

« Connais-toi toi-même » : formule est attribuée à Socrate, père fondateur de la philosophie et maître de Platon.

Socrate cite lui-même une inscription écrite sur le fronton du temple d'Apollon à Delphes. À l'entrée d'un temple, cette sentence est vraisemblablement un appel à l'humilité : saches que tu n'es pas un dieu. Dans la bouche de Socrate, elle prend un sens légèrement différent. Car Socrate (-470/-399) fut l'un des premiers, au Ve siècle avant J.-C., à se détourner des problèmes de physique (philosophie de la nature) pour s'orienter vers des problématiques morales : comment agir ? Qu'est-ce que le bonheur ? La sagesse ? La vertu peut-elle s'enseigner ? Socrate se plaisait à poser de telles questions à ses concitoyens athéniens, afin de leur faire prendre conscience de leur ignorance, ce qui est encore une façon de mieux se connaître.

Avant de connaître l'univers extérieur à nous, il convient de s'intéresser à soi. La tâche est à la fois plus urgente, pour bien vivre, et plus complexe. Plus complexe car nous manquons manifestement de recul et d'objectivité. Il est difficile de se connaître, précisément parce que nous sommes les plus proches de nous. Comment Socrate procède-t-il alors pour amener ceux qui l'écoutent à se connaître eux-mêmes ?

Socrate est célèbre pour sa manie du questionnement : il pose inlassablement des questions, tout en feignant de ne pas connaître la réponse, et pousse son interlocuteur à admettre que la réponse lui fait défaut à lui aussi. Socrate est cet autre qui permet à ses interlocuteurs un décentrement salutaire, il est leur mauvaise conscience. Il s'adresse bien souvent à des gens tout infatués de leur prétention à savoir, qui ne soupçonnent même pas tout ce qu'ils ignorent : ils croient savoir, ils croient comprendre ce qu'ils disent. Mais face aux questions de Socrate, à la fois simples et embarrassantes, « connais-toi toi-même » signifie : prends d'abord conscience de ton ignorance. Le premier savoir à acquérir est paradoxal : savoir qu'on ne sait rien. Mais voilà qui nous délivre de la prétention désastreuse de tenir un savoir. Car celui qui croit savoir ne cherche plus à savoir, il se contente de ses certitudes, se repose dans des idées figées, et véhicule de simples opinions. Contre lesquelles il faut d'abord savoir ce que l'on pense, et ne pas répéter ce que les autres nous ont dit. Savoir qu'on ne sait rien, c'est être déjà sorti de notre ignorance pour l'observer de l'extérieur.

En se concentrant sur le deuxième membre de la formule, le « connais-toi *toi-même* » suggère encore que personne ne peut le faire *à ta place*. Le sujet est comme livré à lui-même, objet de sa propre attention, en un mot : autonome. C'est pourquoi, comme le soulignera Michel Foucault dans un livre intitulé *Le souci de soi* (1984), cet impératif prend son sens parce qu'il est intégré dans un autre plus large, avec lequel il est souvent cité : « prends soin de toi », ou « aie le souci de toi », occupe-toi de toi. Pas exactement un impératif moral (la morale est impersonnelle et collective), mais une éthique, une technique de vie où le sujet travaille sur lui-même, est l'artisan de sa propre vie, cherche à devenir meilleur.

Deux écueils sont ici à éviter : le nombrilisme d'abord, ou l'attention exclusive portée à son cher moi au détriment de tous les autres. Un ami est notamment quelqu'un qui bien souvent nous rappelle de prendre soin de nous, celui au contact de qui nous sentons nous-mêmes. Surtout, il convient d'éviter de n'être attentif qu'à cette enveloppe superficielle de nous qu'est le corps. Le corps nous appartient, il n'est pas nous. Pour Platon, s'occuper de soi revient à s'occuper de son âme.