

Lettre à Ménécée

d'Épicure

*Traduction d'Octave Hamelin, corrigée **

Épicure à Ménécée, salut.

Quand on est jeune, il ne faut pas remettre à philosopher, et quand [122]
on est vieux, il ne faut pas se lasser de philosopher. Car jamais il n'est
trop tôt, ni trop tard, pour travailler à la santé de l'âme. Or, celui qui dit
que l'heure de philosopher n'est pas encore arrivée, ou est passée pour
5 lui, ressemble à un homme qui dirait que l'heure d'être heureux n'est
pas encore venue pour lui, ou qu'elle n'est plus. Le jeune homme et le
vieillard doivent donc philosopher l'un et l'autre, celui-ci pour rajeunir
au contact du bien, en se remémorant les jours agréables du passé ;
celui-là afin d'être, quoique jeune, tranquille comme un ancien en face
10 de l'avenir. Par conséquent, il faut méditer sur les causes qui peuvent
produire le bonheur, puisque, lorsqu'il est à nous, nous avons tout, et
que, quand il nous manque, nous faisons tout pour l'avoir.

Attache-toi donc aux enseignements que je n'ai cessé de te donner et [123]
que je vais te répéter ; mets-les en pratique et médite-les, en comprenant
15 que ce sont là les éléments d'une vie bonne.

Commence par te persuader qu'un dieu est un vivant incorruptible
et bienheureux, te conformant en cela à la notion commune qui est
gravée en toi. N'attribue jamais à un dieu rien qui soit en opposition
avec l'incorruptibilité ni en désaccord avec la béatitude ; mais regarde-le
20 toujours comme possédant tout ce que tu trouveras capable d'assurer son
incorruptibilité et sa béatitude. Car les dieux existent, attendu que la
connaissance que nous en avons est évidente. Mais quant à leur nature,
ils ne sont pas tels que la foule le croit.

Et celui-là n'est pas impie qui nie les dieux de la foule, c'est celui qui
25 attribue aux dieux ce que leur prêtent les opinions de la foule. Car [124]

* Par Guillaume Coqui. La traduction originale, à présent libre de droits, se trouve dans la *Revue de Métaphysique et de Morale*, n° 18 (1910), p. 435–440.

les affirmations de la foule sur les dieux ne sont pas des prénotions, mais bien de fausses présomptions. <Et ces présomptions fausses font que> les dieux sont pour les méchants la source des plus grands maux, comme ils sont, d'autre part, pour les bons la source des plus
30 grands biens. C'est en affinité avec ses propres vertus que l'on accueille ses semblables, et que l'on regarde comme étranger tout ce qui s'en écarte.

Prends l'habitude de penser que la mort n'est rien pour nous. Car tout bien, et tout mal, réside dans la sensation : or la mort est privation
35 de toute sensibilité. Par conséquent, la connaissance <de cette vérité> que la mort n'est rien pour nous, nous rend capables de jouir de cette vie mortelle, non pas en y ajoutant la perspective d'une durée infinie, mais en nous enlevant le désir de l'immortalité. Car il ne reste plus rien [125] à redouter dans la vie, pour qui a vraiment compris qu'il n'y a pas à
40 redouter de ne pas vivre.

On prononce donc de vaines paroles quand on soutient que la mort est à craindre, non parce qu'elle sera douloureuse étant réalisée, mais parce qu'il est douloureux de l'attendre. Ce serait en effet une
45 crainte vaine et sans objet que celle qui serait produite par l'attente d'une chose qui, actuelle et réelle, ne cause aucun trouble. Ainsi, celui de tous les maux qui nous donne le plus d'horreur, la mort, n'est rien pour nous, puisque, tant que nous sommes, la mort n'est pas là, et que, quand la mort est là, nous n'y sommes plus. Donc la mort n'a de rapport ni aux vivants, ni aux morts, puisqu'elle n'a
50 rien à faire avec les premiers, et que les seconds ne sont plus. Mais la multitude fuit la mort tantôt comme le pire des maux, tantôt comme le terme des choses de la vie.

<Le sage, au contraire,> n'a pas peur de ne pas vivre : car la vie ne [126] lui est pas à charge, et il n'estime pas non plus qu'il y ait le moindre
55 mal à ne pas vivre. De même que ce n'est pas toujours la nourriture la plus abondante qu'il choisit, mais parfois la plus agréable, pareillement ce n'est pas toujours de la plus longue durée qu'il veut cueillir le fruit, mais de la plus agréable.

Quant à celui ¹ qui conseille aux jeunes gens de bien vivre et aux
60 vieillards de bien finir, son conseil est dépourvu de sens, non seulement parce que la vie a du bon, mais parce que le soin de bien vivre

1. Ettore Bignone suggère qu'il peut s'agir de Mimnerme (fin du VII^e s.).

et celui de bien mourir ne font qu'un. On fait pis encore quand on dit qu'il est bien de *ne pas naître*, ou,

*une fois né, [de] franchir au plus vite les portes de l'Hadès*².

65 Car si l'homme qui tient ce langage est convaincu, comment ne sort-il pas de la vie? C'est là en effet une chose qui est toujours à sa portée, s'il veut sa mort d'une volonté ferme. Que si cet homme plaisante, il montre de la légèreté en un sujet qui n'en comporte pas. [127]

70 Et rappelle-toi que l'avenir n'est ni à nous ni pourtant tout à fait hors de nos prises, de telle sorte que nous ne devons ni compter sur lui comme s'il devait sûrement arriver, ni nous interdire toute espérance, comme s'il était sûr qu'il dût ne pas être.

Il faut encore se rendre compte que parmi nos désirs les uns sont
75 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 étude non erronée des désirs doit rapporter tout choix et tout rejet à la
80 santé du corps et à l'ataraxie <de l'âme>, puisque c'est là la fin de la vie bienheureuse.

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, le vivant n'ayant plus à s'acheminer vers quelque
85 chose qui lui manque, ni à chercher autre chose pour parfaire le bien 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. [128]

90 C'est pourquoi nous disons que le plaisir est le principe et la fin de la vie bienheureuse.

En effet, d'une part, le plaisir est reconnu par nous comme le bien primitif et congénital, et c'est lui qui donne naissance à tout choix et à tout rejet; d'autre part, c'est toujours à lui que nous aboutissons, puisque c'est l'affection que nous prenons pour critère afin de mesurer et d'apprécier n'importe quel bien. Mais, précisément parce que
95 [129]

2. Citations de Théognis de Mégare (*Élégies*, I, v. 425 et 427).

le plaisir est le bien primitif et connaturel, nous ne recherchons pas tout plaisir, mais 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, du fait de sa nature appropriée, est donc un bien, et cependant tout plaisir n'est pas à rechercher ; pareillement, toute douleur est un mal, et pourtant toute douleur n'est pas faite pour être évitée.

Cela n'empêche pas, bien entendu, qu'il faille juger de tout cela par la mesure comparative et la considération des avantages et des inconvénients à attendre. Car il y a des cas où nous traitons le bien comme un mal, et le mal, inversement, comme un bien. [130]

Si c'est un grand bien, à notre avis, que de se suffire à soi-même, ce n'est pas 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 est vain est malaisé <à se procurer>.

En effet, des mets simples causent un plaisir égal à celui d'une table opulente, pourvu que toute la douleur liée au manque soit supprimée ; et, d'autre part, du pain 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 celle d'une nourriture luxueuse, convient donc pour donner la pleine santé, pour laisser à l'homme toute liberté de se consacrer aux occupations 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 fortune. [131]

Lors donc que nous disons que le plaisir est la fin, nous ne parlons pas des plaisirs de l'homme dérégulé, ni de ceux qui consistent dans la jouissance, 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.

135 Car ce n'est pas une suite ininterrompue de jours passés à boire [132]
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 sobre, qui cherche les
140 motifs de tout choix et de tout rejet, et qui repousse les opinions
d'où provient pour les âmes le plus grand trouble.

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 la source de toutes les vertus, en nous enseignant
qu'il n'y a pas moyen de vivre agréablement si l'on ne vit avec prudence,
145 honnêteté et justice, <et qu'il est impossible de vivre avec prudence,
honnêteté et justice> si l'on ne vit agréablement. Les vertus, en effet,
sont connaturelles à la vie agréable, et, inversement, la vie agréable en
est inséparable.

Et maintenant y a-t-il quelqu'un que tu mettes au-dessus du sage ? [133]
150 Il s'est fait sur les dieux des opinions pieuses ; il est constamment sans
crainte en face de la mort ; il a su comprendre par le raisonnement quelle
est la fin de la nature, se rendant compte que le terme extrême des
biens est facile à atteindre et à réaliser dans son intégrité, tandis que
le terme extrême des maux est étroitement limité quant à la durée
155 ou quant à l'intensité ; il se moque <du destin,> dont certains font le
maître absolu des choses ; il dit au contraire que, <parmi les événements,
les uns relèvent de la nécessité,> d'autres de la fortune, les autres,
enfin, de notre propre pouvoir, voyant que la nécessité n'est pas suscep-
tible qu'on lui impute une responsabilité, que la fortune est quelque
160 chose d'instable, tandis que notre pouvoir propre, soustrait à toute domi-
nation étrangère, est ce à quoi s'adressent naturellement le blâme et
son contraire ;

Et certes, mieux vaudrait s'incliner devant les mythes sur les dieux [134]
que de se faire les esclaves du destin des physiciens, car les pre-
165 miers nous promettent que les dieux se laisseront fléchir par les
honneurs qui leur seront rendus, tandis que le second ne comporte
qu'inflexible nécessité.

il n'admet pas, avec la croyance populaire, que la fortune soit une divinité,

Car jamais un dieu n'agit sans ordre.

170 ni qu'elle soit une cause inconstante : 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>, mais il croit en revanche 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, ayant bien [135]
175 raisonné, que réussir par heureuse fortune sans avoir raisonné.

Ce qui peut nous arriver de meilleur dans nos actions étant de voir
ce qui est bien jugé favorisé aussi par le hasard.

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 qui t'est
180 semblable. Si tu le fais, jamais tu n'éprouveras le moindre trouble en
songe ou éveillé, mais tu vivras comme un dieu parmi les hommes. Car
un homme qui vit au milieu de biens immortels a cessé d'être pareil aux
animaux mortels.

EN COMPLÉMENT : AUTRES EXTRAITS D'ÉPICURE

Maximes Capitales :

- X. Si ce qui donne du plaisir aux hommes dissolus pouvait dissiper les craintes de l'esprit au sujet des phénomènes célestes, de la mort et de ses douleurs, ainsi qu'enseigner la limite des désirs <et des douleurs>, nous n'aurions jamais rien à leur reprocher : ils s'empliraient de tous les plaisirs, sans recevoir de nulle part ce qui constitue précisément le mal : douleur et chagrin.
- XII. Un homme ne peut chasser ses peurs sur l'essentiel, s'il ignore la nature de l'univers, mais présume qu'on peut croire à quelque explication mythique.
- XV. La richesse selon la nature est bornée, et il est aisé de se la procurer ; mais celle des opinions vaines tombe dans l'illimité.
- XXVI. Parmi les désirs, tous ceux dont l'absence de satisfaction n'amène pas la douleur sont des désirs non-nécessaires. [...]
- XXXIV. L'injustice n'est pas un mal en elle-même, mais elle l'est seulement à cause de la crainte qui vient de ce que l'on n'est pas certain d'échapper à ceux dont l'office est de punir de telles actions.
- C'est pourquoi il est impossible, sans la science de la nature, d'atteindre des plaisirs purs.

Sentences Vaticanes :

14. Nous sommes nés une fois et ne pouvons renaître, mais devons, pour l'éternité, n'être plus. Mais toi, qui n'es pas maître du lendemain, tu ajournes la joie ; la vie est gâchée en procrastinations, et chacun de nous meurt sans loisir.
33. Le cri de la chair : ne pas avoir faim, ne pas avoir soif, ne pas avoir froid. Celui qui est couvert là-dessus, et a l'espoir de le rester, peut rivaliser <avec Zeus> en bonheur.
77. Le plus haut fruit de l'autarcie : la liberté.

Citation donnée dans Porphyre, *Lettre à Marcella*, 31 :

- « Vaine est la parole du philosophe qui ne soulage aucune des souffrances de l'homme. Tout comme la médecine n'est bonne à rien si elle n'expulse pas les maladies du corps, la philosophie n'est bonne à rien, si elle n'expulse pas les souffrances de l'âme. »