

Episode 12 : Sénèque : Peut-on maîtriser le temps ?

 apprendrelaphilosophie.com/episode-12-seneque-peut-on-maitriser-le-temps/

Bienvenue sur Apprendre la philosophie ! Comme ça n'est pas la première fois que vous venez ici, vous voudrez sans doute lire mon livre qui vous explique comment réussir votre épreuve de philosophie au bac : [cliquez ici pour télécharger le livre gratuitement !](#)

Podcast: [Play in new window](#) | [Download](#)



[Cliquez ici pour l'écouter sur Spotify, Deezer ou Itunes.](#)

Bonjour, bienvenue dans ce nouveau podcast d'Apprendre la philosophie, dans cet épisode je vais expliquer la citation de Sénèque extraite de De la brièveté de la vie. « Nous n'avons point reçu une vie brève, nous l'avons faite telle ». Cette thèse de Sénèque pourrait notamment être intéressante sur un sujet comme « Peut-on maîtriser le temps ? »

Sénèque est un philosophe latin né en -4 av. J-C et mort en 65 ap. J-C. Il appartient à l'école stoïcienne fondée par Zénon de Citium. Il a écrit notamment Des Bienfaits, De la brièveté de la vie, De la clémence, Lettres à Lucilius, De la tranquillité de l'âme et De la vie heureuse. De la Brièveté de la vie date de 49 ap. J-C environ. Sénèque écrit alors au préfet Paulinus. Il s'agit d'une oeuvre sur la manière de se réapproprier le temps qui semble nous échapper et sur le sens que l'on donne à sa vie.

Le titre peut laisser penser que Sénèque énonce une évidence : la vie est brève. Mais c'est précisément le contraire que va défendre Sénèque. « Nous n'avons point reçu une vie brève, nous l'avons faite telle » dit-il. Pour lui, notre vie est brève ou non en fonction de la manière dont nous vivons. Soit nous arrivons à maîtriser le temps que nous avons et alors ce temps est suffisant, soit nous ne le maîtrisons pas et alors notre vie nous

semble effectivement brève. L'enjeu est donc de savoir ce que nous faisons de notre temps. Sénèque critique notamment la manière de vivre des « gens occupés » qui dilapident leur temps et s'activent sans cesse sans réelle raison, tout en ignorant que leur temps est compté. Pour ces personnes là, la vie est effectivement brève, mais c'est parce qu'ils perdent beaucoup de leur temps. Sénèque considère que ça n'est pas parce qu'on est sans cesse occupé ou que l'on agit beaucoup que l'on utilise bien son temps. On peut très bien s'agiter beaucoup et pourtant perdre son temps car on ne fait rien qui a du sens pour nous.

Deux erreurs humaines selon Sénèque

Sénèque, dans *De la Brièveté de la vie*, commence par regretter deux erreurs humaines très courantes. D'abord les hommes ont tendance à considérer que la nature leur donne une vie trop courte. Pour Sénèque c'est une folie de se plaindre d'avoir reçu trop peu de temps et d'accabler l'injuste nature car ce temps que la nature nous donne ne dépend pas de nous. Il est donc vain de vouloir changer cela et de s'en plaindre. Pour les stoïciens, il est inutile de vouloir que les choses arrivent comme nous le désirons, dans les domaines où cela ne dépend pas de nous, il faut vouloir ce qui arrive.

Les personnes qui ont lu cet article ont aussi lu Episode 6 : Citation de Sartre : Nous sommes condamnés à la liberté

Sénèque relève ensuite une deuxième erreur. Les hommes se plaignent d'avoir reçu une vie courte mais, en réalité, ils vivent comme s'ils étaient immortels, c'est-à-dire qu'ils dilapident leur temps comme s'il n'était pas précieux. Il va alors énumérer les façons diverses dont les hommes peuvent perdre leur temps, cela va de celui qui perd son temps en s'abrutissant par l'alcool ou la nourriture, à celui qui uniquement soucieux du regard des autres cherche à réussir à leurs yeux à tous prix sans réaliser quoi que ce soit de vraiment important pour lui-même. Perdre son temps pour Sénèque, cela peut donc être par exemple, s'inquiéter constamment de sa beauté ou de celle des autres, chose qui de toute façon ne dure pas, ou encore éparpiller ses actions dans différents projets sans jamais se fixer sur un et l'amener à terme.

Vivre et non simplement exister

Comment alors bien vivre ? Pour Sénèque mener une vie véritable consiste à entreprendre des actions qui ne sont pas gratuites et irréfléchies, mais au contraire réfléchies et conscientes. Des actions que nous avons donc réellement choisies et qui sont maîtrisées au sens où nous savons pourquoi nous les faisons et elles sont importantes pour nous. C'est ainsi que l'homme peut réellement vivre au lieu de simplement « passer du temps ».

La métaphore du bateau qui se laisse emporter est ici éclairante. Si ce bateau sans direction se laisse emporter et tourne sans cesse en rond, pourra-t-on dire qu'il a beaucoup navigué ? On pourrait dire qu'il a navigué longtemps, mais pas beaucoup navigué car il n'est arrivé nul part.

De même, pour Sénèque, un individu qui n'a pas de projet précis, vagabonde sans cesse ou perd son temps, devient peut-être une personne âgée, mais, pour autant, on ne peut pas dire qu'il a beaucoup vécu. Seul celui qui utilise son temps intelligemment a beaucoup vécu.

Par ailleurs, cette métaphore illustre bien aussi le côté néfaste des passions qui nous détournent de nos projets réfléchis : plus il y a eu de vent (le vent est alors symbole des passions qui peuvent nous emporter), moins le bateau a pu accomplir sa fonction, sa mission. Il importe donc de retenir la distinction de cet ouvrage entre vivre et passer du temps. « Rien n'est moins le fait d'un homme occupé que de vivre » dit Sénèque car si ce à quoi il s'occupe, il ne l'a pas réellement choisi de manière éclairée alors en réalité il s'agite et perd son temps.

Voilà pour cet épisode j'espère qu'il vous aura aidé à comprendre un peu la pensée de Sénèque sur le temps, si vous voulez davantage de contenu sur le thème du temps, je vous invite à vous rendre sur la page [Cours de Philosophie](#).

Très bonne journée à vous



Inscrivez-vous à la newsletter pour commencer la philosophie

→

[Je veux apprendre](#)

Je déteste les spams : votre adresse email ne sera jamais cédée ni revendue. En vous inscrivant ici, vous recevrez des articles, vidéos, podcasts et autres conseils pour vous aider à découvrir ou approfondir la philosophie. Vous pourrez vous désabonner à tout moment.