Céline Belloq

Être soi
avec

Heidegger

● Éditions
EYROLLES

Mettez du Heidegger dans votre vie

Figure incontournable du XX^e siècle, Heidegger incarne le penseur obscur et inaccessible. Pourtant les interrogations qu'il soulève sont au cœur de nos préoccupations intimes. Nous passons nos vies à fuir l'ennui, l'inquiétude, l'angoisse. L'originalité de la philosophie de Heidegger est de nous montrer que cette course-poursuite vers la sérénité est absolument vaine. Surtout, elle nous empêche d'être réellement disponibles à nous-mêmes, aux autres et à tout ce qui nous permettrait de nous réaliser.

Comment se retrouver enfin soi-même pour avancer ? Comment appréhender le temps pour qu'il cesse d'être notre ennemi ? Comment penser la mort afin qu'elle ne nous renvoie plus l'absurdité de notre existence ? Comment choisir l'essentiel parmi toutes les possibilités qui nous sont offertes ?

Ce livre est une invitation à cheminer dans la pensée riche et surprenante de Heidegger. Nous trouverons en chemin le moyen de vivre au plus près de nous-mêmes, en redonnant à nos vies leur part de joie, de profondeur et de mystère.

Céline Belloq est professeure de philosophie.

Collection Vivre en philosophie
*Des modes d'emploi pour appliquer
concrètement les leçons des grands philosophes
dans nos vies quotidiennes.*

www.editions-eyrolles.com

Studio Eyrolles © Éditions Eyrolles

Code éditeur : 657233
ISBN : 978-2-212-57233-9

Être soi
avec
Heidegger

Éditions Eyrolles
61, bd Saint-Germain
75240 Paris cedex 05

www.editions-eyrolles.com

Ce titre a fait l'objet d'un reconditionnement
à l'occasion de son 7^e tirage.
Le texte reste inchangé par rapport au tirage précédent.

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans autorisation de l'éditeur ou du Centre Français d'Exploitation du Droit de Copie, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris.

© Groupe Eyrolles, 2009

© Éditions Eyrolles, 2019

ISBN: 978-2-212-57233-9

Céline Belloq

Être soi
avec

Heidegger

Collection Vivre en philosophie
dirigée par Balthasar Thomass

● Éditions
EYROLLES

*Pour Vincent, parce que nos existences
ne sont pas que présence et joie,
mais aussi ombre et retrait.*

« Là où est le péril, croît aussi ce qui sauve. »

Friedrich Hölderlin

Sommaire

MODE D'EMPLOI.....	9
--------------------	---

I.

Les symptômes et le diagnostic Quand ce qui nous était familier nous devient étranger

Pourquoi faisons-nous fausse route en cherchant la tranquillité?.....	15
Quand l'angoisse est un appel à devenir soi-même.....	24
Quand notre existence devient profondément ennuyeuse .	31
Pour oublier notre impuissance face au temps qui passe, faudrait-il ne vivre que le moment présent?	45

II.

Les clés pour comprendre Pourquoi est-il si difficile de répondre à la question « Qui suis-je » ?

Suis-je ce que je fais?.....	59
Le doux poison de la compagnie des autres	67
Sommes-nous tels que nous croyons être?.....	75
L'irrésistible tentation de la déchéance	83

Comment s'arracher à la déchéance?.....	90
Comprendre le vrai pouvoir du <i>Dasein</i>	98

III.

Les moyens d'agir

Comment devenir authentique?

Le véritable rôle de la mort.....	113
« Oser être soi-même à fond ! ».....	123
Le temps retrouvé.....	134
Libres et destinés : une conciliation impossible?	141

IV.

Une vision du sens de l'existence

Notre vocation : devenir les bergers de l'Être

Pourquoi faut-il se décentrer de soi-même?.....	153
Le grand péril de l'oubli de l'Être.....	163
Habiter le monde en penseur et en poète	169
ÉLÉMENTS D'UNE VIE	177
GUIDE DE LECTURE.....	182

Mode d'emploi

Ce livre est un livre de philosophie pas comme les autres. La philosophie a toujours eu pour ambition d'améliorer nos vies en nous faisant comprendre ce que nous sommes. Mais la plupart des livres de philosophie se sont surtout intéressés à la question de la vérité, et se sont épuisés à dégager des fondements théoriques, sans s'intéresser aux applications pratiques. Nous, au contraire, allons nous intéresser à ce qu'on peut tirer d'une grande philosophie pour changer notre vie: le menu détail de notre quotidien, comme le regard qu'on porte sur notre existence et le sens qu'on lui donne.

Cependant, on ne peut pas infléchir sa pratique sans réviser sa théorie. Le bonheur et l'épanouissement se méritent et ne vont pas sans un effort de réflexion. Nous chercherons à éviter la complaisance et les recettes faciles de certains manuels de développement personnel. Une nouvelle manière d'agir et de vivre implique toujours aussi une nouvelle manière de penser et de se concevoir. Nous découvrirons ainsi le plaisir, parfois vertigineux, de la pensée, qui en tant que tel, déjà, change notre vie.

C'est pourquoi nous inviterons le lecteur à réfléchir à des concepts avant de lui proposer de s'interroger sur lui-même. Il nous faut d'abord cerner nos problèmes, puis les interpréter à l'aide de nouvelles théories, pour enfin pouvoir y remédier par des actions concrètes. Ce n'est qu'après avoir déjà changé notre manière de penser, de sentir et d'agir que nous pourrons nous interroger sur le cadre plus large de notre vie et sur son

sens. C'est pourquoi chaque livre de cette collection, divisé en quatre grandes parties, suivra une progression similaire :

I – Les symptômes et le diagnostic

Nous déterminerons d'abord le problème à résoudre : de quoi souffrons-nous et qu'est-ce qui détermine la condition humaine ? Comment comprendre avec précision nos errances et nos illusions ? Bien repérer nos problèmes est déjà un premier pas vers leur solution.

II – Les clés pour comprendre

Qu'est-ce que la philosophie apporte de nouveau pour éclairer cette compréhension ? En quoi devons-nous radicalement changer notre manière de voir pour prendre en main nos vies ? Ici, le lecteur sera introduit aux thèses les plus novatrices du philosophe qui l'aideront à porter sur lui-même un regard neuf.

III – Les moyens d'agir

Comment cette nouvelle conception de l'homme change-t-elle notre manière d'agir et de vivre ? Comment appliquer au quotidien notre nouvelle philosophie ? Comment notre pensée transforme-t-elle notre action qui transforme elle-même ce que nous sommes ? Le lecteur trouvera ici des recettes à appliquer au quotidien.

IV – Une vision du sens de l'existence

Nous présenterons enfin les thèses plus métaphysiques, plus spéculatives, du philosophe. Si le lecteur a maintenant appris à mieux gérer sa vie au quotidien, il lui reste à découvrir un sens plus global pour encadrer son expérience. Alors

que les chapitres précédents lui enseignaient des *méthodes, des moyens* pour mieux vivre, il se verra confronté dans cette dernière partie à la question du but, de la *finalité* de l'existence, qui ne saurait se déterminer sans une vision globale et métaphysique du monde, et de la place qu'il y occupe.

Ce livre n'est pas seulement un livre à lire, mais aussi un livre à faire. Des questions précises sur votre vie suivent les thèses présentées dans chaque chapitre. Ne soyez pas passifs, mais retrouvez vos manches pour interroger votre vécu et y puiser des réponses honnêtes et pertinentes. Des exercices concrets vous inciteront à mettre en œuvre les enseignements du philosophe dans vos vies. De la même façon, efforcez-vous de vous les approprier et de trouver des situations opportunes pour les pratiquer avec sérieux.

Êtes-vous prêt pour le voyage ? Il risque de se révéler surprenant, parfois aride, parfois choquant... Êtes-vous prêts à vous sentir déstabilisé, projeté dans une nouvelle manière de penser, et donc de vivre ? Ce voyage à travers les idées d'un philosophe du XX^e siècle vous transportera aussi au plus profond de vous-même. Alors laissez-vous guider au fil des pages, au fil des questions et des idées, pour découvrir comment la pensée de Heidegger peut changer votre vie.

I.

Les symptômes et le diagnostic

Quand ce qui nous était
familier nous devient
étranger

Ce qui caractérise nos existences est l'in-tranquillité et, pourtant, nous nous évertuons à la fuir tout au long de notre vie. La philosophie aurait vocation à nous soigner de cette détestable inquiétude. Des doctrines philosophiques assez bien diffusées dans l'opinion publique – quoique pas toujours bien connues –, comme le stoïcisme ou l'épicurisme, nous expliquent que la finalité de l'existence est la tranquillité de l'esprit, c'est-à-dire l'« ataraxie », se traduisant littéralement par l'absence de troubles. Elles nous montrent comment éliminer ces troubles et dressent l'inventaire de leurs causes. Vouloir leur suppression semble d'ailleurs une noble et juste priorité tant ils empoisonnent nos existences. En effet, être soucieux ne nous rend pas disponibles. Cet état nous éloigne de la rencontre avec autrui ou de ce que la vie peut nous proposer de plaisant. La paix intérieure serait alors la condition même du bonheur. Et si notre existence doit être une quête, si notre réflexion doit nous guider dans cette quête, c'est pour trouver et sauvegarder ensuite cette sérénité. D'ailleurs ne faisons-nous pas sans cesse l'éloge de la quiétude ? Le calme que l'on a su garder dans l'adversité ne nous semble-t-il pas toujours une plus grande qualité d'âme que l'inquiétude ? Mauvaise conseillère, dispendieuse en énergie, celle-ci est également prodigue en questions inutiles.

Toutefois, cette vision de l'inquiétude peut paraître réductrice. Examinons plutôt ce qu'elle est réellement avant de nous questionner sur notre besoin de la fuir.

Car, après tout, pourquoi nous faudrait-il aspirer à la paix ?

Pourquoi faisons-nous fausse route en cherchant la tranquillité ?

L'originalité de la philosophie heideggerienne est précisément de nous montrer que cette course-poursuite vers la paix est absolument vaine puisque le souci constitue notre être. Dans son œuvre majeure *Être et Temps*, Heidegger reprend une fable¹ pour expliciter l'être de l'homme :

Un jour qu'il traversait le fleuve, le «souci» vit de la terre glaise: il en prit en songeant un morceau et se mit à le modeler. Tandis qu'il est tout à la pensée de ce qu'il avait créé, survient Jupiter. Le «souci» le prie d'insuffler l'esprit au morceau de glaise ainsi modelé. Jupiter l'accorde volontiers. Mais le «souci» voulant alors attribuer son nom à la statue, Jupiter s'y opposa et réclama qu'elle portât le sien. Tandis que le «souci» et Jupiter se disputaient pour le nom, la Terre (Tellus) se souleva à son tour et exprima le désir que la statue reçoive son nom: c'est quand même elle qui l'avait dotée d'une part de son corps. Les parties en présence en appelèrent à l'arbitrage de Saturne. Et Saturne rendit la décision suivante qui leur sembla équitable: «Toi, Jupiter, puisque tu lui as donné l'esprit, c'est l'esprit que tu auras à sa mort, toi, la Terre, puisque tu lui as donné corps, c'est le corps que tu recevras. Mais parce que le "souci" a tout d'abord modelé cet être, qu'il le possède tant qu'il sera en vie. Quant au nom, puisque c'est pour lui qu'il y a litige, qu'il s'appelle "homo" car il a été fait avec de l'humus (terre)»².

-
1. Goethe aurait repris cette fable *Cura* de Herder, transmise comme 220^e fable d'Hyginus. Heidegger l'aurait découverte dans une étude de Burdach, *Faust et le souci*.
 2. *Être et Temps*, édition Gallimard, traduction de François Veizin, 1986, 198. Nous utiliserons désormais les lettres «E.T.» pour désigner cette œuvre. Les numéros correspondent aux paragraphes de l'édition allemande reportée en marge de l'édition française.

Cette fable rend compte de l'intime connexion entre notre être et le « souci ». Mettant en doute cette aspiration à la paix, elle nous invite à accomplir une audacieuse conversion : regardons le souci en face et écoutons ce qu'il a à nous dire.

Qu'est-ce que le souci ? Qu'est-ce qu'être soucieux ?

Le souci est l'être de l'homme

Habituellement, nous concevons le souci comme une idée pénible, une contrariété. La maladie d'un proche ou des difficultés économiques peuvent ainsi nous rendre soucieux. Mais le souci est un sentiment plus fondamental qu'une simple contrariété. On peut par exemple avoir le souci de réussir sa vie, le souci de rendre ses proches heureux ou le souci de mener à bien un projet. Ces soucis ne sont plus des contrariétés mais une attention durable portée à quelque chose qui nous importe et dont nous nous sentons responsables. Le souci se conçoit toujours dans un rapport à une chose ou à une personne. On marque son « souci à l'égard de » quelque chose ou de quelqu'un. Cet « égard » rappelle que le sens du souci ne renvoie pas seulement à la crainte, mais également au « soin » et à l'« application ». Être soucieux du bon déroulement d'un projet, par exemple, suppose de *s'appliquer* à en *soigner* les détails. De la même manière, être soucieux des autres ne se réduit pas à avoir peur pour eux. Il s'agit aussi de « prendre soin » d'eux pour simplement veiller sur eux ou par égard à l'opinion qu'ils se font de nous. Ce souci « à l'égard de » insiste donc à la fois sur notre inquiétude et sur notre capacité à être attentionné et respectueux de l'autre.

Heidegger dégage deux formes essentielles du souci (*Sorge*): la préoccupation (*Besorgen*) de nos tâches et le souci