

# La sagesse d'Epicure (2ème partie)

**L'ordonnance d'Epicure**



**Ne pas craindre les dieux**



**Ne pas craindre la mort**



**Bien hiérarchiser ses désirs**



**Jouir intelligemment**

*« Il faut se rendre compte que parmi nos désirs les uns sont naturels, les autres vains, et que, parmi les désirs naturels, les uns sont nécessaires et les autres naturels seulement. Parmi les désirs nécessaires, les uns sont nécessaires pour le bonheur, les autres pour la tranquillité du corps, les autres pour la vie même. Et en effet une théorie non erronée des désirs doit rapporter tout choix et toute aversion à la santé du corps et à l'ataraxie de l'âme, puisque c'est la perfection même de la vie heureuse. Car nous faisons tout afin d'éviter la douleur physique et le trouble de l'âme.*

*Lorsqu'une fois nous y avons réussi, toute l'agitation de l'âme tombe, l'être vivant n'ayant plus à s'acheminer vers quelque chose qui lui manque, ni à chercher autre chose pour parfaire le bien-être de l'âme et celui du corps. Nous n'avons en effet besoin du plaisir que quand, par suite de son absence, nous éprouvons de la douleur ; et quand nous n'éprouvons pas de douleur nous n'avons plus besoin du plaisir. »*

# Les désirs

naturels

vains

nécessaires

non-  
nécessaires

**Aponie**



**Ataraxie**



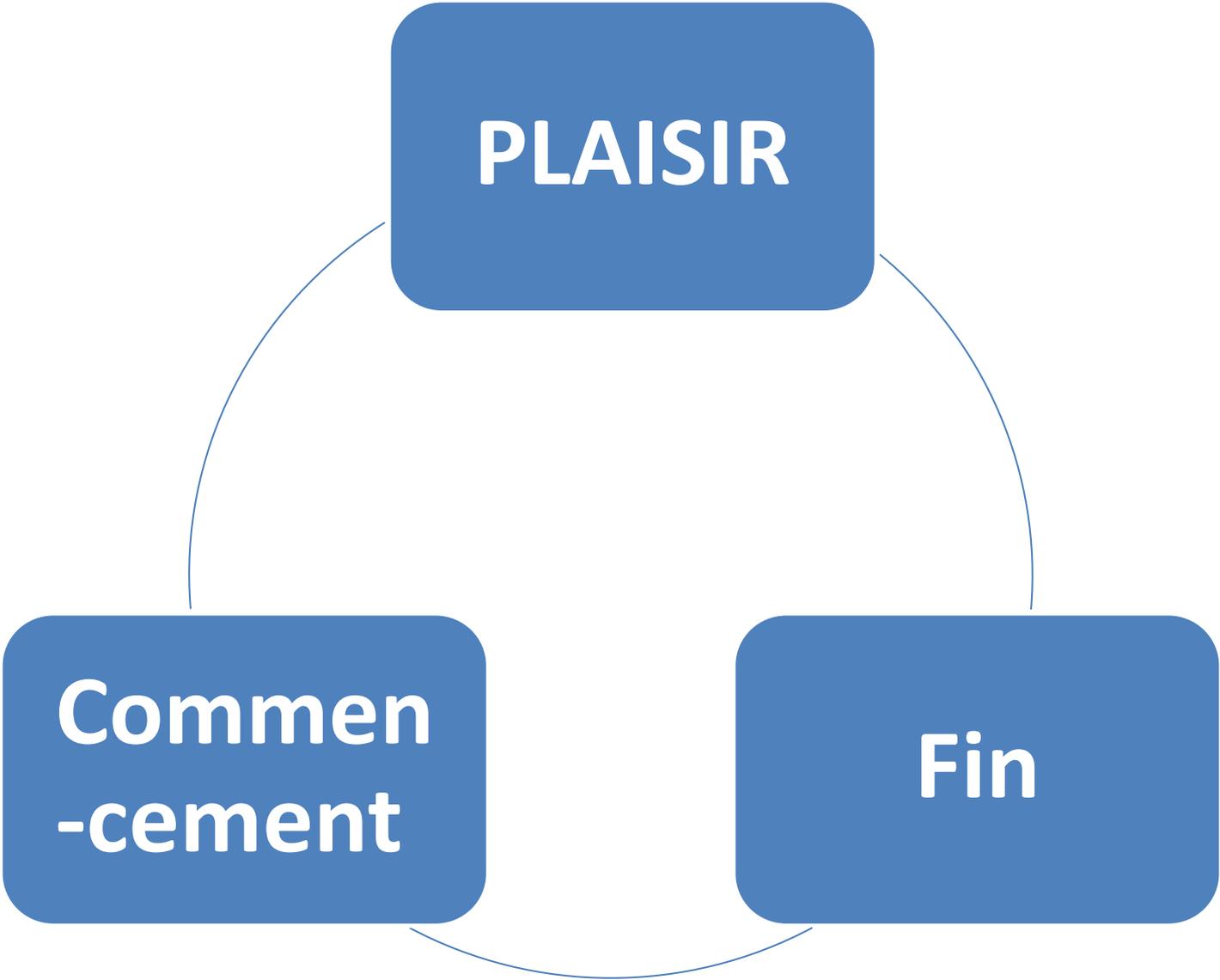
**Bonheur**

*« C'est pourquoi nous disons que le plaisir est le commencement et la fin de la vie heureuse. En effet, d'une part, le plaisir est reconnu par nous comme le bien primitif et conforme à notre nature, et c'est de lui que nous partons pour déterminer ce qu'il faut choisir et ce qu'il faut éviter; d'autre part, c'est toujours à lui que nous aboutissons, puisque ce sont nos affections qui nous servent de règle pour mesurer et apprécier tout bien quelconque si complexe qu'il soit. Mais, précisément parce que le plaisir est le bien primitif et conforme à notre nature, nous ne recherchons pas tout plaisir, et il y a des cas où nous passons par-dessus beaucoup de plaisirs, savoir lorsqu'ils doivent avoir pour suite des peines qui les surpassent ,*

*et, d'autre part, il y a des douleurs que nous estimons valoir mieux que des plaisirs, savoir lorsque, après avoir longtemps supporté les douleurs, il doit résulter de là pour nous un plaisir qui les surpasse. Tout plaisir, pris en lui-même et dans sa nature propre, est donc un bien, et cependant tout plaisir n'est pas à rechercher ; pareillement, toute douleur est un mal, et pourtant toute douleur ne doit pas être évitée. En tout cas, chaque plaisir et chaque douleur doivent être appréciés par une comparaison des avantages et des inconvénients à attendre. Car le plaisir est toujours le bien, et la douleur le mal ; seulement il y a des cas où nous traitons le bien comme un mal, et le mal, à son tour, comme un bien. »*

**Quatrième remède au bonheur :  
l'intelligence du plaisir**

**PLAISIR**



```
graph TD; A[PLAISIR] --- B[Commen -cement]; B --- C[Fin]; C --- A;
```

**Commen  
-cement**

**Fin**

*« C'est un grand bien à notre avis que de se suffire à soi-même, non qu'il faille toujours vivre de peu, mais afin que si l'abondance nous manque, nous sachions nous contenter du peu que nous aurons, bien persuadés que ceux-là jouissent le plus vivement de l'opulence qui ont le moins besoin d'elle, et que tout ce qui est naturel est aisé à se procurer, tandis que ce qui ne répond pas à un désir naturel est malaisé à se procurer. En effet, des mets simples donnent un plaisir égal à celui d'un régime somptueux si toute la douleur causée par le besoin est supprimée,*

*et, d'autre part, du pain d'orge et de l'eau procurent le plus vif plaisir à celui qui les porte à sa bouche après en avoir senti la privation. L'habitude d'une nourriture simple et non pas celle d'une nourriture luxueuse, convient donc pour donner la pleine santé, pour laisser à l'homme toute liberté de se consacrer aux devoirs nécessaires de la vie, pour nous disposer à mieux goûter les repas luxueux, lorsque nous les faisons après des intervalles de vie frugale, enfin pour nous mettre en état de ne pas craindre la mauvaise fortune. »*

# Diogène de Sinope

(413 – 327 av. J.-C.)



*« Une vie libre ne peut pas acquérir de grandes richesses, parce que la chose n'est pas facile sans se faire le serviteur des assemblées populaires ou des monarques. »*

*« N'est pas riche celui qui a encore des besoins, n'est pas pauvre celui qui n'a plus de besoins. »*

*« Quand donc nous disons que le plaisir est le but de la vie, nous ne parlons pas des plaisirs voluptueux et inquiets, ni de ceux qui consistent dans les jouissances déréglées, ainsi que l'écrivent des gens qui ignorent notre doctrine, ou qui la combattent et la prennent dans un mauvais sens. Le plaisir dont nous parlons est celui qui consiste, pour le corps, à ne pas souffrir et, pour l'âme, à être sans trouble.*

*Car ce n'est pas une suite ininterrompue de jours passés à boire et à manger, ce n'est pas la jouissance des jeunes garçons et des femmes, ce n'est pas la saveur des poissons et des autres mets que porte une table somptueuse, ce n'est pas tout cela qui engendre la vie heureuse, mais c'est le raisonnement vigilant, capable de trouver en toute circonstance les motifs de ce qu'il faut choisir et de ce qu'il faut éviter, et de rejeter les vaines opinions d'où provient le plus grand trouble des âmes. »*

# Le plaisir

```
graph TD; A[Le plaisir] --- B[Le plaisir en mouvement ou plaisir cinétique]; A --- C[Le plaisir en repos ou plaisir catastématique];
```

Le plaisir en  
**mouvement** ou  
plaisir cinétique

Le plaisir en  
**repos** ou plaisir  
catastématique

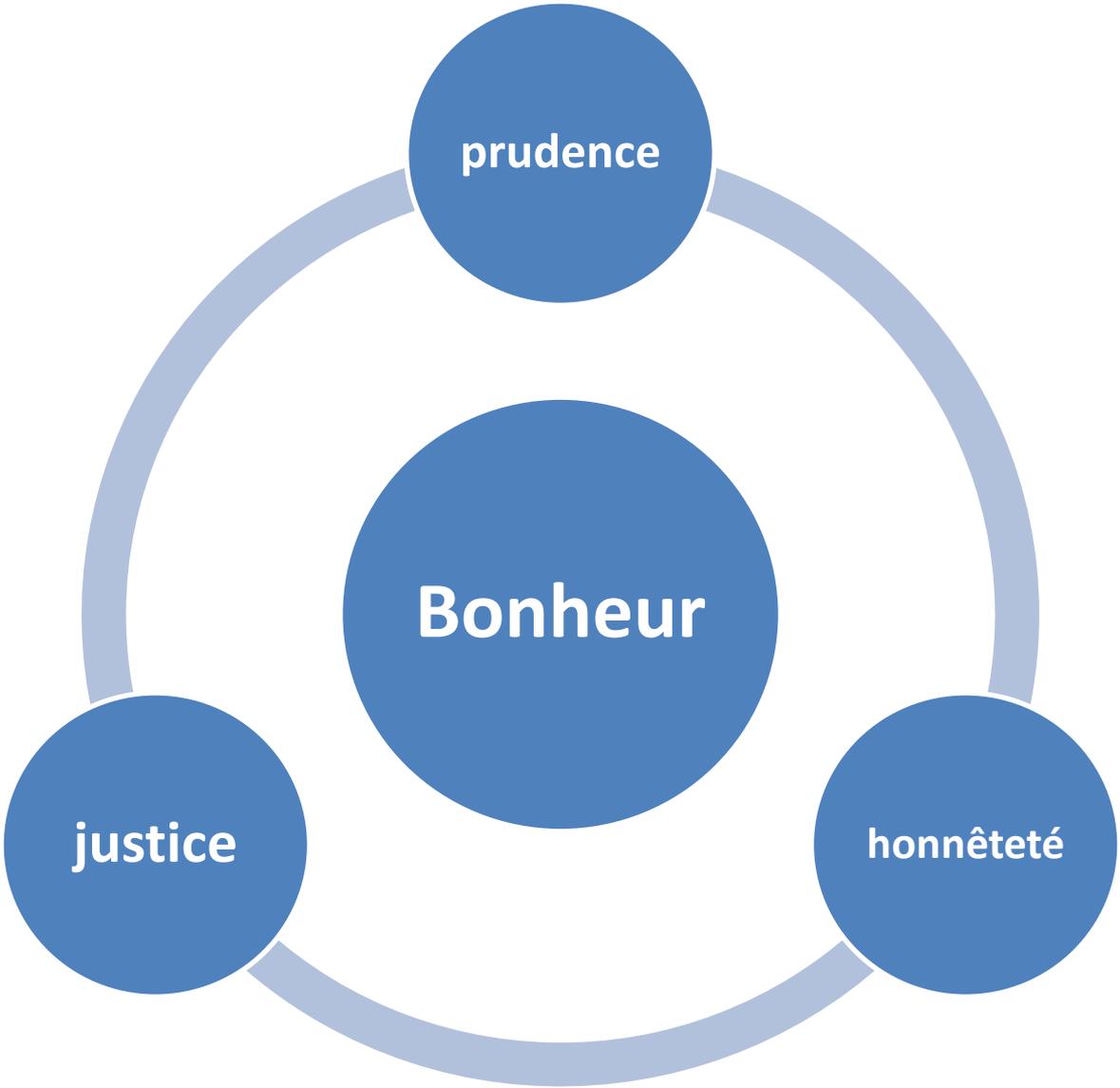
*« Or, le principe de tout cela et par conséquent le plus grand des biens, c'est la prudence. Il faut donc la mettre au-dessus de la philosophie même, puisqu'elle est faite pour être la source de toutes les vertus, en nous enseignant qu'il n'y a pas moyen de vivre agréablement si l'on ne vit pas avec prudence, honnêteté et justice, et qu'il est impossible de vivre avec prudence, honnêteté et justice si l'on ne vit pas agréablement. Les vertus en effet, ne sont que des suites naturelles et nécessaires de la vie agréable et, à son tour, la vie agréable ne saurait se réaliser en elle-même et à part des vertus. »*

**La prudence**

```
graph TD; A[La prudence] --- B[clairvoyance]; A --- C[prévoyance]
```

**clairvoyance**

**prévoyance**



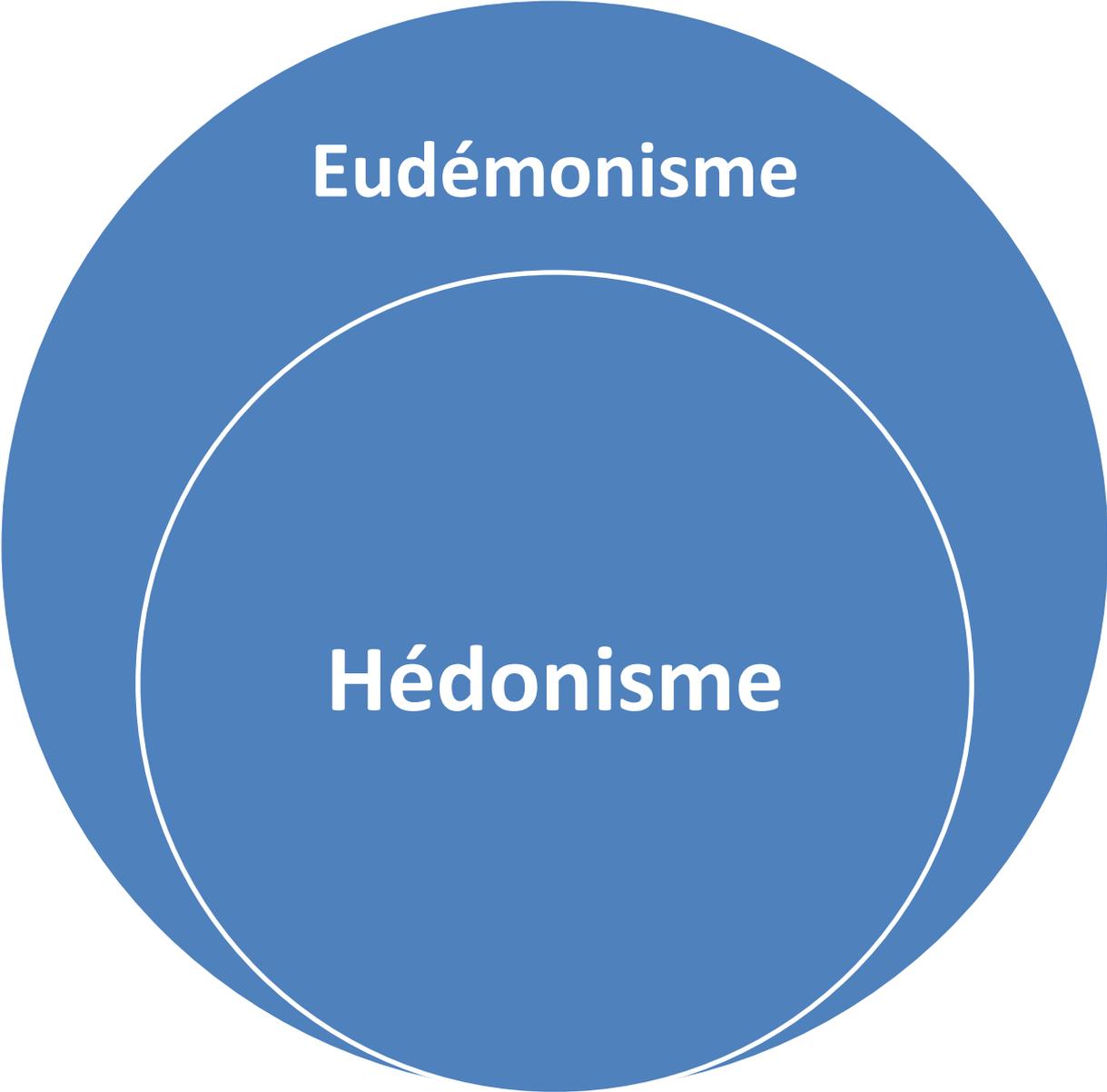
**prudence**

**Bonheur**

**justice**

**honnêteté**

*« Les esclaves sont les égaux des autres hommes, car ils peuvent aussi bien goûter le plaisir. »*



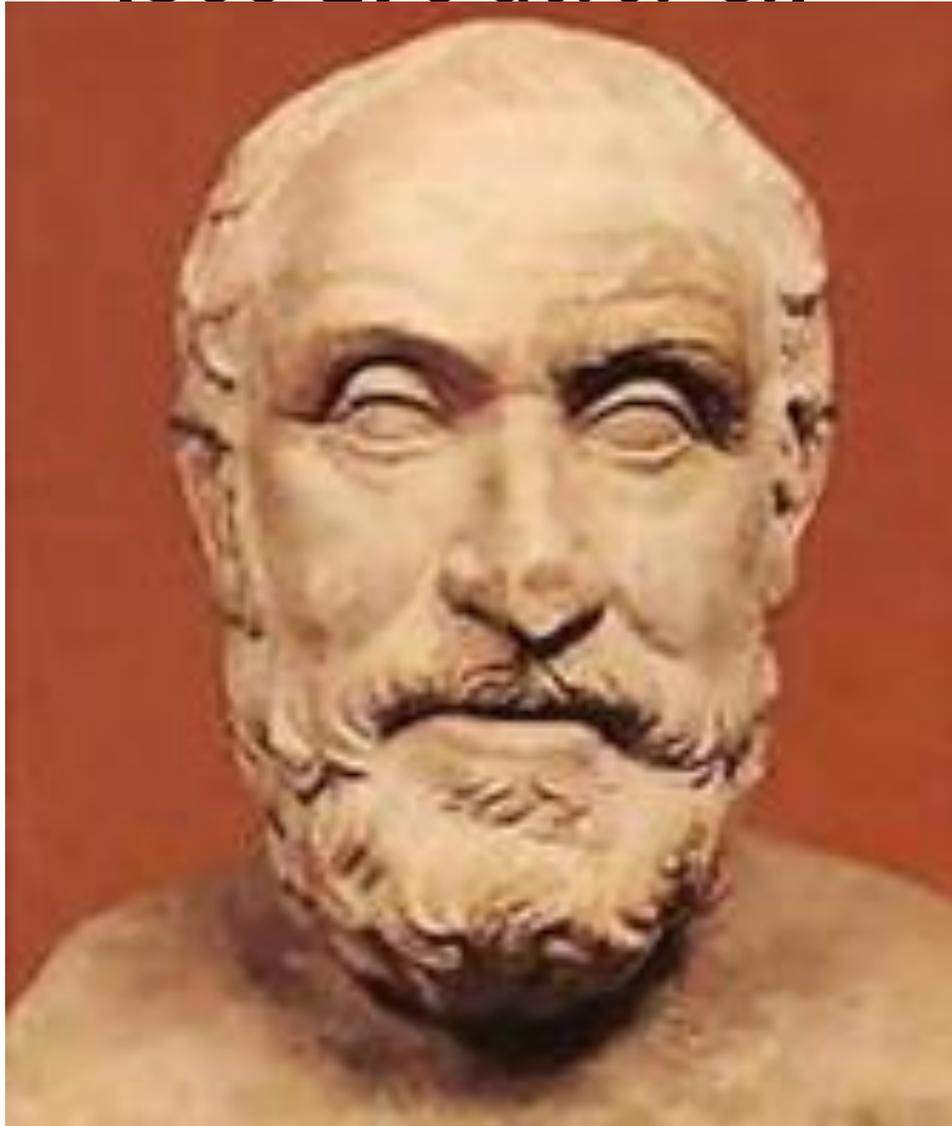
**Eudémonisme**

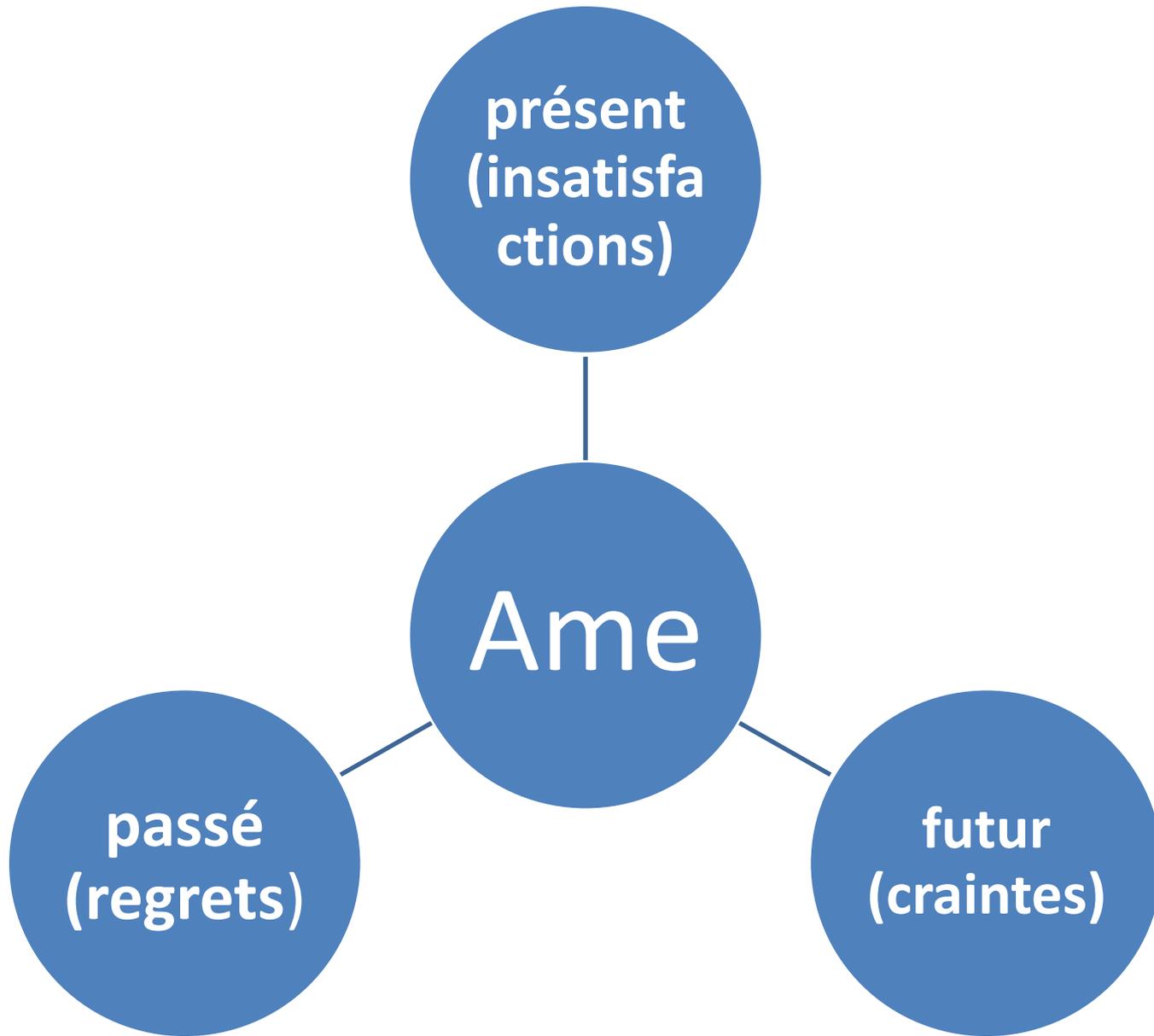
**Hédonisme**

*« Et maintenant y a-t-il quelqu'un que tu mettes au-dessus du sage ? Il s'est fait sur les dieux des opinions pieuses ; il est constamment sans crainte en face de la mort ; il a su comprendre quel est le but de la nature ; il s'est rendu compte que ce souverain bien est facile à atteindre et à réaliser dans son intégrité, qu'en revanche le mal le plus extrême est étroitement limité quant à la durée ou quant à l'intensité.*

# Pyrrhon d'Élis

(360-270 av. J.-C.)





# MUSSET

*« Un  
souvenir  
heureux est  
peut-être sur  
terre plus  
vrai que le  
bonheur. »*



*« La compassion pour  
nos amis disparus  
n'est pas dans les  
lamentations mais  
dans les pensées. »*

« L'épicurien jouit toujours de plaisirs continus en unissant l'attente des plaisirs espérés au souvenir de ceux qu'il a éprouvés .»



Cicéron

*Il se moque du destin, dont certains font le maître absolu des choses ; et certes mieux vaudrait s'incliner devant toutes les opinions mythiques sur les dieux que de se faire les esclaves du destin des physiciens, car la mythologie nous promet que les dieux se laisseront fléchir par les honneurs qui leur seront rendus, tandis que le destin, dans son cours nécessaire, est inflexible ; il n'admet pas, avec la foule, que la fortune soit une divinité – car un dieu ne fait jamais d'actes sans règles -, ni qu'elle soit une cause inefficace :*

*il ne croit pas, en effet, que la fortune distribue aux hommes le bien et le mal, suffisant ainsi à faire leur bonheur et leur malheur, il croit seulement qu'elle leur fournit l'occasion et les éléments de grands biens et de grands maux ; enfin il pense qu'il vaut mieux échouer par mauvaise fortune, après avoir bien raisonné, que réussir par heureuse fortune, après avoir mal raisonné – ce qui peut nous arriver de plus heureux dans nos actions étant d'obtenir le succès par le concours de la fortune lorsque nous avons agi en vertu de jugements sains. »*

*« L'amitié mène sa ronde  
autour du monde habité,  
comme un héraut nous  
appelant tous à nous  
réveiller pour nous  
estimer bienheureux. »*

*Médite donc tous ces enseignements et tous ceux qui s'y rattachent, médite-les jour et nuit, à part toi et aussi en commun avec ton semblable. Si tu le fais, jamais tu n'éprouveras le moindre trouble en songe ou éveillé, et tu vivras comme un dieu parmi les hommes. Car un homme qui vit au milieu de biens impérissables ne ressemble en rien à un être mortel.*

*« La vie humaine, hideuse à voir, gisait sur la terre, écrasé sous le poids d'une religion qui montrait sa tête du haut des régions célestes, dominant les mortels, l'air horrible, lorsque pour la première fois un Grec, un mortel, osa porter ses yeux contre elle, et le premier contre elle se dresser ; ni ce que l'on disait des dieux, ni la foudre, ni le ciel et son grondement menaçant ne l'arrêtèrent. »*



Lucrèce

FIN