

Philosopher sans viande

Jean-François Pradeau

Philosopher sans viande

L'abstinence de la chair
dans l'Antiquité



ISBN 978-2-13-088121-6

Dépôt légal – 1^{re} édition : 2026, mars

© Presses Universitaires de France, 2026
170 bis, boulevard du Montparnasse, 75014 Paris

« Ma nourriture n'est pas celle des hommes : je n'assassine ni l'agneau ni le chevreau pour en gaver mon appétit ; les glands et les baies me procurent une nourriture suffisante. Ma compagne aura la même nature que moi et se satisfera du même régime. Nous ferons notre lit de feuilles sèches, le soleil brillera pour nous comme pour les hommes et fera pousser notre nourriture. »

Mary Shelley, *Frankenstein,*
ou le Prométhée moderne.

INTRODUCTION

La philosophie comme bonne santé

Si l'histoire de l'abstinence de la nourriture carnée est aussi ancienne que la philosophie elle-même, c'est qu'elles ont partie liée. Comme Plutarque (45-125 apr. J.-C.) le rappelle dès les premières phrases de son discours *Manger de la chair*, s'abstenir de manger de la viande animale est l'une sinon la première des exigences de la philosophie qui, à partir de son fondateur Pythagore, au milieu du VI^e siècle av. J.-C., se présente comme une manière de vivre inconnue jusqu'alors. Portée par ce personnage hors du commun qui cultive le secret, qui n'écrit rien et n'enseigne qu'à des initiés rassemblés dans une secte, la philosophie révèle aux hommes que leur âme est immortelle et qu'elle reprend éternellement vie au gré de ses séjours successifs dans des corps qui s'épuisent et périssent. Immortelle, l'âme compte parmi les réalités véritables qu'elle seule peut percevoir, puisqu'elles échappent aux sens, et sous le désordre apparent du changement de toutes choses, elle découvre alors l'ordre du monde. Parce que les âmes reprennent vie dans des corps différents et que tout ce qui est vivant a une âme, Pythagore fut le premier à exiger que l'on s'abstienne de consommer

de la chair. La raison en était aussi simple qu'elle était immédiate : si tous les animaux ont une âme, et que les âmes passent de corps en corps au gré de leur éternelle existence, alors, tuer un animal et le manger, c'est prendre le risque de tuer un parent défunt, celui d'interrompre une vie animée par une âme qui avait pu jadis vivre à nos côtés. Dans son *Manger de la chair*, Plutarque use et abuse de cet argument et dépeint avec grandiloquence la folie anthropophage où nous conduit une habitude alimentaire qui ignore que l'âme peut pourtant « renaître » dans n'importe quel être vivant et singulièrement dans celui que nous avons tué pour nous en repaître.

Aussi est-ce d'emblée et par principe que celui qui veut philosopher, c'est-à-dire ordonner sa vie au bon usage des facultés de son âme immortelle, doit renoncer à manger d'autres vivants. Voilà une décision d'autant plus contraignante qu'elle conduit ceux qui l'adoptent à rompre avec des mœurs alimentaires anciennes. Comme l'écrit encore Plutarque, en interdisant que l'on consomme de la chair, animale, Pythagore mettait fin à des habitudes aussi anciennes que l'humanité, puisque les premiers hommes, qui ne maîtrisaient pas encore l'agriculture, mangeaient les animaux qu'ils chassaient. Mais pourquoi tuer encore des animaux alors que le produit des moissons suffit aujourd'hui à nous nourrir ? Parce que nous avons pris goût à verser le sang :

N'avez-vous pas honte de mélanger aux fruits cultivés le sang et le carnage ? Vous dites que les serpents, les panthères et les lions sont des « sauvages », alors qu'avec

Introduction

vos bains de sang, vous les surpassez en cruauté : eux versent le sang pour se nourrir ; vous, par raffinement¹.

À la fin du III^e siècle, le philosophe platonicien Porphyre (234-305) rédige un vaste traité *De l'abstinence*, dont le titre complet est *De l'abstinence des êtres animés* ; un traité en quatre livres, qui est la principale source ancienne dont nous disposons sur l'alimentation carnée, les raisons philosophiques de s'en abstenir, les arguments de ceux qui la défendent et son histoire. Ce réquisitoire contre la consommation de la chair animale est adressé à son ami, Castrius, qui a renoncé à l'interdit « qu'exige la philosophie » et s'est remis à manger de la viande. Faire revenir Castrius à l'abstinence de viande est ainsi le prétexte de l'ouvrage, qui établit successivement que la consommation de la chair entre en contradiction avec la philosophie elle-même ; qu'il faut s'abstenir de tuer des animaux, y compris de les sacrifier, car ce sont des vivants animés ; que la consommation de la viande n'est pas et n'a pas toujours été la règle commune, puisqu'il y a eu et qu'il existe des peuples abstinents. Aussi Porphyre présente-t-il son ouvrage comme le moyen de reconduire son ami vers la vie saine et philosophique qu'il a fâcheusement abandonnée :

Je ne saurais attribuer ton revirement, comme le ferait la masse ignorante et vulgaire, à une recherche de la santé et de la vigueur physique. Bien au contraire tu étais le premier à reconnaître, quand tu étais avec nous, que le régime non carné contribue à la santé et à une résistance appropriée aux efforts qu'exige la philosophie.

Philosopher sans viande

Et l'expérience permet de se rendre compte qu'en disant cela tu étais dans le vrai. Ou bien donc tu avais été abusé, ou bien tu jugeais qu'il est indifférent, relativement à la sagesse, de suivre tel ou tel régime, ou peut-être s'agit-il d'une autre cause que j'ignore, et dans ce cas il est plus à craindre qu'il n'y ait de l'impiété dans ton manquement ; telles étaient en tout cas, selon les apparences, les raisons de ton retour à tes pratiques coupables d'autrefois. Je ne saurais croire en effet que tu as méprisé les lois ancestrales de la philosophie dont tu étais l'adepte par soumission à tes appétits ou par désir de te livrer à la gloutonnerie des gourmets².

La consommation de la viande est à la fois une trahison et une transgression de ce que prescrit la philosophie, depuis son fondateur, Pythagore, puis par la voix de ses principaux représentants, Empédocle d'Agrigente (c. 483-c. 424 av. J.-C.) et Platon l'Athénien (427-347 av. J.-C.). Elle est à la fois une faute morale, une illusion hygiénique de bonne santé ou de force physique, mais aussi et encore une pratique impie. Où il apparaît que la consommation de la viande n'est condamnée ni pour une unique raison, ni comme un aspect secondaire de notre conduite : elle est contraire à ce qu'exige la philosophie à tous égards, que ce soit en vue de la santé, de notre rapport au corps, de notre conduite éthique, des relations que nous devons avoir avec nos concitoyens, puis encore de ce que la piété exige. C'est tout cela que manger de la viande met en péril, comme s'il n'y avait rien de plus menaçant pour l'ancestrale philosophie.

Plutarque comme Porphyre et la plupart des philosophes qui ont défendu la nécessité de l'abstinence de la chair étaient des platoniciens convaincus, qui tenaient que les êtres vivants ont en commun d'être tous animés, d'être composés, le temps de leur vie, d'un corps et d'une âme immortelle appelée à retrouver d'autres corps. Une vie est pour cette âme un séjour d'une durée limitée, une halte pour une âme appelée à passer d'un corps à d'autres, ce que les Grecs appelaient la « métensomatose ». Voilà qui suffisait à leurs yeux pour interdire que le vivant se mange lui-même et que l'âme se livre à une forme de cannibalisme. Voilà qui suffisait aussi pour interdire que des vivants en tuent d'autres. La métensomatose n'explique pas à elle seule que l'on s'abstienne de manger d'autres vivants. Que l'on risque de tuer puis de manger le corps d'un vivant dont l'âme aurait été celle d'un homme, d'un parent, d'un ancêtre, n'est pas la seule raison de l'abstinence. Car ce qui l'interdit sans doute plus encore, c'est le fait même que l'être vivant est animé et qu'il est pour cette raison, d'emblée et par nature, notre parent. La parenté des vivants est fondée sur leur nature d'êtres animés.

L'âme, pour les platoniciens, est l'objet premier et la grande affaire de la philosophie. À la différence de tous ceux qui veulent reconduire l'explication du vivant à une constitution corporelle ou matérielle et qui, pour cette raison même, ne comprennent pas ce qu'est la vie et en viennent à ne pas savoir en prendre soin ni la protéger.

Les philosophes platoniciens ne font que marginalement l'apologie raisonnée de ce que les modernes

appelleront bien plus tard le « végétarisme ». Leur propos était plutôt de soutenir, de façon très élaborée et parfois extrêmement polémique, la nécessité philosophique de s'abstenir de la chair. Et pour surprenant que cela puisse nous paraître, ils n'étaient pas « végétariens » au sens où nous l'entendons aujourd'hui : ce que nous lisons dans leurs œuvres et le peu que nous savons de ce que fut leur mode de vie montre que ces abstinents pouvaient manger de la viande et autoriser qu'on le fasse. C'est à nos yeux aujourd'hui que ces ambiguïtés ou ces nuances alimentaires se présentent comme des paradoxes ou des incohérences, mais pour en saisir la raison, il faut prendre la mesure de ce que l'abstinence de la chair impliquait alors comme enjeux. Pour les platoniciens, comme l'indiquent les remarques de Porphyre, s'abstenir de consommer de la viande est favorable à notre bonne santé, nous met dans une disposition vertueuse à l'égard des dieux, nous permet de vivre une vie de justice et favorise notre âme. Les œuvres de Plutarque et Porphyre, que nous privilégierons ici parce qu'elles donnent à l'injonction platonicienne de l'abstinence les développements les plus aboutis, donnent une intelligence fascinante de questions qui sont les nôtres depuis quelques décennies.

Que l'on évoque les enjeux sanitaires ou environnementaux de l'alimentation carnée ou végétale, les raisons d'en abandonner une pour ne retenir que l'autre, que l'on traite des enjeux éthiques et là encore sanitaires mais aussi bien juridiques du rapport que nous entretenons avec les autres vivants comme de ce que peut signifier le fait de les élever pour les tuer et

Introduction

pour les manger, les manifestes « anti-carnistes » des platoniciens offrent une contribution essentielle à nos débats. Aussi faut-il les lire, sans nous empresser toutefois de les réduire aux alternatives souvent pauvres où nos débats actuels tendent parfois à s'enfermer et à enfermer du même geste ces lointains interlocuteurs. Par exemple, se demander si Empédocle était « végétarien » ou bien si Platon doit être rétrospectivement tenu pour un « végétarien », un « végan » ou un simple « flexitarien », risquerait non seulement de ne pas trouver réponse, mais aussi et surtout de manquer tout ce que pouvait impliquer selon ces philosophes l'abstinence de la chair, qui relevait à leurs yeux d'un choix éthique, alimentaire, psychologique, religieux, et qui s'inscrivait dans une réflexion sur la nature humaine, sur la vie politique et sur le rapport au vivant. Des questions qui sont plus vastes et plus exigeantes que celle des débats suscités par l'apologie moderne du végétarisme, qui fait son apparition à la fin du XVIII^e siècle.

Ce qu'un philosophe met à sa table et prône en guise de menu ne nous renseigne guère sur sa doctrine. Et dire de la philosophie ancienne qu'elle est un « mode de vie » dont les choix alimentaires font partie, ne nous apprend pas non plus grand-chose de ce qu'elle était. En l'occurrence pour les philosophes abstinents dont nous allons parcourir les arguments, la philosophie est une hygiène de vie : elle est la vie en bonne santé. C'est ce qui fait d'elle tout autre chose qu'un exercice spirituel : elle est un athlétisme.