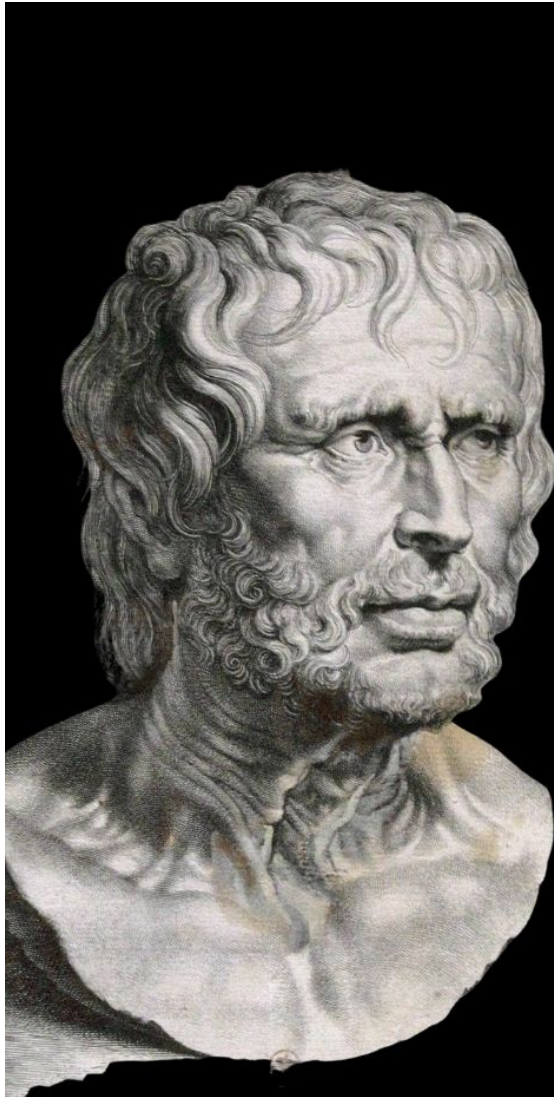


Sénèque citations sur l'existence

 apprendrelaphilosophie.com/seneque-citations-sur-l'existence/

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 !](#)



« Il n'est pas vrai que nous ayons peu de temps, mais nous en avons déjà beaucoup perdu. La vie est assez longue, et elle serait bien suffisante pour l'accomplissement de nos principales fonctions, si, dans son ensemble, elle était organisée comme il faut. »

Sénèque
De la Brièveté de la vie

De la Brièveté de la vie :

« Nous n'avons pas reçu une vie brève, nous l'avons faite telle ». De la Brièveté de la vie

Sénèque dans cette oeuvre prend le contre pied de l'opinion commune selon laquelle la vie des hommes serait courte. A ses yeux, elle n'est pas réellement courte et cela n'a de toute façon pas de sens de s'en plaindre. En revanche, les hommes rendent leur vie

courte en usant mal de leur temps et en se laissant distraire par des occupations sans intérêts.

« Il n'est pas vrai que nous ayons peu de temps, mais nous en avons déjà beaucoup perdu. La vie est assez longue, et elle serait bien suffisante pour l'accomplissement de nos principales fonctions, si, dans son ensemble, elle était organisée comme il faut. » De la Brièveté de la vie

Pour Sénèque, les hommes perdent leur temps trop souvent soit en passant leur temps en boisson, nourriture, excès de toutes sortes, soit en s'inquiétant trop du regard des autres, de leur réputation, soit en papillonnant d'une idée à l'autre sans se fixer sur une seule. Il y a finalement à ses yeux de très nombreuses façons de perdre son temps et il n'y a qu'en réfléchissant précisément à ce que nous voulons réaliser et en ayant conscience que notre temps n'est pas illimité que nous pouvons faire que notre vie soit longue parce que bien employé.

« On ne trouve personne qui veuille partager son argent ; entre combien de gens partage-t-on sa vie ! On est parcimonieux s'il s'agit de garder intact son patrimoine ; mais quand il s'agit de perdre son temps, on est prodigue dans le seul domaine où l'avarice serait honorable. » De la Brièveté de la vie

Sénèque remarque très souvent que les hommes ont tendance à ne pas avoir conscience du caractère précieux du temps. Le temps est la seule chose qu'on ne peut rendre, nous devrions avoir beaucoup plus conscience de sa valeur et moins le gaspiller selon lui.

« Remémore-toi combien de fois tu as été ferme dans tes desseins, combien de journées se sont passées comme tu l'avais décidé, quand tu as disposé de toi-même, quand tu as eu le visage sans passion et l'âme sans crainte, ce qui a été ton oeuvre dans une existence si longue, combien de gens se sont arraché ta vie, sans que tu t'aperçoives de ce que tu perdais, combien de ta vie t'ont dérobé une douleur futile, une joie sotte, un désir avide, un entretien flatteur, combien peu t'est resté de ce qui est tien : et tu comprendras que tu meurs prématurément. » De la Brièveté de la vie

Je vous en dis plus sur De la Brièveté de la vie de Sénèque dans cet [article](#).

Sénèque citations extraites des Lettres à Lucilius :

« Réfléchis bien, demande Sénèque, et tu verras que la majeure partie de l'existence se passe à mal faire, une grande part à ne rien faire, et la totalité à faire tout autre chose que ce qu'il faudrait. » Lettres à Lucilius I

« La fréquentation du monde et de la foule est à bannir ». Lettre 7

[Les personnes qui ont lu cet article ont aussi lu Citation d'Arthur Schopenhauer](#)

« Le dieu nous accorde un lendemain, soyons heureux de le recevoir. On jouit pleinement et avec sécurité de soi-même lorsqu'on attend le lendemain sans inquiétude. Qui, le soir, dit : « J'ai vécu », peut dire le matin : « Je gagne une journée. » Lettre 12

Ici encore, Sénèque considère qu'une manière d'être serein consiste à bien user de son temps de telle manière que l'on puisse dire après chaque journée que nous sommes satisfaits de cette journée. Il considère que les hommes ont trop tendance à voir la mort comme quelque chose de lointain quand ils sont jeunes, mais la mort peut advenir à tout âge.

« Disposons donc chacune de nos journées comme si elle fermait la marche, comme si elle achevait et complétait notre vie ». Lettre 12

« Ce n'est pas de vivre qui est désirable, c'est de vivre bien. Aussi le sage vit autant qu'il le doit, non autant qu'il le peut ». Lettre 70

Sénèque consacre une lettre à la question du suicide. Lui qui nous incite à bien vivre en ne perdant pas notre temps et en le consacrant à projets réfléchis et notamment à la philosophie, il n'est pas question de vivre pour lui en ayant perdu la possibilité de bien vivre. Mieux vaut mettre un terme à cette vie.

« Bien mourir, c'est nous soustraire au danger de mal vivre. » Lettre 70

« Pour un seul moyen d'entrer dans la vie, il y en a mille d'en sortir. [...] Le grand motif pour ne pas nous plaindre de la vie, c'est qu'elle ne retient personne. » Lettre 70

« Qui ne sait pas vers quel port il doit tendre n'a pas de vent qui lui soit bon ». Lettre 71

Sénèque pointe ici l'importance de savoir ce que l'on veut faire de nos journées et de notre vie, car celui qui ne sait pas où il veut aller, et ce qu'il veut faire sera toujours conduit par les circonstances et les autres. Ce faisant, il ne peut bien vivre c'est pourquoi le vent ne peut jamais lui être bon s'il n'a pas déterminé rationnellement ce à quoi il veut consacrer sa vie.

« Ceux qui convoitent ou méprisent les choses selon qu'elles s'achètent plus ou moins cher, dédaignent la lumière qui ne coûte rien ». Lettre 122

De la colère :

Sénèque citations sur la colère.

« “Qui ne ressent pas la colère demeure inébranlable à l'injure.” » Sénèque ; De la colère, III

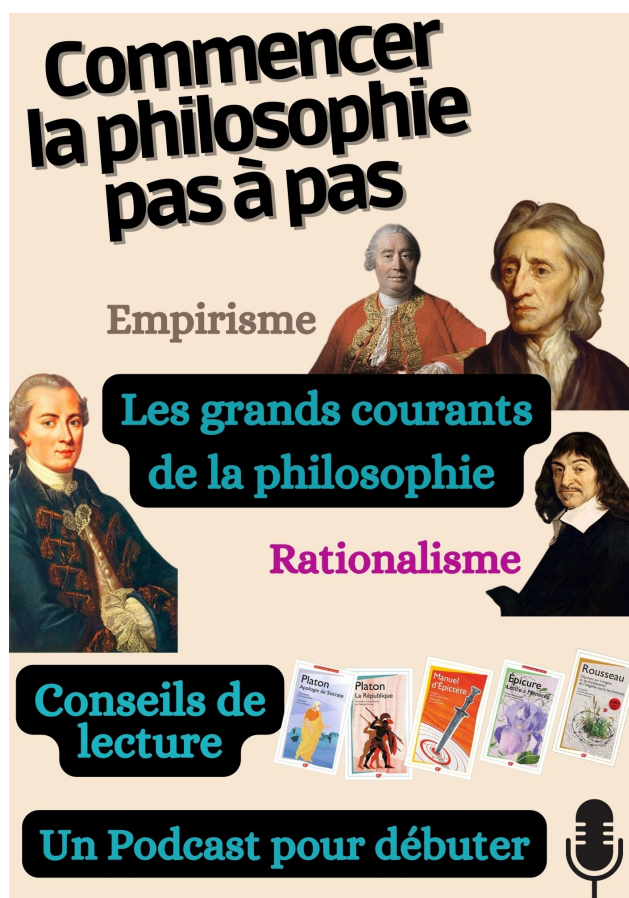
Sénèque en bon stoïcien, voit la colère comme une passion qui nous affecte et nous fait perdre le contrôle. Il faut donc s'en défaire. Se mettre en colère c'est réagir à l'injure ou à l'action d'un autre et le laisser prendre le contrôle de notre esprit et de notre état

émotionnel. En ce sens, se mettre en colère c'est perdre le contrôle de soi-même et donc perdre sa liberté. Les autres n'ont pas de prises sur nous si leurs injures ne peuvent nous mettre en colère.

« “L'injure est moins dans la manière dont elle est faite que dans celle dont elle est reçue.” » Sénèque ; De la colère, III

« Celui qui s'enquiert de tout ce qui s'est dit sur son compte, et qui va exhumant les propos les plus secrets de l'envie, trouble lui-même son repos. » Sénèque ; De la colère, III, 5

« “La colère abîme tout, il n'est guère de gens à qui elle n'ait coûté cher.” » Sénèque ; De la colère, III, 5



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.