

# « Les “Pensées” de Marc Aurèle nous aident à ne pas perdre la paix intérieure »

Avec « Le rêve de Marc Aurèle », l'essayiste Frédéric Lenoir ouvre les portes de la philosophie stoïcienne : une sagesse toujours actuelle, à cent lieues de cette indifférence à la douleur et à la joie à laquelle on la résume souvent.

## ENTRETIEN

WILLIAM BOURTON

Vivre en philosophe, c'est-à-dire en homme raisonnable et juste, n'est pas chose aisée, singulièrement lorsqu'on est jeté dans un monde troublé et écrasé de responsabilités. Au II<sup>e</sup> siècle de notre ère, Marc Aurèle réussit la gageure en dirigeant l'Empire romain tout en conservant la sérénité au milieu des guerres, des trahisons et des catastrophes naturelles qui secouèrent son règne. Dans son dernier essai, *Le rêve de Marc Aurèle*, Frédéric Lenoir nous en dresse un portrait plein d'enseignements.

**Marc Aurèle est-il un empereur devenu philosophe ou un philosophe devenu empereur ?**

Marc Aurèle a commencé par être philosophe avant de devenir empereur. Il fait partie de la noblesse romaine mais rien ne le prédispose à devenir empereur. Il a découvert la philosophie à l'âge de 12 ans et a décidé que ce serait sa vocation. Et puis, coup de théâtre : l'empereur Hadrien, qui n'a pas de descendant, adopte Antonin tout en lui demandant d'adopter à son tour Marc Aurèle, parce qu'il souhaite que Marc Aurèle, qu'il sait féru de philosophie, puisse un jour succéder à Antonin. Lorsque Marc Aurèle apprend, ça ne lui plaît pas du tout : c'est à l'inverse de nos hommes politiques actuels qui, dès la puberté, rêvent d'être président de la République... Mais il va faire un rêve – c'est pour cela que mon livre s'appelle *Le rêve de Marc Aurèle* – dans lequel les dieux lui placent des épaules en ivoire pour l'aider à supporter le fardeau de l'Empire. Et donc, il va accepter d'être adopté en se disant que ce rêve est un signe des dieux. Cela fait

partie du stoïcisme que d'accepter son destin...

**Fait-il la distinction entre l'empereur et le philosophe, comme Montaigne disait : « Le Maire (de Bordeaux) et Montaigne ont toujours été deux, d'une séparation bien claire » ?**

C'est assez subtil. Il prend conscience que l'empereur doit agir pour les intérêts de l'Etat, ce qui implique, par exemple, parfois de faire la guerre (or Marc Aurèle déteste le sang) ou d'avoir une justice implacable (alors qu'en tant que philosophe stoïcien, il met en valeur la miséricorde, le pardon, la clémence, la bienveillance). Ainsi, il ne va pas empêcher certaines persécutions contre les chrétiens car ils ne respectent pas les lois politiques qui demandent que tous les citoyens sacrifient une ou deux fois par an aux dieux de la cité. En même temps, il dit que philosopher l'aide à « se tenir droit », c'est-à-dire à essayer d'agir en fonction de sa raison et non de ses émotions ; à essayer, par exemple, de maîtriser ses colères, son ressentiment, à essayer d'agir avec le plus de justice possible.

*Marc Aurèle dit que philosopher l'aide à « se tenir droit », c'est-à-dire à essayer d'agir en fonction de sa raison et non de ses émotions*

”

Ça l'influence donc à titre personnel, mais ça « n'impacte » pas ses décisions politiques, qui restent d'abord guidées par l'intérêt de l'Empire.

**Dans son unique ouvrage, *Pensées pour moi-même*, découvert après sa mort, les maximes apparaissent un peu « au fil de l'eau », sans cohérence entre elles. Dans votre livre, vous les avez réorganisées. Quels sont les grands thèmes ?**

On peut dire qu'il y a trois grands thèmes qui traversent les *Pensées* – je cite une centaine de maximes, remises dans le contexte d'une pensée structurée qu'est la pensée stoïcienne. Le premier thème, c'est ce qu'on peut appeler

« la discipline du désir ». Pour les stoïciens, il s'agit de discipliner son désir en le transformant en volonté, pour s'accorder avec le destin. L'idée, c'est qu'il existe une sorte d'intelligence cosmique, qu'ils appellent le « Logos universel », qui nous a donné une intelli-



*Marc Aurèle a commencé par être philosophe avant de devenir empereur*

Frédéric Lenoir  
Essayiste

”

malheureux, ce ne sont pas tellement les choses en soi, les événements extérieurs, mais le regard qu'on porte sur eux. Nous avons des opinions qui font que nous estimons, par exemple, que tout ce qui est agréable est un bien. Or, parfois, des choses agréables peuvent être un mal : si l'on abuse de mets trop sucrés, on peut devenir malade... Donc, il ne s'agit pas d'attendre notre bonheur ou notre malheur des choses extérieures, mais de changer son regard et de comprendre que certaines choses de l'extérieur qui peuvent apparaître comme déplaisantes, peuvent être un bien et d'autres, au contraire, peuvent être un mal. C'est là que se joue toute la pensée philosophique du stoïcisme :

le bonheur et le malheur sont à l'intérieur de nous.

Et puis la troisième chose, c'est « la discipline de l'action ». Il s'agit de toujours viser la justice, qui est la vertu principale pour les stoïciens. Et la justice implique le souci du bien commun. Ainsi, Marc Aurèle, l'empereur, a essayé, dans les limites de sa fonction, d'être juste. Dans les *Pensées*, il ne cesse de répéter : « N'agis pas en fonction de ton intérêt personnel ni de celui de tes proches, mais vise toujours l'intérêt collectif. »

**A l'instar de l'épicurisme, qui n'est pas l'art de « jouir sans entrave », philosophiquement le stoïcisme vaut mieux que cette indifférence à la douleur comme à la joie, à laquelle on le résume souvent...**

Tout à fait. Ce sont deux caricatures. Les épicuriens prônent plutôt la modération, le juste milieu, la recherche des désirs naturels, nécessaires et non superflus. Quant aux stoïciens, ils ne répriment pas du tout les émotions, les sentiments – Marc Aurèle était un grand émotif : il a pleuré la mort de son précepteur, de ses enfants, de sa femme... Simple-ment, il s'agit que la raison puisse bien maîtriser les émotions et donc, par exemple, de ne pas se laisser embarquer dans une tristesse chronique, dans une colère violente, etc. La raison doit toujours primer, mais ça n'empêche pas l'expression des sentiments. Ce que visent les stoïciens, c'est la sérénité. Les conseils de vie de Marc Aurèle sont là pour nous servir de guide, pour nous aider à rester sereins en toutes circonstances, à ne pas perdre la paix intérieure.

## Frédéric Lenoir

Frédéric Lenoir est né en 1962. Philosophe et sociologue français, ancien directeur du *Monde des religions*, il a publié de nombreux essais et ouvrages de fiction, traduits dans une vingtaine de langues, sur les spiritualités, la sagesse et l'art de vivre. Epinglons *L'Odyssée du sacré*, sorti l'an dernier chez Albin Michel. Il a récemment créé La maison des sages, une école de philo inspirée des écoles de l'Antiquité, pour lesquelles la philosophie est avant tout un art de vivre...  
Infos : lamaisondessages.com. W.B.



**Le rêve de Marc Aurèle**  
FRÉDÉRIC LENOIR  
Flammarion  
284 p.,  
20,90 €

EXPO

Elliott  
retrospective  
Erwitt



EXPO-ELLIOTTERWITT.COM

INFO &amp; TICKETS



BRUXELLES  
5 GRAND PLACE  
DERNIÈRES SEMAINES

tempora

EH

Exhibition Hub

MAGNUM

fever

BRUZZ

la 1ère

le trois

LE SOIR

SUDINFO

CINÉ  
TELE  
REVUE