

Philosophes phares

ET SI VOUS LUTTIEZ CONTRE L'INCONTRÔLABLE DEPUIS PLUS DE 23 SIÈCLES ?

La légende raconte que Zénon de Citium, fondateur du stoïcisme, est arrivé à Athènes par accident.

Il est un marchand phénicien originaire de Chypre. Et, lors d'une traversée, il transporte une cargaison de pourpre, une matière tellement précieuse qu'elle est presque une monnaie.

Il fait naufrage. Et le voilà tout d'un coup à Athènes.

Il y devient élève de Cratès de Thèbes, un cynique. Puis, il étudie d'autres courants pour finalement fonder sa propre école autour de -300.

Il enseigne alors sous le « Portique aux peintures », la *Stoa Poikilè*. Si au tout début, on appelle ses disciples les zénoniens, ils deviennent rapidement les stoïciens, « ceux du portique ».

C'est là que commencent 500 ans de stoïcisme, une des écoles les plus solides de l'histoire occidentale.

Au fil des siècles, des stoïcien·nes viennent de toutes les couches sociales (d'Épictète, l'esclave affranchi à Marc Aurèle, l'empereur) et de toutes les origines : des Syriens d'abord et de nombreux Romains ensuite.

Mais qu'enseigne le stoïcisme ?

Parmi toutes les idées stoïciennes, la principale est pour moi celle que nous appelons aujourd'hui la dichotomie de contrôle. Nous la trouverons dans le *Manuel* d'Épictète. Mais elle est déjà essentielle pour faire la connaissance du stoïcisme. Elle dit : il y a ce qui dépend de nous et ce qui ne dépend pas de nous.

Une idée simple, terriblement exigeante d'abord, puis libératrice.

1 | Nous pouvons maîtriser nos pensées, nos actions, nos jugements, notre attitude ou encore notre état d'esprit. Tout cela dépend (au moins partiellement) de nous.

2 | Par contre, nous ne pouvons pas contrôler les opinions des autres, la politique internationale, les compliments reçus, la météo lors d'une fête à l'extérieur, la maladie, la richesse, les tendances de la mode ou la mort.

L'immense leçon d'exigence et de sagesse du stoïcisme, c'est que nous devons donner de l'attention à la première catégorie et accepter sereinement la deuxième. Appliquer cette idée vaut 10 formations de dév. perso.

Ne faire que ceci permet déjà, selon les stoïciennes, de se purger des diverses frustrations, colères et autres élans de mauvaise humeur. Car les jugements que nous portons sur ce qu'il nous arrive constituent déjà une source de souffrance.

Chez Sénèque, on trouvera la célèbre image du roc qui résiste face aux vagues furieuses et vents tumultueux.

Pour faire preuve d'un véritable stoïcisme, il faut ajouter que ce roc doit trouver une joie dans le fait de tenir et de ne pas laisser son âme se désordonner.

Pourquoi cela nous intéresse-t-il ?

Dès les origines du stoïcisme, il y a un aspect qui marque : ce n'est pas une philosophie pour beau temps. Au contraire, il s'agit d'affronter le chaos et les pertes. C'est une philosophie pour reconstruire après un naufrage.

Cela lui assure une crédibilité. Quand on l'adopte, on sait pourquoi.

Or, dans nos organisations, le sol bouge. Un-e manager reçoit un lundi matin un courriel qui annonce la fusion de deux équipes. Un-e collaborateur·rice apprend en réunion qu'une de ses fonctions sera absorbée par un logiciel IA. Un projet de deux ans est annulé par décision stratégique sans explication publique. Une direction change, et avec elle les règles du jeu.

Ce que le stoïcisme propose, c'est de comprendre que notre réponse face au monde se travaille. Et cette compétence-là dépend entièrement de nous.

Dans le prochain article nous regardons en détail ce que c'est d'être stoïque.

Avec philosophie,
Bernt