

## « Peut-on apprendre à vivre ? »

*« Le temps d'apprendre à vivre il est déjà trop tard ».*  
Aragon

### 1. Examen des présupposés

\*Remarques purement logiques

- « Vivre » : que notre sentiment d'existence correspond à une réalité appelée « vivre ».
- « Apprendre » : que certaines choses peuvent s'apprendre et d'autres pas.
- « Apprendre à vivre » : que certains voudraient pouvoir apprendre à vivre et d'autres pas.
- « Pouvoir » : on peut hésiter entre la possibilité (est-ce possible ?) et la légitimité (est-ce fondé ?).

\*Remarques de précaution

- Une réponse tranchée est attendue, mais il ne semble pas y avoir de réponse induite.
- Les termes de la question appartiennent au langage courant : tout le monde comprend la question, même s'il reste un doute sur le sens qu'il faut donner aux trois termes qui y figurent.
- Mais la question n'est pas ordinaire : on pose plutôt des questions concernant l'éducation (la socialisation), voire la bonne éducation (la civilité).
- Que donne la question symétrique ? « Peut-on apprendre à mourir ? » (Montaigne : « Que philosopher c'est apprendre à mourir » vs Spinoza : philosopher c'est apprendre à vivre.

\*Questions corrélatives (pouvant orienter notre recherche)

Qu'est-ce que vivre ?

Est-il possible d'apprendre à vivre au sens biologique ? Les conditions sont-elles réunies ?

Est-il nécessaire d'apprendre à vivre au sens biologique ? (La vie ne va-t-elle pas de soi ?)

Y a-t-il un apprentissage des fonctions vitales ?

Comment apprendrait-on à vivre ?

Qu'appelle-t-on un « art de vivre » et « savoir-vivre » ?

Apprendre à vivre : est-ce une activité précise ?

Dans quelles dimensions de la vie humaine y aurait-il apprentissage ?

Que signifie l'expression « je vais t'apprendre à vivre ! » ?

Dans quelles circonstances ou situations peut-on penser qu'il serait bon de pouvoir apprendre à vivre ?

Peut-on apprendre à vivre à des non-humains ? Le peuvent-ils par eux-mêmes ?

### 2. Quels sont les enjeux de notre future réponse ?

-C'est une question très générale qui engage des conceptions de l'existence humaine (voire celle d'autres êtres) et donc des mesures collectives (politiques publiques, actions collectives concertées, mais aussi normes et valeurs) et individuelles (sagesse, éthique) pour les assumer.

### 3. Quels sont les concepts impliqués ?

**Vie**

Plusieurs dimensions, qui en fait s'interpénètrent.

-La vie au sens biologique : la vie des humains est l'une des formes du vivant et en ce sens, il est difficile de l'en isoler (il y a un milieu nécessaire à la vie, mais d'une certaine manière qui consiste à solliciter la réaction du vivant<sup>1</sup>).

-La vie au sens biographique : une trajectoire ou un parcours individuel, de la naissance à la mort. Mais cette trajectoire individuelle est une « illusion biographique » (Bourdieu : voir CR de la séance n°8 : « qu'est-ce que réussir sa vie ? ») ;

-La vie au sens sociétal : au sein du milieu propice à la vie biologique se sont constitués des milieux spécifiques, dont les cadrages obéissent à des modes de fonctionnement (« c'est la vie, mon vieux ! ») et à des règles explicites (le savoir-vivre, pour lequel différentes époques ont pris la peine d'écrire des guides ou des manuels<sup>2</sup>).

-La vie au sens de « l'art de vivre » : une certaine façon de piloter son parcours qui implique un effort<sup>3</sup>. Cela renvoie aussi bien à Montaigne (Cicéron) qu'à Spinoza.

*« Je veux qu'on agisse, et qu'on prolonge les offices de la vie tant qu'on peut, et que la mort me trouve plantant mes choux, mais nonchalant d'elle, et encore plus de mon jardin imparfait. »*

(Montaigne)

### **Apprentissage**

-C'est le mode d'acquisition d'un savoir-faire par la pratique répétée d'un certain nombre d'actions. L'apprentissage suppose la répétition, mais aussi la mise en perspective de situations variées dans lesquelles ce qui a été appris doit être ajusté à des variants. Le modèle le plus simple de l'apprentissage reste celui d'un métier manuel (par exemple : un ajusteur).

-L'éducation est la mise en forme d'une série cumulative d'apprentissages sous la régulation d'un mode d'emploi, souvent implicite comme souvent dans l'éducation familiale ou explicite comme à l'école (un algorithme) – bien qu'on trouve aussi de l'implicite dans l'éducation scolaire.

Il semblerait qu'ici ces deux acceptions conviennent, pourvu qu'on passe de l'idée d'acquisition à celle d'entraînement.

### **Possibilité et légitimité**

-Possibilité : domaine de ce qui peut être mis en œuvre.

-Légitimité : ce qui peut être mis en œuvre avec l'accord du collectif au sein duquel il est mis en œuvre ; cette question se pose tout particulièrement pour le pouvoir ou la domination (pour des raisons que Max Weber identifie comme : traditionnelles ou charismatiques ou rationnelles-légales).

## **4. Reformulation de la question**

### **Est-il possible d'acquérir un savoir qui permette de vivre ou de mieux vivre, soit au sens**

<sup>1</sup> L'exemple minimal est celui de la tique : son milieu est constitué par deux paramètres (une température et une odeur). La tique se laisse tomber sur une surface si elle détecte l'odeur de beurre rance (acide butyrique), mais elle ne s'y fixe que si elle détecte ensuite une certaine température du sang animal ou humain. C'est à ce moment-là qu'elle libère ses œufs encapsulés depuis la fécondation (un temps de plusieurs années peut ainsi séparer fécondation et reproduction). Ce phénomène fait dire à Georges Canguilhem qu'« un vivant n'est pas une machine qui répond par des mouvements à une excitation, c'est un machiniste qui répond à des signaux par des opérations » (*La connaissance de la vie*, Paris, Vrin, 1969, p. 144). Suivant J. von Üxküll, il propose de distinguer « *Umwelt* » (milieu propre à un organisme), « *Umgebung* » (milieu géographique banal) et « *Welt* » (le monde au sens scientifique). Ce qui nous importe ici est bien l'*Umwelt*.

<sup>2</sup> D'une manière générale, on peut dire que lorsqu'il est question de règles de vie, le passage à l'explicite (donc à l'écriture de manuels) est souvent corrélé à une crise de ces règles, à la fin d'un certain « cela va de soi ».

<sup>3</sup> « Effort » est pour notre civilisation synonyme d'activité. Pour le bouddhisme cet effort d'éveil conduit au contraire à la passivité.

**biologique de la conservation, soit au sens social du savoir-vivre, soit enfin au sens éthique de la réussite de son existence personnelle ?**

## **5. Problématisations et argumentations**

« On ne vit qu'une fois » : cette affirmation banale nous rappelle indirectement que l'idée qu'on pourrait apprendre à vivre rencontre l'obstacle majeur de l'absence de répétition. Comment apprendre à vivre puisqu'« *on ne se baigne jamais deux fois dans le même fleuve* » ?

Peut-on admettre, au contraire, qu'il y aurait un apprentissage progressif de la vie (on apprendrait à vivre, pendant une période de formation, puis on exercerait ensuite la capacité qu'on aurait acquise) ?

Une manière de raisonner : enchaîner les trois étapes (biologique, sociétale, philosophique).

### **1. Peut-on apprendre à vivre au sens biologique du terme ?**

Il est difficile de démêler chez l'humain, dans l'exercice même de ses fonctions vitales, ce qu'il fait de manière spontanée de ce qu'il a dû apprendre à faire.

Plusieurs apprentissages l'ont été à son insu (goûts), mais souvent au prix d'un modelage (sphincters), d'autres sont dus à l'expérience (épreuves, échecs, rencontres), voire à l'expérimentation comme la respiration abdominale du chanteur ou du yogi (et plusieurs techniques du corps<sup>4</sup> utilisées par la sophrologie) ; et le tout dans un contexte qui n'a rien de naturel. Parfois ces apprentissages élémentaires ont été les deux à la fois (ex : la survie en situation extrême<sup>5</sup>).

On doit pourtant observer que toutes ces fonctions s'exercent de façon régulière. S'il y a là place pour un apprentissage, c'est que toutes ces opérations se répètent, et qu'on « s'entraîne », même sans s'en rendre compte.

Tout cela plaide pour qu'on abandonne cette notion de « vivre au sens biologique », puisqu'il est particulièrement difficile d'isoler ce qui ne serait « que biologique ».

### **2. Peut-on apprendre à vivre au sens de l'existence sociale ?**

Le « savoir-vivre » (voir Erasme : *De la civilité des mœurs puériles*) ou « l'art de vivre » sont des règles à acquérir et à intérioriser pour rendre la vie individuelle et sociale plus facile ou plus agréable. Mais si l'on creuse un peu on peut aussi estimer qu'il s'agit pour une société donnée de s'assurer de la conformité des membres de la cité : c'est ce que Foucault construit comme le bio-politique à partir de *l'épiméléia heautou* (voir CR de la séance n°8). Cela passe par des incitations et des recommandations beaucoup plus que par des intimidations (« je vais t'apprendre à vivre ! »)

L'apprentissage paraît possible et il semble même que ce soit une part importante de l'éducation (ou de la direction de conscience ou de la psychothérapie). Mais il repose au fond sur l'acquisition, l'entretien et la mise à distance des apprentissages, imparfaitement appelés

---

<sup>4</sup> Marcel Mauss a été l'un des premiers à faire de cette idée un concept : les humains, selon les sociétés, apprennent à se servir de leur corps comme d'un instrument et l'association de ces techniques forme un véritable langage corporel, que précisément l'appartenance à un même groupe permet aux autres de déchiffrer. C'est un dressage qui joue un rôle dans les relations de domination (M. Mauss, *Les techniques du corps*, Paris, Payot-Rivages, 2021 ; article paru en 1934).

<sup>5</sup> Peut-on apprendre à vivre en situation extrême (camps d'extermination, soumission à des éléments très défavorables) ? Ne faudrait-il pas dire : apprendre à survivre ? Les plus anciens arrivants ont pu se constituer des réflexes de survie (mélange de trucs et de savoirs), mais jusqu'à quel point cela leur permet-il de survivre et n'y a-t-il aucune limite morale à cette adaptation (voir : Michael Pollak, *L'Expérience concentrationnaire. Essai sur le maintien de l'identité sociale*, Paris : Métailié, 1990) ?

? N'importe quel vivre vaut-il d'être vécu ?

« biologiques » ci-dessus.

### **3. Peut-on apprendre à vivre bien, à mener sa vie de façon à la réussir, au sens d'un accomplissement de l'existence humaine ?**

(Voir le compte rendu de la séance n°8)

Dès lors que la vie ne permet pas de s'exercer avant d'agir « pour de vrai » (« *einmal ist keinmal* », c'est-à-dire : ce qu'on fait qu'une fois n'est rien) et qu'on n'est pas sûr que les préceptes éducatifs généraux soient applicables en toutes circonstances, peut-être est-il intéressant de s'aider d'une méthode (la réflexion philosophique) et des enseignements de penseurs qui nous ont précédés (par exemple : épicuriens, stoïciens<sup>6</sup>, aristotéliens). Cet appel à l'élaboration d'une Sagesse (philosophique ou religieuse) peut trouver différents échos, notamment celui de chercher à soigner particulièrement le chemin plutôt que le résultat<sup>7</sup>. Elle n'exclut pas le conformisme.

Parmi les dimensions à creuser : quelle place pour l'échec ; quelle place pour le vivre d'autres êtres (les animaux, les arbres, etc.), quelle place pour les émotions (voir Aragon, ci-après).

Il semble donc que l'on puisse envisager de répondre positivement à cette question en se plaçant de plusieurs points de vue différents, peut-être même contradictoires. Mais il restera toujours un obstacle majeur à la généralisation de cette réponse : quelque chose d'essentiel au vivre échappe à l'apprentissage du vivre. Pas de prise sur le vivre, sans surprise, sans méprise, sans déprise et c'est une invitation à la reprise (mais est-ce réparer ou morigerer ?) !

---

<sup>6</sup> Voir en annexe du CR n°8, le texte de Sénèque.

<sup>7</sup> La métaphore du chemin est bien connue. Elle indique que l'essentiel est dans la mise en mouvement, certes imparfaite lorsqu'on est amené à tâtonner mais signe d'humanité (c'est l'idée de parcours accidenté), par opposition à une humanité qui se laisserait transporter à coup sûr d'un point à un autre (c'est au fond l'idée de carrière). Les Stoïciens, quant à eux, distinguaient le *skopos* (notre cible matérielle) et le *télos* (notre cible essentielle, celle que nous visons comme aboutissement) : l'archer peut bien atteindre le cœur de la cible (*skopos*), mais il importe qu'il l'atteigne avec le geste parfait (*télos*). NB : « *télos* » a bien d'autres sens dans d'autres philosophies.

\*

*Rien n'est jamais acquis à l'homme. Ni sa force  
Ni sa faiblesse ni son cœur. Et quand il croit  
Ouvrir ses bras son ombre est celle d'une croix  
Et quand il croit serrer son bonheur il le broie  
Sa vie est un étrange et douloureux divorce  
Il n'y a pas d'amour heureux.  
Sa vie elle ressemble à ces soldats sans armes  
Qu'on avait habillés pour un autre destin  
A quoi peut leur servir de se lever matin  
Eux qu'on retrouve au soir désœuvrés incertains  
Dites ces mots Ma vie Et retenez vos larmes  
Il n'y a pas d'amour heureux.  
Mon bel amour mon cher amour ma déchirure  
Je te porte dans moi comme un oiseau blessé  
Et ceux-là sans savoir nous regardent passer  
Répétant après moi les mots que j'ai tressés  
Et qui pour tes grands yeux tout aussitôt moururent  
Il n'y a pas d'amour heureux.  
Le temps d'apprendre à vivre il est déjà trop tard  
Que pleurent dans la nuit nos cœurs à l'unisson  
Ce qu'il faut de malheur pour la moindre chanson  
Ce qu'il faut de regrets pour payer un frisson  
Ce qu'il faut de sanglots pour un air de guitare  
Il n'y a pas d'amour heureux.  
Il n'y a pas d'amour qui ne soit à douleur  
Il n'y a pas d'amour dont on ne soit meurtri  
Il n'y a pas d'amour dont on ne soit flétri  
Et pas plus que de toi l'amour de la patrie  
Il n'y a pas d'amour qui ne vive de pleurs  
Il n'y a pas d'amour heureux  
Mais c'est notre amour à tous les deux*

Louis Aragon, *La Diane française* (1946)