

## Aimer l'effort. L'exemple des Cyniques

### Résumé :

*Si le Dieu chrétien condamne l'homme au travail, les dieux de Prodicos accordent le bonheur à ceux qui supportent des épreuves et font des efforts. Héraclès adolescent, dans l'apologue de Prodicos, est présenté comme choisissant la vie d'effort, de ponos, plutôt que la vie de mollesse, de malakia. Les philosophes rois, au livre VIII de la République, sont définis non seulement comme des amoureux de l'apprentissage, mais encore comme des amoureux de l'effort : le philosophe, à l'instar du demi-dieu, doit être philoponos. Or, c'est une chose de prôner la modération dans les plaisirs, c'en est une autre de faire de l'effort la condition du bonheur et de la philosophie.*

*Les Cyniques vont pourtant plus loin. Le ponos n'est pas seulement la condition de la vie heureuse et de la sagesse : il fait partie du bonheur et de l'existence philosophique accomplie. Rejetant avec Héraclès les jouissances faciles de la mollesse, ils proposent une ascèse exigeante, quotidienne et permanente, fondée sur une fréquentation de l'effort. Il ne s'agit pas, comme le voudront les Stoïciens, leurs héritiers, de parvenir à une ataraxie en bâtissant en soi une citadelle intérieure. Pour le Cynique, il faut lutter au quotidien pour être prêt à toutes les luttes. Comment, dans ce combat de chaque instant, non seulement supporter l'effort, mais l'aimer constamment ? C'est ce qu'ils nous enseignent.*

### Communication :

Quelques mots en guise d'introduction. Deux moments nous occuperont. Dans le premier, je voudrais interroger la dimension paradoxale de l'effort dans l'Antiquité. Cela, je souhaiterais le faire moins pour problématiser la notion que pour interroger l'existence d'une dimension problématique de celle-ci : il n'est pas évident que l'effort ait posé problème pour les Anciens.

Lorsque nous nous serons suffisamment "glissés dans une peau grecque", nous nous intéresserons à la place et à l'usage que les Cyniques font de l'amour de l'effort. Leur exemple, comme je souhaiterais le montrer, ne tire pas son originalité de la valorisation du *ponos*, mais de la radicalité de son usage.

### I. Aimer l'effort, un paradoxe ?

Aimer l'effort. Pour beaucoup la chose peut sembler paradoxale. En guise d'introduction, je voudrais demander à l'Antiquité ce qu'elle en pense : y avait-il, pour les Anciens, une contradiction à aimer l'effort ? Ou bien est-ce seulement pour nous, Modernes, que ce qui est aimable s'identifie à ce qui produit un plaisir, et n'est-ce que pour notre époque que serait superlativement désirable ce qui nous assure une certaine satisfaction ? Car pour nous, que l'on se représente le bonheur comme une succession de plaisirs ou la possession tranquille d'un bien solide (respectivement, par exemple le premier acte de la "Traviata", puis le début du second), l'effort semble bien éloigné de la sphère du

désirable : à peine figure-t-il au rang des moyens utiles à la réalisation de nos desseins. Qu'en est-il pour les Anciens ?

*A priori*, dans l'Antiquité grecque, l'effort est une nécessité dont l'homme se passerait volontiers. L'effort traduit le terme *ponos*. Le *ponos* peut avoir un sens actif et passif : il s'agit tantôt de faire des efforts (ce que font l'athlète, l'ouvrier et l'écolier, différemment), tantôt de supporter des afflictions. De l'actif au passif, c'est la source du *ponos* qui change : mais dans les deux cas, le sujet est personnellement engagé dans l'action (de faire des efforts, de supporter des afflictions). Au contraire, la *lupê*, la peine, relève davantage de la passion : c'est un sentiment qui s'impose au sujet, qu'il le veuille ou non ; la *lupê* s'oppose au plaisir, à l'*hêdonê*.

Je me concentrerai sur le *ponos*, sur cet effort qui peut avoir pour source le sujet lui-même (l'athlète en témoigne) ou un événement extérieur que l'on peut supporter de diverses façons (les tragédies regorgent d'exemples, et la valeur des personnages tient souvent à la manière dont sont supportés ces coups du sort<sup>1</sup>).

Dans l'Antiquité, le *ponos* apparaît d'abord comme une épreuve pénible, si l'on en juge par l'usage qu'en fait Homère. L'*Odyssée*, en un sens, ne semble être que les épreuves interminables d'Ulysse :

Trêve de ces histoires ! nous sommes deux au jeu : si, de tous les mortels, je te sais le plus fort en calculs et discours, c'est l'esprit et les tours de Pallas Athéna que vantent tous les dieux... Tu n'as pas reconnu cette fille de Zeus, celle qu'à tes côtés, en toutes tes épreuves, tu retrouvas toujours, veillant à ta défense, celle qui te gagna le cœur des Phéaciens ! Et maintenant encore, si tu me vois ici, c'est que je veux tramer avec toi tes projets et cacher ces richesses qu'au départ, tu reçus des nobles Phéaciens, quand je leur en donnai l'idée et le conseil... Sache donc les soucis que, jusqu'en ton manoir, le destin te réserve. Il faudra tout subir, sans jamais confier à quiconque, homme ou femme, que c'est toi qui reviens après tant d'aventures ; sans mot dire, il faudra pâtir de bien des maux et te prêter à tout, même à la violence<sup>2</sup> !

Les épreuves, *athloî* (36 occurrences dans l'*Odyssée*), qu'Ulysse subit, sont souvent l'œuvre de puissances supérieures : la colère de Poséidon après le meurtre du Cyclope, l'amour de Calypso, la visite brève du seuil des Enfers, Charybde et Scylla. Elles peuvent aussi être causées par la méchanceté des hommes : ce sont les Prétendants qui « mangent » le trésor du palais en faisant la cour à Pénélope. Mais Ulysse est parfois responsable de son propre *ponos* : sa curiosité le pousse dans l'ancre de Polyphème, comme elle le pousse à écouter le chant des sirènes. Cette fréquentation assidue du *ponos*, bon gré mal gré, est ce qui permet au héros de se distinguer : l'effort fait de lui un héros d'endurance, et révèle sa valeur. Que l'épreuve, l'*athlos*, soit synonyme de *ponos*, nous intéressera d'autant plus dans la suite de notre discussion que la racine "*athl*" se retrouve dans l'*athlêtês*, l'athlète. Celui-ci est le spécialiste de l'effort. Tâchons de l'avoir à l'esprit afin de vérifier si, de la même façon que l'on dit que tous les comédiens ne sont pas au théâtre, tous les athlètes ne seraient pas au gymnase. C'est sans aucun doute le cas pour le héros de l'*Odyssée*, athlète au sens littéral comme au sens figuré :

Et pourtant le seul vœu que chaque jour je fasse est de rentrer là-bas, de voir en mon logis la journée du retour ! Si l'un des Immortels, sur les vagues vineuses, désire encore me tourmenter, je tiendrai bon : j'ai toujours là ce cœur endurent tous les maux ; j'ai déjà tant souffert, j'ai déjà tant peiné sur les flots, à la guerre !... s'il y faut un surcroît de peines, qu'il m'advienne<sup>3</sup> !

Non seulement il doit lutter contre diverses infortunes, mais il lutte également, au moins à deux reprises, dans des Jeux improvisés : lors du dernier épisode avant son retour, chez les Phéaciens (au livre VIII), et contre les prétendants (c'est l'épreuve du l'arc dont Pénélope est le prix, au livre XXI).

---

<sup>1</sup> Comme dans l'*Andromaque* de Racine : Andromaque, prisonnière, menacée par Pyrrhus et par la Grèce entière, conserve un calme et une dignité parfaite ; Oreste devant le revirement final, « perd le sens ».

<sup>2</sup> Homère, *Odyssée*, XIII, 295 sq. (trad. P. Mazon).

<sup>3</sup> *Ibid.*, V, 219 sq. (trad. P. Mazon).

On a montré que, si le *ponos* n'apparaît pas comme une bonne chose chez Homère, il est à la fois une nécessité à laquelle on ne peut échapper, et une épreuve qui permet de manifester sa valeur.

En revanche, si nous nous intéressons à quelques définitions classiques du bonheur dans l'Antiquité, il semble que celles-ci soient incompatibles avec la souffrance générée par l'effort.

Comparons la définition donnée par Calliclès à celle de Socrate dans le *Gorgias*. Le premier définit le bonheur comme un mouvement continu : celui d'une satisfaction de désirs toujours plus grands. On sait la critique platonicienne de cette thèse, comparée tantôt au tourment des Danaïdes, tantôt au pluvier (qui mange et fiente en même temps). Platon, par l'intermédiaire de Socrate, défend une thèse relativement classique chez les Socratiques : l'ataraxie, l'absence de trouble. Si Calliclès trouve qu'il y a dans ce calme plat un bonheur de cadavre, Socrate y voit une autre définition du bonheur : non plus un mouvement, mais un état. Pour parvenir à cet état d'âme parfait, le sujet doit faire preuve d'une vertu, la tempérance / la *sôphrosunê*. Grâce à la vertu l'on doit parvenir à une absence de trouble plus importante que la satisfaction de désirs exubérants.

L'eudémonisme hédoniste d'Épicure n'est pas si éloigné, dans sa définition du bonheur, de celle proposée par Platon : l'ataraxie y tient une place centrale. Si le calme socratique s'opposait au châtement éternel de l'insatisfaction, le bonheur épicurien se définit par l'absence de douleur :

[...] parmi les désirs nécessaires, certains sont nécessaires au bonheur, d'autres à l'absence de perturbations du corps, d'autres à la vie même. En effet, une observation sans détour de ces distinctions sait rapporter tout choix et tout refus à la santé du corps et à l'ataraxie de l'âme, puisque telle est la fin de la vie bienheureuse ; car ce pour quoi nous faisons toutes choses, c'est ne pas souffrir et ne pas être dans l'effroi ; et une fois que cela se réalise en nous, se dissipe toute la tempête de l'âme, puisque le vivant n'a pas à se diriger vers quelque chose comme si cela lui manquait, à la recherche de ce qui permettrait au bien de l'âme et à celui du corps d'atteindre leur plénitude ; en effet, c'est à ce moment que nous avons besoin d'un plaisir, lorsque nous souffrons par suite de l'absence du plaisir ; < mais lorsque nous ne souffrons pas, nous n'avons plus besoin du plaisir >.

Et c'est pour cette raison que nous disons que le plaisir est le principe et la fin de la vie bienheureuse<sup>4</sup>.

Chez Aristote, cette opposition à la peine est moins marquée, et l'on pourrait penser, à la lecture du chapitre 9 du livre II de l'*Éthique à Nicomaque*, que l'effort tient une place plus importante. En effet, il a défini préalablement, au chapitre 6 du livre I, le bonheur comme une activité de l'âme en rapport avec la vertu. Or pour parvenir à la vertu, à cette médiété, à ce juste milieu entre un excès et un défaut, il n'y a d'autre choix que de lutter contre soi-même. Le chapitre 9 du livre II revient sur cet effort personnel et sur sa méthode :

Mais nous devons, en second lieu, considérer quelles sont les fautes pour lesquelles nous-mêmes avons le plus fort penchant, les uns étant naturellement attirés vers telles fautes et les autres vers telles autres. Nous reconnâtons cela au plaisir et à la peine que nous en ressentons. Nous devons nous en arracher nous-mêmes vers la direction opposée, car ce n'est qu'en nous écartant loin des fautes que nous commettons, que nous parviendrons à la position moyenne, comme font ceux qui redressent le bois tordu.<sup>5</sup>

Voilà un texte étonnant, si l'on se souvient combien le Stagirite a insisté ailleurs, au début du livre II, sur le fait que la vertu est une *hexis* : c'est une disposition acquise par la répétition de bonnes actions. Que ce soit pour l'acquérir ou afin de se corriger, il faut s'exercer et lutter, tout comme l'athlète (mais également, selon le paradigme technique, comme le forgeron).

Seulement, pour Aristote, si l'acquisition de la vertu réclame un effort, le bonheur n'est pas jugé d'après ce dernier : l'épreuve donne une occasion d'exercer sa vertu (laquelle doit être en acte, et non en puissance), mais c'est bien d'après cette dernière seulement qu'un homme est qualifié d'heureux.

---

<sup>4</sup> Diogène Laërce, *Vies et doctrines des philosophes illustres*, X, 127-129 (trad. J.-F. Balaudé).

<sup>5</sup> Aristote, *Éthique à Nicomaque*, II, 9 (trad. J. Tricot).

Sans doute, les Anciens n'imaginaient pas l'existence humaine sans revers, et la sagesse consistait à traverser ceux-ci de la meilleure des façons. Dès lors, si l'effort n'apparaissait pas toujours aimable, il devait paraître souvent nécessaire, et comme attaché à la condition humaine. C'est ce qui ressort de deux mythes fondateurs livrés par Hésiode dans *Les travaux et les jours*. Le mythe de Prométhée est le premier<sup>6</sup>. Avant ce vol, les hommes vivaient exempts de *ponos*, de souffrance<sup>7</sup> et de travail : une seule journée suffisait pour couvrir les besoins d'une année<sup>8</sup>. C'est pour cette raison que le poète écrit : « Les dieux ont caché aux hommes le moyen de vivre »<sup>9</sup>. Désormais, ils doivent travailler et peiner pour satisfaire leur besoin.

Le second mythe est celui de l'âge d'or<sup>10</sup>. Les dieux auraient créé plusieurs races successives de mortels. La première, la plus excellente, serait la race d'or. Elle ne connaissait ni le *ponos*, ni le travail, ni la maladie, elle ne souffrait pas de la mort. La terre fertile délivrait des fruits que ces hommes saisissaient sans effort. Au contraire, notre race, la cinquième, la race de fer, ne connaît que le travail, la maladie, et les infortunes diverses.

L'histoire mythique développée par Hésiode est celle de l'avènement d'un *ponos* nécessaire auquel aucun homme ne peut se soustraire : il est le signe d'une déchéance et d'une condamnation divine et, en ce sens, n'est pas sans rappeler la chute adamique (à ceci près que la faute n'est pas humaine ici).

Nous aurions tout lieu de penser que les Anciens, comme les Modernes, ne pouvaient aimer l'effort. Pourtant, plus que nous sans doute, ils font du *ponos* un trait essentiel de notre humanité. En effet, dès l'Antiquité, une apologie de l'effort est possible, parce qu'il en va de son acceptation et de son bon usage.

Une première glorification de l'effort trouve sa source dans l'histoire : l'hégémonie de Sparte, à la fin du V<sup>e</sup> siècle (suite à la guerre du Péloponnèse où elle l'emporte sur Athènes), invite les philosophes à apprécier diversement un style de vie dans lequel les exercices physiques, mais aussi les privations et, en un mot, la rudesse, tiennent une grande place, au côté d'un sacrifice indéfectible de soi à la patrie. Selon Hérodote, les citoyens lacédémoniens, s'ils sont libres, sont en même temps entièrement soumis à la loi, qu'ils craignent plus que tout (*Histoire*, VII, 104).

La dureté de l'entraînement, l'austérité de l'existence, le mépris de l'argent, seront loués par Xénophon : dans la *Cyropédie*, ce sont les mêmes qualités qui sont vantées chez Cyrus, le roi perse, lequel s'exerce aux arts de la guerre tout jeune, et cultive lui-même son jardin. Au paragraphe 8 du chapitre 2 du livre I de la *Cyropédie*, on retrouve l'importance de l'obéissance et de la sobriété. On doit en outre à Xénophon une *Constitution de Lacédémone* : au chapitre 5, il montre l'utilité des repas en commun : la sobriété y est de mise, les anciens surveillent les jeunes, la ration de chacun est réglée, et ces repas pris à l'extérieur obligent à une marche qui est assimilée à un entraînement militaire.

Avec Sparte, c'est l'effort physique et sa finalité militaire qui sont glorifiés. Le législateur veut se prémunir de la mollesse qui rendrait impropre au combat. Les repas en commun, la préparation du corps à supporter la vie itinérante de la campagne militaire, ces traits se retrouvent chez Platon, lorsque celui-ci décrit l'éducation idéale des philosophes-rois, dans la *République*, au livre III. C'est en ce sens que l'on peut comprendre que ces philosophes-rois soient non pas seulement des amoureux de la sagesse, des *philosophoi*, ni non plus seulement des amoureux de l'apprentissage, des *philomatheis*, mais encore qu'ils doivent être *philoponoï* comme Platon l'écrit lui-même au livre VIII de la *République*. Comment

---

<sup>6</sup> Prométhée, voyant les hommes, à l'issue de la création des espèces, dépourvus d'armes ou de moyens de défense naturels, vole le feu dans l'ancre d'Héphaïstos pour en faire cadeau aux hommes. Cet acte entraîne sa condamnation par Zeus.

<sup>7</sup> Hésiode, *Les travaux et les jours*, vers 90 sq.

<sup>8</sup> *Ibid.*, vers 43 sq.

<sup>9</sup> *Ibid.*, vers 42.

<sup>10</sup> *Ibid.*, vers 109 sq.

pourrait-il en être autrement, si ces personnages, avant de diriger la cité, doivent supporter une éducation extrêmement longue et sélective, l'absence de richesse, ou encore la communauté des femmes et des enfants ?

Sans doute l'effort en question n'est pas seulement physique, il est encore intellectuel, et est figuré dans chaque dialogue par l'endurance nécessaire pour suivre la discussion engagée par Socrate. Celle-ci fait figure d'*agôn*, de lutte où des athlètes de la pensée combattraient pour la vérité, en ne devant manquer d'aucune des vertus qui caractérisent les athlètes à proprement parler : l'endurance, la persévérance et l'attention.

Quant à la *philoponia*, elle retiendra l'attention de l'Antiquité. On peut s'en assurer en ouvrant l'*Anthologie* de Stobée. Jean Stobée est un auteur du V<sup>e</sup> siècle après Jésus Christ ; il doit sa célébrité et sa longévité au fait de nous avoir légué une *Anthologie* qui est parfois notre unique accès à certains textes. Or Stobée consacre au livre III tout un chapitre sur l'amour de l'effort qu'il intitule *philoponia*, et dans lequel on trouve des citations de nombreux auteurs classiques. Le titre complet est éloquent : "Sur la *philoponia* et sur l'exercice et sur le fait qu'il est nuisible d'être paresseux".

La Grèce n'a toutefois pas attendu l'hégémonie spartiate pour mettre l'effort à l'honneur. Chez Hésiode, dans *Les Travaux et les Jours*, on trouve de belles pages sur le travail, censé éloigner de la famine, rapprocher de la vertu, et combattre la honte attachée à l'inactivité : notons que ce n'est pas de n'importe quel travail qu'il s'agit, mais du travail agricole.

Chez Xénophon, on trouve un semblable éloge dans l'*Économique*. Mais au chapitre V, il oppose le travail agricole et le travail de la forge, propre à l'ouvrier. Non seulement l'agriculture est un effort louable parce qu'il nourrit, mais encore parce qu'il exerce le corps, en l'obligeant à s'exposer au dehors été comme hiver.

C'est bien parlé, Critobule, dit-il ; car les métiers que l'on appelle d'artisans sont décriés et il est certes bien naturel qu'on les tienne en grand mépris dans les cités. Ils ruinent le corps des ouvriers qui les exercent et de ceux qui les dirigent en les contraignant à une vie casanière assis dans l'ombre de leur atelier, parfois même à passer toute la journée auprès du feu. Les corps étant ainsi amollis, les âmes aussi deviennent bien plus lâches<sup>11</sup>.

Je signale que l'on conseille déjà à Ulysse, alors transformé en mendiant, au chant XVIII de l'*Odyssée*, d'aller dormir chez le forgeron. Quand on pense aux actuels métiers de ferronnier, de chaudronnier, de soudeur, on peine à comprendre ce jugement ; cela doit nous inviter à nous demander quelle place les jugements implicites occupent dans les représentations que nous nous faisons de ces activités.

J'aimerais terminer ce tour d'horizon rapide des rapports que l'Antiquité hellénistique entretient avec le *ponos* par un texte qui me semble décisif : l'apologue de Prodicos au début du second livre des *Mémorables* de Xénophon. Prodicos de Céos est un sophiste du V<sup>e</sup> siècle avant Jésus Christ. Il est contemporain de Démocrite, de Gorgias et de Protagoras. Dans ce texte, dont on ignore si Xénophon s'inspire de Prodicos ou le cite d'assez près, il est question d'Héraclès à la croisée des chemins. Le demi-dieu, au sortir de l'adolescence, se retirerait dans la forêt. Là, deux femmes, personnifiant l'une la vertu, l'autre le vice, tâcheraient de le persuader de le suivre. Or voilà ce que lui déclare la Vertu : « Les dieux ne donnent aucune des choses bonnes et belles sans effort et sans soin »<sup>12</sup>.

Ce qui a retenu mon attention, c'est cette image d'un Héraclès, d'un demi-dieu à qui la vie divine semble d'ores et déjà acquise, préférant l'effort des travaux aux jouissances faciles. Il faut que la représentation positive de l'effort soit profondément ancrée dans les conceptions et dans l'imaginaire grecs, pour qu'elle conduise à un tel paradoxe.

---

<sup>11</sup> Xénophon, *Économique*, IV (trad. P. Chantraine).

<sup>12</sup> Xénophon, *Mémorables*, II, 1 (nous traduisons).

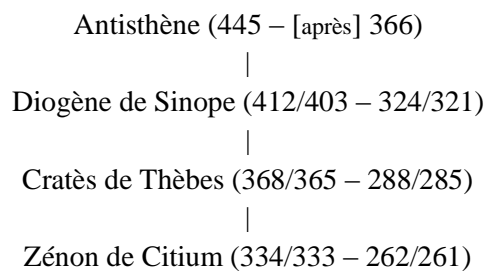
Dans ce propos liminaire, j'ai tâché de montrer la présence problématique du *ponos* dans l'Antiquité grecque. S'il paraît difficile de concilier la vie heureuse avec l'effort, aucune philosophie ne fait l'économie de cette tentative : chacun, il y a quelque 2500 ans, tâche de montrer, pour des raisons et dans des contextes différents<sup>13</sup>, l'importance du *ponos*.

En introduction, j'avais posé la question de savoir si le *ponos* présentait un problème aux yeux des grecs. Une telle généralisation n'est pas facile, et sans doute inadéquate dans une certaine mesure. Toutefois, elle me permet de remarquer que l'effort, tout comme la sagesse, semble être une sorte d'idéal normatif : c'est à la fois ce vers quoi il faut tendre et en même temps ce qui permet de juger d'autres conduites, comme la mollesse. Il me semble que les tensions qui entourent la notion surgissent moins sur un plan conceptuel que pratique : c'est quand il s'agit, précisément, de savoir quand, comment, avec quelle fréquence et quelle intensité faire des efforts et, bien entendu, lesquels faire, que les avis divergent. Parmi ces divergences, les Cyniques vont offrir la version la plus radicale.

## II. Aimer l'effort : l'exemple des Cyniques.

Je commencerai par présenter rapidement les Cyniques et le Cynisme, avant d'en venir au point qui nous intéresse, leur rapport à l'effort. Afin d'éclairer le sens de celui-ci, j'expliquerai ensuite la finalité du Cynisme.

Qui sont les Cyniques et qu'est-ce que le Cynisme ? Dans ses *Vies et doctrines des philosophes illustres*, Diogène Laërce, au tournant des premiers et seconds siècles après Jésus Christ, consacre le livre VI aux Cyniques. Là, on trouve la filiation suivante :



Avant d'entrer dans le détail de cette chronologie, je ferai deux remarques. La première, c'est l'origine du terme "Cynisme" : le cynique, c'est littéralement le *kunikos*, celui qui fait le chien ou ressemble à un chien. Le terme vient du chien, *kuôn*. La seconde remarque porte sur le fondateur du Cynisme : on considère traditionnellement qu'Antisthène est le père de cette école ; seulement, le premier à être qualifié de chien, de *kunikos*, c'est Diogène, et non Antisthène.

Passons à l'examen de la chronologie. Antisthène est un disciple de Socrate : Diogène Laërce rapporte que le premier « parcourait chaque jour les quarante stades afin de venir écouter Socrate, dont il emprunta la fermeté d'âme et imita l'impassibilité, ouvrant ainsi, le premier, la voie au Cynisme. »<sup>14</sup> : cela fait 14 kilomètres aller-retour tous les jours. Dans le *Banquet*, Xénophon montre Antisthène très

---

<sup>13</sup> Des contextes différents, car la chose intéresse tour à tour le philosophe, l'athlète et le travailleur, tout comme elle est l'objet du médecin, du poète et du politique.

<sup>14</sup> DL, VI, 2.

attaché à la compagnie de Socrate : il est présenté comme un véritable Socratique. Il enseignera, tout comme Platon et Aristote, dans l'un des trois principaux gymnases d'Athènes, le Cynosarge.

Mais la postérité s'est surtout souvenue de Diogène de Sinope comme figurant le cynique par excellence. C'est le premier à être appelé et à s'appeler lui-même un chien, et c'est d'après son modèle que ses successeurs s'appelleront ainsi. Toutefois, contrairement à Antisthène, il ne dispose pas de lieu d'enseignement et ne semble pas avoir institué d'école, même s'il a beaucoup écrit. Il n'est pas clair non plus s'il a réellement rencontré Antisthène, même si les auteurs postérieurs l'affirment souvent.

Je ne dirai enfin, par manque de temps, rien de Cratès, que j'indique ici pour signaler qu'il est le maître avéré de Zénon : ce dernier est le père du Stoïcisme, ce qui signifie que l'école du Portique est la fille du Cynisme. Celui-ci est un trait d'union entre les Stoïciens et Socrate.

L'examen de la chronologie m'oblige à faire deux constats : le terme d'école est discutable pour le Cynisme qui tient autant de l'institution que du mode de vie : on reconnaît dès l'Antiquité, et pendant longtemps, le philosophe cynique à son apparence extérieure. Il ressemble à un mendiant : il porte un bâton, une besace, et un manteau qu'il double pour supporter le froid en hiver. Tout comme Socrate, dont ils revendiquent l'héritage, les Cyniques sont des philosophes de la cité : ils déambulent dans les rues, vivent sur l'agora, et arrêtent les passants pour les forcer à se remettre en question. Tout comme Socrate, ils ne se font par rémunérer et, alors que celui-ci utilise l'ironie, les Cyniques utilisent l'humour, bien que sous une forme différente :

37 : Il vit un jour une femme qui se prosternait devant les dieux dans une attitude particulièrement indécente. Voulant la débarrasser de sa superstition, à ce que dit Zoïlos de Pergé, il s'approcha d'elle et dit : "Ne crains-tu pas, femme, que si un jour un dieu se tient derrière toi, – car tout est rempli de la divinité –, ton attitude ne soit indécente ?"

53 : Ayant vu un jeune homme de grande beauté qui reposait sans défense, il le poussa et lui dit : "Réveille-toi pour éviter que durant ton sommeil on ne t'enfonce une lance dans le dos"<sup>15</sup>.

C'est notre second constat : les Cyniques, notamment Diogène, sont présentés comme des Socrate : des philosophes de la Cité, ironisant sur leur semblable, les poussant à considérer à nouveau frais leurs opinions. D'ailleurs, Platon lui-même aurait dit de Diogène qu'il est un « Socrate devenu fou »<sup>16</sup>.

Concluons sur ce portrait du Cynisme antique : il n'est pas clair qu'il ait été une école de pensée, au sens où l'on entend habituellement ce terme. Toutefois, il implique des disciples, des enseignants et des lieux d'enseignement (le gymnase du Cynosarge, tout comme Aristote a celui du Lycée et Platon les jardins de l'Académie). Sa pédagogie se fonde sur l'exemple plus que sur les livres (le savoir livresque étant vivement critiqué).

Cela me permet d'en venir finalement au sujet de mon intervention : quels rapports les Cyniques entretiennent-ils avec l'effort ? Pourquoi pense-t-on à eux, plutôt qu'à tout autre, quand on s'intéresse au *ponos* ?

C'est d'abord par leur mode de vie que les Cyniques nouent un rapport étroit à l'effort. Volontairement, comme un ascète sans Dieu, ils abandonnent et refusent toute propriété inutile. Ils n'ont sur eux et ne possèdent que le nécessaire : un manteau, une besace pour emporter un peu de nourriture et un bâton. Ainsi voit-on Diogène jeter son écuelle, parce qu'il voit un enfant boire dans ses mains. Le même Diogène vit un temps dans une énorme jarre, un *pithos*, quand il ne dort pas dans les temples et les édifices publics<sup>17</sup>. Se nourrir simplement et dormir là où l'on est, ces deux actes sont les premiers efforts et les efforts les plus constants du cynique. Effort contre les plaisirs et lutte contre le luxe, bien

---

<sup>15</sup> Diogène Laërce, *Vies et doctrines des philosophes illustres*, VI (noté par la suite DL, VI, etc.).

<sup>16</sup> DL, VI, 54.

<sup>17</sup> DL, VI, 22.

entendu ; mais effort aussi par le fait d'offrir continuellement son corps aux privations : la faim, la soif, l'absence de sécurité.

On aurait tort, pourtant, d'assimiler le Cynisme à un ascétisme rigoriste, comme si cela suffisait pour qualifier leur conduite. Ascètes, ils le sont, mais au sens étymologique. Par « ascèse », on entend généralement une conduite rude faite de privations, dans laquelle la volonté cherche à imposer au corps une discipline morale. Le Carême et le Ramadan sont des ascèses en ce sens, le corps étant volontairement sacrifié au profit d'une purification de l'esprit, plus apte à se tourner vers Dieu une fois libéré de ses chaînes charnelles. L'ascèse pourtant, n'est pas seulement une conduite rigoureuse : le terme vient du grec *askêsis* et signifie d'abord l'exercice.

Or si l'ascèse cynique se fonde sur un amour de l'effort, c'est surtout au sens où elle transforme l'existence de l'homme à l'aide d'exercices multiples, variés, quotidiens et répétés. Voici quelques exemples :

23 : L'été, il se roulait sur du sable brûlant, tandis que l'hiver, il étreignait des statues couvertes de neige, tirant ainsi profit de tout pour s'exercer

49 : Un jour il demandait l'aumône à une statue. Comme on l'interrogeait sur la raison qui le poussait à agir ainsi : "Je m'exerce, dit-il, à essuyer les échecs".

64 : Il entrait au théâtre à contre-courant des gens qui sortaient. Comme on lui en avait demandé la raison, il disait : "Tout au long de ma vie c'est ce que je m'efforce de faire".

87 (au sujet de Cratès) : L'été, il portait un manteau épais, afin d'acquérir la maîtrise de soi, et l'hiver des haillons.

90 (*idem*) : Il invectivait de propos délibéré les courtisanes, s'exerçant ainsi lui-même à supporter les injures.

91-92 : De plus, il n'était pas beau à voir et, quand il faisait de la gymnastique, on se gaussait de lui. Il avait coutume de dire en levant les mains : "Aie confiance, Cratès, dans tes yeux et le reste de ton corps. Ces gens qui se moquent de toi, tu les verras, d'ici peu, tout tordus par la maladie, enviant ton bonheur et se reprochant leur paresse"<sup>18</sup>.

Quelques commentaires sur ces exercices. Beaucoup sont donnés comme des actes à répéter en vue d'acquérir certaines qualités. Ces qualités sont physiques et morales : à mesure que le corps devient plus dur et plus endurant, l'esprit devient plus ferme. Parmi ces exercices enfin, aucun ne prône directement un retour à la nature. Certains se servent des conditions climatiques, mais d'autres sont entièrement tournés vers la préparation de la vie en société (c'est le cas pour l'aumône et l'injure). Ce qui est remarquable, c'est l'importance de l'opportunité. Tout, pour le Cynique, peut devenir une occasion d'exercice : un évènement naturel, une situation du quotidien, peu importe – il faut saisir l'occasion de faire un effort.

S'exercer, c'est fréquenter des choses pénibles, qu'elles soient causées par la nature ou non. Or il me semble que derrière l'expression *philoponos*, il faut se garder, comme on le fait peut-être trop vite pour le *philosophos*, d'y voir exclusivement un amour au sens d'un désir pour la chose. Le philosophe, s'il désire la sagesse, est également celui qui la fréquente, à la fois par les amis dont il s'entoure et par les vérités qu'il côtoie (pour reprendre l'image du mythe du char ailé dans le *Phèdre* de Platon). De la même façon, le *philoponos* est celui qui désire l'effort et le fréquente.

Dans les paragraphes 91-92, on peut observer que Cratès n'ignore pas cet effort représentatif de l'Antiquité grecque, l'athlétisme. Le cynique s'affirme lui-même souvent comme un athlète, qui lutterait contre les tourments du destin, et serait supérieur en cela aux autres athlètes.

---

<sup>18</sup> DL, VI.



C'est là, il me semble, l'une des principales originalités du Cynisme : nous ne sommes pas en présence de philosophes qui pratiquent, comme ce sera le cas pour les Stoïciens après eux, des "exercices spirituels". Il ne s'agit pas simplement d'exercer son esprit : l'exercice de celui-ci et du corps sont inséparables, comme le montre un texte important :

(Diogène) disait que l'ascèse est double : il y a une ascèse relative à l'âme et une autre relative au corps. Au moyen de cette dernière, des dehors adviennent dans un exercice physique continu et donnent de l'aisance face aux œuvres de la vertu. L'une séparée de l'autre est dépourvue de fin, pas moins que ne le sont la bonne constitution et la force qui adviennent dans les exercices appropriés, que ce soit relativement à l'âme comme relativement au corps<sup>19</sup>.

Exercices du corps et exercices de l'âme sont indissociables. Vouloir les séparer, c'est rendre difficile la vie vertueuse.

Une autre différence par rapport aux philosophies ascétiques classiques, comme le Stoïcisme, c'est l'absence de terme à ces efforts : ils ne sont pas appelés à disparaître. Le Stoïcien au contraire ne s'exerce que pour devenir un sage ; parvenu au faite de la sagesse, il peut laisser derrière lui les exercices du *cursus*. En revanche, le sage cynique s'entraîne continuellement ; il ne connaît pas de relâche, ces efforts ne connaissent pas de fin.

J'ai évoqué quelques traits de l'ascèse cynique. Résumons-les. Il y a, tout d'abord, l'importance accordée aux efforts du corps comme à ceux de l'âme. Ensuite, le fait que tout peut devenir l'occasion d'un exercice ; les entraînements cyniques ne sont pas enfermés dans un gymnase ou une école. Enfin, les efforts doivent être variés, fréquents et constants. J'indiquerai seulement en passant que certains de ses principes, notamment la variété, la constance, l'attention accordée au corps et à l'esprit, se retrouvent dans des disciplines sportives actuelles, ce qui implique un certain choix parmi les efforts que l'on peut faire, et nécessite de déterminer l'usage que l'on en fera.

Cette ascèse originale a conduit les Cyniques à redéfinir le *ponos* : c'est là, me semble-t-il, que des divergences conceptuelles ont pu apparaître avec d'autres philosophies.

Le *ponos*, de l'aveu d'Antisthène, est un bien. Il ne l'est pas seulement comme un moyen (ce qu'affirmerait Épicure, par exemple, ou Aristote) : il l'est intrinsèquement. Au *ponos*, nul ne peut échapper : tous les hommes, comme nous le suggérait déjà Hésiode, sont contraints d'y faire face. La *Tukhê*, la Fortune, menace continuellement l'homme de la misère, de l'exil, du mépris public, de la maladie ou de la mort. La seule question que posent les Cyniques, c'est celle de savoir comment supporter ces possibilités si l'on ne peut espérer y échapper. L'ascèse, nous l'avons vu, apporte une première réponse : il faut se préparer à vivre. Cette préparation exige de ne pas attendre passivement les événements douloureux : il faut aller au-devant d'eux, et être foncièrement actif. Si, au contraire, l'individu fait preuve de mollesse en préférant, à l'ascèse, les plaisirs faciles du luxe, il ne sera pas prêt à supporter l'inévitable, et souffrira.

Pour autant, tout effort n'est pas souhaitable. Les Cyniques font la distinction entre les efforts utiles et les efforts vains :

Rien, absolument rien, disait-il, ne réussit dans la vie sans ascèse ; celle-ci est capable, en revanche, de triompher de tout. Par conséquent, alors qu'ils devraient vivre heureux en ayant choisi, au lieu des labeurs inutiles ceux qui sont conformes à la nature, les gens, à cause de leur folie, sont malheureux. Et de fait, du plaisir lui-même le mépris est des plus doux, à condition de s'y être exercé au préalable<sup>20</sup>.

---

<sup>19</sup> DL, VI, 70.

<sup>20</sup> DL

Les efforts de ceux qui recherchent les plaisirs raffinés, comme les mets de la table sicilienne, sont vains, parce qu'ils n'exercent ni le corps ni l'âme. Comme le feu de la forge, ils amollissent littéralement, privant l'individu de la possibilité de résister aux infortunes. La mollesse n'est pas seulement un vice moral ; elle est un défaut physiologique, et sa critique montre sans doute qu'il y a, dans ces textes, une moralisation du corps.

## Conclusion

Revenons sur le parcours proposé. Nous sommes partis de la question de savoir si l'effort pose, ou non, un problème. Or il ne semble pas y avoir de problème au niveau conceptuel, chacun s'accordant à voir dans l'effort une nécessité liée à la condition humaine. Mais au niveau des pratiques, on doit légitimement s'étonner de la volonté de concilier un eudémonisme ataraxique, parfois intellectualiste, et un effort tant moral que physique, continument et diversement valorisé.

Comment les Cyniques entendent-ils répondre à ce problème ? Ils admettent le caractère nécessaire du *ponos* : nécessaire, il l'est moins parce que l'homme serait par essence un être souffrant, que parce que les *ponoi* sont envoyés par la *Tukhê* d'une part, par les autres hommes d'autres part. L'homme vivant, le *ponos* demeure, sous toutes ses formes, toujours de l'ordre du possible. Dès lors, l'ascète cynique tire parti de tout, afin d'être prêt à tout. Les exercices variés qu'il se propose imitent la variété des défis à relever. Ceux-ci concernent à la fois le corps et l'âme. En choisissant de fréquenter l'effort au lieu de chercher à l'éviter, ils s'assurent de ne pas tomber dans la mollesse, en se préparant à vivre. Du point de vue théorique, pareille ascèse appelle une redéfinition du *ponos* : il est un bien pour celui qui, sachant lequel choisir, se montre actif vis-à-vis de lui, au lieu d'être passif.

À quelle vie le cynique aspire-t-il ? À la vie simple, se contentant de mets triviaux (des lentilles et du pain), de l'eau et non du vin, de couches dures et accessibles facilement. Les Stoïciens diront à propos de cette vie simple cynique qu'elle est un raccourci vers la vertu. Ce raccourci est, littéralement, un court chemin ; celui-ci partage avec la représentation de la voie vertueuse, dans l'apologue de Prodicos, d'être abrupte et difficile. C'est le chemin qu'a choisi Héraclès et c'est celui que préféreront les Cyniques, suivant en cela son exemple.

Voilà ce qu'il en est de l'amour de l'effort chez les Cyniques. Cela les situe dans une voie à part des philosophies platoniciennes et stoïciennes qui les précèdent et succèdent. Le cynique se refuse à l'intellectualisme socratique, en accordant une place réelle à l'exercice physique : la connaissance de la vertu ne peut pas suffire à être vertueux. De la même façon, les Chiens (puisque c'est ainsi qu'ils se nomment) ne limitent pas leur ascèse à des exercices spirituels, comme les Stoïciens. Le risque de la mollesse est inscrit autant dans le corps que dans l'esprit ; la fréquentation du *ponos* doit être également répartie entre l'un et l'autre.

Les Cyniques se sont engagés dans une voie étrange. Ses racines sont profondément grecques. Elle est la voie simple, la voie difficile et peut-être en cela préfigure-t-elle la porte étroite des Évangiles.