe que l'homme reste à sa place. L'*hybris* est cet orgueil qui pousse l'homme à vouloir égaler les dieux, à rivaliser avec eux, à s'attribuer leurs privilèges, à accroître sa puissance. Cette démesure ou *hybris* lui fait dépasser les limites imposées et menace l'ordre du monde.

Hérodote conseille de regarder les grands arbres « sur eux descend la foudre, car le ciel rabaisse toujours ce qui dépasse la mesure ». Ainsi, pour les Grecs, la faute essentielle est l'*hybris* : Prométhée vola le feu aux dieux pour l'offrir aux hommes, Tantale leur déroba l'ambroisie, Icare voulut approcher le Soleil, et Achille massacra le corps d'Hector, vaincu au combat. Ceux qui sont coupables d'*hybris* sont anéantis par les dieux, châtiés par Némésis (déesse de la vengeance).

Notre civilisation ne serait-elle pas coupable d'*hybris*? La pensée grecque conseillait la juste mesure, la tempérance : seraient-ce des vertus désuètes? ▲



6 JANVIER

# DES MYTHES À LA PHILOSOPHIE

**N**ous ignorons les commencements et le sens de notre existence. Face à ce mystère, le mythe rend le monde intelligible. « L'amour des mythes est, en quelque manière, amour de la sagesse » selon Aristote. Le mythe, quoiqu'imaginaire et merveilleux, nous conte les origines du monde, la naissance de l'humanité, la raison de l'existence du mal. Ce sont les mythes qui expliquent la naissance de l'ordre qui surgit du chaos primordial.

Le mythe de Prométhée, par exemple, suggère que l'homme est en partie divin, car le feu offert aux hommes par Prométhée a été volé aux dieux. Le mythe de Pandore, femme trop curieuse qui a ouvert, malgré l'interdiction, une boîte maléfique empliesse de toutes les calamités, explique l'origine et la persistance du mal. Les monstres, dragons, titans renvoient à l'image de puissances incontrôlables qui menacent l'ordre, puissances qui figurent la folie destructrice qui s'empare parfois des hommes.

Le mythe répond aux questions essentielles, trouve les causes, précède et accompagne la philosophie. La vérité des mythes est la révélation de la nature de l'homme. Le mythe invite à penser et ouvre vers une interprétation infinie. Qu'ils évoquent les mythes ou qu'ils philosophent, les hommes cherchent à vaincre l'ignorance et à saisir le sens de leur vie. Si les mythes répondent aux interrogations essentielles, la philosophie, elle, pose et examine ces questions. ▲

7 JANVIER

# IL EXISTE UNE SAGESSE DES MYTHES

**O**n croit souvent que les mythes sont des récits anodins, qui amusent les enfants, récits imaginaires que la raison devrait combattre.

Pourtant, les mythes ont une telle puissance que les penseurs recourent aux mythes pour illustrer ou aborder ce qui ne peut s'expliquer par le discours rationnel. Platon, par exemple, nous conte le mythe de l'androgynie dans *Le Banquet* et la légende de Gygès dans *La République*. Freud a recours aux mythes fondamentaux pour expliquer nos désirs inconscients : le mythe d'Œdipe, le mythe de Narcisse.

Narcisse, merveilleux jeune homme, penché sur une source tombe amoureux de son reflet et néglige les avances des nymphes amoureuses de lui. Il tombe, se noie et est transformé en fleur. Ainsi, rejetant l'altérité, Narcisse est revenu vers lui-même pour aimer son image. Comme il est fils du Fleuve, c'est vers l'eau qu'il

retourne, au lieu de s'ouvrir au monde et aux autres, ce qui causa sa perte.

De surcroît, aimer son image, c'est aimer une apparence. Ce qui est grave chez Narcisse, c'est qu'il identifie son être à son image, ce qui revient à rejeter toute intériorité, à nier sa pensée, sa conscience : rien d'étonnant à ce qu'il meure et soit transformé en végétal.

Tout est lié : celui qui se confond avec son apparence, ne s'aime pas comme sujet, et par conséquent n'aime pas les autres non plus. Telles sont les leçons des mythes que la philosophie étudie. ▀

8 JANVIER

# CONFUCIUS ET LES VERTUS DE LA POLITESSE CHINOISE

« Plus de vertus naïves que de manières, tu es un rustre, plus de manières que de vertus naïves, tu es un cuistre ; autant de manières que de vertus, voilà un homme de qualité. » Confucius évoque au VI<sup>e</sup> siècle av. J.-C. les rituels. Pour notre regard occidental, ces rituels, paraissent complexes et mystérieux. Pourquoi occupent-ils une place aussi importante ?

Le rite, conduite codée, enseignée rigoureusement, régit les rapports entre les hommes, dans leur dimension spirituelle. Les gestes et les paroles témoignent du respect envers autrui que l'on reconnaît dans sa dignité. Ce respect de l'autre est un élément fondateur de la philosophie morale.

Le respect de l'autre entraîne la modestie : on s'incline, on baisse le regard, ce ne sont pas des gestes anodins. L'homme respectueux doit s'oublier, donner la préséance à l'autre, développant ainsi l'altruisme.

Ce rituel sacré fait émerger les valeurs de dignité, respect, égalité et exprime l'une des cinq vertus essentielles le *Li* : la bienséance. La finalité de la bienséance est d'établir l'harmonie et la paix dans la communauté.

La courtoisie extrême témoigne de la reconnaissance d'autrui, elle n'est pas une simple forme, elle représente toute l'humanité de l'homme au sens moral, comme au sens spirituel. La pensée de Confucius est essentiellement morale : à travers les rites imposés, l'homme peut se transformer et passer de la forme extérieure à la pureté d'intention intérieure. Le rustre devient un homme. ▀

9 JANVIER

# L'HARMONIE DU MONDE COMMENCE TOUT PRÈS DE NOUS

**A**u lieu de réformer la société et de fonder de grandes révolutions, commençons, dirait Confucius, par le commencement et réformons d'abord l'individu et la famille.

Pour Confucius, la piété filiale est le fondement de la cohésion sociale. Ainsi, le respect, l'attention, la tendresse données à ses parents représentent le modèle idéal de toutes les relations humaines. Cette attitude qui induit une réciprocité particulière entre êtres humains, fédère toute la société chinoise du VI<sup>e</sup> siècle av. J.-C. Elle est à l'origine d'une entière confiance accordée à l'autre, elle soude les différentes générations et met en évidence les liens invisibles qui constituent l'ordre de la nature.

On perce le mystère du raffinement de la culture chinoise : pour assurer une reconnaissance entre les êtres humains et perpétuer la civilisation, le quotidien est semé d'évènements ou de manifestations

ritualisés par des protocoles de courtoisie. La ritualisation fait émerger dans le moindre de nos gestes la mystérieuse réalité du sacré. L'omniprésence de la musique, l'harmonie qui relie les sons entre eux dans la mélodie exprime l'entente entre toutes les créatures du monde. Il s'agit de réintroduire la paix et l'ordre dans un monde divisé. L'homme confucéen est un élément de la nature : il ne la domine pas, il la traverse et rêve d'harmonie et d'équilibre. ▲

## À PROPOS

« Entre les Quatre mers,  
tous les hommes sont frères. »

10 JANVIER

# APPRENDRE LA BIENVEILLANCE

**C**onfucius a recentré l'intérêt que portait la Chine ancienne au surnaturel vers l'homme lui-même. Plutôt que de s'inquiéter d'un dieu tout-puissant préoccupé des affaires humaines, le philosophe porte son attention sur la vie morale.

Pour l'homme, toujours perfectible, qui cherche à devenir un être accompli, la vertu est l'apprentissage de toute une vie. « Si tu rencontres un homme de valeur, cherche à lui ressembler. Si tu rencontres un homme médiocre, cherche ses défauts en toi-même. » C'est l'exemplarité d'une attitude qui permet de faire naître les vertus. Se consacrer aux idéaux de la morale exige de la persévérance.

Mais que serait la vertu de l'esprit sans celle du cœur ? Avec le *ren* – qu'on peut traduire par bienveillance –, Confucius fait l'éloge des qualités d'humanité, de bienveillance et de générosité indispensables aux relations avec les proches. « On veut pour autrui ce que l'on voudrait pour

soi-même. » L'homme de qualité considère chacun pour ce qu'il est et non pour les avantages qu'il pourrait en obtenir. Kant le dira plus tard : « Considère autrui comme une fin et non comme un moyen ». D'ailleurs, l'idéogramme de *ren* n'est-il pas composé de l'association du signe de l'homme et du signe du lien ? Preuve que la relation à l'autre est essentielle dans la culture chinoise. ▲

11 JANVIER

# L'INVENTION CHINOISE DE L'ASCENSEUR SOCIAL

**E**n France, jusqu'à la Révolution, les jeunes hommes héritaient des charges de leur père, ce qui maintenait le système clos des ordres. D'où vient la fin de ce système ?

Dans la Chine traditionnelle, la valeur d'un homme était liée à son origine sociale. Or, Confucius osa affirmer que « par nature les hommes sont tous semblables ». Il pose ainsi l'idée d'une égalité théorique entre les hommes, l'idée d'une commune nature humaine. C'était la première fois qu'on envisageait la possibilité d'une véritable égalité entre les hommes. L'homme devint alors sujet de ses actes et responsable de sa vie.

Grâce à cette idée audacieuse, on accorde au mérite une place essentielle. Elle ouvre la voie aux concours impériaux chargés de recruter des fonctionnaires intègres et cultivés. Lors de ces concours les candidats sont enfermés avec l'impossibilité de communiquer. Les épreuves portent

des numéros qui garantissent l'anonymat. Ainsi, des enfants issus de condition modeste peuvent bénéficier d'une ascension sociale inimaginable auparavant.

Des siècles plus tard, ce système, introduit en France par les jésuites, est à l'origine des concours de la fonction publique généralisés par Napoléon pour renouveler les élites de l'ancien Régime. Mais rares sont ceux qui savent aujourd'hui que la pensée de Confucius est le fondement du principe de l'égalité des chances dans les concours d'entrée des grandes écoles et les concours administratifs... ▲

12 JANVIER

# RÊVE OU RÉALITÉ DU PAPILLON ?

**Q**uelquefois, nous nous pinçons pour nous assurer que nous ne rêvons pas. Cette petite habitude montre à quel point nous sommes embarrassés pour distinguer le rêve de la réalité, car lorsque nous rêvons, nous éprouvons le même sentiment de réalité que lorsque nous sommes éveillés !

Au IV<sup>e</sup> siècle av. J.-C., le sage chinois Zhuangzi conte cette fable dans le recueil *Discours sur l'identité des choses* 庄周梦蝶 :

« Zhuangzi rêva un jour qu'il était un papillon, un papillon léger qui voletait et voltigeait alentour, heureux de lui-même et allant à son gré. Il ignorait alors qu'il était Zhuangzi. Soudain, il se réveilla, et il se tenait là, comme un homme assurément. Mais il ne savait pas s'il était un homme qui avait rêvé qu'il était un papillon, ou un papillon qui rêvait qu'il était un homme. »

Cela invite à réfléchir sur l'illusion et l'erreur. L'erreur est involontaire et se corrige dès que la vérité apparaît, parce qu'elle vient d'un manque de connaissance. Mais l'illusion persiste, s'immisce au cœur de nos désirs, de nos craintes. L'illusion se construit alors autour de fantasmes, d'imaginaire sans ancrage dans le réel. La vie serait-elle une illusion ? ▲

## LE SAVIEZ-VOUS ?

Où est la frontière entre le rêve et la réalité ? La vie n'est-elle qu'un songe ? Ce rêve du papillon a inspiré écrivains, concepteurs de jeux et scénaristes de séries. Raymond Queneau (qui est aussi philosophe) dans son roman *Fleurs bleues* y fait allusion.

13 JANVIER

# BOUDDHISME, LA SOUVERAINE VERTU DE LA COMPASSION

**N**ous n'aimons guère inspirer la pitié, car, lorsque nous souffrons, le regard compassé d'autrui nous humilie. Or, au VI<sup>e</sup> siècle av. J.-C. Bouddha enseigne la grandeur de la compassion, notion qu'il met au centre de sa pensée.

« La vie n'est que souffrance », telle est la première des quatre nobles vérités du bouddhisme. La première des vertus, la compassion qui signifie « souffrir avec », consiste à éprouver la souffrance d'autrui. Or, notre souffrance qui s'ajoute à celle de l'autre pourrait provoquer un sentiment d'impuissance, de désolation.

Mais l'amour compatissant, une seconde vertu est capable de faire cesser l'impuissance provoquée par la compassion. Par-là, nous cherchons à soulager la douleur d'autrui et à en supprimer les causes. Cet amour altruiste se répand non seulement sur les hommes, même les plus criminels, mais aussi sur tous les êtres vivants, abolissant ainsi la frontière entre l'homme et l'animal.

La compassion supprime les barrières sociales, les préjugés : riche ou pauvre, l'homme souffrant se retrouve au niveau de son frère bienveillant. Comme un acte qui rétablirait l'humain dans sa vraie relation à l'autre. Cette douceur touchante du bouddhisme, cette bienveillance universelle caractérise cette philosophie sans dieu créateur, philosophie athée ou agnostique (qui ignore si Dieu existe) qui plus tard s'est transformée en religion. ▲



14 JANVIER

# SE DÉLIVRER DE LA SOUFFRANCE

**P**ourquoi souffrons-nous? Le désir est source de la vie et par là, hélas, source de toute souffrance : désir de vivre, désir d'un ego avide de se perpétuer, désir de pouvoir et de richesse. Comme le désir est insatiable, nous souffrons toujours d'insatisfaction. Il faut faire cesser ce cycle infernal du désir qui, pour les bouddhistes, se répète par la réincarnation.

Pour supprimer cette souffrance : il faut renoncer à tout désir individuel, faire taire toute passion, supprimer tout attachement. Il importe d'éradiquer les trois racines du mal que sont la convoitise avec son désir insatiable de possession, l'erreur qui engendre des actions regrettables et la haine qui fait détester autrui et qui pousse l'homme à nuire, à se venger. C'est seulement à l'issue de ce chemin exigeant que les éléments constitutifs de l'ego disparaîtront. Ces renoncements nous délivrent. Devenu imperturbable, l'homme est libéré et nul événement ne le déstabilise. « Sans

passion, pas de chagrin, sans désir, pas de déception, sans attachement, pas de deuil » dit Bouddha. Ainsi, s'achève le cycle des réincarnations et on accède au *nirvana* qui est l'état d'éveil, d'apaisement et d'extinction du moi. ▲

## LE SAVIEZ-VOUS ?

Siddhartha Gautama ou Bouddha, riche et brillant jeune homme découvrit brutalement la misère du monde. Il devint ascète jusqu'à ce que l'éveil qui délivre l'homme des souffrances, lui soit révélé. *Bouddha* signifie « l'éveillé ».

15 JANVIER

# DE L'ART D'ÊTRE ASSIS SUR UN COUSSIN SANS S'ENNUYER

**L**e bouddhisme zen pratiqué au Japon se partage entre la tradition Sôtô, centrée sur la posture, et l'école Rinzai, où le maître propose des histoires absurdes pour que l'élève lâche ses repères logiques.

Être zen, c'est adopter une vie simple en se dépouillant de presque tout. Les arts japonais témoignent de cette noble sobriété. Comme le calligraphe, le disciple reste attentif au moindre geste effectué avec une conscience quasi sacrée. Il s'échappe du tourbillon des affaires du monde pour se retirer dans le calme.

Là, dans la quiétude et le silence, il médite assis en lotus. Son présent se densifie grâce à son attention accrue par la respiration consciente. L'espace, le temps, les certitudes disparaissent. La posture de méditation ou *zazen* est douloureuse pour les Occidentaux, mais l'esprit s'en trouve apaisé, la lucidité sereine se diffuse dans le corps.

Ainsi, assis sur son *zafu* – coussin de méditation – il laisse son regard mi-clos se poser devant lui, les mains l'une dans l'autre. Puis, il inspire pour laisser passer les idées comme des nuages, disent les maîtres zen. Et il expire, le plus longtemps et le plus calmement possible.

Un fil invisible relie le sommet de sa tête à la voûte céleste. Ainsi méditait Bouddha sous le figuier. ▲

## LE SAVIEZ-VOUS ?

La méditation modifie les structures de certaines aires du cerveau et permet de traiter la douleur, l'inflammation et la dépression.

16 JANVIER

## UN CONTE ZEN

**D**eux moines zen se préparaient à traverser une rivière. Une jolie jeune fille voulait traverser mais la rivière était trop haute et le courant violent. L'un des moines lui proposa de la porter sur ses épaules. Elle accepta et le moine la déposa sur l'autre rive sans qu'elle se mouillât.

Mais le second moine en colère le long du trajet lui reprochait sa faute. Un moine ne devait pas toucher le corps d'une femme. Il fulminait, soupirait. Près du monastère, il mença :

- Je vais te dénoncer auprès du maître car tu as enfreint une règle essentielle.
- Mais de quoi parles-tu ? demanda le moine étonné.
- Quoi ! Tu as oublié ta faute ? Tu as oublié avoir porté une jolie fille sur tes épaules ?
- Ah oui, dit le moine en riant, tu as raison, mais tu oublies que moi je l'ai laissée sur la rive il y a longtemps et toi, à mon avis, tu la portes encore sur ton dos !

Le second moine est obsédé par la jeune fille. Certes il ne l'a pas touchée et a respecté la règle dans les faits. Mais sa colère témoigne de la puissance de son désir. N'est-ce pas plus grave que d'avoir rendu service le cœur léger ? Il ne faut pas confondre l'esprit et la lettre. La lettre c'est le donné brut, figé de la loi ou de la règle. Ne suivre que la lettre, c'est oublier le sens, l'intention de la règle, c'est souvent trahir l'esprit. Dans les pratiques religieuses ou dans l'application des lois, c'est l'esprit qu'il faut préserver. ▲

17 JANVIER

# MILET : UNE CITÉ COSMOPOLITE ET BRILLANTE

**C**roire que la multiplicité des cultures affaiblit un peuple, porte atteinte à la richesse et à la culture, est une triste erreur liée à la crainte de l'autre : la xénophobie.

Milet est une colonie grecque prospère ; le cuivre abonde, les terres sont fertiles et sa laine est la meilleure du monde. Quatre ports échangent avec les peuples méditerranéens. L'historien Hérodote nommait la cité : « le joyau de l'Ionie ».

À Milet naquit l'école de Thalès, car la prospérité permet l'essor d'une vie intellectuelle, enrichie par le multiculturalisme

réunissant le Proche-Orient, l'Égypte, le monde grec et même l'Inde. Ce cosmopolitisme a poussé les esprits à dépasser la diversité des croyances, les particularités de chacun, et les différences de culture. En effet, pour faire l'accord des esprits, il faut faire appel à la raison commune à tous les hommes, afin de penser selon l'universel. Milet fut ainsi le berceau de philosophes, mathématiciens et astronomes, historiens et d'un architecte célèbre Hippodamos qui reconstruit la ville en - 479. ▲

## LE SAVIEZ-VOUS ?

En - 494, Milet fut détruite par les Perses, le peuple assassiné ou réduit en esclavage. Cette année-là, le poète Phrynichos représenta ce drame dans une tragédie à Athènes. Le chœur des captives se lamentait, les spectateurs pleuraient. Athènes punit le poète d'une amende de 1000 drachmes pour avoir fait pleurer les citoyens et a interdit de représenter la tragédie.

18 JANVIER

# QU'EST-CE QUE LA PHILOSOPHIE ?

**M**ême si la pensée antique semble loin de nous, les débuts de la philosophie sont les émouvants témoignages de poètes, astronomes, mathématiciens et physiciens : des génies universels dont il nous reste quelques mystérieux fragments. Vers le VI<sup>e</sup> siècle av. J.-C., à Milet, les sages (*sophoi*) Thalès, Anaximandre et Anaximène ont récusé les mythes et les fables pour penser le monde selon la raison, proposant des théories qui expliquaient l'origine de toutes choses, traçant ainsi le chemin de la science et de la pensée rationnelle. Étonnés du changement qui emporte les choses, ils cherchaient un point fixe, un principe qui résiste au changement.

Au V<sup>e</sup> siècle av. J.-C. apparut le terme « philosophie » en Grèce. Composé de *philo* qui signifie « j'aime » et de *sophia*, « la sagesse », il désigne l'amour de la sagesse. Cela suggère que le philosophe se distingue du sage. Le philosophe

doute et ne fait que tendre vers l'idéal de sagesse sans l'atteindre.

Plus tard, la philosophie se sépare des sciences pour devenir une pensée critique du monde : critique vient du grec *crinein* (juger). La philosophie apprend, aide à penser et pose les questions du sens de la vie, de la vérité, de la morale, de la politique et de l'esthétique. Elle nous éclaire mais ne résout pas les problèmes essentiels de l'humanité. ▲

## À PROPOS

« La philosophie naît de notre étonnement au sujet du monde et de notre existence » Schopenhauer, philosophe du XIX<sup>e</sup> siècle.

19 JANVIER

# D'OÙ VIENT LE MOT « HOMME » ?

**L**ongtemps, dans nos civilisations occidentales, l'homme s'est senti séparé des autres créatures, et, se croyant au sommet de la création dans nombre de religions et de cultures, il s'est pensé comme un être à part, se coupant alors de ses origines et de la nature.

Tous les mythes fondateurs clament, à l'instar de *L'Épopée de Gilgamesh*, que l'homme est fils de la terre, modelé dans l'argile, « façonné d'eau et de glaise » selon le poète grec Apollodore. « C'est la terre que je chanterai, Mère universelle » écrit Homère, poète grec dans *l'Hymne à la terre*. De même, selon une fable latine, l'homme est composé d'humus. La déesse Cura,

terme qui signifie « soin », fabrique l'homme à partir de la terre, *humus*. C'est de ce terme que vient son nom *homo*, humain. Cela invite l'homme à songer à ses modestes origines et à la terre mère dont il est issu. Nos origines terriennes nous invitent à retrouver un lien avec la nature, souvent rompu, par les artifices de la civilisation. Folie dénoncée par les peuples amérindiens – à la civilisation brisée par la « découverte » de l'Amérique – dans le texte : *Pieds nus sur la terre sacrée*. Folie dénoncée par le philosophe américain Henry Thoreau dans *Walden*. ▲

## À PROPOS

« Nous le savons : la terre n'appartient pas à l'homme, c'est l'homme qui appartient à la terre. Nous le savons : toutes choses sont liées. Tout ce qui arrive à la terre arrive aux fils de la terre. » Discours de Seattle, chef indien, 1854.

20 JANVIER

# NAISSANCE DE LA PERSONNE

L'idée du respect de la personne humaine, qui inclut les droits inaliénables de l'homme, les libertés fondamentales semble aller de soi et nous avons tendance à croire que cette idée a toujours existé.

Or, dans les civilisations antiques orientales ou égyptiennes, seul le roi ou le pharaon au pouvoir absolu sont libres, ce sont souvent des rois dieux. Les autres personnes ne sont que des sujets, plus ou moins privés de liberté, dépendants du pouvoir absolu et se courbant sous le joug du monarque. La culture grecque, dans la cité d'Athènes, présente un caractère radicalement original en ce qu'elle considère progressivement la personne, à savoir le citoyen athénien, comme un être unique, libre, et capable de penser le monde en dehors des discours établis par les puissants ou les religieux.

C'est ainsi que, dans une libre parole, la Grèce a pu, grâce à la liberté politique engendrée par la démocratie, instaurer la

liberté de l'intelligence, la liberté spirituelle et a ouvert le monde à une réflexion philosophique et scientifique unique à tel point qu'on a parlé du « miracle grec ».

Car dans le monde antique nul autre peuple n'avait instauré ce régime politique. Avec certes, une nuance de taille car les esclaves, les métèques ou étrangers, les femmes et les enfants mineurs étaient exclus de la démocratie et ne pouvaient ni voter, ni prendre la parole. Les esclaves les femmes et les enfants restaient sous la domination du père. ▲

21 JANVIER

# ÉLOGE DE LA DÉMOCRATIE

**P**ériclès, homme d'État athénien (– 496 – 429) prononce un célèbre discours pour rendre hommage aux soldats morts pour Athènes en – 430 lors de la guerre du Péloponnèse qui oppose Athènes à Sparte. Il fait l'éloge de la démocratie (*demos* : « peuple », *cratos* : « pouvoir ») qui accorde le pouvoir au peuple athénien ou plutôt aux citoyens athéniens. Seuls les citoyens athéniens avaient l'honneur de défendre leur patrie et nul mercenaire ne venait « souiller » les rangs des armées.

« Parce que notre régime sert les intérêts de la masse des citoyens et pas seulement d'une minorité, on lui donne le nom de démocratie. Mais si, en ce qui concerne le règlement de nos différends particuliers, nous sommes égaux devant la loi, c'est en fonction du rang que chacun occupe dans l'estime publique que nous choisissons les magistrats de la cité, les citoyens étant

désignés par leur mérite plutôt qu'à tour de rôle. D'un autre côté, quand un homme sans fortune peut rendre quelque service à l'État, l'obscurité de sa condition, ne constitue pas pour lui un obstacle. [...] Nous sommes en effet les seuls à penser qu'un homme ne se mêlant pas de politique mérite de passer, non pour un citoyen paisible mais pour un citoyen inutile. Nous intervenons tous personnellement dans le gouvernement de la cité au moins par notre vote, ou même en présentant à propos nos suggestions. »

Discours rapporté par l'historien Thucydide dans *La Guerre du Péloponnèse*. ▲



22 JANVIER

# SOPHOCLE ET LA MERVEILLE DU MONDE

La civilisation grecque a fondé la pensée occidentale. La lumière grecque a éclairé les arts et la philosophie qui ont rivalisé d'intelligence pour faire ressentir aux hommes l'extraordinaire privilège de la pensée.

Sophocle (- 495 – 406) dans la tragédie d'*Antigone* écrit un hymne à l'homme, témoignant ainsi de la valeur de la personne humaine qui se dresse par son intelligence et son ingéniosité au-dessus des êtres de la nature. Un modèle charmant d'anthropocentrisme. Voici quelques extraits.

« Il est bien des *merveilles* en ce monde, il n'en est pas de plus grande que l'homme.

Il est l'être qui sait traverser la mer grise, à l'heure où souffle le vent du sud et ses orages, et qui va son chemin au milieu des abîmes que lui ouvrent les flots soulevés. Il est l'être qui tourmente

la déesse auguste entre toutes, la Terre...

Parole, pensée vite comme le vent, aspirations d'où naissent les cités, tout cela, il se l'est enseigné à lui-même.

Mais, ainsi maître d'un savoir dont les ingénieuses ressources dépassent toute espérance, il peut prendre ensuite la route du mal comme du bien.

Qu'il fasse donc dans ce savoir une part aux lois de son pays et à la justice des dieux, à laquelle il a juré foi !

Il montera alors très haut au-dessus de sa cité, tandis qu'il s'exclut de cette cité le jour où il laisse le crime le contaminer par bravade. »

Le terme « merveille » traduit ici le terme grec de *deinos*. Or *deinos* signifie en grec à la fois « prodigieux » et « terrible ». Peut-être ce texte nous invite-t-il à nous méfier de l'homme et de son *hybris*. À méditer... ▲

23 JANVIER

# LE CIEL, TOUJOURS LE CIEL

**P**rendre de la hauteur, naviguer dans les hautes sphères, tout notre être nous pousse à relever la tête, à explorer le monde céleste, à regarder plus loin. Tel est le privilège de l'homme qui, seul parmi les êtres vivants lève les yeux au ciel.

Pour les premiers penseurs grecs, lever les yeux au ciel relevait d'un désir d'élévation spirituelle. Les hommes ne sauraient se contenter d'une existence matérielle axée sur la seule survie, qui identifierait l'homme à l'animal. Le ciel étoilé et ses mystères insondables le relie à l'absolu

et à tout ce qu'il pressent d'infini et de spirituel, le ciel invite à la philosophie.

D'autant que le spectacle époustouflant du ciel étoilé, si pur en ces premiers moments du monde, a sans doute plongé les hommes dans la stupeur. Car ce monde céleste changeait, les étoiles disparaissaient, la Lune devenait croissant, puis s'arrondissait, pour finir par disparaître. Quoi de plus stupéfiant? ▲

## LE SAVIEZ-VOUS ?

D'après le texte d'Ovide, Prométhée donna à l'homme un visage capable de se tourner vers le haut, ce qui lui permit de lever les yeux vers les astres. « Tandis que les autres animaux courbent la tête et regardent la terre, l'homme éleva un front noble, les dieux imposèrent qu'il regarde le ciel, qu'il lève les yeux vers les astres et porte son regard vers les cieux », *Métamorphoses*.

24 JANVIER

# QUAND TOUT COMMENCE PAR L'ÉTONNEMENT

« **C**e fut l'étonnement, écrit Aristote dans la *Métaphysique*, qui poussa les premiers penseurs aux spéculations philosophiques. »

« Étonnement » signifie étymologiquement : « frappé par le tonnerre ». L'étonnement surgit lorsque ce qui allait de soi, ce qui semblait simple devient brusquement incompréhensible. Ce refus de l'évidence introduit une inquiétante rupture entre les apparences et la réalité. L'esprit est alors mis en alerte.

L'étonnement scientifique permet de remettre en question les certitudes. Le savant s'étonne : pourquoi la pomme tombe-t-elle ? C'est une habitude, une évidence de voir tomber les pommes : pas pour le savant qui voit un fossé entre ce qui est et ce qui devrait être. Cela permet découvertes et progrès.

L'étonnement philosophique s'aventure au-delà de l'explication rationnelle du monde, au-delà du « comment »

pour s'interroger sur le « pourquoi ». La philosophie pose des questions sur toutes choses, qu'est-ce la beauté ? demande Platon. Où est la justice et quel est le meilleur régime politique ? se demande Aristote. Elle s'interroge sur les questions essentielles concernant la destinée de l'homme, le sens de sa vie, l'existence de Dieu, la création ou le début du monde, qu'on appelle questions métaphysiques.

Et si l'on suit la série des causes, le pourquoi du pourquoi, le questionnement parvient à la question ultime « pourquoi y a-t-il quelque chose plutôt que rien ? » s'interroge Leibniz dans *Les Principes de la nature et de la grâce*. ▲

25 JANVIER

# PAS DE PHILOSOPHIE SANS ÉCOLES NI DIALOGUE

**L**es écoles de philosophie de l'Antiquité : l'école de Milet, de Pythagore, l'académie de Platon, le lycée d'Aristote, les écoles épicurienne et stoïcienne jouèrent un rôle fondamental dans l'histoire de la pensée.

L'école approfondit et enrichit la doctrine du maître et ouvre à la discussion par le dialogue. Les disciples participent à l'élaboration de la pensée, ce qui en Grèce est favorisé par la démocratie qui libère la parole. De plus, les écoles ont permis la copie et la diffusion des textes et leur sauvegarde dans diverses bibliothèques. Les écoles reflètent la conception grecque de la pensée : le travail manuel et la production de biens considérés comme serviles sont réservés aux esclaves. En revanche, penser est noble et désintéressé : on apprend pour savoir, non pour faire, sans rechercher l'utile. Seules les activités désintéressées désignées par le terme « loisir », sont proprement humaines et dignes d'être pratiquées.

L'école philosophique dispense un savoir propre à développer l'humanité et la liberté. À l'académie de Platon, les disciples apprennent à penser par le dialogue entre le maître et les disciples qui vise à chercher le vrai. Le dogmatisme est exclu, la vérité prime sur la parole du maître.

En France les lycéens bénéficient de l'immense et rare privilège d'apprendre la philosophie, discipline qui tient toute sa noblesse dans son inutilité économique. ▲

26 JANVIER

# L'ÉCOLE DE MILET CONTEMPLER LES CIEUX

Dans la cité florissante de Milet, Thalès, après avoir étudié la géométrie auprès des Égyptiens et l'astronomie à Babylone, fonde son école qui annonce le début de la prodigieuse aventure philosophique de la Grèce.

Platon dans le *Théétète* raconte une anecdote célèbre : « Thalès étant tombé dans un puits tandis que, occupé à contempler les astres, il regardait en l'air. Une servante de Thrace, se mit, dit-on, à le railler de mettre tant d'ardeur à savoir ce qui est au ciel, alors qu'il ne s'apercevait pas de ce qu'il avait devant lui et à ses pieds. »

Les premiers penseurs s'attachèrent-ils à réfléchir sur ce qui était proche d'eux ? Non, c'est le ciel étoilé qui les attira. La voûte céleste aux innombrables lueurs, les étranges phénomènes qui traversaient le ciel pur, pluies de météorites, passage de comètes, terrifiantes éclipses plongèrent les hommes dans la stupeur. Les premières civilisations comme nous-mêmes

au XXI<sup>e</sup> siècle éprouvons toujours et encore ce frémissement devant l'infini du ciel, conscients d'approcher le plus vertigineux des mystères.

Toutes les civilisations tournèrent d'abord leurs regards vers le ciel, où séjournent les dieux, où se dévoilent les incertitudes de l'avenir, où se cache peut-être le secret de notre origine et de celle de la Terre. Car la Terre elle-même tire sa subsistance des cieux, puisque les forces cosmiques, les vents, les pluies, les lunaisons créent la vie, nourrissent les hommes et détruisent à leur gré lors d'un *dés-astre* ! ▲

27 JANVIER

# L'UNIVERS EST COMPRÉHENSIBLE

**L**e premier regard que nous portons sur le ciel nocturne, nous livre un monde obscur, un ciel constellé d'étoiles dans un désordre indescriptible. Mais, à force d'observations, les astronomes milésiens repérèrent des phénomènes récurrents : des comètes réapparaissaient à intervalles parfaitement réguliers. Étrange ! Ils comprirent que, derrière l'apparent désordre, se cachait un ordre.

Et, comme par miracle, cet ordre pouvait être saisi par le calcul et la mesure : l'étrangeté du monde s'estompait alors, car l'esprit des hommes et le monde devinrent étroitement liés. La science et la pensée prirent leur élan dépassant ainsi les explications fantaisistes et poétiques fournies par les mythes. Auparavant, les hommes attribuaient les éclipses par exemple à l'intervention des dieux qui mangeaient les astres, qui se vengeaient des hommes ou qui envoyaient de funestes présages aux mortels ; pas étonnant que

ces phénomènes déclenchaient la terreur des peuples.

L'historien Hérodote dans *Historia* raconte que Thalès aurait prédit l'arrivée d'une éclipse. Et selon Pseudo-Plutarque dans *Opinion des philosophes*, le savant milésien aurait compris la nature rationnelle de l'éclipse en affirmant que « l'éclipse de Soleil se produit quand la Lune, dont la nature est terrestre, vient se placer à l'aplomb sous lui. »

La nature n'est plus un ensemble de forces qui nous dépassent et nous terrifient, la raison peut triompher de l'obscurité du monde. ▲