



# PENSÉES CYNIQUES

*Sentences philosophiques  
& entretiens*

Nicolas MENTEC

Nicolas Mentec « Tous droits réservés ».

# Sommaire



|   |    |
|---|----|
| Avant-propos .....                                      | 11 |
| Des Actes .....   | 19 |
| De l'Alcool et des Drogues .....                        | 23 |
| De l'Amitié .....                                       | 24 |
| De l'Amour.....   | 26 |
| De l'Apparence .....                                    | 30 |
| De l'Art de se taire .....                              | 30 |
| De l'Artiste .....                                      | 41 |
| De l'Autosuffisance .....                               | 43 |
| D'Autrui .....  | 43 |
| Des Aveugles et des Sourds .....                        | 46 |
| Du Bénévolat et de l'Altruisme .....                    | 49 |
| Des Besoins superflus .....                             | 51 |
| Du Bonheur .....  | 55 |
| Du Café du Commerce .....                               | 57 |
| De la Chirurgie Esthétique .....                        | 57 |
| Des Citations et des Sentences .....                    | 58 |
| De la Concentration et de la Rigueur .....              | 59 |
| Des Crétins et de la Bêtise .....                       | 60 |
| De la Critique et de la Dérision .....                  | 65 |
| De la Culture .....                                     | 67 |
| Du Cynisme .....  | 71 |
| Du Détachement et de l'Ataraxie .....                   | 76 |
| Du Dénigrement de la Sagesse et de la Philosophie ..... | 80 |
| Du Déterminisme .....                                   | 84 |
| De la Discrétion .....                                  | 86 |

|  |     |
|--|-----|
| De la Discussion et des Échanges .....   | 86  |
| De la <i>Doxa</i> (l'opinion publique) .....                                   | 92  |
| De l'Écriture .....  | 98  |
| De l'Enfance et de l'Éducation .....   | 100 |
| De l'Empirisme .....   | 105 |
| De l'Essentiel .....   | 106 |
| Des Exercices .....  | 109 |
| De la Famille .....  | 115 |
| De la Femme .....  | 123 |
| Des Flatteurs .....  | 123 |
| De la <i>Parrhésia</i> (Du Franc-parler) .....                                 | 124 |
| De la Frugalité .....  | 125 |
| De l'Histoire .....  | 126 |
| De l'Homme .....   | 126 |
| De l'Humour .....  | 126 |
| De l'Ici et Maintenant .....   | 128 |
| De l'Ignorance .....   | 130 |
| De l'Intuition .....   | 136 |
| Des Larmes .....   | 136 |
| De la Lenteur .....  | 137 |
| Du Livre .....   | 139 |
| Des Lois .....   | 140 |
| De la Mauvaise Conscience .....  | 140 |
| De la Médication .....   | 141 |
| Du Mensonge .....  | 143 |
| Du Modernisme .....  | 143 |
| De la Morale, de la Bienveillance et<br>des Conventions ( <i>Nomos</i> ) ..... | 144 |
| De la Mort .....   | 146 |
| De la Musique .....  | 152 |
| De la Mythologie .....   | 153 |
| De la <i>Phusis</i> (La Nature) .....  | 156 |
| Du Numérique, du Portable et des Réseaux Sociaux .....                         | 160 |
| De l'Onanisme .....  | 166 |
| De l'Oxymore .....   | 168 |

|  |     |
|--|-----|
| De la Parole Mordante .....  | 168 |
| Du Pessimisme .....  | 170 |
| De la Peur .....   | 171 |
| Des Philosophes .....  | 171 |
| De la Philosophie .....  | 177 |
| De la Pluie .....  | 186 |
| De la Politique et du Pouvoir .....  | 186 |
| De la Prétention et de l'Ego .....   | 192 |
| De toucher la Proximité .....  | 196 |
| De la Psychologie .....  | 197 |
| De la Raison et de la Vertu .....  | 197 |
| De la Richesse et de la Célébrité .....  | 202 |
| De la Sagesse .....  | 203 |
| Du <i>Sathon</i> (L'art de contredire) .....   | 214 |
| Du Scepticisme .....   | 216 |
| De se Connaître Soi-même .....   | 217 |
| De la Séduction .....  | 223 |
| Du Silence .....   | 224 |
| De la Solitude et de l'Autosuffisance .....  | 226 |
| Des Sophistes .....  | 229 |
| De la Souffrance et de la Dépression .....   | 230 |
| Du Souverainisme .....   | 233 |
| De la Timidité et de la Faiblesse .....  | 233 |
| Du Travail .....   | 238 |
| De la Tyrannie .....   | 240 |
| De la Vérité .....   | 241 |
| De la Vieillesse .....   | 245 |
| De la Violence, du Mépris, de la Méchanceté,<br>de la Calomnie et de la Jalousie ..... | 247 |
| De la Voie courte .....  | 253 |
| Du Virus .....   | 255 |
| Conclusion .....   | 256 |
| <br>   |     |
| Liens utiles .....   | 257 |

*“ Je livre ici, avec le même plaisir que j’aurais à en faire part lors d’un échange sincère avec un ami, ma pratique de la philosophie.  
Que les plus tenaces et déterminés s’en emparent,  
afin de gagner sur quelques points, je l’espère,  
un temps précieux vers la vertu. ”*

# Avant-propos



Tout d'abord, il semble plus que nécessaire d'opérer dès à présent une petite mise au point, et ce, afin de balayer les nombreuses confusions sur ce qu'on entend par le terme de "cynique".

En effet, loin du cynisme contemporain qui vous regarde dans les yeux tout en sachant pertinemment qu'il ne vous donnera jamais ce qu'il vous promet, la philosophie cynique prône "les paroles en acte", "la voie courte" et "le franc-parler".

Même si "la parole mordante" est de mise, c'est toujours dans un seul objectif, guérir des faux-semblants, atteindre une noblesse par la vertu, et en dernier lieu accéder à l'ataraxie (l'absence de troubles), donc au bonheur.

Qu'on ne s'y trompe donc pas, cet ersatz de cynisme tel qu'on l'entend de nos jours verrait ses appareils renversés et démontés en un instant, si d'aventure il devait souffrir une confrontation face à l'antique et foudroyante posture.

La Philosophie Cynique Antique, fondée par Antisthène (-445 à -366) en Grèce, est une philosophie subversive qui s'affranchit des conventions, et de fait, s'avère avoir souvent été la mauvaise conscience de son temps. Pourtant, Diogène Laërce, le doxographe des philosophes de l'Antiquité, nous rapporte que le cynisme se présente comme un "*Raccourci vers la vertu*" (D. L. VII 21), "*La vertu relève des actes*". Et bien avant l'heure, s'il en est une, les cyniques prônaient déjà l'égalité hommes/femmes.

Ils se retrouvaient dans un gymnase dédié à Héraclès à Athènes “Le Cynosarge” (“le chien agile”, “le chien brillant”), d’où découle le nom de l’école cynique. Ils se réunissaient également dans un cimetière pour chiens dans la banlieue d’Athènes.

Les raisons véritables du qualificatif de “chien” attribué aux cyniques s’entrechoquent pourtant et restent assez diffuses. Certaines attribuées au lieu où ils se retrouvaient sous l’égide d’Antisthène ou d’autres faisant appel à cette métaphore du chien par la parole “mordante”. Mais ces morsures verbales que le cynique inflige à ceux qu’il souhaite guérir des maux qu’ils ignorent, et bien qu’il les assène aux prétentieux et aux flatteurs, c’est à ceux qu’il apprécie le plus qu’il réserve le plus souvent ses admonestations.

Les attributs du cynique de l’Antiquité sont le “tribôn” (Manteau plié en deux, qui lui servait de couverture la nuit et de manteau hiver comme été), le bâton et la besace.

En voici quelques figures marquantes : Antisthène, Diogène de Sinope (figure phare du Cynisme, qui vivait non dans un tonneau mais dans une jarre “*pithos*”), Cratès et Hipparchia (rare couple du cynisme), Monime, Onésicrite, Bion de Borysthène, Cercidas...

Le cynisme s’est toujours proposé de briser les distances et d’éradiquer sans concession l’ignorance, plutôt que de babiller tels des nouveaux-nés autour de bagatelles. Lorsque Platon lança à Diogène qu’il était “*Un Socrate devenu fou*”, celui-ci lui rétorqua “*À quoi aurait servi un philosophe qui n’aurait dérangé personne ?*” Car effectivement, “*Le cynique assène en admonestant ceux qui malmènent la vertu, et laisse aux béats le soin de déblatérer sur le bonheur déjà présent*”. Une critique acerbe des travers humains, voilà à quoi il s’emploie à chaque instant, et par sa seule exigence sans faille pour la vertu. En ce sens, il est d’une efficacité redoutable car il se fait un devoir d’être le railleur et la mauvaise conscience de son époque, le critique impitoyable de notre piètre condition humaine. Et à y regarder de plus près, la matière ne semble pas s’être étioyée de ce côté au travers des siècles.

Quels que soit la formule ou le style, reste un arsenal philosophique dépouillé de tous les appareils inutiles. C’est sans doute à cause de

cette trompeuse simplicité que nombreux, par négligence ou par paresse, sont passés et passent encore à côté du fulgurant message cynique. Pointilleux, il ne débute sa réflexion qu'au-delà de ce qui occupe les foules, puis, il lance des coups de pieds savamment dosés dans la fourmilière, bousculant les pensées sclérosées qui n'ont de cesse de l'agacer.

Pour toutes ces raisons, il ne sera jamais adoubé par l'institution qu'il inquiète. Adeptes de l'autosuffisance, ne souhaitant faire partie d'aucune obédience, cette reconnaissance de toute façon l'indiffère. C'est le parti pris ici.

Nous apparaît à présent l'évidence d'égratigner quelque peu la philosophie universitaire et plus généralement l'éducation. Elle nous le rend déjà bien assez à constater le nombre d'étudiants victimes d'indigestions. Les réactions suscitées auront cependant cette vertu, celle de faire bouger ce qui annihile la raison depuis déjà bien des lustres. À bon entendeur...

Il n'est point nécessaire en effet d'être incompréhensible pour faire mûrir une réflexion. La simplification est souvent la preuve que ce que l'on a bien ingéré et régurgité s'énonce avec limpidité. Auquel cas, la cible semble avoir été grossièrement manquée. Et la philosophie contemporaine laisse ce goût d'amertume à nombre d'individus ne faisant pas partie du sérail. Il est donc impératif de prendre le contre-pied des jargons philosophiques alambiqués qui ne font que flatter les sophistes, pour emprunter un chemin bien plus pentu, la voie courte. En effet, l'urgence est désormais de sortir de ces orgueilleuses coteries pour travailler à la réhabilitation de la philosophie à l'usage de tous, à seule fin de l'extraire des aprioris et des préjugés que le grand public lui porte malgré lui.

Pour cela, le cynique n'a aucun besoin d'une quelconque caution des institutions en place, et c'est bien là que réside sa force. Ne dépendant de rien ni de personne, il s'autorise sans entrave tout ce qui lui sied. *“Tu ne peux que t'autoproclamer philosophe cynique. Quelle instance sinon pourrait t'adouber ? Aucune n'en a la stature !”*

Ce qui est délivré ici n'est donc pas un diplôme, mais plutôt une aptitude, la capacité d'affronter le quotidien et la relation à autrui de



face tout en se dépouillant du superflu, et ce, sans les détours pédants qui ne font que flatter l'orgueil de celui qui les émet. Raisons pour lesquelles dans cet ouvrage, l'emploi de termes quelque peu obscurs verront, pour plus de clarté par la voie courte, leurs références placées directement sous les sentences.

Pour ma part, ce n'est point par exotisme, ou par une quelconque attirance aveugle et irréfléchie à la découverte fortuite d'une nouvelle philosophie, que je dois mon rattachement au cynisme. C'est bien plutôt par une franche adhésion à des lignes de conduite avec lesquelles je n'aurais jamais pu entrevoir ni espérer être autant en adéquation. À l'instar des autres courants philosophiques, je voyais enfin ici tous mes principes et mes propres aspirations s'exprimer et s'offrir à moi dans la plus totale et inespérée des clartés.

Alors quoi ? La prétention m'aurait-elle prise de rivaliser à ce point de vouloir me mesurer aux sentences antiques ? Loin de là, ce serait bien plutôt de tenter de renouer et de restaurer une pratique que nous avons hélas depuis trop longtemps délaissée. Il n'est ici rien de moins qu'une exigence d'agir en puriste en ce qui concerne ma pratique radicale de la philosophie. Mais il serait illusoire, voire stupide, de vouloir vivre aujourd'hui dans une jarre et ce, juste afin de se trouver une légitimité à embrasser les préceptes d'Antisthène ou de Diogène. Il s'agit bien plutôt de revenir simplement aux sources, de lui faire recouvrer ses lettres de noblesse et sa puissance, là où même la Grèce "semble" l'avoir, elle aussi, étrangement sacrifié.

Le cynisme s'avère être la "philosophie thérapeutique" par excellence. Pourquoi ? Parce qu'elle libère et dépouille des faux semblants, annihile la timidité et affranchit du regard des autres. Vaste programme pour le commun au contraire du cynique qui obtient rapidement la guérison de nos fragiles certitudes. Mais parmi ces maux, il nous faut chercher si on ne s'y trouve pas déjà soi-même : *"N'aie pas de crainte de t'y reconnaître parfois, car s'y retrouver en quelques endroits c'est déjà guérir de s'observer"*.

Pour y parvenir, les propos cyniques semblent frapper comme de la dynamite, mais c'est toujours à seule fin de prescrire à bon escient, telle la médecine, d'amères médications afin de mieux sauver.

Celui qui confine au cynisme vise également à s'épargner des actions inutiles envers ceux qu'il ne pourra jamais soulager, il laisse alors aux ignorants les tragédies. Pour autant, et tant que cela s'avèrera nécessaire, il ne s'abstient pas d'imposer des consultations aux malades qui s'ignorent. Et à la vue de nos dérives, l'utilité de ses interventions s'impose malheureusement toujours d'elle-même de nos jours. En effet, au regard des travers toujours croissants de nos sociétés, il ne semble pas que nous ayons tiré grandes leçons de l'héritage et du legs des sages antiques.

C'est pourquoi, face à la fébrile mais non moins dangereuse nature humaine, il faut user de provocation, du style corrosif et de l'humour grinçant caractéristique du cynisme, dans ce seul but, guérir des faux semblants qui n'auront de cesse d'empester notre quotidien.

Pourquoi les sentences sont-elles les plus appropriées ? Car elles synthétisent les idées, sans pour cela engluier les esprits dans des tournures complexes qui nous éloignent toujours plus de la vérité. À la manière d'un alambic qui distille, la citation ne contient plus que l'essence des choses, laquelle on doit nourrir de nos propres observations. Préférer encore ici la voie courte et la fulgurance permet l'appropriation d'une phrase ou d'une idée, de la mettre en poche pour la journée et de tenter de l'éprouver dans le réel, hors les livres. Une méthode fondamentale afin de bien appréhender une citation est de toujours viser à l'appliquer concrètement à sa propre expérience, et elle parlera d'autant plus qu'on y relèvera des corrélations avec notre propre quotidien. Par ailleurs, une sentence ne se lit pas en diagonale, il faut user d'une certaine approche afin qu'elle nous touche pleinement et nous fasse atteindre plus de hauteur, c'est de déjà prendre un temps pour la méditer. Faute de quoi, elles seront toutes survolées une à une et on n'en retirera rien. Que chacun se l'approprie donc comme un outil, une base de réflexion, une amorce sur laquelle il peut revenir afin de s'imprégner de nouvelles pistes d'introspection.

Les redondances n'en sont jamais, ne pas les éviter et ne pas s'imaginer que l'on parcourt encore les mêmes mots. Il est vrai qu'elles expriment une même idée, mais sous un autre angle, ce qui permet suivant un axe différent d'avoir cette fonction insidieuse de s'ancrer plus profondément. Ces quelques répétitions occasionnent une constante qui dépose en nous un "état d'esprit" et permet l'ouverture d'autres fenêtres.

Enfin, chaque sentence implique de l'avoir ruminée puis digérée, et de pouvoir disserter sur chacune durant des heures. *"Pose-toi cette question : Si tu ne peux rien dire de ce que tu viens de lire, ne faut-il pas reconsidérer l'utilisation que tu fais de ton esprit et de ta raison ?"*

Quand bien même cet ouvrage ne serait utile à personne, il me resterait un outil précieux, une base de travail afin d'améliorer les contours de mes pistes de réflexion. De les ciseler, les faire évoluer et de constamment les enrichir. Pour cela, il n'est point question d'espérer atteindre le but en un instant, mais plutôt de s'appliquer à y tendre chaque jour et d'y acquérir toujours plus de majesté dans la pratique. Voilà ici l'invitation, réactiver ces méthodes de transmission qui ont fait la réputation des pensées antiques et dont la philosophie moderne nous fait toujours l'éloge pompeuse, sans pourtant même les appliquer.

Épictète le stoïcien disait que *"Savoir écouter est un Art"*, puis Antisthène que *"La vertu est avare de mots, le vice bavarde sans fin"*. Et Diogène de Sinope de lancer en surprenant un bavard : *"Sois juste avec tes oreilles et ta bouche : tu as reçu deux oreilles mais une seule bouche, pour pouvoir écouter plus que tu ne parles"*.

Quelques chapitres essentiels traitent donc ici de 'l'Art de se taire', "De la Discussion et des Échanges" et "Du Silence". Ces questions demandent un grand jugement et une faculté de discernement que nombreux pense à tort posséder. Ces pages leur seront d'un grand secours afin de gouverner les mouvements de leur langue et plus généralement de contenir leur faconde.

La proposition est donc ci-après, tels les cyniques, de se prêter à un exercice sans concession, et de s'y employer en sorte de faire renaître pour chacun une fulgurante dynamique grâce à des applications pratiques à portée de main. Et il ne s'en trouve aucune de plus courte !

Pour cela, c'est déjà de se réserver, d'user de frugalité afin de ne pas sombrer dans l'*Hubris* (la démesure) et tenter de maintenir un équilibre, un juste milieu lors de nos jugements, puis d'observer la prudence dans l'exercice de nos applications. Seule cette voie mène à l'*Apateia* (Impassibilité, détachement), à l'*Ataraxie* (Absence de trouble) et au bonheur.

Mais arrêtons ici, c'en est déjà trop, la voie courte est de mise et déjà elle nous presse.

Allons ensemble bousculer les consciences !